



به نام خدایی که در این مرد است



مجموعه آموزشی پیش گیری از اچ آی وی / ایدز
ویژه پزشکان ، کارشناسان و ارائه دهندگان خدمات
مراقبت های اولیه بهداشتی در مراکز و پایگاه های بهداشتی
درمانی

با هدف کاهش خطر انتقال اچ آی وی از مادر به نوزاد

کتاب اول : کلیات اچ آی وی ایدز

مؤلف:

دکتر علی حسین پور کارشناس مسئول برنامه کنترل و پیشگیری از ایدز دانشگاه علوم پزشکی مشهد

مشاوره فنی:

تکتم خجسته کارشناس اداره کنترل ایدز مرکز مدیریت بیماری های واگیر

زیر نظر:

اداره کنترل ایدز و بیماری های آمیزشی

مرکز مدیریت بیماری های واگیر

دی ماه ۱۳۹۲



فهرست مطالب :

پیش گفتار

مقدمه

اهداف

اهمیت

تفاوت HIV و ایدز

تاریخچه

آمار

راه های انتقال

راه های عدم انتقال

جمعیت های کلیدی در معرض بیشترین خطر

دوره پنجره و کمون

راه های پیشگیری

باورهای غلط

تشخیص

مراکز مشاوره بیماریهای رفتاری (کلینیک های مثالی)

درمان

پیش آگهی

مسائل اجتماعی و حمایتی

ادبیات اچ آی وی

منابع



به جای اینکه انگشت اشاره را به نشانه‌ی اخطار بالا ببریم و نشانه بگیریم، اطلاعات لازم را طوری منتقل کنیم که به جای اخطار، تشویق کننده باشند. نمایشنامه و تئاتر تدارک ببینیم، معما طرح کنیم، از دوران کودکی همراه با بازی، اطلاعات صحیح را به بچه‌ها آموزش دهیم. بدین‌سان می‌توان بحث در مورد بیماری‌هایی از قبیل ایدز را ساده‌تر باز کرد و توضیح داد که برای اینکه يك عمر با بیماری لاعلاجی مثل ایدز دست به گریبان نشوید پرهیز، پایبندی، پوشش محافظ جنسی (کاندوم) و پایداری در عدم مصرف الکل و مواد روانگردان فراموش نگردد.





پیش گفتار:

امروزه تهدید وقوع موج سوم همه گیری اچ آی وی بطور جدی برنامه های کشوری کنترل ایدز را تحت تاثیر قرار داده است . این موج به معنای تغییر الگوی انتقال اچ آی وی از اعتیاد تزریقی به روابط جنسی پرخطر و محافظت نشده می باشد . این تهدید با شیوع مصرف مواد محرک و روان گردان صنعتی که موجبات رفتارهای جنسی با افراد متعدد و محافظت نشده را برای مصرف کننده بدنیا ل دارد، وضعیت جدی تر پیدا نموده است . موج سوم همه گیری اچ آی وی از طریق افزایش ابتلای زنان، موارد جدید این عفونت در زنان به افزایش احتمال بارداری و تولد نوزادان مبتلا به بیماری در بدو تولد می باشد . بر همین اساس برای کاهش خطر انتقال اچ آی وی از مادر مبتلا به نوزاد و باهدف کاهش خطر وقوع موج سوم همه گیری در کشور مرکز مدیریت بیماریهای واگیر و دفتر سلامت خانواده و جمعیت وزارت بهداشت اجرای برنامه جامع " پیوند خدمات سلامت باروری و کنترل اچ آی وی " را در دستور کار قرار داده که در حال حاضر پس از تدوین سیاست نامه این برنامه ، پروتکل اجرائی آن نیز در مرحله ورود به فاز آزمایشی در دانشگاه علوم پزشکی منتخب می باشد . مجموعه حاضر به منظور دسترسی پزشکان ، کارشناسان و ارائه دهندگان خدمات مراقبت های بهداشتی اولیه در مراکز و پایگاه های بهداشتی و درمانی این دانشگاهها با هدف کاهش خطر انتقال اچ آی وی از مادر به نوزاد تدوین شده است .

دکتر محمد مهدی گویا

رئیس مرکز مدیریت بیماری های واگیر



مقدمه:

انسان ها همواره در معرض مسائلی بوده اند که زندگی آنها را تهدید می کرده است. این مسائل در طی زمان های مختلف اشکال متفاوتی داشته و انسان با درایت خود توانسته است که بر آنها فائق آید. یکی از عواملی که تاثیرات بسیار زیادی بر زندگی انسانها داشته بیماری ها بوده اند که در هر دوره ای شکل خاصی داشته اند و هر دوره با پیدایش نوع جدیدی از بیماری ها همراه بوده است که یکی از بیماری های نوپدید، عفونت اچ آی وی ایدز می باشد.

این عفونت به خاطر این که بیشتر با رفتارهای مخفی افراد ارتباط دارد کنترل آن بسیار مشکل می باشد و فرد مبتلا مورد انگ زیادی قرار می گیرد و شاید بدین علت سبب ایجاد تحول در روش های آموزشی شده است. روش های قدیمی آموزشی دیگر جواب گوی آن نیست و باید از روش های نوین و مشارکتی همانند آموزش از طریق گروه های هم سان استفاده نمود که تاثیرات بیشتری در کاهش رفتارهای پر خطر مرتبط با اچ آی وی دارد. بدین لحاظ رسانه ها در این مسیر نقش ویژه ای دارند و شبکه ها و سایت های اجتماعی، مقاله و داستان نویسان، برنامه سازان بیش ترین تاثیر را در افزایش آگاهی عمومی جامعه در پرهیز از رفتار های پر خطر مرتبط با اچ آی وی دارند. این تجربه ای است که کشور های موفق در کنترل همه گیری ایدز آن را به ثبت رسانده اند.

هدف:

هدف از تهیه این متن آموزشی افزایش آگاهی کلیه ی رده های ارائه دهندگان خدمات مراقبت های بهداشتی اولیه اعم از پزشکان ، مشاورین داوطلبین ازدواج ، پرسنل واحد های مامائی ، مراقبت های مادران ، نوزادان و سلامت خانواده در زمینه ی کاهش مخاطرات اچ آی وی و ترویج رفتار های سالم می باشد.

این کتابچه بعنوان منبع آموزشی مرجع آنان در آموزش گروههای هدف می باشد.



اهمیت موضوع:

HIV/AIDS بخاطر خصوصیات خاصی که دارد متمایز از دیگر بیماری‌ها می‌باشد:

- در حال حاضر هیچ کشور، منطقه و نقطه‌ای در جهان یافت نمی‌شود که آلوده به عفونت اچ آی وی-ایدز نباشد و هیچ مرز جغرافیایی، جنسی، نژادی و سنی مانع از ابتلا به عفونت اچ آی وی-ایدز نمی‌گردد.
- افرادی که ویروس وارد بدن آنها می‌شود تا سالها هیچ علامتی ندارند ولی ویروس می‌تواند از آنها به دیگران منتقل گردد.

انتقال از مادر مبتلا به جنین، نوزاد و یا شیرخوار

- نبود درمان قطعی (تا کنون درمان قطعی برای مبتلایان به عفونت اچ آی وی-ایدز کشف نشده است و داروهای موجود البته پیشرفت بیماری را کندتر می‌نماید که این داروها نیز هزینه زیادی بر افراد و اجتماع متحمل مینمایند و مصرفشان آسان نیست)
- ایجاد ترس و وحشت زیاد
- نداشتن واکسن

• ارتباط با رفتارهای خاص و پنهان افراد (مصرف مواد مخدر و محرک و رفتارهای محافظت نشده جنسی)

• ایجاد معضلات اجتماعی (جنبه اجتماعی)

• ایجاد مشکلات شدید روحی و اجتماعی برای افراد مبتلا (جنبه انسانی)

• شایعات و باورهای غلط فراوان پیرامون آن

• اختصاص بخش زیادی از بودجه کشورها

• عفونت اچ آی وی-ایدز متوسط عمر را کاهش می‌دهد و تعداد زیادی کودکان یتیم ناشی از ایدز به جای می‌ماند.

