



ویژه گیرنده خدمت



باید اچ آی وی را بهتر بشناسیم

ویژه دانشجویان

نسخه اول - بهار ۱۳۹۶

مرکز مدیریت بیماری های واگیر وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

دفتر مشاوره و سلامت وزارت علوم، تحقیقات و فناوری

مجموعه دستورالعمل و اسناد اردو فایست های مرتبط با

چهارمین برنامه استراتژیک ملی کنترل عفونت اچ آی وی جمهوری اسلامی ایران



زیرکسته تخصصی آموزش و اطلاع رسانی





شناسنامه کتاب در برنامه استراتژیک:

این مجموعه در راستای نیل به هدف پنجم از استراتژی اول* برنامه استراتژیک نوشته شده است و از زیرساخت‌های لازم برای رسیدن به اهداف آموزشی استراتژی اول است. مجموعه حاضر توسط گروه تخصصی آموزش و اطلاع‌رسانی، با هدف آموزش گیرندگان خدمت تهیه شده و در تاریخ ۱۵ بهمن ماه ۱۳۹۵ توسط کمیته کشوری نظارت بر اجرای برنامه (SIP کشوری) تایید و جهت بهره‌برداری به گروه‌های فنی SIP استانی ارسال شد.

***S0105:** دانشجویان در طول دوره آموزشی خود، تحت آموزش استاندارد راه‌های پیشگیری و ترویج نگرش صحیح با تمرکز بر کاهش استیگما در خصوص اچ‌آی‌وی قرار گیرند.



تألیف:

دکتر هنگامه نامداری تبار

دکتر حمیرا فلاحی

دکتر حمید یعقوبی

ویراستاری:

سعیده زاهد انارکی - زهرا رجب پور

زیر نظر:

دکتر محمدمهدی گویا - دکتر سیدابوالحسن ریاضی

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

دکتر منا اسلامی - دکتر مهرزاد تشکریان - تکتتم خجسته - دکتر فرداد درودی - مریم ریحانی -
دکتر کتایون طایری - دکتر حمیدرضا فتحی - دکتر سید ابراهیم قدوسی - نسرين گودرزی - دکتر
مهدی قمبری محمدی - دکتر کامبیز محضری

با تشکر از همکاری: (به ترتیب حروف الفبا)

دکتر سمانه اکبرپور - ماندانا تیرا - نازنین حیدری - الهام رضایی - دکتر مریم سرگلزایی مقدم -
سارا شریعتمدار - حامد صفری - 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 می گیرید:

- اچ آی وی یک بیماری عفونی قابل کنترل است.
- عامل ایجاد بیماری اچ آی وی را می شناسید.
- 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 می دانید.
- نحوه تشخیص اچ آی وی را یاد خواهید گرفت.
- تأثیر مراقبت و درمان در طول عمر بیمار و پیشگیری از انتقال بیماری را یاد می گیرید.
- روش های پیشگیری از بیماری را یاد خواهید گرفت.



مقدمه:

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

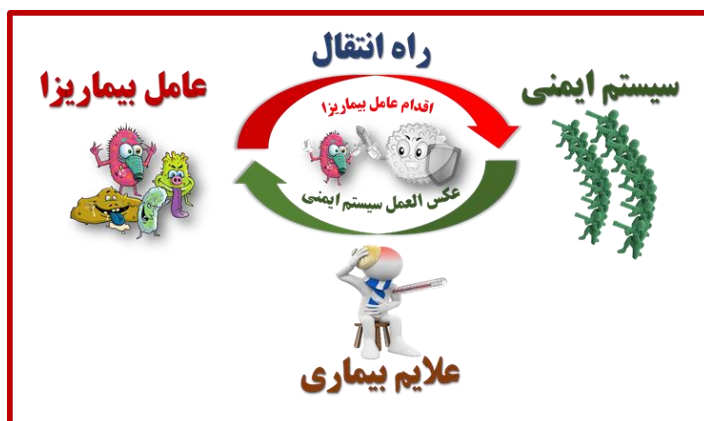
آشنایی با سیستم ایمنی بدن

در بدن ما، سیستم ایمنی وجود دارد که وظیفه اش محافظت از بدن در برابر هر عامل بیگانه ایی است که وارد بدن انسان می شود. گلبول های سفید یکی از اجزاء اصلی سیستم ایمنی بدن هستند.



