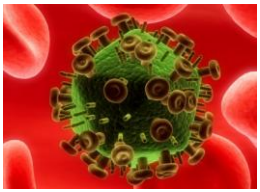
پیشگیری از ایدز (HIV)



ایدز یا سندرم نقص ایمنی اکتسابی نوعی بیماری است که در دستگاه ایمنی و توسط ویروس نقص ایمنی (HIV) ایجاد می شود. بیماری ناشی از ویروس HIV دارای سه مرحله اصلی است. در مرحله اول (عفونت حاد) فرد ممکن است برای مدت کوتاهی بیماری شبه آنفلوآنزایی را تجربه کند. به همین دلیل معمولاً این بیماری تا یک دوره طولانی بدون هیچ علائمی دنبال می شود که به این مرحله از بیماری، دوره نهفتگی گفته می شود. هر چقدر که بیماری پیشرفت یابد، تداخل بیشتری با دستگاه ایمنی بدن پیدا می‌کند و باعث می شود که افراد به عفونت هایی مانند عفونت فرصت طلب و تومور دچار شوند، البته معمولاً در افرادی که دستگاه ایمنی آنها به خوبی عمل می کند تأثیرگذار نیست. در نهایت بیماری زمانی وارد مرحله سوم یا ایدز خواهد شد.



ایدز یک بیماری کشنده است که با ورود ویروس آن به بدن، قدرت دفاعی بدن روز به روز کاهش و هر میکروبی فرصت بیمارکردن فرد را پیدا می کند. ویروس های مختلف به سلول ها و بافت های مختلف بدن مانند پوست، دستگاه تنفس و... حمله می کنند. چیزی که HIV را این چنین خطرناک کرده این است که HIV به خود سیستم ایمنی حمله می کند. وقتی ویروس HIV وارد بدن فردی شود به تدریج قدرت دفاعی بدن وی ضعیف می شود و این فرد در برابر انواع بیماری ها و عفونت ها حتی آنهایی که در حالت عادی بیماریزا نیستند آسیب پذیر می‌گردد.





**رفتارهای جنسی پرخطر شامل:

- داشتن شرکای جنسی متعدد
- تماس های جنسی نامعمول (تماس مقعدی و دهانی)
- متوسل شدن به خشونت در زمان تماس جنسی
- مصرف الکل، مواد مخدر و یا روانگردان قبل از برقراری تماس جنسی
- تماس جنسی محافظت نشده (عدم استفاده از کاندوم).

**علائم ابتلا به ایدز:



- تب
- خستگی
- گلودرد و سردرد
- درد عضلانی، درد مفصلی و تورم گره های لنفاوی
- جوش و دانه های پوستی
- کاهش وزن
- پنومونی یا ذات الریه
- تغییر ناخن ها
- عفونت های قارچی

**راه هایی که اچ آی وی نمی تواند منتقل شود:

-تنفس، سرفه و عطسه -حشرات، نیش یا گاز حیوانات
-بوسیدن، تماس پوستی یا دست دادن
-استفاده مشترک از لوازم آشپزی مانند بشقاب، قاشق و چاقو
-تماس با صندلی توالت یا سایر اشیاء عمومی مانند دستگیره در یا میله اتوبوس
-شنا در استخرهای عمومی یا حمام و حوله مشترک
-خوردن غذایی که توسط فرد مبتلا به اچ آی وی تهیه شده باشد.

**درمان ایدز:

علی رغم وجود داروهای پیشرفته جهت درمان ایدز، هنوز هیچ درمان قطعی برای این بیماری یافت نشده است و تا این لحظه تنها راه ایمن باقی ماندن، آلوده نشدن است.

برای پی بردن به میزان پیشرفت دارویی طی این سال ها به این مثال توجه کنید: امید به زندگی یک فرد ۲۴ ساله که آلوده به اچ آی وی شده است و برای وی درمان به موقع آغاز شده منجر به ادامه زندگی تا ۳۹ سال بعد می‌شود (یعنی تا ۶۳ سالگی زنده می‌ماند) و در واقع اکثر بیماران اچ آی وی مثبت به دلایلی بجز ایدز از دنیا می‌روند.

****پیشگیری از ایدز:**

- به منظور پیشگیری از سرایت بیماری از راه تماس جنسی
  - خویشتن داری و دوری از تماس های جنسی مشکوک در دوران تجرد
  - پای بند به اصول اخلاقی و خانوادگی پس از ازدواج
  - وفاداری به همسر و عدم بی بند و باری و پرهیز از انحراف جنسی و روابط جنسی غیرمطمئن
  - استفاده از کاندوم
  - اجتناب از رابطه جنسی مقعدی
  - آموزش رفتارهای جنسی به افراد به ویژه نوجوانان و جوانان
- کاهش احتمال سرایت آلودگی با کنترل خون و فرآورده های خونی
  - اجتناب از استفاده مجدد از سرنگ های یک بار مصرف و عدم استفاده از سرنگ های مشترک
  - استفاده نکردن از مسواک مشترک و به کار نبردن تیغ ریش تراش یک بار مصرف دیگران
- در حال حاضر تنها راه پیشگیری از سرایت آلودگی مادر به فرزند، عدم بارداری زن آلوده و استفاده از وسایل پیشگیری از حاملگی است.





آموزش به بیمار

کد ۱۶۴

پیشگیری از ایدز (HIV)

گردآوری و تنظیم: زیبا زرگرزاده (سوپروایزر آموزش سلامت)

تایید کننده: دکتر مهشید طالبی طاهر (متخصص بیماری های عفونی و گرمسیری، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران)



سال ۱۴۰۵

آدرس: خیابان ستارخان- خیابان نیایش- مجتمع آموزشی درمانی حضرت رسول اکرم (ص)- تلفن: ۶۴۳۵۱

http://hrmc.iums.ac.ir/