



ویژه گیرنده خدمت



این مجموعه مباحث کامل اچ آی وی است و به عنوان نسخه مادر است. متناسب با هر گروه هدف، مباحث میتواند کمتر و یا ساده تر شود. نسخه مربوط به هر هر گروه هدف توسط سازمانهای متبوع از این نسخه تهیه خواهد شد.

بیاید اچ آی وی را بهتر بشناسیم

ویژه - نسخه مادر

نسخه دوم - تابستان ۱۴۰۰

مرکز مدیریت بیماری های واکیروزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

پنجمین برنامه استراتژیک ملی کنترل عفونت اچ آی وی جمهوری اسلامی ایران
مجموعه دستورالعمل و اساندراد فعالیت های مرتبط با



زیرکیتة تخصصی آموزش و اطلاع رسانی





شناسنامه کتاب در برنامه استراتژیک:

این مجموعه در راستای نیل به هدف هفتم از استراتژی یازده (S1107)* چهارمین برنامه استراتژیک نوشته شده و از زیر ساخت‌های لازم برای رسیدن به اهداف آموزشی استراتژی اول است. مجموعه اول توسط گروه تخصصی آموزش و اطلاع رسانی با هدف آموزش مربیان تهیه و در تاریخ ۱۵ بهمن ماه ۱۳۹۵ توسط کمیته کشوری نظارت بر اجرای برنامه (SIP کشوری) تأیید و جهت بهره‌برداری به گروه‌های فنی SIP استانی ارسال شد.

این مجموعه در راستای هدف هفتم از استراتژی دوازدهم (S1207)* پنجمین برنامه استراتژیک بازبینی شده و در تاریخ ۶ شهریور ماه ۱۴۰۰ به تصویب کمیته SIP رسیده است.

***S1207: دستورالعمل‌های نحوه آموزش و اطلاع رسانی و محتوای آموزشی استاندارد در خصوص آموزش ماهیت بیماری و راه‌های پیشگیری با تمرکز بر کاهش استیگما به تفکیک گروه‌های هدف برنامه تهیه و دو سال یکبار مورد بازبینی قرار گیرد.**



تألیف:

دکتر هنگامه نامداری تبار

دکتر کتایون طایری

دکتر مریم سرگلزایی مقدم

ویراستاری:

سعیده زاهد انارکی - زهرا رجب پور

زیر نظر:

دکتر محمدمهدی گویا

اعضا کمیته کشوری نظارت بر اجرای برنامه (SIP) تایید کننده: (به ترتیب حروف الفبا)

دکتر نسرين بیات - تکتم خجسته - دکتر فرداد درودی - دکتر سید ابراهیم قدوسی - نسرين
گودرزی - دکتر مهدی قمبری محمدی - دکتر کامبیز محضری - مجید کاظمی - دکتر ناصر
سلیمانی - دکتر کیوان مختاری

با تشکر از همکاری: (به ترتیب حروف الفبا)

ماندانا تیرا - نازنین حیدری - حامد صفری - شهرزاد قربانی - مرضیه محبوبی - دکتر مهناز
معمدی - اعظم ولی پور



فهرست

۴	اهداف آموزشی و معرفی راهنمای آموزشی
۵	مقدمه
۵	آشنایی با سیستم ایمنی بدن
۵	۱. عامل بیماری اچ آی وی
۶	۲. راه انتقال اچ آی وی
۸	۳. اچ آی وی علامت ندارد
۱۲	۴ - تشخیص ابتلا به اچ آی وی
۱۴	۵- درمان
۱۵	۶- پیشگیری



اهداف آموزشی و معرفی راهنمای آموزشی

شما با مطالعه این مجموعه، مطالب زیر را فرا می‌گیرید:

- اچ آی وی یک بیماری عفونی قابل کنترل است.
- عامل ایجاد بیماری اچ آی وی را می‌شناسید.
- راه ورود اچ آی وی به بدن را یاد خواهید گرفت.
- علت اینکه اچ آی وی بدون علامت است را درک خواهید کرد.
- فرق بین اچ آی وی و ایدز را می‌دانید.
- نحوه تشخیص اچ آی وی را یاد خواهید گرفت.
- تأثیر مراقبت و درمان در طول عمر بیمار و پیشگیری از انتقال بیماری را یاد می‌گیرید.
- روش‌های پیشگیری از بیماری را یاد خواهید گرفت.