آشنایی با بیماری های عفونی: بیماری های عفونی، بیماری هایی هستند که به علت ورود یک عامل بیماری زا به بدن ایجاد می شوند. عامل بیماری زا وارد بدن شده و موجب آزردهی قسمتی از بدن می شود. سیستم ایمنی نیز علیه این دشمن شروع به فعالیت می کند. این جنگی که بین عامل بیماری زا و سربازهای دفاعی بدن اتفاق می افتد، علائمی را ایجاد می کند که به کمک آن علائم می توانیم بیماری را تشخیص دهیم. پس اگر بخواهیم هر بیماری

عفونی را بشناسیم، باید بدانیم چه عاملی بیماری را ایجاد می کند، این عامل چگونه وارد بدن می شود و بعد از ورودش به بدن چه اتفاقی می افتد. به همین دلیل برای شناخت بیماری اچ آی وی نیز مانند سایر بیماری های 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. میکروب ها 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 میکروب ها 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 میکروب ها "ویروس" می گویند.

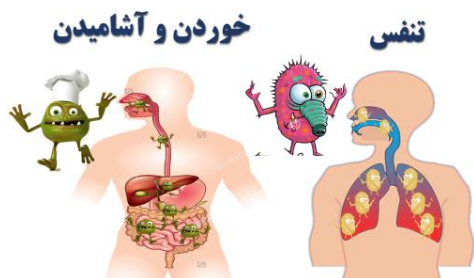
عامل ایجاد بیماری اچ آی وی نیز یک نوع ویروس به نام HIV (ویروس نقص ایمنی انسان) است. سلول زنده ای که ویروس اچ آی وی در آن زنده می ماند، گلبول سفید است.

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.



میکروب ها 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.



همان‌طور که اشاره شد مقصد ویروس HIV در بدن، گلبول‌های سفید خون هستند؛ پس مسلماً ویروس از راهی به بدن وارد می‌شود که بتواند به گلبول‌های سفید دسترسی داشته باشد. چون ویروس فقط داخل گلبول سفید زنده می‌ماند، پس تنها از راهی منتقل می‌شود که گلبول سفید منتقل شود. گلبول سفید هم فقط در خون و ترشحات بدن وجود دارد پس ویروس هم فقط از راهی می‌تواند 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 می‌تواند وارد بدن انسان شود:

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



پس نتیجه می‌گیریم ، ویروس اچ آی وی نسبت به سایر عفونت‌ها به راحتی انتقال نمی‌یابد و در روابط معمول بین انسانها منتقل نمی‌شود.

راه‌هایی که ویروس اچ آی وی از طریق آن‌ها منتقل نمی‌شود:



با توجه به توضیحات فوق از آن‌جا که ویروس اچ آی وی تنها در گلبول‌های سفید قادر به ادامه حیات است؛ لذا تنها از طریق منتقل می‌شود که گلبول سفید منتقل شود.

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

تنفس منتقل نمی‌شود؛ ویروس اچ آی وی نیز از طریق تماس‌های عادی ذیل منتقل نمی‌شود.