• عفونت اچ آی وی موجبات افزایش خطر ابتلا به سل را فراهم می‌سازد

بنابراین عفونت HIV و ایدز به تنهایی، بواسطه ماهیت خاص خود به صورت یک معضل اجتماعی، اقتصادی، روانی و فردی یکی از اساسی ترین خطرات تهدید کننده سلامت انسانها بوده و بر کلیه جوانب زندگی انسانها تاثیر می‌گذارد. موضوع مهم در این میان بحث انگ و تبعیضی است که مبتلایان به این بیماری با آن مواجه هستند.



تعاریف:

HIV چیست؟ ایدز چیست؟

تفاوت این دو مهم است.

HIV حروف مخفف کلمات:

Human: انسان: این ویروس فقط بر انسان ها اثر گذار است

Immuno- deficiency: نقص ایمنی: این ویروس باعث ایجاد نقص در دستگاه ایمنی بدن می گردد و مانع از فعالیت صحیح دفاعی بدن می شود.

Virus: ویروس: این ارگانیسم یک ویروس است و مانند همه ویروسها توانایی تکثیر مستقل ندارد، این ویروس با ایجاد تغییراتی در سلولهای انسانی تکثیر و انتشار می یابد.

AIDS حروف مخفف کلمات:

Aquired: اکتسابی: زیرا فرد باید آنرا اکتساب کند و این بیماری جزء بیماریهای ژنتیک نیست.

Immune: ایمنی: بعلت اینکه بر سیستم ایمنی بدن اثر گذار است و کار سیستم ایمنی مبارزه برای دفع میکرب، باکتری و ویروسها می باشد.

Deficiency: نقصان: بعلت اینکه باعث ایجاد نقص در سیستم ایمنی بدن می شود و کار آنرا دچار اختلال می کند.

Syndrom: مجموعه علامت: بعلت اینکه شخص مبتلا به ایدز ممکن است دچار انواع متفاوت از نشانههای بیماریها و عفونتهای فرصت طلب شود.

هر کسی با ویروس انسانی نقص ایمنی HIV (Human Immune deficiency Virus) مبتلا شد و تست HIV مثبت پیدا کرد مبتلا به ایدز محسوب نمی شود. هنگامی تشخیص ایدز در یک فرد مبتلا به HIV داده می شود که در مراحل پیشرفته بیماری باشد.



بکار بردن کلمه **ایدزی** اشتباه میباشد زیرا ایدز يك مرحله بیماری است و از طرف دیگر بار منفی وانگ دربردارد بجای آن بگوئیم فرد اچ آی وی مثبت که در مرحله ایدز قرار دارد و یا مبتلا به اچ آی وی، مبتلا به ایدز است.

تاریخچه:

ویروس عامل ایدز از کجا آمده است؟

مشخص نیست. بیاد داشته باشیم از هر کجا که آمده باشد فرقی نمی کند. مهم این است که باید سعی شود ابتلا رخ ندهد. خطر ابتلا به اچ آی وی در همه ی جوامع وجود دارد.

مهم نیست که بیماری از کجا آمده است! مهم اینست که به کجا میرود.

عامل بیماری و مکانیسم عمل:

بعضی از موجودات ذره بینی وجود دارند که به آنها میکروب گفته می شود میکروبها انواع مختلفی دارند مثلا تعدادی از آنها را که در خارج از سلولهای زنده هم می توانند زندگی و تولید مثل کنند باکتری می نامند. بعضی از میکروب ها برای ادامه حیات و تکثیر خود حتما نیازمند این هستند که درون یک سلول زنده باشند به آنها ویروس می گویند. این میکروبها اگر وارد بدن انسان شوند می توانند موجب ایجاد بیماریهای عفونی شوند. (عوامل دیگری مانند قارچ هاو انگل ها و... هم هستند که جز علل ایجاد بیماریهای عفونی می باشند).

اچ آی وی (HIV) حروف اول نام «ویروس نقص ایمنی انسانی» به زبان انگلیسی است، که عامل ایجاد ایدز شناخته شده است. تولیدمثل ویروس ها با مصرف مواد حیاتی یاخته های میزبان امکان پذیر است و فعالیت اصلی آنها را مختل می کند. ویروسهای بسیاری جانوران و گیاهان را مبتلا می کنند اما فقط برخی از آنها انسانها را بیمار می کنند. اچ آی وی ویروس است که با مختل کردن عملکرد و متلاشی کردن نوعی از یاخته های مسؤول ایمنی منجر به نقص دستگاه دفاعی بدن انسان می شود.



سیستم دفاعی بدن دارای سربازهای دفاعی به نام گلبولهای سفید است که سعی می کنند میکروب را از بین ببرند . در نتیجه، یک جنگ بین عامل بیماریزا و گلبولهای سفید اتفاق می افتد که حاصل آن موجب می شود علائم بیماری ظاهر شود . از روی این علائم که می تواند شامل تب ، سردرد ، لرز و... باشد می توان پی برد فرد به یک بیماری عفونی مبتلا شده است. چون هر میکروب در یک جای بدن مستقر می شود و یک عوارض مشخص ایجاد می کند پس هر بیماری عفونی ، علامت مخصوص به خود را دارد و از روی این علائم می توان آنرا تشخیص داد. سرنوشت یک فرد که به بیماری عفونی مبتلا شده است را قدرت سیستم ایمنی (سربازهای دفاعی) وی تعیین می کند . اگر این سیستم قوی باشد می تواند میکروب را از بین ببرد و اگر میکروب قوی تر باشد می تواند عوارض زیادی ایجاد کند و حتی منجر به مرگ فرد نیز شود. پس نقش اصلی در بهبود بیمارهای عفونی بر عهده سیستم دفاعی بدن (گلبول های سفید) است . داروهای مختلف هم وجود دارند که یا با از بین بردن عامل بیماریزا و یا با تقویت سیستم ایمنی به بهبود بیماری عفونی کمک می کنند.

اگر ما عوامل بیماریزا را بشناسیم و راه ورود آنها را به بدن خود بدانیم ، با ممانعت از ورود آنها به بدن می توانیم از ابتلا به این بیماریها جلوگیری کنیم.

چگونه HIV به **ایدز** تبدیل می شود؟

هنگامی HIV مبدل به **ایدز** می گردد که تعداد نوعی از گویچه های سفید آنقدر کم شود که در انجام وظیفه ی معمولی آنها تداخل ایجاد شود. این نوع سلول های سفید خون واکنش های ایمنی بدن را موزون و کنترل می کنند. معمولا این مشکل در طول مدت زیادی هنگامی که شخص مبتلا به اچ آی وی (HIV +) می باشد، اتفاق می افتد. در زمانی که بیماری فرد پیشرفت می نماید بتدریج علائم و بیماری هائی در وی دیده می شود که به درمان ها بخوبی جواب نمی دهد و معمولا داروهای قویتری برای بهبودی لازم دارند. البته این علائم غیر اختصاصی است و ممکن است در بسیاری از افرادی که ویروس را نیز ندارند دیده شود و سبب نگرانی بیش از حد آنان شود لذا اگر کسی نگران ورود ویروس به بدن است بایستی به پزشک مراجعه نماید.



آمار:

(با توجه به ویژگی اچ آی وی ما با ۳ گونه آمار مواجه هستیم. آمار واقعی، شناسائی شده و تخمینی آمار واقعی را هیچ کشور دنیا نمی تواند ادعا نماید دارد زیرا که بسیاری حتی خود نیز نمی دانند و جهت آزمایش مراجعه نکرده اند و از طرف دیگر بسیاری نیز ممکن است در مرحله پنجره باشند که هنوز در آزمایش مشخص نمی شود.

آمار شناسائی شده آنانی هستند که در آزمایش ها شناخته شده اند و ارائه آمار بر اساس آنها ممکن است و در کشور ما نیز هر ۳ ماه این اطلاعات ارائه می شود.

