

## بیماری ایدز چیست؟

بیماری ایدز (AIDS) یا همان سندرم نقص ایمنی اکتسابی توسط ویروس اچ ای وی منتقل می‌شود. این ویروس سلول‌های ایمنی بدن را ضعیف می‌کند تا جایی که دیگر توان مبارزه با بیماری‌های جزئی را نخواهد داشت. ویروس HIV با اثرگذاری بر گلبول‌های سفید بدن که نقش مهمی در مبارزه با انواع عفونت برعهده دارند، مقاومت بدن را در برابر عوامل بیماری‌زا می‌گیرد و به راحتی بیمار می‌شوند. سال‌های زیادی طول می‌کشد تا فرد مبتلا به این بیماری پس از تضعیف کامل سیستم ایمنی به مرحله بیماری ایدز برسد. ایدز آخرین و جدی‌ترین مرحله عفونت اچ ای وی است.

در صورت عدم درمان، عفونت HIV در طی چهار مرحله پیشرفت می‌کند:

۱- مرحله عفونت HIV حاد

۲- مرحله نهفتگی بالینی (بدون علامت)

۳- مرحله علامت دار اولیه

۴- مرحله علامت دار (ایدز)

## علل بیماری:

علت بیماری نوعی ویروس نقص ایمنی انسانی یا HIV می‌باشد. این ویروس از طریق رابطه جنسی محافظت نشده، تماس با خون آلوده، و یا حین زایمان و شیردهی منتقل می‌شود.

## عوامل خطر:

- داشتن رابطه جنسی محافظت نشده (بدون کاندوم)
- استفاده از سرنگ و سوزن مشترک خصوصا در معتادان تزریقی
- داشتن شرکای جنسی متعدد و عدم رعایت اصول اخلاق و بی بندوباری جنسی

- افرادی که مبتلا به بیماری‌های منتقله از راه جنسی هستند.
- افرادی که با فرد معتاد تزریقی و یا دارای عوامل خطر ذکر شده روابط جنسی دارند.

## علائم و نشانه های بیماری

### مرحله یک: عفونت اچ آی وی حاد

طی دو تا چهار هفته از زمان آلوده شدن با ویروس، نشانه های شبه آنفلوآنزا در بسیاری از افراد پدیدار می‌شود. این نشانه ها شامل: درد مفاصل و عضلات، خستگی، تب، گلودرد، راش پوستی، تورم غدد لنفاوی و تعریق شبانه می‌باشد.

### مرحله دوم: مرحله نهفتگی بالینی یا بدون علامت

فرد در این مرحله هیچ علامتی ندارد و این مرحله ممکن است تا ۱۰ سال طول بکشد.

### مرحله سوم: مرحله علامت دار اولیه

در این مرحله علائم اولیه ذکر شده شدت گرفته و با دفعات بیشتری بروز می‌کند. این علائم شامل: کاهش وزن، کم خونی، تب مدام، عفونت های مکرر تنفسی، ضایعات پوستی و درد های مفاصل می‌باشد.

### مرحله چهارم: مرحله علامت دار یا ایدز

در واقع عنوان ایدز به این مرحله اطلاق می‌شود، یعنی زمانی که بیماری شدت پیدا کرده و سیستم دفاعی بدن قادر به مقابله با عفونت های فرصت طلب نمی‌باشد بنابراین شخص به بیماریها و عفونت هایی مبتلا می‌شود که در حالت طبیعی و در صورتی که سیستم دفاعی بدن سالم بود به آن مبتلا نمی‌شد.

در صورتیکه تماس جنسی مشکوک بدون حفاظت داشتید و یا با بیمار مبتلا به ایدز مواجهه خونی شدید در کمتر از ۴۸ ساعت بایستی به درمانگاه بیماری های رفتاری بیمارستان امام خمینی جهت پیگیری ها و دریافت داروهای پیشگیری مراجعه کنید.