👉 کار کردن با یکدیگر و زندگی دسته جمعی، هم‌صحبت شدن و معاشرت‌های اجتماعی یا تماس روزمره

با افراد آلوده مانند هم‌سفر بودن، هم‌کلاس بودن، نشستن در کنار یکدیگر

👉 از روابط عادی اجتماعی مثل سوار شدن در اتوبوس و تاکسی و استفاده از تلفن‌های 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 سرویس‌های بهداشتی مشترک مثل حمام، توالت و استخرهای مشترک



توسط حیوانات، حشرات و یا نیش آنها

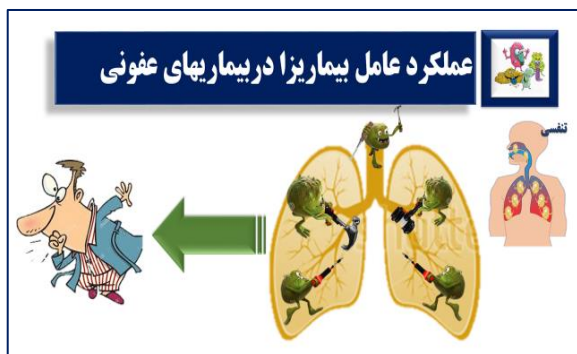
پس نتیجه می گیریم: نیازی به جدا سازی افراد مبتلا به اچ آی وی نیست



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 می گیریم : برخلاف سایر بیماریها ، عفونت اچ آی وی هیچ علامتی ندارد و فرد مبتلا تا سالیان متمادی می تواند 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 می شود و با استفاده از امکانات گلبول سفید رشد و تکثیر می کند؛ به این ترتیب تا زمانی که گلبول سفید توان کافی داشته باشد ضمن آن که به وظایف خود در دفاع از بدن عمل می کند، امکانات لازم برای زنده ماندن و تکثیر ویروس اچ آی وی را در اختیار ویروس قرار می دهد. 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 می یابد و به تدریج نمی تواند به صورت شایسته از بدن در مقابل سایر میکروبها دفاع کند.



با افزایش ویروسها، گلبولهای سفید مجبور می شوند 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 عکس العملی نیست و آن میکروب می تواند انسان را از پا درآورد.



در این مرحله، بیماریهای عفونی و سرطانهای غیرعادی در بدن فرد فرصت رشد و بیماریزایی پیدا می کنند. در اصل وقتی کارآئی گلبولهای سفید کاهش پیدا می کند، تمام میکروبهایی که در حالت عادی، بیماریهای ساده ای ایجاد می کردند و خیلی زود برطرف می شدند، می توانند عفونتهای شدیدی ایجاد کنند. به این مرحله در

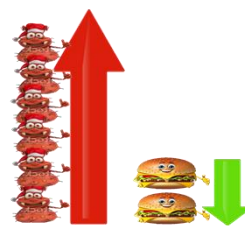
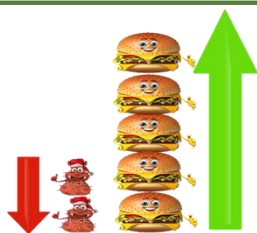


اصطلاح "ایدز" می‌گویند. پس ایدز زمانی است که به دلیل عفونت اچ‌آی‌وی گلبول‌های سفید توان مقابله با بقیه میکروب‌ها را ندارند و بدن در مقابل سایر عوامل بیماری‌زا بی‌دفاع می‌شود، علامتی هم که دیده می‌شود علامت سایر میکروب‌ها است. اما اگر فرد تحت مراقبت و درمان قرارگیرد ممکن است این اتفاق هرگز رخ ندهد.

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 بیندازد 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 آنقدر طولانی شود که حتی تا آخر عمر فرد هم اتفاق نیفتد.



افزایش قدرت سیستم ایمنی



کاهش تعداد ویروس

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، گلبول‌های سفید به نشانه حضور ویروس ماده‌ای را در خون ترشح می‌کنند (آنتی‌بادی) که آن ماده هم هیچ علامتی ندارد؛ ولی با آزمایش قابل تشخیص است. از زمان ورود ویروس به بدن تا زمانی که گلبول‌های سفید این ماده را ترشح می‌کنند، مدتی بین دو هفته و گاه حتی سه ماه طول می‌کشد؛ که در این زمان علی‌رغم اینکه ویروس درون بدن فرد هست، حتی اگر فرد آزمایش هم بدهد جواب منفی خواهد بود. به این مدت زمان، دوران پنجره می‌گویند. توجه به این نکته بسیار حائز اهمیت است که با وجود دوران پنجره (مدت زمانی که ویروس وارد بدن شده، اما سطح آنتی‌بادی به حد قابل تشخیص در خون نرسیده است) و اینکه علی‌رغم آلودگی هنوز تست‌های آزمایشگاهی مثبت نشده است، هیچ‌گاه 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 آنتی‌بادی 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 هم‌چنان آزمایش خون وی مثبت است.