از آن جایی که امکان سرشماری افراد مبتلا به اچ آی وی در هیچ کشوری امکان پذیر نمی باشد، بر اساس الگوی پیش نهادی برنامه مشترک ایدز سازمان ملل و بر پایه مدل های ریاضی و نرم افزار های ویژه، کلیه ی کشور ها از جمله کشور ما نیز به صورت دوسالانه موارد احتمالی مبتلایان را تخمین می زنند.

بر اساس گزارش سازمان جهانی بهداشت و برنامه مشترک ایدز سازمان ملل در سال ۲۰۱۳، برآورد گردیده است که تا پایان سال ۲۰۱۲ میلادی حدود ۳۵.۳ میلیون نفر در سراسر جهان با اچ آی وی زندگی کرده اند. بر اساس همین گزارش از شروع اپیدمی بیماری حدود ۷۵ میلیون نفر در جهان به اچ آی وی مبتلا شده اند و تخمین زده می شود از شروع همه گیری بیماری تا پایان سال ۲۰۱۲ میلادی تعداد ۳۶ میلیون نفر در جهان به علل بیماری های مرتبط با ایدز فوت نموده اند.

همیشه آمارهای AIDS/HIV گزارش شده در کشورها بسیار کمتر از مقدار واقعی است. دانشمندان این را پدیده کوه یخ می نامند(که به علل گوناگون می باشد).

۱. افراد مبتلا به اچ آی وی گاهی تا ۱۰ سال و حتی بیشتر بی علامت هستند، بنابراین دلیلی ندارد که به پزشک مراجعه کنند و بیماریشان تشخیص داده شود.

۲. بسیاری از این بیماران بر اثر عوارض ایدز مانند سرطان، سل یا سینه پهلو می میرند و بیماری واقعی آنها تشخیص داده نمی شود.

۳. این بیماران گاهی از ترس انگ خوردن و بدنامی تا آنجا که بشود بیماری شان را از دیگران و حتی از پزشکان پنهان می کنند.



بر اساس آخرین آمار کشوری تا مهر ۱۳۹۲ در ایران حدود ۲۷۰۰۰ نفر مبتلا به اچ آی وی در کشور ثبت و گزارش شده است و بر اساس مطالعات کشوری مدل سازی تخمین زده می شود در سال ۱۳۹۲ حدود ۹۰ هزار مبتلا به اچ آی وی در کشور وجود داشته باشد

انتقال اچ آی وی:

راههای انتقال اچ آی وی عبارتند از:

۱. تماس با خون و مایعات خونی
۲. تماسهای جنسی
۳. مادر مبتلا به جنین، نوزاد یا شیرخوار



۱ - خون و مایعات خونی:

- I. استفاده مشترک از وسایل تزریق مواد مخدر آلوده
- II. استفاده مشترک از وسایل آلوده به خون فرد HIV+ (خالکوبی و...) یا آسیب های شغلی (سر سوزن آلوده) در میان کارکنان بهداشت و درمان و یا آسیب اتفاقی با وسیله نوک تیز آلوده به ویروس (کودکان در باغ ها و پارکها و محل های تزریق مصرف کنندگان مواد)
- III. تزریق خون و یا فرآورده های خونی و یا پیوند عضو (با سیاست های موجود احتمال انتقال اچ آی وی در کشور از این طریق در کشور تقریبا صفر می باشد).

هر گاه خون فردی دارای ویروس باشد در صورتی که به خون فرد دیگری وارد شود میتواند بیماری را انتقال دهد. این حالت ممکن است در زمان انتقال خون اتفاق بیفتد. اما توجه به این نکته ضروری است که در حال حاضر در اکثر کشورهای دنیا، از جمله ایران تمام خونهای اهدائی از نظر احتمال ابتلا به ویروس HIV ارزیابی میشوند و در صورت آلوده بودن استفاده نمیشوند پس این خطر به حداقل ممکن میرسد. از طرف دیگر تمام داوطلبین اهداء خون پیش از اهداء تحت مشاوره قرار می گیرند و در صورت داشتن عامل احتمالی ورود ویروس به بدن از اهداء خون معاف می شوند. (جهت دریافت اطلاعات بیشتر می توانید به سایت سازمان انتقال خون کشور مراجعه نمائید)

بیاد داشته باشید نباید افراد را برای تشخیص اچ آی وی ترغیب به اهداء خون نمائید

اما به هر روش دیگری اگر خون آلوده به ویروس وارد خون فرد سالم شود میتواند آلودگی را منتقل کند که این حالت در زندگی روزمره و معمولی با رعایت اصول بهداشتی معمولا روی نمی دهد. مثلا اگر فردی HIV+ است با یک سرنگ، تزریق مواد انجام دهد و با همان سرنگ و سوزن که آغشته به خون آن فرد است بلافاصله فرد دیگری تزریق کند به گونه ای که خونی که در سرسوزن یا سرنگ است وارد خون فرد دوم شود HIV میتواند منتقل گردد و به همین ترتیب هر جسم برنده و نوک تیزی که آغشته به خون آلوده به ویروس هستند در صورتی که موجب ایجاد خراش یا بریدگی در بدن فرد سالم شود میتوانند سبب انتقال بیماری شوند لذا اعمالی مانند خالکوبی، حجامت، سوراخ کردن گوش، ختنه، اعمال جراحی و خدمات دندانپزشکی اگر با وسایل غیر استریل و آلوده به خون و خصوصا در مکان هایی که تحت نظر سیستم بهداشت و درمان نیستند انجام شود از راههای انتقال بیماری می تواند باشد.



۲ - تماس جنسی :

یکی دیگر از مایعات بدن که حاوی تعداد زیادی گلبول سفید است ترشحات جنسی است پس ترشحات جنسی در فردی که HIV وارد بدنش شده است آلوده به این ویروس هستند و در صورتی که این ترشحات وارد مخاط تناسلی یا دیگر نقاط فرد سالم گردد میتواند باعث انتقال ویروس شوند. لازم به ذکر است وجود عفونتهای دیگر دستگاه تناسلی خطر این انتقال را به مقدار قابل ملاحظه ای افزایش می دهند. از طرف دیگر نوع تماس جنسی به ویژه تماس مقعدی احتمال بسیار بالاتری از انتقال دارد. در هر حال راه انتقال جنسی در بسیاری از کشورهای دنیا از شایع ترین راههای انتقال است و بطور کلی شایع ترین راه انتقال در دنیاست. در کشور ما هم این راه در حال افزایش است و حدود یک سوم موارد شناسائی شده در سال ۱۳۹۱ از این طریق مبتلا شده اند.

۳ - مادر مبتلا به جنین یا شیرخوار :

بیشترین احتمال انتقال از مادر مبتلا به جنین، نوزاد یا شیرخوار در زمان بارداری، هنگام زایمان و شیردهی اتفاق می افتد.

احتمال انتقال از مادر به فرزند با زایمان معمولی و شیردهی افزایش می یابد لذا مادر باردار در دوران بارداری باید درمان شود تا تعداد ویروس در بدنش کم شود و احتمال انتقال کاهش یابد.



راههای عدم انتقال:

- ویروس عامل ایدز از طریق تماس های عادی مثل کار کردن با یکدیگر ، هم صحبت شدن ، هم سفر بودن ، دست دادن ، بوسیدن معمولی، بغل کردن و در آغوش گرفتن ، استفاده از وسایل همانند گوشی تلفن و روابط اجتماعی مثل سوار شدن در اتوبوس و تاکسی سرایت نمی کند .
- ویروس عامل ایدز از طریق استفاده از حمام عمومی ، استخر و توالی قابل انتقال نمی باشد .
- ویروس عامل ایدز از طریق لباس ، پوشاک ، پتو و رختخواب قابل انتقال نمی باشد .
- ویروس از طریق خوردن و نوشیدن و با استفاده از قاشق و چنگال در رستوران منتقل نمی شود.
- عطسه ، سرفه و نیش حشرات نمیتواند باعث انتقال به شخص سالم شود .
- ویروس عامل ایدز از طریق بزاق، اشک و ادرار منتقل نمی گردد.

