



دانشتیی های ایدز

(۱۸ ماه می مصادف با ۲۸ اردیبهشت روز جهانی آگاهی از واکسن ایدز)



معاونت دانشجویی و فرهنگی

دفتر مشاوره و سلامت دانشگاه تربیت مدرس

اردیبهشت ۱۴۰۰

AIDS مخفف عبارات Immune Deficiency Syndrome Acquired و

به معنی «سندرم نقص ایمنی اکتسابی» می باشد که یک بیماری پیشرونده غیر قابل درمان است و علت آن ویروسی به نام HIV است، این بیماری از سال ۱۹۸۶ به عنوان یک بیماری جدید و مشخص شناسایی شد.

در حال حاضر هر دقیقه ۱۶ نفر در جهان به این ویروس آلوده می شوند. بیش از ۹۰ درصد موارد آلودگی مربوط به کشور های جهان سوم و در حال توسعه است. ایدز در حال حاضر چهارمین علت مرگ و میر بشری باشد که پیش بینی می شود تا سال ۲۰۱۰ مقام اول را از آن خود نماید .

زمانی که ویروس ایدز وارد بدن می شود ، سلول های سیستم ایمنی را که نقش اصلی در دفاع از بدن در مقابل عوامل بیماری زا ایفا می کنند ، مورد حمله قرار می دهد و آنها را تخریب می کند . در نتیجه دفاع بدن در مقابل انواع عوامل بیماری زا ضعیف شده و میکروب هایی که در حالت عادی هیچ عارضه ای در فرد ایجاد نمی کنند ، به ناگاه بیماری های شدید و کشنده را باعث می شوند و فرد مبتلا نسبت به ابتلا به انواع بیماری های عفونی حساس می شود . گاهی از زمان ورود ویروس به بدن تا بروز علائم بیماری ماهها و یا سالها طول می کشد. یعنی چه بسیاری افراد به ظاهر سالمی که در واقع ناقل ویروس ایدز هستند و می توانند دیگران را آلوده کنند . شایع ترین راه انتقال ایدز در ایران استفاده از سرنگ آلوده توسط معتادین تزریقی ، روابط نامشروع جنسی و یا انتقال خون آلوده است . در کل باید دانست ترشحات بدن فرد آلوده انتقال دهنده این ویروس به دیگران است. حتی ثابت شده است مادر آلوده از طریق شیر دادن به نوزاد خود می تواند بیماری را منتقل کند . در ایران حدود ۶۰۰۰ بیمار شناخته شده وجود

دارد که مطمئناً آمار واقعی بسیار بالاتر از اینهاست . به دلیل خدمات ناچیزی که به بیماران مبتلا به ایدز ارائه می شود و همچنین به علت تصورات نادرست حاکم بر جامعه که به این بیماران نه به عنوان یک بیمار نیازمند به کمک بلکه به عنوان یک مجرم محکوم به اعدام نگریسته می شود ، بیماران تمایلی به معرفی خود ندارند . این تصور نا بخردانه بزرگترین ضربه را به خود جامعه وارد می کند . زیرا تا زمانی که افراد مبتلا از وا همه طرد شدن از خانواده و جامعه از مراجعه به مراکز بهداشتی و درمانی خودداری می نمایند، به عنوان منابع بالفعل بیماری تسری دهنده آن در سطح جامعه خواهند بود و روز به روز بر شمار مبتلایان افزوده خواهد شد.

باید دانست که هر فرد آلوده به ویروس اچ-آی-وی ، الزاماً مبتلا به ایدز نیست بلکه باید یکسری معیارهای شاخص ایدز را بروز دهد تا بگوییم به ایدز مبتلا شده است . تنها نیمی از افراد آلوده به ویروس اچ-آی-وی ، در طی ۱۰ سال به سندرم ایدز مبتلا می شوند . این فاصله زمانی از فردی به فرد دیگر متفاوت است و به عوامل زیادی منجمله وضعیت سلامتی فرد و عادات بهداشتی وی ارتباط دارد . امروزه به کمک بعضی از داروها می توان این فاصله را طولانی تر کرد .