مقدمه:

اچ‌آی‌وی یک بیماری عفونی است که اغلب مردم آن را با نام ایدز می‌شناسند، در حالی که ایدز تنها مرحله انتهایی از بیماری اچ‌آی‌وی است، که اگر فرد به موقع و صحیح تحت مراقبت و درمان قرار گیرد، ممکن است تا آخر عمر اتفاق نیفتد. از آنجا که اچ‌آی‌وی یک بیماری عفونی است، بهتر است برای شناخت آن، در ابتدا با سیستم ایمنی بدن انسان آشنا شوید.

آشنایی با سیستم ایمنی بدن

در بدن ما، سیستم ایمنی وجود دارد که وظیفه‌اش محافظت از بدن در برابر هر عامل بیگانه‌ایی است که وارد بدن انسان می‌شود. گلبول‌های سفید یکی از اجزاء اصلی سیستم ایمنی بدن هستند.

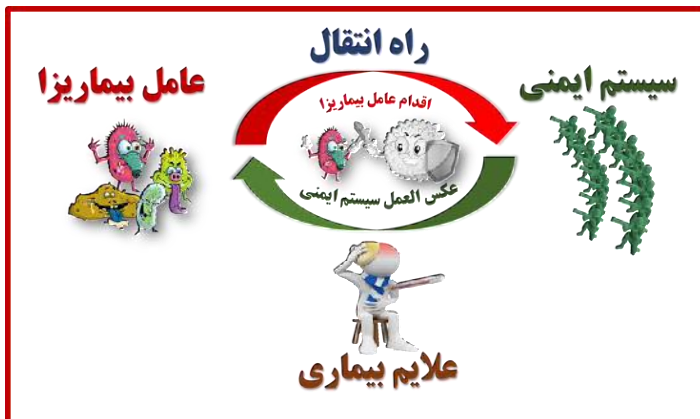
سیستم ایمنی بدن

یکی از اصلی ترین اجزا سیستم ایمنی بدن گلبول های سفید هستند که در خون و ترشحات وجود دارند و مانند سربازان یک ارتش ، وظیفه اصلی محافظت بدن در برابر عوامل بیگانه را بر عهده دارند .گلبول سفید به روش های زیر با عوامل بیگانه مقابله می کنند :

- مانع وارد شدن عوامل بیگانه به بدن می شود.
- عوامل بیگانه را از بین می برد .
- عوامل بیگانه را زندانی می کنند .

آشنایی با بیماری‌های عفونی: بیماری‌های عفونی، بیماری‌هایی هستند که به علت ورود یک عامل بیماری‌زا به بدن ایجاد می‌شوند. عامل بیماری‌زا وارد بدن شده و موجب آزرده‌گی قسمتی از بدن می‌شود. سیستم ایمنی نیز علیه این دشمن شروع به فعالیت می‌کند. این جنگی که بین عامل بیماری‌زا و سربازهای دفاعی بدن اتفاق می‌افتد، علائمی را ایجاد می‌کند که به کمک آن علائم می‌توانیم بیماری را تشخیص دهیم. پس اگر بخواهیم هر بیماری

عفونی را بشناسیم، باید بدانیم چه عاملی بیماری را ایجاد می‌کند، این عامل چگونه وارد بدن می‌شود و بعد از ورودش به بدن چه اتفاقی می‌افتد. به‌همین دلیل برای شناخت بیماری اچ‌آی‌وی نیز مانند سایر بیماری‌های عفونی باید اطلاعات زیر را داشته باشیم.





۱. عامل ایجاد عفونت اچ آی وی چیست؟

عوامل متعددی می توانند موجب ایجاد بیماری های عفونی شوند. چون اغلب عوامل بیماری زا آنقدر کوچک هستند که فقط با میکروسکوپ دیده می شوند به آنها میکروب می گویند. میکروبها انواع مختلفی دارند، بعضی ضعیف هستند و به راحتی از بین می روند، بعضی دارای ساختمان پیچیده ای هستند و بسیار قوی بوده و به راحتی از بین نمی روند. نوعی از میکروبها هم هستند که ساختمان



کاملی ندارند و هرگز به تنهایی قادر به ادامه حیات نیستند و برای ادامه زندگی لازم است حتما درون یک سلول زنده باشند، به این میکروبها "ویروس" می گویند.

