

ایدز

نوشته: لوگن کاپرن
ترجمه: روزبه احمدی

اچ.ای.وی. چیست؟ ویروسی که باعث ضعیف شدن سیستم ایمنی بدن انسان می شود.
ایدز چیست؟ سندرم اکتسابی ضعف سیستم ایمنی

هر دو این کلمات با هم مرتبط هستند. ویروس اچ.ای.وی به بدن حمله می کند و باعث بیماری ایدز می شود. بیمار دارای ایدز قادر به مقابله با بیماریهای عفونی ثانویه نخواهد بود. باید توجه داشت که فرد می تواند آلوده به اچ.ای.وی. باشد ولیکن ایدز نداشته باشد. در این شرایط به فرد اچ.ای.وی. مثبت گفته می شود. در مقایسه ، فرد دارای ایدز قطعاً اچ.ای.وی. مثبت می باشد.

ویروس اچ.ای.وی. به سیستم ایمنی بدن که مسئول مقابله با بیماریهاست حمله می کند. بعنوان مثال، هنگام بیماری بدن انسان با عامل بیماریزا مقابله می کند تا فرد سلامت خود را بازیابد. اچ.ای.وی. سیستم ایمنی را بقدری ضعیف می کند که دیگر قادر به مقابله با بیماری نخواهد بود. البته ویروس اچ.ای.وی. به اهستگی ایمنی بدن را کاهش میدهد. وقتی سیستم ایمنی فرد دیگر قادر به دفاع نیست، دیگر فاکتورهای عفونی را این موقعیت را پیدا می کنند که وارد بدن شده و باعث بیماری شوند. در این حالت گفته می شود که فرد دچار ایدز می باشد. از لحاظ پزشکی، وقتی به فرد گفته می شود که دارای ایدز است که تعداد سلولهای سی.دی. چهار ان کمتر از چهارصد عدد باشد. وقتی فرد دارای ایدز می میرد، این تنها ویروس اچ.ای.وی. نیست که باعث مرگ می شود. در حقیقت دیگر بیماریهای عفونی ثانویه(از قبیل مالاریا ، سل و ذات الریه) از ضعف ایمنی فرد استفاده کرده و باعث مرگ زودتر شخص می شوند.

مرور:

اچ.ای.وی. چیست؟
ایدز چیست؟
چگونه این دو کلمه با هم مرتبط هستند؟
چگونه ویروس اچ.ای.وی. به بدن آسیب می رساند؟
چگونه بیمار از ایدز می میرد؟

نحوه انتقال:

1. نزدیکی جنسی بدون استفاده از کاندوم می تواند باعث انتقال ویروس از فرد بیمار به فرد سالم شود. این نزدیکی جنسی می تواند شامل هرگونه فعالیت جنسی از قبیل نزدیکی از طریق دهانی، مقعدی و یا واژنی باشد. کاندوم تنها روش جلوگیری از بارداریست که جلوی انتقال ویروس اچ.ای.وی. را نیز می گیرد. اما کاندوم زمانی کارائی دارد که درست استفاده شود، درست نگهداری شود و از تاریخ انقضای آن نگذشته باشد. همچنین باید در نظر داشت که کاندوم فقط نود و سه درصد کارائی کامل دارد. ویروس اچ.ای.وی. فقط از فرد آلوده به فرد سالم منتقل می شود، به همین دلیل دانستن وضعیت سلامت فرد حائز اهمیت می باشد. برای کاهش شانس آلودگی، فرد می تواند با حداقل تعداد افراد ممکن رابطه جنسی برقرار کند. چنانچه شخص با ویروس اچ.ای.وی. در تماس نزدیک نباشد آلوده نخواهد شد. به همین دلیل است که اکثر تعلیمات مذهبی و خانوادگی جوانان را تشویق به داشتن رابطه جنسی در سنین بالا می کنند. باید توجه داشت که هشتادو پنج درصد آلودگیها به ویروس اچ.ای.وی. از طریق انتقال جنسی می باشد.

