

ایدز چیست؟

این بیماری عفونی در اثر ویروس نقص ایمنی انسانی یا HIV ایجاد می‌گردد.

این ویروس به سیستم دفاعی بدن حمله کرده، شخص را در برابر انواع بیماریها بی‌دفاع ساخته و بالاخره فرد را در اثر عفونت یا سرطان از بین می‌برد.

از زمان ورود ویروس ایدز به بدن تا شروع علائم بالینی ممکن است ۱۰ سال یا بیشتر طول بکشد که در این مدت فرد ظاهراً سالم است ولی قدرت انتقال بیماری را به سایرین دارد.

راههای انتقال بیماری

✚ خون و فرآورده‌های خونی آلوده از مهمترین راههای سرایت بیماری است. انتقال خون، وسایل پزشکی آلوده، تیغ ریش تراشی، مسواک و سرنگ آلوده می‌توانند بیماری را از فرد مبتلا به دیگران منتقل نمایند.

✚ اعمالی مثل خالکوبی (تتو)، سوراخ کردن گوش، حجامت و طب سوزنی نیز در صورتی که از وسایل غیر استریل استفاده شود از راههای مهم انتقال بیماری است.

✚ در کشور ما بیشترین راه انتقال از طریق استفاده از سرنگ مشترک در معتادان تزریقی گزارش شده است.

✚ راه دیگر انتقال بیماری تماس جنسی با فرد آلوده به ویروس ایدز است. این طریق انتقال بیشتر در کسانی که روابط جنسی کنترل نشده (روابط جنسی زیاد با افراد متعدد) دارند دیده می‌شود. در دنیا این راه انتقال بیشترین افراد آلوده را در برمی‌گیرد. در ایران این دومین راه انتقال می‌باشد.

✚ انتقال ویروس ایدز از مادر آلوده به فرزند در هنگام حاملگی، در حین زایمان و پس از آن (شیردهی) نیز وجود دارد.

تماسهای عادی مثل بوسیدن و در آغوش گرفتن یا از راه آب و غذای آلوده، عطسه و سرفه، استخر و حمام و... منتقل نمی‌شود.

علائم ایدز چیست؟

در مرحله اول بیماری که سه تا شش هفته بعد از ورود ویروس به بدن است. سرماخوردگی، بی‌اشتهایی، کاهش وزن، تب، گلودرد، درد مفاصل و عضلات، سردرد و... ظاهر می‌شود. این مرحله در عرض ۳-۱ هفته پایان یافته و بیمار ظاهراً بهبودی خود را باز می‌یابد.

مرحله دوم که دوره نهفتگی یا بدون علامت گفته می‌شود ممکن است ۱۰-۸ سال طول بکشد که شخص ظاهراً سالم ولی ناقل بیماری است.

✚ بعد از طی این زمان و با کاهش قدرت ایمنی بدن آماده ابتلا به انواع عفونتها و سرطانهایی می‌شود که به طور معمول در افراد مشاهده نمی‌گردد.

✚ این بیماریها عبارتند از بیماریهای ریوی، اسهالهای شدید و مزمن، زخمهای متعدد در دستگاه گوارش، کاهش وزن شدید در حد ۱۵-۱۰ درصد، تب های طولانی، تعریق شبانه، خستگی و بی‌حالی، گاهی بزرگی غدد لنفاوی و طحال، بیماریهای عصبی و مغزی، مشکلات پوستی، ثورات جلدی و اختلالات شخصیتی.

✚ این مشکلات، بیمار را به سمت، سوء تغذیه و عفونت‌های شدید پیش می‌برد و نهایتاً او را از پای در خواهد آورد.

راههای جلوگیری از سرایت بیماری

چه هستند؟

واکسن بیماری ایدز هنوز موجود نیست گرچه تحقیقات زیادی در مورد آن در حال انجام است.

