



معاونت دانشجویی دانشگاه شهید چمران

مرکز مشاوره دانشجویی

## نگاهی به بیماری ایدز AIDS (HIV)



آدرس : معاونت دانشجویی دانشگاه شهید چمران  
جنب درمانگاه - مرکز مشاوره دانشجویی  
تلفن: ۳۷۳۷۰۰۴

داری ، پایبندی به اصول اخلاقی و خانوادگی و اجتناب از بی بندو باری جنسی می باشد ؟

- پوشش های حفاظتی (کاندوم ) در تماسهای جنسی استفاده گردد.

- از اعتیاد خصوصاً اعتیاد تزریقی جداً پرهیز شود.

- از استریل بودن هر گونه وسیله سوراخ کننده پوست قبل از به کار بردن آنها اطمینان حاصل گردد.

- هرگز از مسواک ، تیغ سلمانی ، ماشین اصلاح ، سوزن خالکوبی و هر وسیله تیز و برنده مشترک استفاده نشود.

- در مراجعه به آرایشگاه حتماً از وسایل شخصی ( قیچی ، تیغ سلمانی ، ماشین اصلاح ، موچین و ...) استفاده گردد.

- از مصرف هر نوع مواد مخدر و مواد محرك مثل هروئین ، الکل ، اکستازی ، ( قرص اکستازی ) که باعث کاهش هوشیاری و خویشتن داری می گردد و می تواند انسان را در معرض رفتارهای پرخطر قرار دهد . اکیداً خودداری شود.

**مهارتهای لازم جهت پیشگیری از بیماری ایدز چیست ؟**

- شناخت محیط های پر خطر و دوری جستن از آنها

- شناخت افراد با رفتار پرخطر و آگاه نمودن آنها

- تصمیم گیری صحیح

- محیط را ترک کنید .

- انجام فعالیتهای ورزشی ، هنری و .... در برنامه زندگی

داشته باشید.

حسین حساوی

کارشناس ارشد روانشناسی

مرکز مشاوره دانشگاه شهید چمران

**دلایل انجام دادن تست HIV چیست ؟**

بسیاری از کسانی که تست HIV انجام داده اند بی دلیل نگرانند چرا که:

- اگر نتیجه تست منفی باشد (یعنی اینکه با HIV آلوده نیستند) می تواند باعث آرامش خیال شود. و اگر نتیجه تست مثبت شود کارهای بسیاری برای فائق آمدن با نتیجه مثبت تست HIV و مراقبت از سلامت می توان انجام داد.

- اگر نتیجه تست HIV شما مثبت باشد پزشک می تواند بدقت مراقب سلامت شما باشد. بسیاری از کسانی که تست HIV مثبت دارند سالها سالم باقی میمانند ولی اگر به سمت بیماری پیش بروید داروهای بسیاری بنام antiretroviral وجود دارند که می تواند سرعت پیشرفت ویروس و بیماری را کم کنند و نگهدارنده سیستم ایمنی باشند همچنین داروهایی برای پیشگیری و درمان برخی بیماریهایی که افراد مبتلا به HIV به آن گرفتار می شوند را دریافت کنید. همچنین ممکن است تحت درمان با داروهای جدید در روشهای درمانی قرار بگیرید.

- اگر پزشک بداند که شما HIV مثبت هستید هنگامیکه به بیماری مبتلا می شوید با جدیت و دقت بیشتری علائم را پیگیری می کند

- اگر بدانید که HIV مثبت هستید بیشتر مراقب خواهید بود تا دیگران آلوده نشوند بعنوان مثال رابطه جنسی ایمن داشتن ( safe sex ) و آگاه کردن شرکای جنسی قبلی خود.

- آگاه بودن به آلودگی با HIV ، ممکن است بر روی برخی تصمیمات آینده شما تأثیر گذار باشد ( مثلاً در مورد تشکیل خانواده)

- آگاه بودن به آلودگی با HIV ، ممکن است بر روی برخی تصمیمات آینده شما تأثیر گذار باشد ( مثلاً در مورد تشکیل خانواده)

- آگاه بودن به آلودگی با HIV ، ممکن است بر روی برخی تصمیمات آینده شما تأثیر گذار باشد ( مثلاً در مورد تشکیل خانواده)

**راههای پیشگیری از بیماری ایدز چیست ؟**

- بهترین راه پیشگیری از ابتلا به بیماری ایدز ، خویشتن

به نام خدا

## HIV مخفف Human Immunodeficiency Virus

به معنی "ویروس نقص ایمنی انسان" می‌باشد. ویروس ، يك ذره زنده خیلی كوچك است كه می‌تواند تكثیر و پخش شود اما برای زندگی نیاز به موجود زنده دیگری دارد. وقتی ویروس، سلولی را آلوده کند شروع به تكثیر در داخل آن سلول می‌کند كه در نهایت منجر به آسیب آن سلول می‌شود. ویروسهای مختلف به سلولها و بافتهای مختلفی از بدن حمله می‌کنند. برخی ویروسها به پوست، برخی به دستگاه تنفسی و ... حمله می‌کنند ، در حالیکه HIV به خود سیستم ایمنی حمله می‌کند و این خصوصیت ویروس است كه آنرا خطرناك کرده است. سیستم ایمنی، گروهی از سلولها هستند كه بدن را در برابر انواع عفونتها محافظت می‌کند و بدون آنها، توانایی بدن برای مبارزه با انواع عفونتها تضعیف می‌شود. لذا وقتی ویروس HIV وارد بدن فردی شود به تدریج قدرت دفاعی بدن وی ضعیف می شود و این فرد در برابر انواع بیماریها و عفونتها حتی آنهایی كه در حالت عادی بیماریزا نیستند آسیب پذیر میگردد.