2. راه دیگر انتقال زمانی است که خون شخص آلوده به ویروس اچ.ای.وی. با خون فرد سالم آمیخته می شود و فرد سالم را اچ.ای.وی. مثبت می کند. انتقال خونی از چندین طریق ممکن است. بعنوان مثال هنگام استفاده از سوزن مشترک، مقدار ناچیزی از خون شخص آلوده ممکن است با خون فرد سالم بیامیزد و فرد سالم را آلوده کند. به همین خاطر استریلیزه کردن سوزنها بسیار مهم می باشد. از دیگر موارد انتقال خونی می توان از استفاده تیغ اصلاح مشترک و خالکوبیها نام برد. سیستم اهدای خون راه دیگر انتقال ایدز می باشد. به عبارت دیگر، وقتی واحد خونی آلوده به ویروس اچ.ای.وی. به فرد نیازمند اهدا می شود، فرد گیرنده به ایدز مبتلا خواهد شد. امروزه این نوع انتقال بسیار معدود است زیرا که واحدهای خونی بصورت مکرر مورد آزمایش قرار می گیرند. این نوع انتقال دو دهه پیش آلودگیهای زیادی را در آمریکا باعث شده بود.

3. انتقال از مادر به نوزاد: مادر دارای ایدز می تواند ویروس اچ.ای.وی. را در زمان بارداری، هنگام زایمان و از راه شیردهی به نوزاد انتقال دهد. البته با استفاده از روشهای جدید درمانی که معمولاً رایگان می باشند، شانس انتقال از این طریق بسیار کاهش یافته است. با این همه، دانستن وضعیت سلامتی برای مادر ضروری می باشد.

به خاطر داشته باشید که هشتادو پنج درصد انتقال ایدز از راه نزدیکی جنسی می باشد. اگر چه بقیه راههای انتقال نیز مهم می باشند، انتقال از طریق جنسی به توجه بیشتری نیاز دارد.

مرور:

بیشترین شانس ابتلا به ایدز از چه طریقی می باشد؟
چه راههایی ابتلا از طریق جنسی را کاهش میدهد؟
انتقال از راه خون-به-خون چیست؟
چه راههایی ابتلا از طریق خونی را کاهش میدهد؟
انتقال از راه مادر به نوزاد چیست؟
چه راههایی ابتلا از طریق مادر به نوزاد را کاهش میدهد؟
مهمترین راه پیشگیری از هر سه طریق چیست؟
چرا انتقال از طریق جنسی بیشترین توجه را نیاز دارد؟

سلامت و تغذیه مناسب نقش مهمی در توانایی بدن برای مقابله با بیماریها بازی می کنند. بعضی افراد حتی با یک تماس جنسی به ایدز مبتلا می شوند در حالیکه بعضی دیگر حتی با چندین تماس هم آلوده به اچ.ای.وی. نمی شوند. بعضی ها بر این باورند که این مسئله به سلامتی شخص مربوط می شود. به عبارت دیگر شخصی که از سلامتی بیشتری برخوردار است در مقابله با ایدز مقاومتر خواهد بود. این مسئله در مورد بیماریهای دیگر از قبیل سل و مالاریا نیز صدق می کنند.

بدن ما به چهار منبع غذایی اصلی نیازمند است: اولاً، پروتئین (موجود در گوشت، شیر، تخم مرغ، عدس و لوبیا) که در ساخت ماهیچه و کمک به سیستم ایمنی بدن موثر است. این به این معنا نیست که فقط خوردن پروتئین برای سیستم ایمنی کافیست، بلکه بدن به هر چهار منبع غذایی نیازمند است تا از سلامتی کامل برخوردار باشد. دوماً، چربیها (موجود در روغن، گوشت، سبزیجات و غیره) که کمک به ذخیره کردن انرژی و حفاظت از بدن می کنند. سوماً، کربوهیدراتها (موجود در برشتوک، نان، شکر، میوه ها و غیره) که به بدن انرژی می دهند. در آخر، بدن ما به آب سالم نیازمند می باشد.

بهداشت و نظافت نیز در سلامت فرد موثر هستند. نظافت شخصی، تمیز نگه داشتن و شستسوی مرتب زخمها بسیار حائز اهمیت می باشد. همانگونه که قبلاً اشاره شد، ایدز بدن را ضعیف می کند و به دیگر عوامل بیماریزا اجازه می دهد که به بدن آسیب برسانند. به همین دلیل شخص دارای ایدز باید به دنبال درمان برای تمامی بیماریهایش باشد.

چرا موارد آلودگی به ایدز کماکان رو به افزایش است؟ دلایل اجتماعی (بطور خلاصه)

انکار: افکاری چون " من هرگز ایدز نمی گیرم،" باعث می شوند که عمق فاجعه ایدز در جامعه انکار شود.

جنسیت: سوء استفاده جنسی، اطاعت محض خانمها، نابرابریهای اجتماعی و اقتصادی، و عوامل بیولوژیکی.

