

g

ایدز و راه های پیشگیری از آن



بیمارستان بوعلی سینا ساری

در حالی که این گونه رفتارها در برخی از جوامع رواج بسیاری یافته است، اغلب آنها را می توان با آموزش و مشاوره مناسب تغییر داد یا اصلاح نمود. چندین کشور از قبیل تایلند و اوگاندا توانسته اند با سعی بسیار در این زمینه، با موفقیت میزان انتشار این بیماری را کاهش دهند. در کشورهایی که داروهای ضد ایدز از قبیل AZT به سادگی در دسترس است برنامه های پیشگیری در زنان باردار در کاهش تعداد کودکان مبتلا به HIV کاملاً موفق بوده است. این وضعیت در کشورهای درحال توسعه بسیار بد است چرا که فقدان منابع، دستیابی به داروهای ضد ایدز را محدود کرده و امکان انجام تست های مربوط به HIV را کاهش داده است.

راه های پیشگیری از سرایت HIV چیست؟

استراتژی مقابله با ایدز با تبلیغات وسیع در سرتاسر دنیا ABC است یعنی:

- **Abstain** پرهیز و به تاخیر انداختن اولین رابطه جنسی
- **Be Faithful** (پایبندی و وفاداری) ایمن تر باقی ماندن از طریق پایبندی به یک شریک جنسی یا از طریق کاهش تعداد شرکای جنسی
- **Condomise** (استفاده از کاندوم) استفاده صحیح و مداوم از کاندوم برای جوانانی که از نظر جنسی فعالند یا زوجیهایی که یکی از آنها HIV مثبت است، روسپی ها و شرکای جنسیشان و هر که تماس جنسی با فردی که در معرض HIV بوده داشته است.

نتیجه

با نبودن واکسن و درمان قطعی، تلاش ما برای غلبه بر بیماری مسری HIV باید روی پیشگیری از آن تمرکز یابد. چه اعمال جنسی باشد، چه مصرف مواد مخدر و چه رفتارهای دیگری که فرد را در معرض خطر ابتلا قرار دهد؛ لازم است مردم از آموزش ها و مهارت های صحیح برای محافظت از خودشان بهره مند گردند.

منبع:

<http://www.beytoote.com>

تبیان

پیشگیری از HIV و بارداری

هیچ کدام از برنامه های پیشگیری از HIV به اندازه برنامه های پیشگیری در زنان باردار موفق نبوده است. 90 درصد از موارد بیماری ایدز در کودکان به دلیل انتقال آن از طریق مادر - فرزند روی می دهد. در آمریکا سالانه 7000 کودک از طریق مادران مبتلا به HIV متولد می شوند، ولی تعداد نادری از این کودکان حامل ویروس ایدز نیستند. در کشورهای در حال توسعه این تعداد بسیار بیشتر است. در خلال بارداری یا زایمان اگر درمان های مناسبی صورت نگیرد، ویروس HIV می تواند در بیش از یک سوم موارد از مادر به فرزند انتقال یابد.

در سال های اخیر معالجات دارویی در خصوص مبارزه با HIV موارد میزان انتقال بیماری را کاهش داده اند. یک داروی خاص به نام AZT یا ZIDOVUDINE، وقتی هم به مادر باردار و هم به کودک تازه به دنیا آمده داده می شود، می تواند به میزان 8 درصد انتقال بیماری را کاهش دهد. داروهای دیگر HIV نیز ممکن است مؤثر باشند ولی در این خصوص مطالعات کافی صورت نگرفته است.

زنان باردار باید تست HIV را حتماً انجام دهند و از مشاوره صحیح در این زمینه برخوردار گردند. زنانی که مبتلا به HIV هستند باید اطلاعات کافی در مورد جلوگیری از بارداری، خطر انتقال ویروس HIV از مادر به فرزند، و به کارگیری داروهای ضد ایدز جهت کاستن احتمال انتقال، از پزشک خود کسب نمایند. همچنین برای زنان مبتلا به HIV بخصوص کسانی که شوهرشان HIV منفی هستند لازم است تا مشاوره ای صحیح در مورد رفتارهای جنسی ایمن دریافت کنند، و اگر قصد بارداری دارند، جایگزین های آمیزش محافظت نشده را بیاموزند.