توضیح این راه ها برای فراگیران بسیار مهم است زیرا بسیاری از مرادده با افراد مبتلا وحشت دارند که این خود می تواند سبب انزوای آنان و عدم دسترسی به آگاهی های لازم و عدم دریافت خدمات مناسب شود.



جمعیت‌های کلیدی در معرض خطر بیشتر :

HIV از سه طریق عمده خونی ، جنسی و مادر به جنین ، نوزاد حین زایمان یا شیر خوار در شیردهی منتقل می گردد. بدین علت افراد زیر اگر رعایت احتیاطات را ننمایند در برابر ابتلا به آن قرار دارند :

- ۱- افراد مصرف کننده تزریقی مواد که سرنگ و وسایل تزریق را بایکدیگر به اشتراک می گذارند.
- ۲- یا افرادی که به هر طریقی وسیله آلوده به خون بداخل بدنشان فرو می رود ، برای مثال افرادی که خالکوبی با سوزن یا محل های آلوده به خون انجام می دهند یا حتی اعمالی که وسایل استریل نمی شوند همانند حجامت در مکان های غیر مجاز توسط افراد غیر متخصص و مشابه آن .

لازم به ذکر است که اعمال دندانپزشکی با توجه به رعایت کامل اصول احتیاطات و استریلیزاسیون توسط دندانپزشکان و نظارت بر فعالیت های آنان جزو رفتارهای پر خطر محسوب نمی گردد مگر آنکه توسط افراد غیر متخصص و غیرمجاز و در مکان هایی که مجوز ندارند انجام شود که آموزش لازم را ندیده باشند همینطور است در آرایشگاههای غیر مجاز که خطر انتقال وجود دارد اما در صورت مراجعه به این مکان ها بایستی از رعایت اصول احتیاطی و ضد عفونی مطمئن شویم.

موردی که می تواند مشکل ساز شود ،فرو رفتن سوزن آلوده به خون بویژه در مکانهای تزریق افراد مصرف کننده تزریقی مواد مخدر در خرابه ها ، پارک ها و مشابه آن است که بایستی رعایت احتیاط را نموده بویژه در این مکان ها مراقب کودکان باشیم.

۳- افرادی که ممکن است به دلیل شغل در برابر خون قرار گیرند ، مانند پزشکان به ویژه جراحان و دندانپزشکان ، پرستاران، ماما ها ، کارشناسان آزمایشگاهها و نظایر آن که این افراد نیز بایستی در رفتارهای خود رعایت کامل احتیاطات را به جا آورند.

گاه این افراد ممکن است اعمالی انجام دهند که خطر پاشیده شدن خون و ترشحات فرد وجود داشته باشد که بایستی حتما توسط پوشش مناسب بویژه عینک محافظ رعایت نمایند.(احتیاطات استاندارد)

۴- راه دیگر ، انتقال جنسی است.اگر دو نفری که تماس جنسی برقرار می کنند ،یک نفر حاوی ویروس عامل ایدز باشد، احتمال اینکه به دیگری منتقل شود وجود دارد. لذا در تمام تماسهای جنسی بویژه خارج از چهارچوب زناشویی بایستی مراقب باشیم و توصیه اول اینست که هیچگونه تماس جنسی پیش از ازدواج یا خارج از چهارچوب زناشویی نباشد ولی اگر فردی این رابطه را برقرار نمود ، حتما باید از پوشش محافظ جنسی (کاندوم) استفاده نماید. در یک رابطه در چهارچوب زناشویی اگر وفاداری دوطرفه نباشد اچ آی وی می تواند از یکی به دیگری منتقل شود. این مورد در بسیاری از افراد مصرف کننده مواد که تماس های جنسی خارج از چهارچوب



زناشویی نیز برقرار می نمایند به کرات دیده شده است. توجه کنید این خطر برای همه افراد وجود دارد مثلاً "اگر مردی اعتیاد تزریقی داشته باشد و از آن طریق مبتلا به ویروس شده باشد، همسر وی نیز هنگام تماس جنسی میتواند به این ویروس مبتلا شود. خطر انتقال از مرد به زن دو و نیم برابر انتقال از زن به مرد است.

موارد زیر احتمال انتقال جنسی HIV را افزایش می دهد:

- (الف) تماس جنسی پیش از ازدواج یا خارج از چهارچوب زناشویی بدون پوشش محافظ جنسی (کاندوم)
 - (ب) تماس جنسی **مکرر** پیش از ازدواج یا خارج از چهارچوب زناشویی
 - (ج) تماس جنسی پیش از ازدواج یا خارج از چهارچوب زناشویی با افراد **متعدد**
 - (د) تماس جنسی پیش از ازدواج یا خارج از چهارچوب زناشویی بویژه با افرادی که رعایت رفتارهای بویژه جنسی خود را نمی نمایند
 - (ه) تماس جنسی پیش از ازدواج یا خارج از چهارچوب زناشویی بویژه با کسانی که سابقه مصرف مواد تزریقی یا زندان را دارند یا در بدنشان خالکوبی و مشابه آن وجود دارد
 - (و) تماس جنسی با همجنس در مردان
 - (ز) تماس جنسی مقعدی (از پشت) احتمال انتقال بیش از پنج برابر تماس جنسی واژینال (از جلو) است.
 - (ح) تماس جنسی بدون پوشش محافظ جنسی (کاندوم)
 - (ط) تماس جنسی در حالت قاعدگی
 - (ی) تماس جنسی در حالت اختلال هوشیاری بویژه بدنبال مصرف قرصهای روانگردان و آمفتامین ها، الکل و مواد مخدر که قدرت تصمیم گیری فرد در اتخاذ تصمیم صحیح، پیشگیری از بیماری ها را مختل می نماید.
 - (ک) تماس جنسی با زنانی که رفتارهای پرخطر جنسی دارند (تن فروشان)
 - (ل) تماس جنسی در کشورهایی که شیوع HIV در آنها زیاد است.
 - (م) کسانی که مورد سوء استفاده جنسی (تجاوز) بویژه با زور قرار می گیرند که احتمال آسیب به ناحیه تناسلی افزایش می یابد.
 - (ن) تماس جنسی با افرادی که دچار بیماریهای آمیزشی همانند زخم در ناحیه تناسلی، ترشح از مجرای ادرار و مشابه آن باشند. قابل ذکر است که در بسیاری موارد افراد با وجود داشتن بیماری آمیزشی هیچ علامتی ندارند.
- ۵- راه انتقال دیگر از مادر مبتلا به جنین، نوزاد یا شیرخوار است.
- بیشترین زمان انتقال، حول زایمان است. بدین جهت مادران مبتلا به اچ آی وی بایستی یکسری شرایط را رعایت نمایند.



با رعایت یکسری دستورالعمل‌ها می‌توان از احتمال انتقال به فرزند بشدت کاست. بدین جهت توصیه شده است که تمام مادران پیش از تصمیم به بارداری و در حین آن آزمایش تشخیص HIV انجام دهند. این مورد بویژه آنجا اهمیت دارد که در بسیاری از موارد مادر باردار سابقه رفتار پرخطر در خود ندارد و تصور می‌نماید در برابر ویروس قرار ندارد، ولی بایستی بدانیم ممکن است این ویروس از طریق رفتار پرخطری که همسر فرد داشته به وی منتقل شده و در طی رابطه معمول زناشویی نیز به وی منتقل گردیده است. لذا بسیار مهم است ارزیابی ابتلا به اچ آی وی قبل و یا در اولین فرصت در دوران بارداری انجام گیرد و در صورت احتمال تست تشخیصی انجام شود. مادرانی که مبتلا هستند اگر در حین بارداری داروهای ضد ویروس دریافت دارند و زایمان به روشی باشد که کمترین احتمال تماس نوزاد با ترشحات مادر باشد (زایمان به روش سزارین توصیه می‌شود) و به دنبال آن شیردهی انجام نشود، احتمال ابتلا بسیار کاهش می‌یابد. (شیر مصنوعی {شیر خشک} بطور رایگان توسط معاونت‌ها ی بهداشتی در سراسر کشور در اختیار می‌باشد).