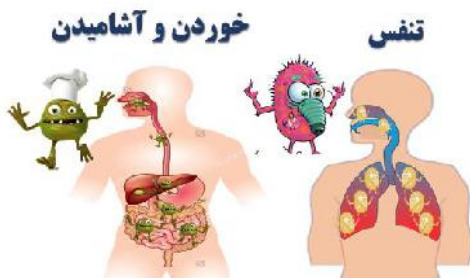
عامل ایجاد بیماری اچ آی وی نیز یک نوع ویروس به نام HIV (ویروس نقص ایمنی انسان) است. سلول زنده ای که ویروس اچ آی وی در آن زنده می ماند، گلبول سفید است.

گلبول های سفید در خون و ترشحات بدن وجود دارند و خارج از بدن در مدت کوتاهی از بین می روند. بنابراین ویروس اچ آی وی نیز در خارج از بدن در مدت کوتاهی از بین می رود. حرارت، الکل و مواد ضد عفونی کننده (مانند وایتکس) به راحتی می توانند باعث از بین رفتن ویروس شوند.

پس نتیجه می گیریم ویروس اچ آی وی فقط درون گلبول سفید زنده قادر به زندگی است در خارج از بدن به راحتی از بین می رود.

۲. راه انتقال اچ آی وی

شناخت راه ورود عوامل بیماری زا به بدن از اهمیت بسزایی برخوردار است، چرا که با شناخت آن و جلوگیری از ورود میکروب به بدن می توان زنجیره انتقال بیماری را قطع نمود و از ابتلاء افراد به بیماری جلوگیری کرد.



میکروبها از طرق مختلف می توانند به بدن انسان وارد شوند و اصولا هر عامل بیماری زایی بسته به این که به کدام قسمت بدن تمایل دارد، از راهی وارد می شود که امکان دسترسی به آن قسمت برایش فراهم باشد. مثلا میکروب آنفلوانزا از راه تنفسی وارد بدن شده و میکروب های مولد بیماری های اسهالی از طریق گوارشی و با خوردن و آشامیدن وارد بدن می شوند.



همان طور که اشاره شد مقصد ویروس HIV در بدن، گلبول های سفید خون هستند؛ پس مسلماً ویروس از راهی به بدن وارد می شود که بتواند به گلبول های سفید دسترسی داشته باشد. چون ویروس فقط داخل گلبول سفید زنده می ماند، پس تنها از راهی منتقل می شود که گلبول سفید منتقل شود. گلبول سفید هم فقط در خون و ترشحات بدن وجود دارد پس ویروس هم فقط از راهی می تواند وارد شود که خون و ترشحات محتوای ویروس به خون یا مخاط بدن فرد دیگری وارد شود. به این ترتیب ویروس اچ آی وی از ۳ راه اصلی زیر می تواند وارد بدن انسان شود:

- ۱- تزریق خون و فرآورده های خونی ۲- تماس جنسی ۳- از طریق مادر آلوده به کودک



پس نتیجه می گیریم ، ویروس اچ آی وی نسبت به سایر عفونت ها به راحتی انتقال نمی یابد و در روابط معمول بین انسانها منتقل نمی شود.

راه هایی که ویروس اچ آی وی از طریق آن ها منتقل نمی شود:



با توجه به توضیحات فوق از آن جا که ویروس اچ آی وی تنها در گلبول های سفید قادر به ادامه حیات است؛ لذا تنها از طریق منتقل می شود که گلبول سفید منتقل شود.

گلبول سفید هم فقط در خون و ترشحات جنسی است؛ پس همانطور که میکروب بیماری های اسهالی از طریق

تنفس منتقل نمی شود؛ ویروس اچ آی وی نیز از طریق تماس های عادی ذیل منتقل نمی شود.

👉 کار کردن با یکدیگر و زندگی دسته جمعی، هم صحبت شدن و معاشرت های اجتماعی یا تماس روزمره

با افراد آلوده مانند هم سفر بودن، هم کلاس بودن، نشستن در کنار یکدیگر

👉 از روابط عادی اجتماعی مثل سوار شدن در اتوبوس و تاکسی و استفاده از تلفن های عمومی

👉 غذا خوردن، آشامیدن و یا استفاده از قاشق و چنگال، لیوان و وسایل و ظروف غذاخوری

👉 اشک و بزاق و از راه هوا (عطسه و سرفه)