آزمایشاتی که بطور معمول برای تشخیص این عفونت بکار می رود ، براساس جستجوی آنتی بادی های ایجاد شده توسط بدن در برابر ویروس اچ-آی-وی استوار است . میزان این آنتی بادی ها در اکثر مردم در طی ۳ ماه پس از عفونت قابل شناسایی است . (بطور متوسط حدود ۲۵ روز پس از تماس) . اما در بعضی موارد ممکن است این زمان به ۶ ماه هم برسد . بنابراین در حال حاضر پیشنهاد می شود که ۶ ماه پس از تماس احتمالی (تماس جنسی واژینال ، مقعدی

یادهانی بدون استفاده از کاندوم و در معتادان استفاده از سوزن مشترک) ، برای انجام آزمایش مراجعه کند . نکته بسیار مهمی که نباید فراموش شود این است که در طی این ۶ ماه نباید خود و دیگران را در معرض ویروس اچ-آی-وی قرار دهید .

شناخت راههای انتقال بیماری در پیشگیری از آلودگی بسیار موثر است .

ویروس مولد ایدز از چند راه عمده زیر ، از فرد آلوده به شخص سالم منتقل می شود:

الف - سرایت از راه تماس جنسی : شایعترین راه سرایت آلودگی، تماس جنسی است . ویروس

ممکن است از فرد آلوده به شریک جنسی اش منتقل بشود(مرد به مرد، مرد به زن و زن به

مرد). سرایت از زن به زن هم امکان دارد آلودگی از راه تماس جنسی ۸۰ درصد کل موارد را

شامل می شود که بیشتر از ۷۰ درصد آن از راه تماس با جنس مخالف و ۱۰ درصد آن از

طریق همجنس بازی است. وجود بیماریهای مقاربتی دیگر مانند سوزاک سیفیلیس و همچنین

زخمهای دستگاه تناسلی ، خطر آلودگی را چند برابر میکند. بنابر این توجه به این مهم و

درمان فوری آنها باید مد نظر قرار گیرد . زنان، بیشتر در معرض خطر آلودگی بوسیله شریک

جنسی خود قرار دارند ، زیرا احتمال انتقال از مرد به زن بیشتر از زن به مرد می باشد.

ب - استفاده از سوزن مشترک با فرد آلوده .

ج - از مادر آلوده به جنین در داخل رحم و یا حین زایمان و یادر طی شیردهی .

د- علاوه بر آن ویروس می تواند از راه مصرف خون و یا فاکتورهای انعقادی آلوده هم منتقل

شود .

انتقال این ویروس از طریق مایعات زیر به اثبات رسیده است :

الف - خون

ب - منی

پ - ترشحات واژن .

ت - شیر مادر .

ث - هرمايع ديگري در داخل بدن كه حاوي خون باشد .

ايدز از راه هاي زير قابل سرايت نيست:

۱- تماس معمولی افراد در منزل یا اجتماع با بیمار

۲- دست دادن

۳- استفاده از وسایل غذا خوری مشترک مانند بشقاب، لیوان، قاشق و چنگال و ...

۴- استفاده از استخر های عمومی و یا توالت عمومی

۵- آغوش گرفتن و یا بوسیدن صورت

۶ - عطسه و سرفه

۷- دستگیره درب ، گوشی تلفن و میله اتوبوس

۸- استفاده از البسه دست دوم

۹- آب و غذا

۱۰- تماس با اشک و عرق بیمار

۱۱- استفاده از وسیله نقلیه مشترک

۱۲- نیش حشرات

گروه های زير بيشتر در معرض خطر قرار دارند :

معتادين تزريقي كه از سرنگ و سوزن بطور مشترك استفاده مي كنند كه اين مسئله در

زندانی ها بیشتر مشاهده می شود .

همسران افراد مبتلا.

شرکای جنسی افراد مبتلا.

افرادی که شرکای جنسی متعدد دارند .

زنان فاسد و بدکار.

هم جنس بازان و یا زن و مردی که تماسهای جنسی خارج از روابط زناشویی دارند .

مبتلایان به هیپاتیت(ورم کبد) یا مبتلایان به سل.

خالکوبی های دسته جمعی .

مبتلایان به بیماریهای آمیزشی و بخصوص افراد دارای زخم های تناسلی .

ملوانان و رانندگان عبوری از مرزها.

فرزندان مادران آلوده .