بیشتر موارد راه های انتقال ویروس HIV می تواند به طرق مختلف به رفتار بشر مربوط گردد؛ مانند مواد مخدر و فعالیت های جنسی.

در حالی که وارد هزاره جدید شده ایم، ویروس از بین برنده سیستم ایمنی بدن انسان یا همان HIV به ایفای نقشی برجسته در به خطر انداختن سلامتی بشر در سراسر جهان ادامه می دهد.

آمارهای ارائه شده اخیر از سوی سازمان ملل نشان می دهد که تقریباً 34 میلیون نفر از مردم جهان به این بیماری مبتلا هستند و هر ساله تعداد 5.6 میلیون نفر به این تعداد افزوده می گردد. فاجعه انسانی مربوط به ایدز بی مانند است. بیشتر موارد راه های انتقال ویروس HIV می تواند به طرق مختلف به رفتار بشر مربوط گردد؛ مانند مواد مخدر و فعالیت های جنسی. در حالی که این گونه رفتارها در برخی از جوامع رواج بسیاری یافته است، اغلب آنها را می توان با آموزش و مشاوره مناسب تغییر داد یا اصلاح نمود. چندین کشور از قبیل تایلند و اوگاندا توانسته اند با سعی بسیار در این زمینه، با موفقیت میزان انتشار این بیماری را کاهش دهند.

استفاده از وسایل پیشگیری، اعمال جنسی ایمن و پرهیز از رفتارهای پرخطر دیگر، «استانداردهای طلایی» راهبردهای پیشگیری از ایدز محسوب می شوند در کشور آمریکا با این که رفتارهای مخاطره انگیز در برخی از گروه ها همانند مردان همجنس گرا به طور قابل توجهی کاهش یافته است، گزارش های اخیر حاکی از طغیان مجدد این بیماری می باشند. این تجدید فعالیت قطعاً به صورت چند عاملی بوده و بخشی از آن به دلیل حمایت عمومی و سیاسی متزلزل می باشد. روش های مبارزاتی عمده برای تغییر دادن رفتارها در طول زمان دارای نتایجی متغیر و متناقض بوده است. به علاوه توان بالقوه پزشکان (یا متخصصان بالینی) در جهت تأثیر گذاری بر اعمال و رفتار بیماران، متأسفانه عمدتاً فراموش شده است. برخلاف کشیدن سیگار، مشاوره و اطلاع رسانی درباره پیشگیری از ایدز در کمتر از یک درصد موارد مراجعه بیماران به پزشک عمومی خود ارائه می گردد. در نهایت، دستیابی علم پزشکی به معالجات جدید، که باعث حفظ جان و سلامتی و جلوگیری از ابتلا به بسیاری از بیماری های ویروسی می شود نیز ممکن است ترس از دچار شدن به ایدز را کاهش دهد. متأسفانه این روش های درمانی برای همه جواب نداده، انجامشان مشکل بوده و منوط به داشتن پتانسیل پادزهری و عوارض بلندمدت خواهد بود.

از آنجایی که احتمال تولید یک دارو یا واکسن در آینده نزدیک کم است، تلاش برای کاستن بیماری مسری ایدز باید به عنوان هدفی اولیه بر پیشگیری از این بیماری تمرکز یابد. پزشکان و ارائه کنندگان اقلام بهداشتی باید نقش عمده ای در ارائه مشاوره و اطلاع رسانی های پیشگیرانه ایفا نمایند. برای پزشکان مهم است که بدانند پیشگیری از ایدز نیازی به مهارت های مشاوره ای و مداخلات روان شناختی گسترده ندارد. پیشگیری به عنوان بخشی از آموزش سلامتی روزمره است و با تشخیص و سنجش ریسک و فراهم آوردن اطلاعات می توان رفتارهای پر خطر را اصلاح نمود.