مهمترین راههای پیشگیری بیماری

رعایت نکات زیر است

- از وسایل تیزی که ممکن است به خون فرد مبتلا آلوده شده باشد (مثل تیغ ریش تراشی، مسواک و...) به صورت مشترک استفاده نکنید (به خصوص در محل‌های عمومی مثل آرایشگاه‌ها)



یا من اسم دواء و ذکره شفاء



آموزش بیمار

آشنایی با

بیماری ایدز

کد محتوا: ۳۶۸

<http://www.Alzahra.mui.ac.ir>

تلفن پیام گیر: ۰۳۱۳۶۲۰۲۰۰۸

ایمیل: a.Salamat@azh.mui.ac.ir

تغذیه صحیح و روشهای مقابله با مشکلاتی که سر راه غذا خوردن وجود دارد، در کاهش سوء تغذیه و عفونتها مؤثر است. لذا مشاوره با یک متخصص تغذیه به بیمار کمک می کند.

جامعه و اطرافیان در حفظ روحیه فرد مبتلا کوشا باشند تا فرد بتواند با بیماری خود کنار آمده مراحل درمان را طی نماید.

استفاده از داروهای تجویز شده توسط پزشک در افزایش قدرت ایمنی بیمار مؤثر است. لذا فرد مبتلا باید زیر نظر پزشک متخصص عفونی باشد و مشکلات خود را با او در میان گذارد.

داشتن یک فعالیت ورزشی سبک در افزایش قدرت ایمنی فرد و حفظ روحیه او مؤثر است.

پیشگیری برای اطرافیان بیمار

جدا سازی فرد مبتلا به اچ ای وی (HIV) لازم نیست.

افراد خانواده فرد مبتلا باید در زمینه راههای انتقال و پیشگیری، مراکز ارائه دهنده خدمات مراقبتی و چگونگی کمک به بیماران خود آموزشهای لازم را دریافت کنند.

شرکاء جنسی این بیماران باید تحت مشاوره و آزمایش داوطلبانه قار گیرند. در صورت منفی بودن، این آزمایش هر سه ماه یکبار تکرار شود.

تهیه کننده: منیژه شمس "کارشناس بهداشت"

منبع: راهنمای جامع نظام مراقبت های بیماریهای واگیر وزارت بهداشت

درمان و آموزش پزشکی معاونت بهداشت ۱۳۹۱ زیر نظر دکتر گویا

مشاور علمی: دکتر سید کامیار مصطفوی زاده "متخصص بیماریهای عفونی"

طراحی و تدوین: محمود نصر اصفهانی "سوپروایزر آموزش سلامت"

بروز رسانی دفتر آموزش سلامت الزهرا(س) مرداد ۱۳۹۹



پایبندی به اصول اخلاقی، پیوند زناشویی، اجتناب از رفتارهای پرخطر و ازدواج به موقع از راههای مهم پیشگیری از ایدز است.

از سرنگهای آلوده استفاده نکنید. اعتیاد بالای خانمانسوز جوامع است. کاهش اعتیاد (و به خصوص اعتیاد تزریقی) از عوامل مؤثر در پایین آوردن میزان بیماری در سطح جامعه است.

اماکن پزشکی از جمله مطبها، دندانپزشکیها و... بایستی در استریل کردن وسایل خود کمال دقت را بنمایند. همچنین فرد آلوده به ایدز موظف است کادر درمانی و پزشکی را از بیماری خود مطلع سازد تا نسبت به بهتر استریل کردن وسایل استفاده شده و مراقبت از خود اقدام کنند.

مراکزی که به امر طب سوزنی، خالکوبی (تتو) حجامت و سوراخ کردن گوش فعالیت دارند بایستی از وسایل استریل و یا یکبار مصرف استفاده نمایند.

مردان مبتلا به ایدز برای جلوگیری از سرایت آن به همسر، بایستی در روابط جنسی از کاندوم استفاده نمایند.

بهتر است افراد مبتلا به این بیماری از بچه دار شدن و شیر دادن بچه بپرهیزند.

فرد بیمار چه باید بکند؟

باز هم متذکر می شویم که ایدز درمان قطعی ندارد و رعایت پاره ای از نکات می توان علائم و عوارض آن کاهش داده طول عمر بیمار را افزایش داد.