سطح آموزش: کمبود منابع اطلاع رسانی، برداشتهای اشتباه، محدودیتهای آموزشی

رسانه ها: جهانی شدن سکس، به این معنی که تلویزیون و دیگر رسانه های ارتباط جمعی باعث شده اند که مسئله سکس در تمام دنیا همه گیر شود. البته این رسانه ها چیزی در مورد بیماریهای واگیردار جنسی و نحوه جلوگیری از آنها نمی گویند

خدمات پزشکی: کمبود، گرانی و دور از دسترس بودن خدمات پزشکی و همچنین کمبود وسائل پیشگیری و روشهای درمانی برای بیماریهای جنسی قابل انتقال.

فرهنگ: قادر نبودن به صحبت کردن و مشاوره در مورد سکس بواسطه نابرابریهای جنسی در جامعه

بیماریهای جنسی قابل انتقال: این قبیل عفونتها شانس انتقال ایدز را افزایش می دهند.

جنگ: سوء استفاده جنسی و جابجایی اقشار مردم (شورشیان، نظامیان، پناهندگان)

ا.ج.ای.وی./ایدز در بعد جهانی

سه سال گذشته، شورای ایدز سازمان ملل در گزارشی اعلام کرد که حدود چهار میلیون نفر در دنیا دارای ایدز می باشند. از این چهار میلیون نفر تا کنون بیست و پنج میلیون مرده اند و در حدود نود در صد بقیه اطلاعی از داشتن ایدز ندارند و اکثراً در کشورهای در حال توسعه زندگی می کنند. جوانان و نوجوانان بیشتر از همه در معرض خطر هستند. در سال 2005، بیش از پنجاه درصد آلوده شدگان به ایدز بین سنین پانزده تا بیست و چهار سال می بوده اند. همه روز، بیش از هشت هزار نفر از ایدز می میرند و حدود چهارده هزار نفر به ایدز آلوده می شوند. حدود دویست و پنجاه نفر از این چهارده هزار نفر کودکانی هستند که از طریق شیردهی و یا هنگام زایمان به ایدز دچار شده اند. علاوه بر مرگ و میرها، ایدز از زوایای دیگری نیز به جامعه لطمه وارد می سازد. حدود چهارده میلیون کودک تاکنون به واسطه ایدز یتیم شده اند و از کسانی که تابحال مرده اند، هفت میلیون کشاورز

بوده اند. انتظار می رود که این تعداد تا سال 2020 به شانزده میلیون نفر نیز برسد. ایدز همچنین جامعه معلمان (هشتاد و پنج درصد مرگ و میر در آفریقای جنوبی به واسطه ایدز است) و سیستم پزشکی را نیز تحت تاثیر قرار داده است. حدود پنجاه تا هشتاد درصد تخت های بیمارستان در آفریقای جنوبی در خصوص افراد مبتلا به ایدز می باشند.

مرور:

چه نقشی تغذیه در پیشگیری از ایدز بازی می کند؟
چرا درمان از اهمیت ویژه ای برخوردار است؟
چرا ایدز همچنان در حال پیشرویست؟
چه دلایل دیگری شما می توانید اضافه کنید؟
مهمترین عوامل شیوع منطقه ای ایدز چیست؟
چگونه فاکتورهای جهانی در شیوع ایدز ایفای نقش می کنند؟
تاثیرات اولیه و فوری ایدز چیست؟
تاثیرات طولانی مدت ایدز چیست؟

پیشگیری:

به طرق مختلف می شود به افراد مبتلا به ایدز کمک کرد: (1) درمان ضد ویروسی، اگرچه درمان قطعی برای ایدز وجود ندارد. (2) ترمیم سیستم ایمنی و، (3) درمان عفونتهای ثانویه؟

درمانهای ضد ویروسی درمان قطعی محسوب نمی شود. این نوع درمانها به سیستم ایمنی کمک می کنند تا جلوی پیشرفت ایدز را بگیرد. از این طریق افراد مبتلا به ایدز مدت بیشتری زنده می مانند. داروهای ضد ویروسی معروف به معجزه آفرین هستند زیرا باعث بازیافت سلامتی در بیماران می شوند.

البته داروهای ضد ویروسی عوارض جانبی منفی نیز دارند. این داروهای بسیار گرانقیمت هستند و دسترسی به این داروها در کشورهای در حال توسعه بسیار دشوار می باشد. همچنین بدلیل عوارض جانبی منفی، بیست تا سی درصد مبتلایان به ایدز در امریکا قادر به استفاده از داروهای ضد ویروسی نیستند. از طرف دیگر، ویروس اچ.ای.وی. در دراز مدت به داروهای ضد ویروسی مقاوم می شود.