جوانان

علائم ویروس ایدز چیست؟

ایدز در شخص بالغ با وجود دست کم دو علامت اصلی همراه با حداقل یکی از نشانه های فرعی زیر مشخص می شود ، مشروط بر اینکه برای نارسایی ایمنی و نقص دستگاه دفاعی بدن علت مشخص از قبیل سرطان ، سوء تغذیه شدید و یا سایر علل شناخته شده وجود نداشته باشد. علائم اصلی:

- ۱- کاهش وزن بیشتر از ۱۰ درصد وزن بدن ۲- اسهال مزمن که بیشتر از یک ماه طول کشیده باشد ۳ - تبهای متناوب یا ثابت بیش از یک ماه

علائم فرعی:

۱- سرفه پایدار به مدت بیش از یک ماه ۲- عفونت پوستی منتشر همراه با خارش ۳-

تبخالهای عود کننده ۴- برفک دهانی ۵- عفونت تبخالی مزمن پیشرونده و منتشر و بزرگ شدن عمومی غدد لنفی

آلودگی به ویروس ایدز دلیل ابتلا به بیماری ایدز نیست ولی سرانجام تقریباً بطور اجتناب ناپذیری به بیماری ایدز منتهی می شود. مقصود از آلودگی به ویروس ایدز این است که ویروس وارد بدن انسان شده است ولی هنوز تغییراتی که علائم بیماری را به بار می آورد، ایجاد نکرده است. یکی از اولین راه های شناخت یک بیماری، شناخت علائم و مراحل مختلف سیر بیماری است. با این شناسایی میتوان از گسترش و توسعه بیماری در مراحل اولیه جلوگیری نمود. علائم آلودگی بیماری ایدز بسیار پیچیده است و دارای مراحل چندی است که الزاماً همه آنها در افراد آلوده مشاهده نمی شود. این مراحل عبارتند از:

مرحله اول - عفونت حاد:

در اغلب موارد در صورتی که تعداد کافی ویروس ایدز وارد بدن فردی شود، بعد از چند هفته علائمی نظیر تب، گلودرد، بزرگی غدد لنفاوی، درد مفاصل و عضلات، سر درد، ضعف و بی حالی، بی اشتها، تهوع و استفراغ، کاهش وزن، اسهال و گاهی دانه های جلدی و یا تظاهرات عصبی ظاهر میگردد. این علائم اختصاصی نبوده و شباهت کاملی با نشانه های بسیاری از بیماریهای دیگر دارد. چون خود بخود ظرف یک تا دو هفته بهبودی حاصل میگردد، کمتر اتفاق می افتد که بیماری در این دوره تشخیص داده شود. بعلاوه از هنگام ورود ویروس ایدز تا مثبت شدن نتیجه آزمایشگاهی که نشانگر آلودگی فرد است حدود ۲ تا ۱۲ هفته و

گاهی تا ۱۶ ماه طول می کشد. در این فاصله زمانی ، فرد آلوده بوده و ممکن است سایرین را آلوده کند و متأسفانه به روشهای آزمایشگاهی فعلی نمی توان بوجود آن پی برد.

مرحله دوم - بدون علامت:

پس از بهبودی خود بخودی مرحله حاد، بیمار وارد مرحله بدون علامت می شود که بر حسب نوع ویروس آلوده کننده از ۱۰ تا ۱۷ سال طول می کشد. در این مدت شخص آلوده هیچگونه علامتی از بیماری را بروز نمی دهد و به ظاهر کاملاً سالم است ولی برای دیگران آلوده کننده می باشد . این مرحله نزد کودکان کوتاهتر است. در این دوره آزمایش خون مثبت است. کنترل انتشار ویروس در این مرحله مشکل می باشد .

مرحله سوم - بزرگی منتشر و پایدار غدد لنفاوی:

در این مرحله غدد لنفاوی بزرگ شده و به شکل قرینه و بدون درد در بیش از دو نقطه بدن بجز ناحیه کشاله ران ظاهر می شود و حداقل ۳ ماه باقی می ماند.

مرحله چهارم - مرحله قبل از ایدز و حالات وابسته به ایدز:

قبل از بروز علائم نهایی ایدز در بیمار ، عوارضی ظاهر می شود که به آن علائم مربوط به ایدز می گویند و عبارتند از :

۱. کاهش وزن بیشتر از ۱۰ درصد وزن سابق ۲. اسهال به مدت بیشتر از یک ماه ۳. تب به مدت بیشتر از یک ماه ۴. عرق شبانه ۵. خستگی، بی حالی و ضعف

این علائم را مقدمه استقرار کامل ایدز که پایان طیف بیماری می باشد ، به حساب می آورند . در برخی موارد بی قراری، بی اشتها، دل درد ، سردرد وجود دارد و تغییرات عصبی منجر به

از دست دادن حافظه و آسیب اعصاب محیطی می شود. این علائم معمولاً متناوب است ولی کاهش وزن در اکثر بیماران وجود دارد و پیشرونده هم می باشد. بسیاری از بیماران در این مرحله دچار ضایعات پوستی، مخاطی و ضایعات دائم و یا عود کننده دهانی و یا ناحیه تناسلی به علت ویروسهای مختلف می شوند.