👉 استفاده از سرویس های بهداشتی مشترک مثل حمام، توالت و استخرهای مشترک



توسط حیوانات، حشرات و یا نیش آنها

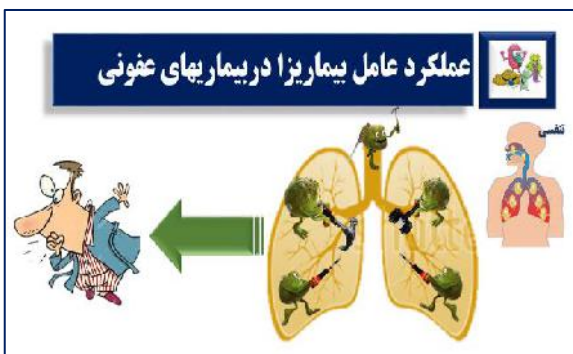
پس نتیجه می‌گیریم: نیازی به جدا سازی افراد مبتلا به اچ آی وی نیست



۳. علائم عفونت اچ آی وی

در بیماری‌های عفونی وقتی میکروبی وارد بدن می‌شود، چون باعث آزرده‌گی قسمتی از بدن می‌شود، سیستم ایمنی برای دفاع از بدن به مبارزه با میکروب اقدام می‌کند. این آزرده‌گی و یا واکنش سیستم ایمنی باعث می‌شود علائمی ایجاد شود.

مثلاً میکروب سرماخوردگی باعث آزرده‌گی‌های مخاط دستگاه تنفسی و ریه‌ها می‌شود؛ پس سرماخوردگی خود را به شکل سوزش گلو و بینی و سرفه نشان می‌دهد و یا در بیماری اسهالی، میکروب به جدار روده صدمه می‌زند و باعث دل‌درد و اسهال در فرد می‌شود.



اگرچه همه علائم بیماری‌های عفونی، مربوط به تخریب بدن توسط میکروب نیست. وقتی میکروب وارد بدن می‌شود، سیستم ایمنی آن را به عنوان دشمن می‌شناسد و برای از بین بردنش با میکروب وارد جنگ می‌شود. مانند ارتش



یک کشور که به جنگ دشمن می‌رود. سیستم ایمنی برای مقابله با میکروب‌ها موادی ترشح می‌کند که باعث ایجاد علائمی می‌شود؛ به عنوان مثال در سرماخوردگی سیستم ایمنی ماده‌ای به نام هیستامین ترشح می‌کند که خودش باعث آبریزش بینی و ... می‌شود.

پس از ورود ویروس HIV به بدن چه اتفاقی می‌افتد؟

اما در اچ‌آی‌وی داستان به شکل دیگری است؛ زیرا برخلاف اغلب عوامل بیماری‌زا ویروس اچ‌آی‌وی **هیچ آسیبی به بدن نمی‌زند**. فقط وارد گلبول سفید شده و از امکانات آن برای تغذیه و رشد خود استفاده می‌کند و هیچ قسمتی از بدن، حتی گلبول سفید را تخریب نمی‌کند؛ پس علامتی ندارد. از طرف دیگر چون جایی خراب نمی‌شود، سیستم ایمنی هم واکنشی نشان نمی‌دهد و به این ترتیب عفونت اچ‌آی‌وی بدون علامت است. به عبارت دیگر این ویروس وارد سلولی می‌شود که خود وظیفه از بین بردنش به‌عنوان یک موجود بیگانه را برعهده داشته است، درست مانند دشمنی که به جای آن که به یک کشور حمله کند، به شکل نامحسوس وارد پادگان آن کشور شده و از غذا و امکانات سربازهای آن پادگان استفاده کند. بدیهی است در این شرایط جنگی رخ نمی‌دهد و در حالت معمول کسی متوجه ورود دشمن نمی‌شود.

ویروس اچ‌آی‌وی هم، نه جایی را خراب می‌کند و نه سیستم ایمنی بر علیه آن عکس‌العملی نشان می‌دهد. **پس بیماری هیچ علامتی ندارد**. اگر چه بعد از مدتی ماده‌ای در خون ترشح می‌شود؛ مانند این که گلبول سفید با پلاکاردی اعلام می‌کند که میهمانی ناخوانده دارد؛ که آن هم هیچ علامتی ایجاد نمی‌کند و فقط نفع آن این است که در تشخیص آزمایشگاهی به ما کمک می‌کند.