درمانهای ضد ویروسی می توانند به افراد بسیار بیمار بهبودی ببخشند اما درمان قطعی محسوب نمی شوند. بهداشت و تغذیه مناسب نیز در بهبودی سیستم ایمنی موثر هستند.

به خاطر داشته باشید که مرگ در مبتلایان به ایدز بواسطه بیماریهای عفونی ثانویه می باشد. به همین دلیل، درمان اینگونه عفونتهای فرصت طلب برای مبتلایان به ایدز ضروریست. از این طریق، مبتلایان به ایدز می توانند عمر طولانیتری داشته باشند.

پیشگیری از انتقال مادر به جنین

زنان دارای ایدز تاسی و پنج درصد شانس انتقال ویروس اچ.ای.وی. به نوزاد خود را در زمان بارداری دارا می باشند. همانطور که مطرح شد، بعضی درمانها قادر به جلوگیری از این نحوه انتقال می باشند. داوریی ارزانقیمت بنام *نویر/پین* وجود دارد که قبل و بعد از زایمان به مادر داده می شود قادر به کاهش انتقال ویروس از مادر به جنین می شود. علاوه بر ارزانی، این دارو به آسانی قابل استفاده است و در بسیاری از مراکز درمانی

بصورت رایگان در دسترس بیماران می باشد. مسئله اصلی این است که مادر از وضعیت سلامت خویش آگاه باشد.

مرور:

چه گزینه های درمانی برای مبتلایان به ایدز وجود دارد؟
درمان ضد ویروسی چیست؟
چگونه درمانهای ضد ویروسی عمل می کنند؟
آیا درمان قطعی برای ایدز وجود دارد؟
عوارض جانبی داروهای ضد ویروسی چیست؟
چه مشکلات دیگری را این قبیل داروها شامل می شوند؟
انتقال از راه مادر به نوزاد چیست؟
نویراپین چیست؟
مسئله اصلی برای پیشگیری از انتقال ایدز چیست؟

جنسیت

ایدز در ابتدا زنان و مردان را به یک اندازه آلوده می کرده، اما اخیراً تعداد زنان آلوده به ایدز بطور تصاعدی در حال افزایش می باشد. در سال 2005 بیش از پنجاه درصد موارد آلودگی به ایدز مربوط به بانوان بوده است. این مسئله مربوط می شود به وضعیت بیولوژیکی، اجتماعی-اقتصادی، و حقوق بانوان. همانند مردان، اکثر موارد انتقال ایدز در خانمها نیز مربوط به نزدیکی های جنسی غیر همجنسانه می شود. در سالهای اخیر، تعداد مبتلایان خانم به ایدز هر ساله دوبرابر شده است. بطور میانگین، در هر بیست ثانیه یک زن در جهان سوم به ایدز مبتلا می شود. حقوق زنان و نقش آنها در اداره خانواده، بخصوص وقتیکه مبتلا به ایدز می شوند، دسترسی آنها به خدمات درمانی و مراقبتی را کاهش میدهد. علت افزایش آلودگی خانمها به ایدز مربوط می شود به:

1. بیولوژی: در نزدیکی های جنسی زنان معمولاً گیرنده هستند و بدن آنها سطوح گیرنده بیشتری در مقایسه با بدن مردان دارند. همچنین نحوه مراقبت جنسی نیز بانوان را در معرض خطر بیشتری قرار می دهد. بعلاوه، نحوه تولد نوزاد نیز کمک به انتقال ایدز از مادر به بچه می نماید.

2. جامعه/فرهنگ: بدلیل موقعیت پایین اجتماعی که ریشه در مسائل فرهنگی دارد، خانمها اغلب قربانی سوء استفاده های جنسی می شوند. این قبیل سوء استفاده های جنسی در بعضی موارد تبدیل به خشونتهای جنسی نیز می شوند. علت اصلی این است که زنان اجازه و یا حق صحبت کردن درباره مسائل جنسی و روشهای مقابله ایمن تر را ندارند.

3. اقتصاد: اغلب بدلیل شرایط بد اقتصادی، نداشتن سرپرست و دسترسی نداشتن به موقعیتهای شغلی، زنها مجبور به روی آوردن به خودفروشی می شوند. از اینرو دختران جوان جذب مردان مستتر ولی پولدار می شوند. تمامی این مسائل منجر به سوء استفاده جنسی بیشتری نسبت به زنان در جامعه می گردند.

4. اپیدمیولوژی: بعضی خانمها در زمان زایمان نیاز به اهداء خون دارند. این مسئله زنها را در مقایسه با مردها بیشتر در معرض ابتلا به ایدز قرار می دهد.