مرحله پنجم - ایدز:

ایدز به مرحله نهایی آلودگی ایدز گفته میشود. در این مرحله به علت کاهش شدید قدرت دفاعی بدن، شخص مستعد ابتلا به بسیاری عفونتهای و سرطانهای می شود که علائم بسیار متنوعی دارند و در نهایت بیمار را از پای در می آورند. حدود ۲۵ درصد افراد پس از ۵ سال، ۲۵ درصد پس از ۱۰ سال و حدود ۲۵ درصد پس از ۱۵ سال از ورود ویروس به بدن دچار ایدز می شوند. یعنی در مجموع حدود ۷۵ درصد افراد آلوده پس از ۱۵ سال به مرحله ایدز می رسند. در مورد این مساله که بالاخره ۲۵ درصد باقیمانده چه سرنوشتی دارند و چه زمانی وارد مرحله ایدز می شوند بحث وجود دارد. ولی آنچه که مسلم است فرد آلوده، حتی اگر دیرتر هم وارد مرحله بیماری شود، همواره برای سایرین آلوده کننده باقی می ماند. ایدز بر روی تمامی دستگاہها و اندام های بدن مانند تنفس، گوارش، عضلانی، عصبی، پوست و مخاط، گوش و حلق و بینی و... اثر می گذارد. پس از رسیدن به مرحله نهایی ایدز، متوسط طول عمر در بالغین حدود ۲/۵ سال است و بیمار نهایتاً به علت یکی از عفونتهای فرصت طلب و یا سرطانهای از پا در می آید.

درمان

بیماری ایدز تمامی دستگاہهای بدن را گرفتار می کند. با تشخیص به موقع و بجا و بدنبال آن

با بکار بستن درمانهای نگهدارنده و مراقبتهای صحیح می توان تا حد قابل توجهی از مشکلات بیمار کاست و شرایط مناسبتری را برای زندگی وی فراهم نمود. متأسفانه بیماری ایدز درمان قطعی ندارد. برای عفونتهای فرصت طلب و سرطانهایی می توان درمانهای لازم را بکار برد و با داروهای مخصوص دستگاه دفاعی بدن را تقویت نمود.

راههای پیشگیری

چون بیماری واکسن و درمان موثری ندارد و آلودگی به ویروس ایدز نهایتاً به بیماری ایدز منتهی میشود که کشنده است، بنابراین تنها راه مبارزه، بکاربردن روشهای پیشگیری از آلودگی است که عبارتند از: به منظور پیشگیری از سرایت بیماری از راه تماس جنسی: خویشتن داری و دوری از تماسهای جنسی مشکوک در دوران تجرد، پای بندی به اصول اخلاقی و خانوادگی پس از ازدواج، وفاداری به همسر و عدم بی بندوباری و پرهیز از انحراف جنسی و روابط جنسی غیر مطمئن، استفاده از کاندوم، اجتناب از رابطه جنسی مقعدی. با کنترل خون و فرآورده های خونی، احتمال سرایت آلودگی از این راه بسیار کم می شود. اجتناب از استفاده مجدد از سرنگهای یک بار مصرف و عدم استفاده از سرنگهای مشترک در بین معتادان. عدم استفاده از مسواک مشترک و یا اجتناب از بکار بردن تیغ ریش تراش یکبار 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.

بیست پرسش درباره ایدز

۱- ویروس اچ-آی-وی از کجا آمده است؟

واقعا نمیدانیم، البته نظریه های مختلفی در این باره پیشنهاد شده که تا بحال هیچ کدام به اثبات نرسیده است. تنها می دانیم که برای اولین بار این ویروس در نمونه خونی که از فردی در سال ۱۹۵۹ تهیه شده بود مشاهده شده است. آنالیز ژنتیکی این نمونه خون پیشنهاد کرده است که ویروس اچ-آی-وی احتمالا از یک ویروس منفرد در اواخر دهه ۱۹۴۰ منشأ گرفته است.

