

# HIV؛ باید ها و نبایدهای که برای پیشگیری از انتقال آن باید بدانیم

HIV عامل بیماری ایدز است و انتشار زیاد آن در سیستم ایمنی بدن منجر به بیماری ایدز می‌شود. از زمان ورود ویروس به بدن تا رسیدن به مرحله ایدز فاصله زیادی وجود دارد و با تشخیص به موقع می‌توان این فاصله را بیشتر هم کرد.

زمانیکه آزمایش HIV مثبت می‌شود لزوماً به معنی بیماری ایدز نیست و به معنی وجود ویروس در بدن است. زمانی که این ویروس وارد بدن می‌شود، شخص ممکن است هیچ علامت ظاهری مبنی بر وجود ویروس در بدن نداشته باشد. این ویروسها پس از تخریب زیاد علائم بیماری ایدز را بروز می‌دهند. در این حالت بدن در شرایط عفونت شدید قرار می‌گیرد و در اثر یک میکروب ساده توان مقاومتی خود را از دست می‌دهند.

HIV عامل بیماری ایدز است و انتشار زیاد آن در سیستم ایمنی بدن منجر به بیماری ایدز می‌شود.

## راه‌های انتقال HIV:

- HIV در مایعات داخلی و مترشحه بدن انسان مبتلا (بجز عرق، اشک چشم و بزاق دهان) وجود دارد، اما فقط از راه:
  - رابطه جنسی خارج از چارچوب
  - تبادل خون و فرآورده‌های آن
  - از مادر مبتلا به جنین، منتقل می‌شود.

HIV نام ویروس نقص ایمنی اکتسابی در انسان است، در حالیکه ایدز نام سندرم نقص ایمنی اکتسابی است. از زمانیکه ویروس وارد بدن می‌شود تا شروع بیماری ایدز با مصرف دارو و زیر نظر پزشک می‌تواند زمان زیادی طول بکشد در حالیکه بدون مصرف دارو، طرف کمتر از چند سال شاهد مرحله ایدز خواهیم بود. در این بیماری چند بخش زمانی وجود دارد.

بخش اول از زمانی است که فرد در مواجهه با ویروس قرار می‌گیرد تا قبل از ۷۲ ساعت، بسیار زمان مهمی است که هر چقدر فرد سریع‌تر رژیم

دارویی را دریافت کند با احتمال بیشتری مبتلا نخواهد شد و به آن ۷۲ ساعت طلایی گفته می‌شود. نکته مهم این است که HIV از این بخش به بعد قابل انتقال به شخص دیگر است.

**بخش دوم،** حدود ۳ تا ۴ هفته (تا ۳ ماه نیز ممکن است برسد) پس از ورود ویروس به بدن ممکن است علائمی شامل تب، خستگی، ضعف، بزرگی غدد لنفاوی، کاهش وزن، اسهال، تهوع و استفراغ ظاهر شود؛ این علائم خفیف و زودگذر است و با سرماخوردگی اشتباه گرفته می‌شود. در این مدت HIV از طریق آزمایش خون الایزا قابل شناسایی نیست و به آن «دوره پنجره» گفته می‌شود.

**بخش سوم،** زمانی است که فرد HIV مثبت شده است. در این زمان، در صورتیکه دارو دریافت کند و بدون اجازه پزشک درمان را ترک نکند، می‌تواند سال‌ها بدون علامت و سالم زندگی کند. قطع درمان در این بخش می‌تواند باعث مقاومت بدن به درمان شود که اثرات جبران ناپذیری خواهد داشت.

**بخش چهارم؛** مرحله آخر است که ویروس سلول‌های ایمنی شخص را نابود کرده و بدلیل شکننده شدن سیستم دفاعی بدن، بیماری با عوارضی مانند اسهال بیش از یک ماه، تب‌های طولانی، کاهش وزن شدید، تعریق‌های شبانه، خستگی و بی‌حالی، بزرگی غدد لنفاوی و عوارض عصبی چهره اصلی خود را نشان می‌دهد. در مرحله آخر فرد به انواع عفونت‌ها دچار می‌شود و می‌تواند به سرطان نیز مبتلا شود. این مرحله به عنوان «ایدز» شناخته می‌شود.