پس نتیجه می‌گیریم: برخلاف سایر بیماریها، عفونت اچ آی وی هیچ علامتی ندارد و فرد مبتلا تا سالیان متمادی می‌تواند بدون هیچ علامت و مشکلی به زندگی معمول خود ادامه دهد

۴. تفاوت عفونت اچ آی وی و بیماری ایدز

ویروس اچ آی وی در گلبول سفید جایگزین می‌شود و با استفاده از امکانات گلبول سفید رشد و تکثیر می‌کند؛ به این ترتیب تا زمانی که گلبول سفید توان کافی داشته باشد ضمن آن که به وظایف خود در دفاع از بدن عمل می‌کند، امکانات لازم برای زنده ماندن و تکثیر ویروس اچ آی وی را در اختیار ویروس قرار می‌دهد. در این شرایط هیچ علامتی وجود ندارد.



اگر به هر دلیلی تعداد ویروس زیاد شود، توان گلبول سفید بیشتر صرف تغذیه ویروس شده و برای عملکرد خود توانش کاهش می‌یابد و به تدریج نمی‌تواند به صورت شایسته از بدن در مقابل سایر میکروبها دفاع کند.



با افزایش ویروسها، گلبولهای سفید مجبور می‌شوند همه توان خود را صرف تغذیه ویروس کرده و دیگر برای انجام وظایف خود رمقی ندارند. همانطور که اشاره شد وظیفه گلبولهای سفید، مقابله با میکروبها است. وقتی گلبول سفید رمق ندارد، اگر میکروب دیگری به بدن وارد گردد، بدن قادر به هیچ عکس‌العملی نیست و آن میکروب می‌تواند انسان را از پا درآورد.



در این مرحله، بیماریهای عفونی و سرطانهای غیرعادی در بدن فرد فرصت رشد و بیماریزایی پیدا می‌کنند. در اصل وقتی کارآئی گلبولهای سفید کاهش پیدا می‌کند، تمام میکروبهایی که در حالت عادی، بیماریهای ساده ای ایجاد می‌کردند و خیلی زود برطرف می‌شدند، می‌توانند عفونت‌های شدیدی ایجاد کنند. به این مرحله در



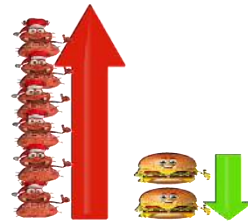
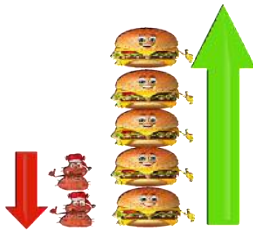
راهنمای رویکرد نوین آموزش اچ آی وی - ویژه گیرنده خدمت - نخبه‌دار

اصطلاح "ایدز" می‌گویند. پس ایدز زمانی است که به دلیل عفونت اچ‌آی‌وی گلبول‌های سفید توان مقابله با بقیه میکروب‌ها را ندارند و بدن در مقابل سایر عوامل بیماری‌زا بی‌دفاع می‌شود، علامتی هم که دیده می‌شود علامت سایر میکروب‌ها است. اما اگر فرد تحت مراقبت و درمان قرارگیرد ممکن است این اتفاق هرگز رخ ندهد.

ایدز در واقع آخرین مرحله عفونت اچ‌آی‌وی است که در صورتی اتفاق می‌افتد که سیستم ایمنی بدن به خاطر تغذیه و ویروس اچ‌آی‌وی نتواند در مقابل سایر میکروب‌ها از بدن دفاع کند.

از زمانی که ویروس اچ‌آی‌وی وارد بدن می‌شود تا زمانی که فرد وارد مرحله علامت‌دار ایدز شود، مدت زمان طولانی لازم است و در صورتی که فرد تحت مراقبت و درمان قرار گیرد این زمان می‌تواند تا آخر عمر فرد ادامه یابد. این مدت به دو عامل مهم بستگی دارد:

۱. **قدرت سیستم ایمنی:** هر چه توان و قدرت سیستم ایمنی بیشتر باشد، این مدت طولانی‌تر می‌شود و هر عاملی مانند عفونت‌های دیگر، سوءتغذیه و استرس که سیستم ایمنی را ضعیف کند می‌تواند این دوره را کوتاه کند.
۲. **تعداد ویروس وارد شده:** هر چه تعداد ویروس بیشتر باشد و هر چه تعداد ویروس بیشتری در هر بار مواجهه وارد بدن شود و اگر مواجهه مستمر باشد، مسلماً زودتر می‌تواند قوای سیستم ایمنی را کاهش دهد.