۲- از کجا بفهمیم که به عفونت ویروس اچ-آی-وی مبتلا شده ایم و علائم آن چیست؟

تنهاراه تشخیص آلودگی به ویروس اچ-آی-وی، آزمایش است و نمی توان تنها به وجود علائم احتمالی اکتفا کرد و خوب است بدانیم که بسیاری از افراد آلوده به این ویروس ممکن است تا مدت زیادی علامتی نداشته باشند. به هر حال، علائم زیر را می توان به عنوان نشانه های هشدار دهنده ابتلا به ایدز در نظر گرفت:

الف - کاهش سریع وزن

ب - سرفه خشک

پ - تب عود کننده و یا تعریق زیاد شبانگاهی

ت - ضعف شدید غیر قابل توجیه

ث - بزرگ شدن غده لنفی در زیر بغل، کشاله ران و یا گردن

ج - اسهالی که بیش از یک هفته طول کشیده باشد

چ - نقاط سفید رنگ یا لکه های غیر طبیعی بر روی زبان ، دهان و یا گلو

ح - پنومونی یا ذات الریه

خ - لکه های قرمز، صورتی یا ارغوانی رنگ رو ویا زیر پوست یا درون دهان ، بینی ویا پلک

چشم

د - از دست دادن حافظه ، افسردگی وسایر اختلالات عصبی

تذکر: هرکدام از علائم فوق ممکن است مربوط به بیماری های دیگری به غیر از ایدز باشد .

بدیهی است که تشخیص ایدز براساس وجود شاخص های ویژه ای است که فقط بر عهده

پزشک معالج است .

۳. چگونه بفهمیم اطرافیانمان آلوده به ویروس اچ-آی-وی هستند یا نه ؟

هیچ گاه نمی توانید فقط با نگاه به اطرافیانتان به این مورد پی ببرید . هرفرد ظاهرا سالمی که

درمحل کار ، مدرسه ، استادیوم ورزشی ، خیابان و ... ملاقات می کنید ، ممکن است بدون

آنکه حتی خود آگاه باشد ناقل این ویروس باشد ودر حالی که واقعا سالم به نظر می رسد ،

ویروس را به فرد دیگری منتقل کند .

۴. پس از یک تماس جنسی مشکوک ویا استفاده از سوزن مشترک ، چه زمانی باید برای انجام

آزمایش از نظر ویروس اچ-آی-وی مراجعه کنیم ؟

آزمایشاتی که بطور معمول برای تشخیص این عفونت بکار می رود ، براساس جستجوی آنتی

بادی های ایجاد شده توسط بدن دربرابر ویروس اچ-آی-وی است . میزان این آنتی بادی ها

دراکثر مردم درطی ۳ ماه پس از عفونت قابل شناسایی است (بطور متوسط حدود ۲۵ روز پس

از تماس) . اما در بعضی موارد ممکن است این زمان به ۶ ماه هم برسد . بنابراین در حال حاضر پیشنهاد می شود که در فواصل ۳ و ۶ و نهایتاً ۱۲ ماه پس از تماس احتمالی ، (هرگونه تماس جنسی محافظت نشده و یا استفاده از سوزن مشترک) ، برای انجام آزمایش مراجعه کنید . نکته بسیار مهمی که نباید فراموش شود این است که در طی این مدت ، نباید خود و دیگران را در معرض ویروس اچ-آی-وی قرار دهید .

۵ - اگر آزمایش ویروس اچ-آی-وی در فردی مثبت گزارش شود چه باید کرد ؟

آزمایش مثبت به معنای ایدز نیست . لذا هرچه زودتر ، اقدامات زیر را در جهت محافظت از سلامتی خود انجام دهید . باید دانست این اقدامات هرچه زودتر انجام شوند ، می توانند شروع بیماری ایدز را به تاخیر اندازند . بعضی از مهمترین اقداماتی که باید سریعاً انجام دهید به قرار زیر است :

الف - حتی اگر احساس بیماری نمی کنید و هیچ کدام از علائم بالینی مربوط به ایدز را ندارید ، به پزشک بویژه کسی که در درمان و برخورد با ایدز تجربه داشته باشد مراجعه کنید .