### چه کسانی باید تست HIV دهند؟

- افراد دارای روابط پرخطر، خارج از عرف و محافظت نشده
- افراد مبتلا به بیماری‌های آمیزشی
- افرادی که از سوزن و وسایل تزریق مشترک استفاده کرده‌اند.
- افرادی که در محیط کار خود با خون و مایعات بدن سروکار دارند.
- نوزادان متولد شده از مادران HIV مثبت
- ارتباط جنسی با فرد HIV مثبت
- افراد دارای سابقه ازدواج و طلاق‌های متعدد
- [تمام زنان باردار](#)
- همسران افراد معتاد و زندانی

در صورتی که افراد به سرعت درمان را دریافت کنند سال‌های طولانی

می‌توانند بدون علامت و بدون ابتلا به ایدز زندگی کنند.

### فعالیت‌های زیر منجر به HIV نمی‌شوند:

- تماس‌های روزمره با افراد مبتلا به HIV
- اهداء خون
- شنا کردن در استخر و نشستن روی توالت فرنگی
- استفاده از رختخواب، لباس، ظروف غذاخوری یا لیوان فرد مبتلا
- از طریق نیش پشه یا گازگرفتگی حیوانات
- از طریق اشک، بزاق یا عرق بدن
- استفاده صحیح از وسایل پیشگیری
- از طریق عطسه یا سرفه

### علائم HIV

با کاهش قدرت سیستم دفاعی، بدن به مرور آماده ابتلا به عفونت‌ها و بیماری‌هایی می‌شود که به طور معمول نادر است. علائمی که شخص مبتلا دارد عبارت از بزرگ شدن غدد لنفاوی گردن، سینه و پهلو، ابتلا به سل و لاغری شدید، عفونت قارچی دهان و اسهال طولانی است.

در صورتیکه افراد مبتلا به HIV به سرعت درمان گیرند، سال‌های طولانی می‌توانند بدون علامت و بدون ابتلا به ایدز زندگی کنند.

### تست HIV چیست؟

با مجوز رسمی سازمان نظام روانشناسی و مشاوره  
Halekhoob5846@yahoo.com

مدیر مرکز مشاوره **حال خوب**

**مشاوره:**  
(ازدواج، طلاق، خانواده، تحصیلی، کودک و نوجوان)

**درمان:**  
(اضطراب، افسردگی، وسواس و ...)

**روان‌سنجی:**  
(تست هوش، شخصیت و استعداد)

متخصص روانشناسی و مدرس دانشگاه

با تعیین وقت قبلی

☎ ۰۹۱۰ ۲۹۰ ۴۷۵۸  
☎ ۰۲۸ ۳۳۶۷ ۲۷۵۰

قزوین، خیابان شهید بابایی  
مقابل دادگستری قزوین

تست، آزمون یا آزمایش HIV آزمونی است که به درخواست فرد و معمولاً بر روی نمونه خون انجام می‌گیرد تا وجود یا عدم وجود ویروس HIV را در بدن فرد مشخص کند. بنابراین نتیجه این تست با ابتلای فرد به

بیماری ایدز تفاوت دارد. ممکن است فردی HIV مثبت باشد اما کماکان بدن وی علائم بالینی بیماری ایدز را نداشته باشد و سالها نیز بدون علامت زندگی کند.

بسیار مهم است که فرد زمانی آزمایش دهد که در دوران پنجره نباشد. به موقع آزمایش اچ آی وی بدهیم. انواع آزمایشها، آزمونها یا تستها شامل آزمون رپید یا سریع، آزمون الایزا، آزمون وسترن بلات P24، آزمون CD4، آزمون PCR است.

### فواید انجام تست HIV

فرد از ابتلا خود به ویروس HIV آگاه شده و شیوه زندگی خود را تغییر میدهد تا با اجتناب از رفتارهای پرخطر خارج از عرف یا اجتناب از تزریق مواد مخدر با سوزن و سرنگ مشترک از گسترش عفونت به دیگران جلوگیری کند.

تشخیص زود هنگام این بیماری، درمان دارویی زودهنگام را در پی خواهد داشت که سرعت پیشرفت بیماری را کاهش داده و طول عمر بیمار را افزایش میدهد.

فرد پس از اینکه از ابتلای خود به HIV مطلع شد، میتواند با آگاه ساختن کسانی که با آنها در ارتباط بوده و یا با آنها از سوزن و سرنگ مشترک حین تزریق مواد مخدر استفاده میکرده، احتمال آلوده بودن این افراد را به آنان هشدار داده و همچنین از گسترش بیشتر بیماری جلوگیری کنند.

زنان باردار در صورت مثبت بودن تست و تشخیص به موقع میتوانند با دریافت داروهای ویژه‌ای، نوزاد سالم بدون ابتلا به HIV به دنیا آورند.