چه افرادی در معرض خطر ابتلا به این بیماری قرار دارند؟

گفته می شود بیش از یک میلیون نفر در آمریکا مبتلا به ایدز هستند و هر ساله بین 40 تا 80 هزار نفر به این تعداد اضافه می شود. به طور قابل توجهی ملاحظه شد که در بین مردان همجنس گرا و معتادان تزریقی همچنان که بیماری مسری ایدز گسترش یافته، گروه های در معرض خطر و راه های انتقال تغییر یافته است. زنان، جوانان و نوجوانان و اقلیت های نژادی، سریع ترین جمعیت در حال گسترش مبتلا به ویروس ایدز به شمار می روند. مهم ترین و سریع ترین عامل انتقال ویروس HIV از طریق رفتارهای مخاطره انگیز جنسی می باشد؛ در حالی که موارد بیمار به صورت سنتی در مراکز شهری متمرکز شده و به تدریج در حال انتقال به حومه شهرها نیز می باشد.

بنابراین در جواب سؤال «چه افرادی در معرض خطر این بیماری قرار دارند؟» در یک کلمه پاسخ اینست - همه! پزشکان فرض را بر این می گیرند که تمامی بیماران - نوجوانان و جوانان - در معرض خطر ابتلا قرار دارند. آنها از هر کدام سؤالاتی خاص درباره رفتارهای جنسی و رفتارهای پر خطر دیگر می پرسند، و بر این اساس مشاوره و آموزش خود را ارائه می نمایند. تصور این که فردی در خطر ابتلا قرار ندارد، یک فکر خطرناک و گمراه کننده است.

پیشگیری از HIV و رفتارهای جنسی

به منظور ارائه مشاوره و آموزش مؤثر در مورد ایدز، یک پزشک ابتدا باید بتواند از سابقه و گذشته جنسی فرد به صورتی جامع و فراگیر آگاهی حاصل نماید. این هدف زمانی عملی می گردد که مباحث مربوط به مسائل جنسی به راحتی مطرح شود، تفاوت های فردی محترم شمرده شود، از واژه های عامیانه قابل فهم توسط همه بیماران استفاده شود و سؤالاتی واضح در مورد رفتارهای بخصوص پرسیده شود - نه این که فقط سؤال شود، «آیا روابط جنسی داشتی؟»

مبانی HIV

ویروس HIV از طریق عمل جنسی با در معرض قرار گرفتن غشاءهای مخاطی آلت تناسلی مرد، دهان، مهبل و مقعد با منی مبتلا به ویروس ایدز، پیش انزال، ترشح های مهبلی یا خون انتقال می یابد.

پیشگیری از HIV و مواد مخدر

گفته می شود یک سوم مبتلایان به HIV معتادان تزریقی هستند. این آمار شامل تعداد افرادی که هم زمان با اعتیاد به مواد مخدر (تزریقی و غیر تزریقی) یا الکل، از طریق رفتارهای پر خطر جنسی دچار HIV می شوند، نمی گردد. افرادی که آلوده به مواد مخدر هستند باید نکات زیر را رعایت نمایند:

- پرهیز کلی از مصرف مواد مخدر

- مراجعه به برنامه های درمان و ترک اعتیاد

- استفاده از سرنگ های تمیز و خودداری از به کارگیری

شراکتی سرنگ

- دوری از ارتباط جنسی خطرناک یا هر نوع عملی که دیگران را در معرض خطر قرار دهد.

بیماران خیلی اوقات مایل یا قادر به تغییر دادن اعمال و رفتار، پذیرش درمان یا دستیابی به خدمات به

کارگیری روش های مناسب نیستند. از آنجایی که این سناریو

اغلب تکرار می شود، راهبرد پیشگیری از HIV بیشتر شبیه

یک مدل کاهش آسیب می باشد. این مدل می پذیرد که

استفاده از مواد مخدر وجود داشته و اتفاق می افتد، اما سعی

در به حداقل رساندن پی آمدهای مضر آن رفتار می نماید.

قالَ عَلِيٌّ عَلَيْهِ السَّلَامُ : كَمْ مِنْ شَهْوَةٍ سَاعَةٌ أَوْرَثَتْ حُرْنًا طَوِيلًا.

علی علیه السلام فرموده است: چه بسا یک ساعت کامروایی و

شهوت، اندوه طولانی به بار می آورد و غم و غصه ی فراوان از

بے دادد.