ب - آزمایش توبرکلوز یا سل را انجام دهید . شما ممکن است دچار عفونت سل باشید بدون آنکه خبر داشته باشید . عفونت تشخیص داده نشده سل در یک فرد مبتلا به ویروس اچ-آی-وی می تواند بیماری سل شدیدی را ایجاد کند در حالی که اگر سریعاً تشخیص داده شود می تواند بطور موفقیت آمیزی درمان یا کنترل شود .

پ - مصرف سیگار، مقادیر زیاد مشروبات الکلی و یا داروهای غیر قانونی (نظیر کوکایین) می تواند سیستم ایمنی بدن شما را تضعیف کند . لذا مصرف این مواد را متوقف کرده و یا کاهش دهید .

۶ - منظور از عفونت های فرصت طلب در ایدز چیست ؟

بیماری ایدز ، قدرت سیستم دفاعی بدن را کاهش می دهد تا جایی که بعضی از میکروبهایی که معمولاً در افراد سالم (به علت کفایت سیستم ایمنی) قادر به ایجاد عفونت و بیماری نیستند ، در مبتلایان به ایدز ، بدن را مورد هجوم خود قرار می دهند . از این روی ، به آنها عفونت های فرصت طلب اطلاق می شود .

۷ - کاندوم های لاتکس چقدر در پیشگیری از انتقال ویروس اچ-آی-وی موثراند ؟

بر طبق پژوهش های انجام شده بر روی افراد سالمی که با افراد ناقل این ویروس تماس جنسی داشته اند، ۹۸٪ از آنهايي که بطور منظم و به روش صحیح از کاندوم لاتکس استفاده می کرده اند به ویروس آلوده نشده اند . لذا کاندوم لاتکس در صورت استفاده منظم، می تواند تا حد زیادی از خطر انتقال ویروس اچ-آی-وی بکاهد .

۸ - آیا بوسیدن بادهان باز ، ویروس اچ-آی-وی را منتقل می کند ؟

بوسیدن تر یا بوسیدن با دهان باز خطر کمی دارد چون بزاق دهان حاوی ویروس اچ-آی-وی نیست . البته در مواردی که طولانی باشد ممکن است باعث ایجاد خراش در دهان یا لب شده و ویروس را منتقل کند . علاوه بر آن ، بعضی افراد گاهگاهی خونریزی خفیف از لثه یا زخمهای کوچک در دهان دارند که می تواند عامل انتقال ویروس اچ-آی-وی باشد .

۹ - آیا ارتباطی بین انتقال ویروس اچ-آی-وی و سایر بیماری های مقاربتی وجود دارد ؟

بلی . آنهایی که به یک بیماری مقاربتی بویژه انواعی که باعث ایجاد زخم باز بر روی پوست می شوند (نظیر سیفیلیس ، تبخال و شانکروئید) مبتلا هستند ، بیشتر از افراد سالم در معرض ابتلا به ویروس اچ-آی-وی قرار دارند چون وجود شکاف و زخم باز در اعضای تناسلی ، احتمال ورود ویروس را بیشتر می کند حتی آنهایی که به انواعی از بیماری های مقاربتی مبتلایند که باعث ایجاد زخم و شکاف باز در عضو جنسی نمی شود (نظیر کلامیدیا و یا سوزاک) نیز بیشتر از افراد سالم در معرض ابتلا به ویروس اچ-آی-وی قرار دارند ، چراکه بیماری مقاربتی می تواند باعث برانگیخته شدن یک پاسخ ایمنی موضعی در ناحیه تناسلی شود که انتقال ویروس اچ-آی-وی را راحت ترمی سازد. علاوه بر آن باید دانست که اگر فرد مبتلا ، به یک بیماری مقاربتی دیگر نیز مبتلا باشد ، ۵ برابر بیش از آنهایی که ویروس اچ-آی-وی را به تنهایی دارند می تواند ویروس فوق را به دیگران منتقل کند .

۱۰ - آیا ویروس اچ-آی-وی از طریق تماس های اتفاقی منتقل می شود ؟

خیر . این ویروس در طی فعالیت های روزمره در محیط کاری منتقل نمی شود ، منجمله :

الف - تماس های اجتماعی روزمره شامل دست دادن ، روبوسی (بر روی گونه) و یا بوسیدن

دست و درآغوش گرفتن دوستان

ب - ورزش و کار

پ - خوابیدن در یک اتاق و یا نفس کشیدن در هوای مشترک (محیط کار ، اتومبیل و ...)