پس به این ترتیب در می‌یابیم، هر عاملی که قدرت سیستم ایمنی را افزایش دهد یا تعداد ویروس را کم کند می‌تواند زمان ورود به فاز علامت‌دار بیماری را عقب بیاورد و حتی ممکن است این مرحله تا آخر عمر نیز اتفاق نیفتد؛ و هر عاملی که قوای سیستم ایمنی را تضعیف کرده و یا تعداد ویروس را اضافه کند، رسیدن به مرحله علامت‌دار بیماری را تسریع خواهد کرد. مراقبت و درمان فردی مبتلا به اچ‌آی‌وی، با تقویت سیستم ایمنی و کاهش تعداد ویروس در خون فرد، باعث می‌شود مدت زمان بروز ایدز آن قدر طولانی شود که حتی تا آخر عمر فرد هم اتفاق نیفتد.



افزایش قدرت سیستم ایمنی



۵- تشخیص ابتلا به اچ آی وی

همان گونه که اشاره شد در دوران ابتلا به اچ آی وی فرد هیچ علامتی ندارد که بر اساس آن بتوان به اچ آی وی مشکوک شد. همین موضوع تشخیص اچ آی وی را با مشکل مواجه ساخته است. عده زیادی هستند که مبتلا هستند، اما خود نیز از وضعیت ابتلاء خود مطلع نیستند. مدتی بعد از ورود ویروس به بدن، گلبول های سفید به نشانه حضور ویروس ماده ای را در خون ترشح می کنند (آنتی بادی) که آن ماده هم هیچ علامتی ندارد؛ ولی با آزمایش قابل تشخیص است. از زمان ورود ویروس به بدن تا زمانی که گلبول های سفید این ماده را ترشح می کنند، مدتی بین دو هفته و گاه حتی سه ماه طول می کشد؛ که در این زمان علی رغم اینکه ویروس درون بدن فرد هست، حتی اگر فرد آزمایش هم بدهد جواب منفی خواهد بود. به این مدت زمان، دوران پنجره می گویند. توجه به این نکته بسیار حائز اهمیت است که با وجود دوران پنجره (مدت زمانی که ویروس وارد بدن شده، اما سطح آنتی بادی به حد قابل تشخیص در خون نرسیده است) و اینکه علی رغم آلودگی هنوز تست های آزمایشگاهی مثبت نشده است، هیچ گاه وجود یک آزمایش منفی دلیل قطعی برای عدم ابتلاء فرد نیست و به تواترهای زمانی مشخص بایستی مجدداً مورد مشاوره و آزمایش قرار گیرد. اما بعد از این دوران که آنتی بادی ترشح شود تا آخر عمر فرد در خونش باقی خواهد ماند. لذا تشخیص اچ آی وی فقط بر مبنای آزمایش خون است. اگر فرد تحت درمان قرار نگیرد و علائم ایدز آشکار شود نیز هم چنان آزمایش خون وی مثبت است.

پس نتیجه می گیریم : تنها راه تشخیص اچ آی وی آزمایش خون است که آنهم ممکن است در چند ماه اول ورود ویروس به بدن ممکن است به شکل کاذب منفی باشد .



راهنمای رویکرد نوین آموزش اچ آی وی - ویژه گیرنده خدمت - نسخه مادر



بر اساس این توضیحات از زمان ورود ویروس اچ آی وی به بدن انسان سه مرحله زیر وجود دارد:



دوره پنجره
علامت منفی - آزمایش منفی



HIV آنتی بادی

عفونت اچ آی وی
علامت منفی - آزمایش مثبت



HIV آنتی بادی

مرحله ایدز
علامت مثبت - آزمایش مثبت

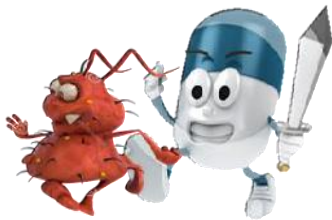


۶- درمان

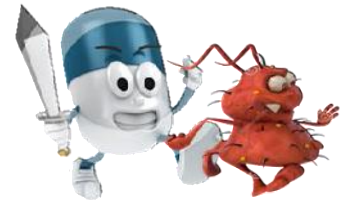
در اغلب بیماری‌های عفونی درمان شامل داروهایی است که موجب تضعیف و یا مرگ عوامل بیماری‌زا می‌گردند و بسته به اینکه عامل بیماری‌زا در چه سلول و یا ارگانی از بدن مستقر شده، اشکال و انواع داروهایی مورد استفاده قرار می‌گیرند که توان دستیابی به آن عامل را داشته باشند.