تا زمانی که دیدگاه عموم مردم جامعه در مورد بیماری ایدز اصلاح نشود ،
نمی‌توان به راحتی با بیماری مقابله کرد



دوره پنجره:

چه زمانی بعد از رفتار پرخطر بایستی آزمایش اچ. آی. وی داد؟

مدت زمانی که طول می کشد تا در فردی که ویروس عامل ایدز وارد بدنش شده است، آنتی بادی تولید و تست HIVAb او مثبت شود را «دوره پنجره ای» (Window Period) می نامند. این مدت معمولاً حدود ۴ هفته تا سه ماه طول می کشد اما در مواردی که خونی که وارد بدن شده همزمان هپاتیت سی نیز دارد ممکن است تا یکسال هم به طول انجامد

در این حالت نه در آزمایش مشخص میگردد که فرد اچ آی وی مثبت است و نه معمولاً علامت بالینی بیماری وجود دارد و ممکن است که خود فرد نیز اطلاعی از وضعیت خود نداشته باشد.

دوره کمون:

چه مدت طول می کشد تا ابتلا HIV باعث بروزعلائم ایدز شود؟

در حال حاضر زمان متوسط بین عفونت با HIV و ظهور علائم بروزایدز ۱۰ سال است. (دوره کمون) این زمان به مقدار زیاد از فردی به فرد دیگر متفاوت است و به عوامل بسیار از جمله وضعیت سلامتی، تغذیه، ورزش، روحی روانی و رفتارهای فرد بستگی دارد. در حال حاضر با تجویز درمان های موجود که تکثیر ویروس را مهار می کنند، می توان سرعت ضعیف شدن دستگاه ایمنی را کند کرد. همچنین می توان از بعضی از بیماری های همراه با ایدز پیشگیری یا آنها را درمان کرد. بنابراین تشخیص زودرس ابتلا به HIV امکان انتخاب های بیشتر درمانی و پیشگیری را فراهم می آورد.

ظاهر سالم نشانه عدم ابتلا افراد نمی باشد تا ۱۰ سال ممکن است فرد هیچ علامت واضح نداشته باشد و گاه این مسئله بویژه در روابط جنسی محافظت نشده با افراد دیگر می تواند سبب سهل انگاری شود



راه‌های پیشگیری:

با توجه به آنکه اچ.آی.وی برخلاف برخی ویروس‌های بیماری‌زاهمانند سرماخوردگی یا اسهال راه انتقال محدودی دارد پیشگیری از آن در تمامی موارد با پرهیز از مبادرت به رفتارهای پرخطر مرتبط با اچ آی وی بسیار آسان می‌باشد.

چهار "پ": (plus ABC)

پرهیز (Abstinence) تقوا و خویشتن داری - پرهیز از هر گونه تماس جنسی پیش از ازدواج و در دوران مجرد
پایبندی (Be Faithful) وفاداری - پایبندی به همسر و حریم خانواده یا داشتن تنها یک شریک جنسی
پوشش محافظ جنسی (Use Continues Condom) کاربرد مداوم و صحیح **کاندوم** - استفاده از کاندوم در هر بار تماس جنسی
پایداری (PLUS : Drug avoidance) پایداری در عدم مصرف مواد روانگردان و الکل - استفاده از هر گونه مواد روانگردان، توهم‌زا، شادی‌آور، محرک و مخدر و الکل که می‌تواند کنترل بر روی رفتارهای فرد را کاهش دهد و سبب تماس‌های جنسی پرخطر (بدون استفاده از کاندوم) گردد.
و این که همیشه از وسائل شخصی مخصوص خودتان (مسواک، تیغ، ریش تراش و...) استفاده کنید.

پیشگیری در سرایت از طریق جنسی :

برای پیشگیری از طریق جنسی باید موارد ذیل در نظر گرفته شود :

۱. افزایش آگاهی مردم
۲. تشویق به ازدواج و تحکیم مبانی خانواده
۳. امساک جنسی و یا کاهش شرکای جنسی متعدد و تشویق به خویشتن داری
۴. پرهیز از رفتارهای پرخطر جنسی مثل تماس با هم جنس ، تماس مقعدی و تماس جنسی بدون کاندوم
۵. استفاده صحیح از کاندوم در تماس های جنسی بویژه پرخطر
۶. درمان بموقع سایر بیماری های دستگاه تناسلی و آمیزشی
۷. آموزش و مشاوره جوانان در معرض خطر و داوطلب برای جلوگیری از ابتلاء به رفتارهای مخاطره آمیز جنسی یا ایستی صورت گیرد.



۸ تبلیغ و تشویق سنت های اصیل و ارزشمند ، پایبندی به اخلاق و خانواده ، فرهنگ متعالی اسلام و باورهای دینی صورت گیرد(البته به یاد داشته باشیم بعضی از افراد ممکن است با تمام تشویق ها رعایت نمایند بدین لحاظ از تمام روش های ممکن بایستی در کاهش احتمال انتقال ویروس استفاده نمائیم)

در پیشگیری سرایت از طریق سرنگ و سوزن در بین معتادان تزریقی باید موارد ذیل در نظر گرفته شود :

- ۱- توجه به جوانان در سطح اجتماعی
- ۲- مبارزه با اعتیاد در سطح جامعه
- ۳- استفاده از استراتژی کاهش آسیب (Harm Reduction) بعنوان یک راهکار اساسی برای کنترل بیماری در این گروه که شامل این موارد است:
 - تشویق به ترک مواد
 - تشویق به عدم تزریق مواد و استفاده از داروهای جایگزین مثل متادون
 - تشویق به عدم شراکت در سرنگ و سوزن
 - در اختیار گذاری ابزار استریل تزریق و کاندوم

درواقع راهکار اساسی کنترل HIV در معتادان تزریقی برنامه های کاهش آسیب است پیشگیری جهت کارکنان بهداشتی درمانی شامل رعایت کامل احتیاطات استاندارد در مراقبت کلیه بیماران است چه اچ آی وی مثبت باشد چه نباشد. ترس نابجا از بیماری سبب عدم ارائه خدمات مطلوب و تبعیض به مبتلایان شده که خود غیر مستقیم سبب محروم شدن آنان از دریافت اطلاعات صحیح و پنهان شدن بیماری و غیر مستقیم گسترش بیماری می شود. در موارد همانند دندانپزشکی یا آرایشگاه ها یا حجامت در هر صورت باید به مکانهای مجاز و بهداشتی مراجعه نمود در مکان های بهداشتی با توجه به آموزش افراد و رعایت اصول ضد عفونی نگرانی وجود ندارد اما اگر مکان مورد نظر مجوز بهداشتی نداشته باشد احتمال انتقال اچ آی وی یا هیپاتیت وجود دارد.

حتی در یکبار تماس جنسی محافظت نشده احتمال انتقال وجود دارد



باورهای غلط:

هنگامی که اعضای یک جامعه، شناخت درستی از یک بیماری ندارند ممکن است در دام باورهای غلطی گرفتار شوند که رهایی از آنها به آسانی امکان پذیر نمی باشد و این خود زمینه ساز شکل گیری ترسی موهوم و ناشناخته خواهد بود که روح انسان ها را آزار خواهد داد.

اچ آی وی ایدز در بسیاری از جوامع به چنین سرنوشتی گرفتار شده است، عارضه ناخواسته که بر سر هر کسی که سایه اندازد، سبب می شود که دیگران نیز از سایه آن فرد بهراسند و از او دوری بجویند.

باور غلط ۱: مواد غذایی آلوده به خون می شود تا مردم به اچ آی وی مبتلا شوند!