ت - ظروف غذا یانوشیدنی مشترک ، دستگیره درب ، استفاده از آب مشترک درشستشو ،

شنا در استخر مشترک

ث - آب دهان انداختن ، عطسه و سرفه . ج - عرق بدن واشک

چ - گزش پشه یاسایر حشرات

۱۱ - آیا ویروس اچ-آی-وی از طریق حیوانات خانگی منتقل می شود ؟ خیر.

۱۲ - آیا ویروس اچ-آی-وی در حین خالکوبی و اعمال مشابه منتقل می شود ؟

بلی . لذا توصیه می شود برای جلوگیری از این خطر ، تمام وسایلی که با آنها به داخل پوست نفوذ می شود بعد از مصرف یا طور امن دفع شوند و یا آنکه کاملاً ضد عفونی و استریل شوند .

۱۳ - آیا شاغلین حرفه های پزشکی و بهداشتی در خطر ابتلا به ویروس اچ-آی-وی

قرار دارند ؟

خطر ابتلا در این افراد بسیار پایین است بویژه در صورتی که احتیاط های لازم را مراعات نمایند. تنها خطر در این افراد ، انتقال ویروس از راه آسیب های اتفاقی ناشی از سوزنها و سایر تجهیزات و وسایل تیز آلوده به ویروس است که حتی این خطر نیز بسیار کم است چراکه براساس تخمین دانشمندان، احتمال آلودگی از طریق جراحت اتفاقی سوزن ، کمتر از ۱٪ است .

۱۴. آیا مراجعه کنندگان به مطب پزشکان و دندانپزشکان در معرض خطر آلودگی به

ویروس اچ-آی-وی قرار دارند ؟

چنین خطری وجود دارد ولی احتمال وقوع آن بسیار نادر است . بر اساس گزارش مرکز کنترل

وپی‌شگیری بیماریها (سی - دی - سی) در سال ۱۹۹۰ ، یک دندانپزشک آلوده به ویروس اچ-آی-وی ، ویروس را به ۶ نفر منتقل کرده است .

۱۵ - آیا در هنگام مسابقات ورزشی احتمال سرایت ویروس اچ-آی-وی وجود دارد ؟

در این باره مدرکی وجود ندارد. به هر حال ، خطر بسیار کمی در این رابطه وجود دارد که مربوط به ورزشهایی است که در طی آن ، بدن دو ورزشکار با هم تماس می یابد و آنهم هنگامی که فرد آلوده دارای زخم و خونریزی بر بدن خود باشد .

۱۶ - آیا ویروس اچ-آی-وی از طریق نیش پشه منتقل می شود ؟

خیر . از ابتدای شروع اپیدمی ایدز تا بحال هیچ مدرکی دال بر احتمال انتقال ویروس اچ-آی-وی از این طریق بدست نیامده است. نتایج تجربیات و مشاهدات بر روی عادات و شیوه گزش حشرات نشان داده است که هنگامی که پشه ای فردی را می گزد ، در نوبت بعدی خون مکیده شده از فرد قبلی را به فرد دیگری وارد نمی کند بلکه بزاق خود را بعنوان یک لوبریکانت در ناحیه گزش وارد می کند . باید دانست بیماری هایی نظیر تب زرد و مالاریا از طریق بزاق انواعی از پشه ها منتقل می شوند ولی همانطور که ذکر شد ، این مسئله در مورد ویروس اچ-آی-وی صدق نمی کند . از آن گذشته ، ویروس اچ-آی-وی فقط برای زمان کوتاهی می تواند در بدن پشه زنده بماند و برخلاف عامل مالاریا در بدن پشه رشد و تکثیر نمی یابد . امروزه دلیلی وجود ندارد که حتی از احتمال انتقال مقادیری از خون آلوده به ویروس اچ-آی-وی که در بخش هایی از دهان پشه باقی مانده است به فرد دیگر ترسی داشته باشیم . دلایل زیادی برای توجیه این مسئله وجود دارد از جمله :

الف - تنها مقدار اندکی از خون مکیده شده در سطح دهان حشره باقی می ماند .

ب - افراد آلوده به ویروس اچ-آی-وی سطوح دایما بالایی از ویروس اچ-آی-وی را در جریان خون خود ندارند.

ج - براساس مشاهدات ، معمولا حشره پس از گزش یک نفر بلافاصله فرد دیگری را نمی گزد بلکه ترجیح می دهد که استراحت کند تا خون صرف شده را هضم کند .