پس نتیجه می‌گیریم: 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.



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.



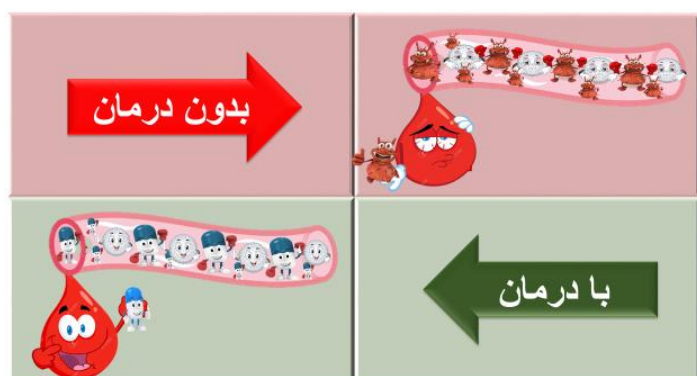
۷- پیشگیری

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

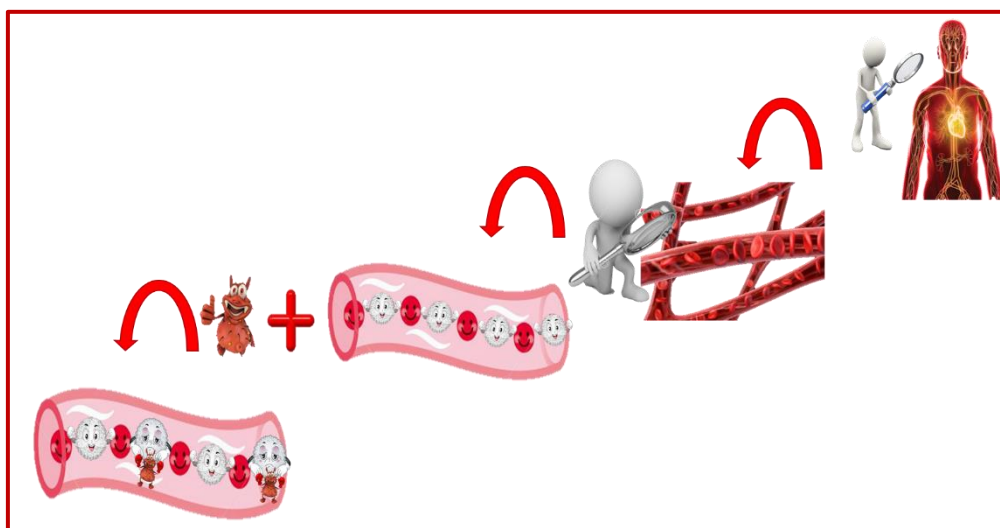
مانند همه بیماری های عفونی یکی از روش های پیشگیری، مانع شدن ورود ویروس به بدن فرد است. استفاده از سرنگ های یکبار مصرف در تزریق و کاندوم در روابط جنسی می تواند از راه های اصلی پیشگیری از انتقال بیماری باشد. اما همانطور که اشاره شد، یکی دیگر از روش های مهم پیشگیری از ابتلا به اچ آی وی، درمان افراد مبتلا 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.





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

بیماری اچ 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 اچ آی وی شود.



علی رغم اینکه اچ 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 اچ آی وی مبتلا شود، اما این بدان معنی نیست که فقط این افراد مبتلا به اچ 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 اچ 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 اچ 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 بیماری‌زای 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.