این باور غلط به خاطر ترس و وحشتی است که در مورد عفونت وجود دارد واکثرا به علت داستان ها و شایعات در مورد افرادی است که با ویروس زندگی می کنند. باید بدانیم کسی که با ویروس زندگی میکند امکان ندارد این تصور را که دیگران را مبتلا نماید به ذهنش خطور نماید مگر به واسطه رفتار اشتباهی که از طرف اجتماع رخ می دهد و اگر کسی به وجود ویروس در بدنش آگاهی داشته باشد و آموزشهای لازم را دیده باشد از انتقال آن به دیگران جلوگیری می نماید. در بسیاری از نقاط جهان حتی خود افراد اچ آی وی مثبت در آموزش و اطلاع رسانی فعالیتهای گسترده ای دارند (پیشگیری مثبت)

از طرف دیگر بدلیل اینکه این ویروس توانایی فعال ماندن در محیط آزاد (خارج از بدن انسان) را به مدت طولانی ندارد و پس از خارج شدن از محیط بدن به سرعت غیرفعال می گردد، به همین جهت شایعاتی نظیر ابتلا از طریق خوردن خرماي آلوده! صحت ندارد.

باور غلط ۲: زندگی و کار در کنار افراد مبتلا برای ما خطرناک است.

• جداسازی افراد شناخته شده نه تنها موجب مصونیت بقیه نمی شود، بلکه موجب می گردد افراد نگران برای اقدامات تشخیصی پیش قدم نشوند و بیماری خود را مخفی دارند. بجای سعی در شناسایی و جداسازی افراد اچ آی وی مثبت، بهتر است، تصور کنیم تمام افراد جامعه ممکن است مبتلا باشند و از تماس با خون و ترشحات هر کسی پرهیز نماییم. در کشورها و جوامعی که به علت علم نا کافی اقدام به قرنطینه نمودن افراد شناخته شده کردند، چون یک اطمینان کاذب در جامعه بوجود آمد و دیگر سایر مردم، اصول احتیاطات را رعایت نمی



کردند ، پس از مدتی با افزایش بسیار چشمگیر بیماران مواجه شدند. از طرف دیگر از زمان ابتلا تا علائم بطور متوسط ۱۰ سال بطول می انجامد و فرد را در این مدت طولانی بدون هیچ دلیلی نمی توان قرنطینه نمود.

- از طرف دیگر افراد اچ آی وی مثبت ، از حقوق اجتماعی مانند سایر افراد جامعه برخوردارند و هیچ قانونی برای محروم شدن آنان از حقوقهای اجتماعی مانند اشتغال ، تحصیل و... وجود ندارد.

باور غلط ۳: خطر ایدز من / فرزندم / خانواده ام را تهدید نمیکند.

باور غلط ۴: ایدز فقط بیچاره ها و افراد مطرود جامعه را مبتلا می کند.

باور غلط ۵: فقط مردان هم جنس باز مبتلا به اچ آی وی می شوند.

باور غلط ۶: رابطه جنسی تا هنگامی که شریک جنسی قوی و سلامت به نظر می رسد، بی خطر است.

باور غلط ۷: افراد مبتلا قصد انتقام از جامعه را دارند.

باور غلط ۸: افراد مبتلا گناهکارند و ایدز نفرین خداست!

ایدز بوسیله اچ آی وی بوجود می آید و نفرین هیچ نقشی در انتقال آن ندارد. اینگونه عقاید، مردم را از محافظت از خودشان و یا شریک جنسی شان و از زندگی سالم در کنار افراد مبتلا، باز می دارند. از طرف دیگر اچ آی وی از مادر مبتلا به جنین یا نوزاد و شیرخوار قابل انتقال است. وجود انگ و بدن نامی ناشی از ایدز یکی از دلایل عمده شیوع سریع بیماری در جامعه است ، زیرا افراد مبتلا از ترس بدن نامی ، بیماری خود را مشخص نکرده و ضمن آسیبهای جدی بخود (بخاطر عدم مراقبت های روحی روانی و پزشکی) بعنوان مخازن مخفی آلودگی در جامعه باقی خواهند ماند.

باور غلط ۹: اچ آی وی / ایدز بوسیله پشه منتقل می شود.

باور غلط ۱۰: می توان تمام خون آلوده شده را عوض کرد و بدن شخص مبتلا را با خون تازه و سالم پر نمود.



تشخیص:

چگونه تشخیص می دهیم فردی مبتلاء به اچ.آی.وی/ایدز است؟

موقع مواجهه با عفونت ، دستگاه دفاعی بدن پادتن‌هایی تولید می کند که در خون گردش و به عوامل بیماری‌زا حمله می کنند. پادتن ها بر بسیاری از عوامل بیماری‌زا غلبه می کنند اما در مورد اچ.آی.وی با این که پادتن ها تولید می شوند ولی نمی‌توانند از تکثیر ویروس جلوگیری کنند و فقط وجود آنها در خون برای تشخیص ابتلاء بکار می‌رود.

نکته مهم آن است که هیچ آزمونی نباید بدون مشاوره قبل و بعد آزمایش انجام شود. چون تفسیر نتیجه آزمایش کاری تخصصی است و فشار روانی نتیجه مثبت را معمولا افراد نمی‌توانند در تنهایی تحمل کنند.

چگونه بفهمیم اطرافیانم مبتلا به HIV هستند یا نه؟

هیچ گاه نمی‌توانید فقط با نگاه به اطرافیان‌تان به این مورد پی ببرید. هر فرد ظاهرا سالمی را که در محل کار، مدرسه، استادیوم ورزشی، خیابان و ... ملاقات می‌کنید ممکن است بدون آنکه حتی خود آگاه باشد ناقل این ویروس باشد و در حالی که واقعا سالم به نظر می‌رسد ویروس را از طرق یاد شده به فرد دیگری منتقل کند در حالی که خودش نیز نداند.

آزمایش های اچ.آی.وی کدامند؟

انجام آزمایش برای تشخیص HIV یکی از ارکان اصلی برنامه کشوری کنترل HIV است. برنامه ی کشوری کنترل اچ آی وی بر انجام آزمایش و مشاوره به عنوان یکی از ارکان این برنامه همواره تأکید داشته و هر اقدامی را که باعث تفکیک آزمایش و مشاوره شود موجب عدم موفقیت برنامه در رسیدن به اهدافش می‌داند. منظور از انجام آزمایش برای تشخیص HIV استفاده از روشی است که بر اساس کشف آنتی بادیها و یا آنتی‌ژنهای اختصاصی HIV و یا ژنوم ویروسی (معمولا با استفاده از نمونه خون) بتوان تشخیص یا رد عفونت HIV را در یک فرد انجام داد - آزمایش اچ آی وی باید با رضایت فرد آزمایش شونده و همراه با مشاوره باشد. حفظ رازداری کامل در

تمامی مراحل آن شامل انجام، ثبت و گزارش دهی ضرورت دارد.



- غربالگری اجباری اچ آی وی تنها در خون های اهدایی و اهدا کنندگان عضو انجام می گیرد. در سایر موارد و از جمله قبل از ازدواج، استخدام و تحصیل غربالگری اجباری اچ آی وی انجام نخواهد شد، با این وجود بر ضرورت اطلاع رسانی عمومی و مشاوره داوطلبانه اچ آی وی قبل از ازدواج تاکید می شود.
- برنامه کشوری کنترل اچ آی وی از گسترش ارائه آزمایش و مشاوره اچ آی وی با کیفیت بالا، در گستره ای از مراکز ارائه دهنده خدمات شامل بخش های دولتی، خصوصی و غیردولتی ارائه دهنده خدمات پیشگیری و درمان حمایت می کند تا امکان دسترسی آسانتر به این خدمات و استفاده از آن فراهم شود.
- برنامه کشوری کنترل اچ آی وی بر ضرورت بهره مندی گروههای در معرض بیشترین خطر از خدمات مشاوره و آزمایش اچ آی وی تاکید می کند.

۱) آزمایشات سریع (RAPID TEST)

. تست تشخیص سریع اچ آی وی به هیچ عنوان به تنهایی جایگزینی در نظام کشوری برای تشخیص اچ آی وی نمی باشد.