انسان می‌تواند توسط فرد دیگری كه به HIV مبتلا است آلوده شود و او نیز می‌تواند بقیه افراد را آلوده كند و بر این اساس HIV منتشر می‌شود .  
به فردی كه به HIV آلوده است (HIV+ مثبت) اطلاق می‌شود.

این روند قابل رویت نیست و راهی وجود ندارد تا با نگاه كردن به افراد بگوئیم كه آیا به HIV مبتلا هستند یا خیر، ولی آزمایش خون می‌تواند پس از چند ماه از اولین تماس، ویروس را در خون آشكار كند .  
افراد آلوده به HIV ممكن است سالها كاملاً سالم بمانند و حتی خودشان ندانند كه آلوده هستند.

## ایدز (AIDS) مخفف Acquired Immune Deficiency Syndrome

به معنی سندرم نقص ایمنی اکتسابی می‌باشد .

وقتی سیستم ایمنی آسیب ببیند، نه تنها در برابر ویروس HIV (كه در آغاز به آن صدمه زده) بلکه نسبت به بقیه عفونتها هم آسیب پذیر می‌شود و دیگر قادر به كشتن میکربها و ویروسهایی كه قبلاً برایش مشكل ایجاد نمی‌کردند، نیست لذا با گذشت زمان، افراد آلوده به HIV بیشتر و بیشتر بیمار می‌شوند و معمولاً سالها پس از آلودگی به یکی از بیماریهای خاص، شدیداً مبتلا می‌شوند و در این زمان گفته می‌شود كه آنها به ایدز مبتلا شده‌اند. بنابراین زمانی كه فرد آلوده به ویروس HIV برای اولین بار به يك بیماری جدی مبتلا شود و یا وقتی كه تعداد سلولهای ایمنی باقیمانده در بدن او از حد معینی كمتر شود، مبتلا به بیماری ایدز شناخته می شود. ایدز يك مرحله كاملاً جدی است كه بدن، دفاع بسیار کمی در برابر انواع عفونتها دارد. در واقع هر فرد آلوده به ویروس HIV ، الزماً مبتلا به ایدز نمی باشد اما در طول مدت آلودگی خود، می تواند دیگران را آلوده كند. **(پوست سالم، يك سد بسیار قوی در برابر ورود HIV وسایر ویروسها و باكتري ها است.)**

### ویروس ایدز (HIV) از چه راههایی سرایت می کند؟

- تماس جنسی نا امن
- سرایت از مادر آلوده به جنین در داخل رحم و یا انتقال به كودك در طی دوران شیردهی .
- استفاده مشترك از سرنگ و سوزن آلوده جهت تزریق
- سرایت از طریق خون و فرآورده‌های خونی

**چه کسی نیاز به انجام آزمایش HIV دارد؟**  
؟  
در صورتی كه شما سابقه انجام هر كدام از رفتارهای خطرناك زیر را داشته اید، نیاز به انجام آزمایش HIV دارید:

- استفاده از سوزن و سرنگ مشترك در اعتیاد تزریقی (حتی برای يك بار)
- ابتلاء به بیماری های آمیزشی (مثل سوزاك، سیفلیس، تبخال و زگیل تناسلی)
- با فرد آلوده به HIV تماس جنسی "حفاظت نشده" داشته اید.
- با فرد تزریق كنده مواد مخدر (حتی همسر) تماس جنسی "حفاظت نشده" داشته اید.
- با فرد دارای سابقه ابتلاء به بیماریهای آمیزشی تماس جنسی "حفاظت نشده" داشته اید.
- بدون اطلاع از سابقه ابتلاء فردی به بیماریهای آمیزشی تماس جنسی "حفاظت نشده" داشته اید.
- با فرد دارای سابقه روابط جنسی با مردان یا زنان دیگر تماس جنسی "حفاظت نشده" داشته اید.
- با فرد دارای سابقه روابط جنسی با نوع همجنس تماس جنسی "حفاظت نشده" داشته اید. (خصوصاً اگر رابطه بین دو مرد بوده و در این رابطه وی مفعول بوده باشد.)
- با فردی كه در نواحی پر خطر زندگی می كند، تماس جنسی "حفاظت نشده" داشته اید. (مناطقى كه در آن آمار میزان افراد آلوده به HIV زیاد می باشد. مثلاً بعضی كشورهای آفریقایى، كشورهای تازه استقلال یافته روسیه، افغانستان و كشورهای ناحیه خلیج فارس)
- استفاده از مشروبات الكلی و مواد مخدر قبل از تماس جنسی (تریاك، هروئین، قرص اكستاسی، حشیش، گرس و ..)
- سابقه تجاوز و سوء استفاده جنسی قرار گرفتن .