درمان بیماری اچ آی وی: تاکنون داروی موثری که بتواند ویروس را کامل از بین ببرد وجود ندارد. اما داروهای مناسبی وجود دارند که می‌توانند تعداد ویروس در خون را به شدت کم کرده و مانع پدید آمدن علائم مرحله ایدز شوند. در کنار این داروها فرد باید تحت مراقبت قرار گیرد تا عواملی که باعث تضعیف شدن سیستم ایمنی‌اش می‌شود نیز از بین برود.



مراقبت مستمر افراد مبتلا به اچ آی وی و درمان به موقع عفونت‌ها و بیماری‌های دیگر می‌تواند در به تعویق انداختن مرحله بیماری بسیار موثر باشد.



به گونه ای که در صورت مراقبت و درمان به موقع؛ ممکن است علائم بیماری ایدز تا پایان عمر بروز نکند.



پس نتیجه می‌گیریم: با مراقبت و دریافت دارو، بیماران می‌توانند سالیان متمادی زندگی عادی و بدون علامت را تجربه کنند

علاوه بر این، درمان عفونت اچ آی وی از منظر دیگری نیز بسیار حائز اهمیت است. دارو می‌تواند تعداد میکروب در خون و ترشحات را به قدری کاهش دهد که قابلیت سرایت به دیگران، نزدیک به صفر شود. لذا درمان در اچ آی وی علاوه بر بهبود وضعیت سلامت بیمار، به عنوان یکی از روش‌های اصلی پیشگیری محسوب می‌شود.



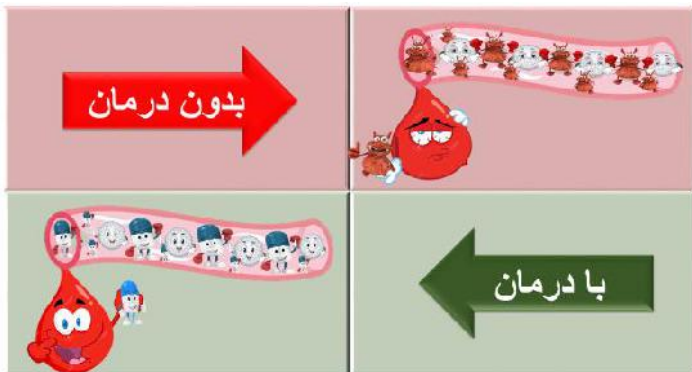
۷- پیشگیری

یکی از اصلی ترین روش های پیشگیری از بیماری های عفونی، راه هایی است که مانع ورود میکروب به بدن می شوند. این روش پیشگیری بسیار به راه انتقال بیماری وابسته است. به عنوان مثال می توان به استفاده از ماسک در بیماری های تنفسی و دستکش در بیماری های پوستی اشاره کرد.



پیشگیری از ابتلاء به اچ آی وی

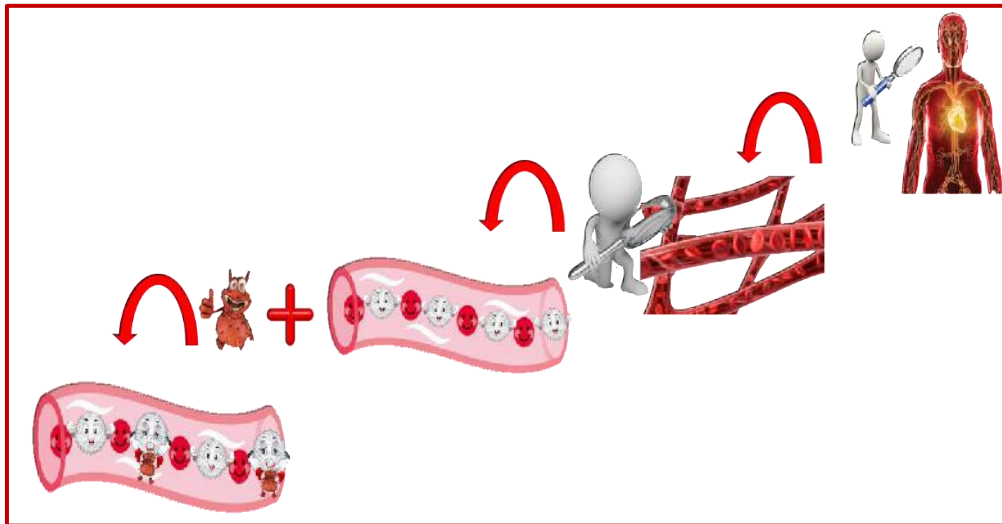
مانند همه بیماری های عفونی یکی از روش های پیشگیری، مانع شدن ورود ویروس به بدن فرد است. استفاده از سرنگ های یکبار مصرف در تزریق و کاندوم در روابط جنسی می تواند از راه های اصلی پیشگیری از انتقال بیماری باشد. اما همانطور که اشاره شد، یکی دیگر از روش های مهم پیشگیری از ابتلا به اچ آی وی، درمان افراد مبتلا است. دارو با کاهش ویروس در خون و ترشحات منجر می شود که حتی در صورت تماس اتفاقی با خون و ترشحات این افراد، ویروسی برای انتقال وجود نداشته باشد.