این بیماریها با علائم زیر بروز پیدا می‌کند:

- سرفه، تنگی نفس
- اسهال
- زخمهای پوستی و خارش یا تحریک پوست
- تب شدید
- تاری دید
- سفتی گردن
- گیجی و اختلال هوشیاری
- کاهش وزن
- سوزش و درد در دست و پا
- خستگی شدید
- زونا
- سر درد
- تورم غدد لنفاوی
- عفونت قارچی دهان (برفک)

## راه های انتقال ایدز

- این بیماری به روش های مختلفی از جمله مایعات بدن یا فرد به فرد منتقل می‌شود. راه های انتقال بیماری ایدز عبارت است از:
- رابطه جنسی واژینال یا مقعدی (رایج ترین راه انتقال)
  - استفاده مشترک از سوزن ها، سرنگ ها و سایر ابزار مواد مخدر تزریقی
  - استفاده مشترک از تجهیزات خالکوبی بدون استریل شدن
  - انتقال مادر باردار به جنین یا انتقال در زمان زایمان به نوزاد
  - دوران شیردهی

در آغوش گرفتن، بوسیدن، رقصیدن و یا دست دادن با کسی

که مبتلا به HIV یا ایدز است شما را مبتلا به این ویروس

نمی‌کند.

## تشخیص بیماری:

آزمایش ایدز نسل چهارم الیزا، برای تشخیص این بیماری دقت بالایی دارد. این دقت به دلیل توانایی تشخیص همزمان آنتی ژن و آنتی بادی است. در دوره های اولیه ی عفونت که آنتی بادی ها هنوز به سطح قابل تشخیص نرسیده اند، وجود آنتی ژن R24 به کمک می آید.

## آیا ایدز درمان دارد؟

در حال حاضر بیماری ایدز هیچ درمانی ندارد، اما راه کارهای زیادی برای کاهش علائم و جلوگیری از پیشرفت آن شناخته شده است.

درمان اچ ای وی با ترکیبی از داروهای خوراکی است که به صورت روزانه و مادام العمر مصرف می شود و که به آن درمان ضد رتروویروسی می گویند. که از تکثیر ویروس جلوگیری می کند.

## مراقبت از خود در صورت ابتلا به ایدز:

- \* در صورت ابتلا به ایدز لازم است هر ۳ تا ۶ ماه آزمایش خون و ویزیت پزشک متخصص شوید.
- \* داروهای تجویز شده توسط پزشک را با دقت مصرف کنید.
- \* از مصرف مخدر، الکل، تنباکو و قلیان که باعث آسیب بیشتر به سیستم ایمنی می شود خودداری کنید. همچنین مصرف مواد فوق موجب آسیب بیشتر به کبد، قلب و ریه می شود.
- \* در هنگام داشتن رابطه جنسی افراد مبتلا بایستی بهداشت را رعایت کرده و حتما از وسایل حفاظتی مانند کاندوم استفاده نمایند.
- \* فرد مبتلا باید بیماری خود را به همسر یا شریک جنسی خود اطلاع دهد و آنها را تشویق کند تا تست خون از نظر HIV انجام دهند.

گاهی پزشک جهت پیشگیری از گرفتن بیماری، به همسر یا شریک جنسی وی داروهایی را تجویز می کند تا از خطر ابتلا به بیماری کاسته شود.

\* از به اشتراک گذاشتن وسایل شخصی مانند ریش تراش، حوله و ... خودداری کنید زیرا با به اشتراک گذاشتن وسایل شخصی احتمال انتقال بیماری به فرد دیگر وانتقال سایر بیماری ها به فرد مبتلا به ایدز بیشتر می شود.

\* واکسیناسیون بیمار باید کامل و به روز باشد، از جمله واکسن هپاتیت A و هپاتیت B و پنوموکوک و آنفلوانزا

\* خوردن غذاهای سالم و به دور از آلودگی، تمرینات ورزشی و خواب کافی توصیه می شود.

\* از خوردن غذاهای خام و نپخته و سبزیجات خام و لبنیات غیر پاستوریزه خودداری کنید.

\* آب آشامیدنی باید سالم و به دور از آلودگی باشد.

\* از شنا کردن در آبهای آلوده خودداری کنید.

\* ویزیت دندانپزشک به صورت منظم، مسواک کردن و استفاده از نخ دندان توصیه می شود.

\* مشاوره با روان پزشک و مددکار اجتماعی برای یافتن خدمات بیشتر و حل مشکلات بیمار

\* خانواده و دوستان بیمار مبتلا باید از وی حمایت کنند و از سرزنش و تحقیر بیمار خودداری کنند.

\* در صورت استفاده از سرنگ حتما در ظروف پلاستیکی محکم دفع کرده و درب آن را محکم ببندید.

## درمورد بیماری ایدز چه می دانید؟