(جهت دریافت توضیحات کامل تر به دستورالعمل بکار گیری تست سریع تشخیص اچ آی وی مراجعه نمایید.)
با استفاده از این تست در کمتر از ۲۰ دقیقه می توان وضعیت فرد را مشخص نمود. البته جواب مثبت تست احتیاج به تأیید توسط آزمایش های الیزا و در صورت مثبت بودن آن تست تأییدی قطعی و سترن بلات دارد.
تست ریپید در حال حاضر در اکثر مراکز و پایگاه های مشاوره بیماری های سطح کشور انجام می شود.

۲) آزمایش الیزا (ELISA) آزمایشی حساس که آزمون استاندارد در کشور ما برای غربالگری خون و فرآورده های خونی و نیز افرادی است که می خواهند از وضعیت اچ آی وی خود آگاه شوند. این آزمایش ممکن است بصورت کاذب نتیجه مثبت گزارش کند، لذا لازم است توسط تست و سترن بلات تأیید شود. این آزمایش به رایگان در مراکز و پایگاه های مشاوره بیماری ها انجام میگردد.

۳) آزمایش و سترن بلات (Western Blot) آزمایشی که دقت بیشتری از الیزا دارد و اختصاصی تر است و برای تأیید نتیجه مثبت آن بکار می رود.



آزمایشات دیگری نیز انجام میشود که جزو آزمایشات روتین نمیشد که شامل PCR و... میباشد.

در حال حاضر در پروتکل کشوری تشخیص اچ آی وی هم چنان بر وجود دو آزمایش مثبت غربال گری الیزا و یک آزمایش مثبت تأییدی وسترن بلات به عنوان تشخیص قطعی اچ آی وی تأکید می گردد. تست تشخیص سریع اچ آی وی می تواند با رعایت تمامی ضوابط این دستور عمل به عنوان جایگزین اولین تست غربال گری الیزا به کار رود.

چه زمانی بعد از رفتار خطر یا یکی از راه هائی که احتمال انتقال ویروس را می دهیم بایستی آزمایش تشخیصی اچ. آی. وی. انجام داد؟

● اولین آزمایش ۳ تا ۴ هفته بعد از رفتار پر خطریا احتمال ورود ویروس به بدن(پیش از آن آزمایش ارزشی ندارد و اکثر منفی نشان می دهد)

● تکرار آزمایش تا ۳ ماه بعد از رفتار پر خطر

(البته به شرط پرهیز از تکرار رفتارهای پرخطر)

در مواردی که ویروس از فردی که هپاتیت سی دارد به دیگری منتقل می شود دوره پنجره گاه تا یکسال نیز طول می کشد و آزمایش در این مورد می تواند منفی باشد.

فواید انجام آزمایش چیست؟

آیا همه افراد لازم است این آزمایش را انجام دهند؟

نکته مهم: دریافت اطلاعات در مورد بیماری و انجام مشاوره و ارزیابی احتمال ابتلا، برای تمام افراد لازم است بویژه آنان که در معرض یکی از راه های ابتلا بوده اند. اینکه فرد بداند HIV+ است یا خیر، علاوه بر اینکه در پیشگیری وضعیت خودش موثر است در اینکه از انتقال به دیگران جلوگیری شود نیز تاثیر بسزایی دارد. اگر فرد HIV+ تشخیص داده شود، بطور مرتب تحت معاینه و آزمایشات لازم قرار می گیرد و مرحله بیماری وی مشخص می شود و با کمک یکسری اعمال همانند ورزش، تغذیه مناسب، حمایت های معنوی و مواردی مشابه از شدت بیماری می توان در وی کاست.

فرد HIV+ در سیر پیشرفت بیماری ممکن است در برابر بیماریهایی با عنوان فرصت طلب قرار گیرد که با کمک پیشگیری دارویی از بروز آنها می توان جلوگیری نمود و این در کیفیت و کمیت زندگی می تواند موثر باشد. از طرف دیگر با تشخیص اینکه فرد به مرحله پیشرفته بیماری و ظهور علائم ویژه نزدیک می شود با کمک داروهای



اصلی ایدز (ART) می توان بهبودی نسبی در وی ایجاد نمود و از طرف دیگر احتمال انتقال به دیگران را بشدت کاهش داد.

با تشخیص بموقع بیماری ، تاثیر داروهای اصلی ایدز (ARV) نیز بیشتر می گردد. در مراحلی که بیماری پیشرفت زیادی داشته تشخیص داده شود ممکن است داروها تاثیر مناسبی در فرد نگذارند و بویژه کیفیت زندگی فرد نامطلوب شود و وی با عوارض بسیاری مواجه و دچار ناتوانی گردد لذا تشخیص زودتر حائز اهمیت است.

در بعضی موارد انجام آزمایش بسیار مهم است برای مثال در مادرانی که قصد بارداری دارند یا در مادران باردار ، که در این مواقع با انجام آزمایش اگر فرد دارای ویروس باشد می توان با دادن دارو و یکسری اقدامات همانند نوع زایمان و عدم شیردهی از انتقال ویروس به جنین، نوزاد یا شیرخوار تا حد زیادی کاست.

چرا آزمایش اچ.آی.وی اجباری نمی شود (برای ازدواج، ورود به کشور و...)?

همان گونه که گفته شد انجام آزمایش تنها پس از مشاوره منطقی است و از طرفی با در نظر گرفتن دوره پنجره که در آن علیرغم وجود ویروس در بدن، نتیجه آزمایش منفی خواهد بود، اجبار افراد در مکان یا زمانی خاص به انجام آزمایش معقول، به صرفه و کارآمد نیست و ممکن است تبعات بدی در جامعه داشته باشد.

بدلیل وجود مرحله پنجره (Window period) احتمال دریافت جواب منفی کاذب وجود دارد و این امر می تواند منجر به گمراهی فرد گردد و تصور نماید این ویروس را دارا نیست و از طرف دیگر موارد مثبت کاذبی که در تست رپید یا الیزا اتفاق می افتد بار روحی روانی شدید برای فرد ایجاد می کند و به دلیل نیاز به پیگیریهای بعدی باید تست HIV بصورت داوطلبانه و همراه با مشاوره انجام شده تا ارتباط فرد با سیستم بهداشتی قطع نگردد . ضمناً ازدواج نکردن به معنی برقرار نکردن رابطه جنسی نیست . محروم کردن یک فرد از روابط سالم جنسی احتمال دارد منجر به برقراری روابط ناسالم فرد شده ، به گسترش ابتلا دامن زند . از همه مهمتر ابتلا به HIV به معنی عدم امکان ازدواج نیست . در حال حاضر تعداد افراد اچ آی وی مثبت با همسران سالم که تحت نظر مراکز بهداشتی به زندگی خود ادامه می دهند کم نیست. در مراکز مشاوره بیماریهای رفتاری در سالهای گذشته موارد متعدد ازدواج افراد اچ آی وی مثبت با افراد سالم را شاهد بوده که با رضایت و آگاهی از بیماری با همدیگر ازدواج نموده اند. نکته مهم در این ازدواج آگاهی طرف مقابل و رضایت وی برای ازدواج است.

شرائط انجام آزمایش داوطلبانه و محرمانه و مکان انجام آن بایستی در کلاس های پیش از ازدواج به تمام کسانی که قصد ازدواج دارند اعلام شود و شرائط دسترسی آن فراهم باشد



در مراکز و پایگاه های مشاوره بیماریهای رفتاری (کلینیک های مثلثی) چه خدماتی ارائه می شود؟

تمام افرادی که داوطلب انجام آزمایش تشخیصی اچ آی وی ایدز می باشند می توانند به این مراکز و پایگاه ها در سطح کشور مراجعه نمایند و آنرا به رایگان و محرمانه پس از انجام مشاوره قبل از آزمایش در صورت تشخیص مشاوره راهنمایی وی انجام دهند. از طرف دیگر اگر کسی مبتلا باشد و تست تأییدی وی مثبت نشان دهد این مراکز مشاوره بعد از آزمایش، مشاوره روانشناختی و جلسات گروه درمانی، مشاوره و معاینات پزشکی، مشاوره و خدمات ترک اعتیاد و کاهش آسیب، خدمات مددکاری، پیگیری سلامت مبتلایان و تجویز دارو در موارد ضروری، انجام معاینات و مشاوره های تخصصی (روانپزشکی، چشم پزشکی، عفونی و ...) یا ارجاع به مراکز تخصصی معتبر، برگزاری جلسات آموزشی، گفتگو و برخی خدمات دیگر را انجام می دهند.