ایچ آی وی یک بیماری عفونی است که مخصوص گروه خاصی نیست.

بیماری ایچ آی وی مخصوص طبقه، قشر و یا گروه خاصی نیست، این بیماری یک بیماری عفونی است که اگر عامل آن وارد بدن هر کسی شود، آن فرد می تواند به بیماری مبتلا شود. چون ویروس درون گلبول های سفید خون و ترشحات جنسی وجود دارد و همه افراد دارای گلبول سفید در خون و ترشحاتشان هستند، پس هر کسی که با ویروس در تماس باشد، می تواند مبتلا به عفونت ایچ آی وی شود.



علی رغم اینکه ایچ آی وی مخصوص گروه خاصی نیست؛ بدیهی است هر کسی که بیشتر با خون و ترشحات جنسی سروکار داشته باشد، بیشتر احتمال دارد با ویروس در تماس بوده و به بیماری ایچ آی وی مبتلا شود، اما این بدان معنی نیست که فقط این افراد مبتلا به ایچ آی وی می شوند:

- 👉 کسانی که با سرنگ و سرسوزن های مشترک تزریق می کنند.
- 👉 کسانی که روابط جنسی دارند و از کاندوم استفاده نمی کنند؛ خصوصاً اگر روابط جنسی با افرادی باشد که احتمال ابتلاء بیشتری دارند.
- 👉 اگر فرد بیماری مقاربتی داشته باشد با احتمال بیشتری ممکن است در روابط جنسی به عفونت ایچ آی وی مبتلا شود.
- 👉 نوزادان مادران مبتلا به HIV نیز، اگر مادر تحت درمان نباشد، ممکن است مبتلا شوند.
- لذا هرگونه اقدامی که مانع تماس خون و ترشحات جنسی افراد با هم شود، می تواند احتمال ابتلا به ایچ آی وی را کاهش دهد:
- 👉 کسانی که تزریق می کنند از سرنگ و سرسوزن های یکبار مصرف و شخصی استفاده کنند.
- 👉 افراد در روابط جنسی از کاندوم استفاده کنند؛ خصوصاً اگر روابط جنسی با افرادی باشد که احتمال ابتلاء بیشتری دارند.



اگر فرد بیماری مقاربتی دارد سریعاً برای درمان آن اقدام کند.

با درمان به موقع مادران باردار می‌توان مانع ابتلا کودک شد، لذا مادران باردار، برای اچ آی وی آزمایش شوند و اگر مبتلا به اچ آی وی هستند تحت درمان قرار گرفته و به نوزاد خود شیر ندهند.

جمع بندی:

۱. عامل بیماری زای اچ آی وی ویروسی شناخته شده است.
 ۲. این ویروس، میکروب مقاومی نیست و در خارج از بدن به راحتی با مواد ضد عفونی کننده معمولی از بین می‌رود.
 ۳. چون فقط درون گلبول‌های سفید زندگی می‌کند؛ پس فقط از طریق خون و ترشحات منتقل می‌شود؛ پس در روابط معمولی و اجتماعی به راحتی منتقل نمی‌شود و فرد مبتلا هیچ خطری در زندگی معمولی برای دیگران ندارد.
 ۴. حتی اگر فردی مبتلا بشود، به شرطی که تعداد ویروس‌های بیشتری وارد بدنش نشود و تحت مراقبت قرار گیرد می‌تواند سال‌های متمادی بدون علامت باشد.
 ۵. با دریافت دارو و مراقبت‌های به موقع می‌توان سطح ویروس در خون را به شدت پایین آورد و خطر انتقال بیماری به دیگران را به نزدیک صفر رساند.
- با توجه به مطالب پیشگفت به نظر می‌رسد اچ آی وی یک بیماری عفونی است که در صورتی که تشخیص داده شده و تحت مراقبت قرار گیرد به راحتی قابل کنترل است.