

برای آگاهی از سلامتی خود،
من هم آزمایش HIV می‌دهم

WORLD
AIDS
DAY

۱۲ نکته از ایدز

مرور کنیم، به یاد بسپاریم، به دیگران آموزش دهیم

✓ به خاطر بسپاریم این بیماری به شیوه‌های مختلف منتقل می‌شود، پس افراد مبتلا همیشه افرادی غیراخلاقی و منحرف نیستند.

✓ افراد مبتلا به HIV (یا ایدز) حق زندگی کردن دارند و نباید آنها را طرد کرد.

✓ امکان ابتلا به ویروس HIV حتی با یکبار رفتار پرخطر نیز وجود دارد.

✓ نیش پشه‌ها و حشرات نمی‌تواند ناقل HIV باشد.

✓ ویروس HIV، از طریق دست دادن، روبوسی و تماس‌های عادی روزانه منتقل نمی‌شود.

✓ حتی افراد HIV مثبت نیز، برای پیشگیری از ورود بیشتر این ویروس، بایستی از رفتارهای پرخطر پرهیز و ارتباط جنسی محافظت شده داشته باشند.

✓ این بیماری در مرحله HIV مثبت، نشانه‌های ظاهری ویژه‌ای ندارد؛ بنابراین افراد مبتلا در این مرحله، از روی ظاهر، قابل تشخیص و تمییز نیستند.

✓ حتی وقتی دو شریک جنسی مبتلا به HIV (یا ایدز) باشند، باز هم باید روابط جنسی محافظت شده داشته باشند تا از عفونت بیشتر پیشگیری کنند.

✓ فقط خون، ترشحات جنسی، شیر مادر آلوده و سرنگ آلوده به خون ویروس را منتقل می‌کنند، بنابراین بزاق، اشک و عرق بدن انتقال‌دهنده این ویروس نیستند.

✓ در حال حاضر برای این بیماری درمان قطعی وجود ندارد ولی درمان‌های جدید و مؤثری برای این بیماری وجود دارد که ورود به مرحله ایدز را به تأخیر می‌اندازد.

این داروها سرعت تکثیر ویروس را کند می‌کند و امید زندگی طولانی‌تری را برای افراد مبتلا به ارمغان می‌آورد.

✓ زنان و دختران به دلیل ساختار بدنی، در برابر ابتلا به ایدز آسیب‌پذیرترند.

۸ راه‌های انتقال ویروس HIV عبارت است از:

⚠ انتقال از طریق خون و فرآورده‌های خونی. مانند؛ تزریق خون آلوده، استفاده از سوزن و سرنگ مشترک

⚠ آلوده‌شدن به خون باقی‌مانده در روی وسایل مورد استفاده در طب سوزنی، جراحی، خالکوبی و غیره.

⚠ انتقال از طریق تماس جنسی، شامل هر نوع تماس جنسی محافظت نشده با شخص آلوده به HIV.

⚠ انتقال از طریق مادر آلوده به HIV به کودک، در طول بارداری، زایمان و شیردهی.

۹ رفتارهای پرخطر که احتمال انتقال HIV را بیشتر می‌کند عبارت‌اند از: روابط جنسی محافظت نشده با افراد متعدد یا افراد مبتلا، استفاده از نوشیدنی‌های الکلی، مواد مخدر و محرک که قدرت تصمیم‌گیری و انتخاب درست را از فرد سلب می‌کند، استفاده از سرنگ و سوزن مشترک برای تزریق و به کار بردن وسایل بزنده مشترک.

۱۰ علائم اولیه پس از ورود ویروس HIV به بدن، عبارت است از: تب، گلودرد، بثورات پوستی و تورم غدد لنفاوی. این علائم به سرعت از بین می‌روند و فرد مدت‌ها بدون علامت می‌ماند و به ظاهر سالم به نظر می‌رسد.

۱۱ علائم اصلی ابتلا به ایدز عبارت است از: کاهش بیش از ده درصد وزن بدن، تب به مدت بیش از یک ماه، اسهال مزمن به مدت بیش از یک ماه، خستگی شدید و پایدار. البته به خاطر داشته باشید این علائم با برخی بیماری‌های دیگر شباهت دارد، بنابراین لزوماً وجود این نشانه‌ها، دال بر ابتلا به بیماری ایدز نیست.

۱۲ برای پیشگیری از انتقال جنسی ویروس HIV الفبای زیر را دنبال کنید:

- A - Abstinence **پرهیز و خویشنداری**
- B - Be faithful **پابندی و تعهد**
- C - Condoms **استفاده از کاندوم**

۱ نام دقیق بیماری ایدز، Acquired Immune Deficiency Syndrome، سندرم نقص ایمنی اکتسابی است که به صورت مخفف AIDS نامیده می‌شود.

۲ این بیماری ناشی از ورود ویروس HIV به بدن است؛ HIV، مخفف Human Immune Deficiency Virus به معنای ویروس ضعیف‌کننده سیستم ایمنی انسان است.

۳ زمانی که ویروس HIV وارد بدن می‌شود، به گلبول‌های سفید خون می‌چسبد؛ به تدریج گلبول‌های سفید را تخریب و نابود می‌کند و بدین ترتیب سیستم ایمنی انسان ضعیف می‌شود و در مقابل عفونت‌های احتمالی بدون دفاع می‌گردد.

۴ فاصله بین عفونت و آلودگی به ویروس HIV و شروع بیماری ایدز در افراد متفاوت است، ولی حدود ۶۰ درصد افراد آلوده به HIV، ۱۲ الی ۱۳ سال بعد از ورود ویروس وارد مرحله ایدز می‌شوند. در واقع پس از آنکه ویروس HIV در بدن تکثیر می‌شود، تخریب سلول‌های دفاعی ادامه می‌یابد و زمانی که سلول‌های دفاعی در حد خاصی از بین رفتند، علائم بیماری AIDS ظاهر می‌شوند.

۵ تنها راه تشخیص ویروس HIV آزمایش خون است. هنگام ورود HIV به بدن، نوعی پادتن تولید می‌شود، وجود یا فقدان پادتن در جریان خون آزمایش HIV را معنا می‌کند. هنگامی که پادتن در خون وجود داشته باشد، خون را HIV مثبت می‌نامند.

۶ پادتن‌های HIV معمولاً به ۲ تا ۳ ماه زمان نیاز دارند تا به جریان خون وارد شوند. در این مدت که «دوره پنجره‌ای» نامیده می‌شود، نتیجه آزمایش خون همیشه منفی است؛ یعنی اگر فرد آلوده به ویروس HIV شده باشد ولی در دوره پنجره‌ای باشد، جواب آزمایش وی منفی می‌شود، زیرا هنوز پادتن‌های HIV وارد خون نشده‌اند.

۷ وقتی فرد در دوره پنجره‌ای قرار دارد، ویروس در بدن او هست و در صورت عدم رعایت، احتمال سرایت به دیگران وجود دارد؛ با آنکه جواب آزمایش خون منفی است. پس حتماً باید از یک رفتار پرخطر حدود ۳ ماه بگذرد تا جواب آزمایش قابل استناد و معتبر باشد.