۱۷ - افرادی که از داروهای تزریقی استفاده می کنند ، چگونه خطر ابتلا به عفونت

ویروس اچ-آی-وی را کاهش دهند ؟

توصیه می شود که هرچه زودتر این عمل را متوقف کنند ، اما به آنهایی که نمی توانند یا نمی خواهند اعتیاد خود به این داروها را درمان کنند توصیه می شود که :

الف - از سرنگ ، آب و تجهیزات آماده سازی دارو فقط برای یک بار مصرف ، استفاده شود.

ب - هرگز از سرنگ ، آب و تجهیزات آماده سازی دارو بصورت مشترک با فرد دیگری استفاده نشود .

پ - فقط از سرنگهایی که از یک منبع مطمئن تهیه شده است (نظیر داروخانه) استفاده شود

ت - از آب استریل برای تهیه دارو قبل از تزریق استفاده شود .

ج - ناحیه تزریق قبلا با یک سواب الکلی تمیز شود .

چ - بعد از اتمام کار، سرنگ بصورت امن معدوم شود .

ح - اگر از سرنگ استریل وسایر تجهیزات یکبار مصرف وجود نداشته باشد ، باید آنها را قبل از استفاده در آب جوشانده ضد عفونی کرد .

۱۸ - اگر تابحال رفتار مخاطره آمیزی از نظر آلودگی به ویروس اچ-آی-وی داشته اید

اما بهر دلیلی تمایل ندارید برای مشورت به پزشک مراجعه کنید یا آزمایش انجام

دهید، لطفا:

حتما به پزشک مراجعه کنید و آزمایشات لازم را برای حصول اطمینان انجام دهید . در غیر این

صورت به گونه ای عمل کنید که گویی آلوده به ویروس اچ-آی-وی هستید یعنی خون خود را

اهدا نکنید ، سرنگ خود را به دیگری ندهید و تماس جنسی نداشته باشید و یا لاقل از کاندوم

و یا روش های تماس جنسی کاملا حفاظت شونده استفاده کنید. توصیه مهم : جلوگیری

از تماس جنسی مشکوک بهترین راه برای جلوگیری از ابتلا به عفونت ویروس اچ-آی-وی

(وسایر بیماری های مقاربتی) است ولی آنهایی که فعالیت جنسی دارند لاقل توصیه های زیر

را بکار بندند :

الف - تماس جنسی از طرقی به غیر از تماس واژینال ، مقعدی و یادهانی

ب - مقاربت فقط بایک شریک جنسی سالم

پ - استفاده از کاندوم های لاتکس در هر نوبت

۱۹- منظور از تماس جنسی سالم چیست ؟

منظور بکارگیری تدابیری است که شما را از آلودگی های منتقله از راه تماس جنسی ، نظیر

ویروس اچ-آی-وی ، درمان نگاه دارد، این راهها عبارتند از :

الف - اساسا تماس جنسی نداشته باشید .

ب - اگر فقط بایک فرد تماس جنسی داشته باشید ، درحالی که هیچ کدام از شما آلوده به

ویروس اچ-آی-وی نبوده و شریک جنسی دیگری نداشته باشد .

پ - اگر بطور صحیح ازوسائل حفاظتی مناسب مانند کاندوم استفاده کنید .

۲۰- آیا امکان انتقال از طریق مایعات بدن از قبیل آب دهان وجود دارد ؟

اگر چه مقدار کمی اچ-آی-وی در سایر مایعات بدن از قبیل آب دهان ، مدفوع، ادرار و اشک

مشاهده شده اما هنوز در این مورد که اچ-آی-وی میتواند از طریق این مایعات منتقل شود

اطمینان وجود ندارد و موردی مشاهده نشده است. هنوز پزشکان معتقدند که امکان ابتلا به

اچ-آی-وی و ایدز از طریق لمس کردن، استفاده اشتراکی از وسایلی مانند فنجان و خودکار یا

سرفه و عطسه وجود ندارد. اچ-آی-وی ویروسی نیست که از طریق اماکن عمومی مثل مدرسه

، رستوران و ... منتقل شود. چون ویروس ایدز نمی تواند بمدت طولانی در محیط خارج از بدن

به حیاط خود ادامه دهد ، تماسهای عادی در محیط کار ، اجتماع و مدرسه باعث انتقال

بیماری نمی شود ویروس ایدز به شدت به حرارت حساس است.