جهت دریافت توضیحات کامل تر به دستورالعمل مراکز و پایگاه های مشاوره مراجعه نمایید

اگر برای اطلاع از صحت مزاج از پزشک بخواهم آزمایش بنویسد (چک آپ)، اچ.آی.وی هم بررسی می شود؟

آزمایش اچ. آی. وی. به جز در موارد خاصی، جزو آزمایش های از پیش مشخص پزشکی جهت واریسی کامل نمی باشد. بایستی که در برگه دقیقاً نام آزمایش اچ. آی. وی ذکر شود تا آزمایشگاه آن را انجام دهد. در صورتی که تمایل به انجام آزمایش اچ. آی. وی دارید، بایستی دقیق آن را با پزشک خود در میان بگذارید. البته توصیه میشود که افراد به مراکز مشاوره بیماریها جهت انجام آزمایش مراجعه نمایند تا رایگان و کاملاً محرمانه و حتی بدون نام و تنها با ارائه یک کد قابل انجام شود. در این مراکز پس از مشاوره و ارائه اطلاعات لازم و ارزیابی احتمال انتقال در صورت نیاز آزمایش انجام می شود و جواب آن تنها به خود فرد پس از انجام مشاوره داده می شود. لازم به ذکر است حتی دادن جواب منفی به مشاوره احتیاج دارد چرا که فرد ممکن است در مرحله پنجره باشد و احتیاج به تکرار آن در ۳ ماه پس از رفتار پرخطر باشد و این مورد به وی گوشزد شده و توصیه های لازم در جهت رعایت رفتارها و در صورت لزوم در اختیار گذاردن وسایل کاهش آسیب (سرنگ و کاندوم) انجام گیرد.

- در حال حاضر در پروتکل کشوری تشخیص اچ آی وی هم چنان بر وجود دو آزمایش مثبت غربال گری الایزا (یا یک رپید و یک الیزا) و یک آزمایش مثبت تأییدی و سترن بلات به عنوان تشخیص قطعی اچ آی وی تأکید می گردد. تست تشخیص سریع اچ آی وی می تواند با رعایت تمامی ضوابط اعمل به عنوان جایگزین اولین تست غربال گری الایزا به کار رود. در صورت مثبت شدن نتیجه ی آن ارجاع به مرکز مشاوره بیماری های رفتاری برای



انجام آزمایش دوم غربال گری الایزا و در صورت مثبت شدن آن نیز انجام آزمایش تأییدی و سترن بلات بر روی نمونه دوم ضروری است؛ اعلام نتیجه مثبت آزمایش HIV باید توسط مشاور مرکز مشاوره بیماری های رفتاری انجام پذیرد.

- از آنجا که از زمان ورود ویروس به بدن فرد مدتی طول خواهد کشید که سطح آنتی بادی در حد قابل اندازه گیری شود، لذا در یک دوره زمانی اصطلاحاً به آن **زمان پنجره** گفته می شود علی رغم ابتلا فرد به ویروس HIV، تست رپید و الایزا منفی خواهد بود. طول این دوره به عوامل مختلفی مانند سیستم ایمنی بدن، حساسیت تست الایزا، عفونتهای ویروسی همراه و... وابسته است. بصورت معمول و با تستهای موجود فعلی ۳ ماه ممکن است طول بکشد. لذا وجود یک تست منفی به تنهایی هرگز دلیل بر عدم ابتلا فرد به HIV نمی باشد.

۲- مشاوره پس از آزمایش: هرگز نباید نتیجه آزمایش تست تشخیص سریع به عنوان نتیجه قطعی به مراجعه کننده اعلام گردد و بر اساس نتیجه آزمایش بدین صورت اقدام گردد:

□ وقتی نتیجه آزمایش HIV، Non reactive باشد: به مراجعه کننده خاطر نشان کنید که زمان مناسب انجام آزمایش HIV چه موقع است (توجه به دوره پنجره) و این که در صورتیکه فرد در معرض آسیب ابتلا به HIV باشد برای اطمینان از نتیجه واقعی، لازم به تکرار آزمایش بعد از ۳ ماه است.

به خاطر بسپارید که بعضی افراد ممکنست تصور کنند که یک نتیجه منفی نشان دهنده عدم آسیب پذیری و استعداد ابتلا به HIV است. یک تست منفی هرگز نباید به عنوان مجوز ادامه رفتارهایی که فرد را در معرض ابتلا به HIV قرار می دهد، تلقی شود. توصیه به استفاده از روش های کاهش آسیب در این بخش بسیار حائز اهمیت است.

□ زمانی که نتیجه آزمایش HIV، Reactive باشد: اعلام این نتیجه اغلب با واکنش های روانشناختی همراه است و لازم است بدون اعلام نتیجه آزمایش، به فرد اعلام شود نتیجه آزمایش مشکوک است و نیاز به آزمایش های تکمیلی می باشد و بدین منظور فرد به مرکز یا پایگاه مشاوره بیماری های رفتاری ارجاع شود.

- محرمانه بودن اطلاعات الزامی است و در صورت عدم رعایت، مشکلات قانونی بوجود آمده بعهدہ پرسنل مرکز است.



درمان:

طبق قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران برخورداری از خدمات سلامت، حق همه آحاد مردم است. برخورداری از خدمات درمانی و مراقبتی منجر بهبود کیفیت زندگی و یا طول عمر بیماران می‌شود و چنین پدیده‌ای در مبتلایان به اچ آی وی نیز کاملاً به اثبات رسیده است. این امر بخصوص در مورد درمان ضدرترو ویروسی مشاهده شده است. ارائه صحیح درمان ضدرترو ویروسی مؤثرترین راه افزایش طول عمر بیماران است. برخورداری از این خدمات نه تنها موجب بهره‌مندی بیمار می‌شود، بلکه به کنترل همه‌گیری هم کمک می‌کند. چرا که بهبود کیفیت زندگی و طول عمر بیماران یکی از مؤثرترین راه‌های کاهش انگ و تبعیض ناشی از اچ آی وی است. کاهش انگ و تبعیض باعث تسهیل مراجعه مبتلایان و افراد در معرض خطر به سرویس‌های خدمات پیشگیری و مانع زیرزمینی شدن همه‌گیری می‌گردد و به این ترتیب به کنترل همه‌گیری کمک می‌کند. در حال حاضر تمام خدمات درمانی به افراد مبتلا رایگان است. البته با کلیه این درمانها ویروس از بین نمی‌رود و ویروس میتواند به دیگران منتقل شود.

مهمترین مسئله‌ای که تشخیص موارد جدید را به تعویق می‌اندازد انگ و تبعیض نسبت به مبتلایان است چرا که سبب پنهان شدن و عدم دریافت خدمات و مراقبت‌ها در افراد مبتلا شده و افرادی که نگران ابتلا هستند را پشیمان می‌نماید

آیا داروها در ایران موجود است؟

داروهای ضد ایدز در کشور بر اساس آخرین دستور عمل‌های سازمان جهانی بهداشت که هر ساله توسط کمیته علمی کشوری به روز رسانی می‌شود، به صورت کاملاً رایگان در اختیار مبتلایان قرار می‌گیرد. کیفیت دارو‌ها طوری است که امروزه این اعتقاد وجود دارد اگر فردی مبتلا به موقع به مراکز مشاوره بیماری‌های رفتاری مراجعه نماید و به درمان خود به درستی تمکین نماید می‌تواند طول عمری برابر با دیگر افراد جامعه داشته باشد.



پیش آگهی:

اگر کسی مثبت شد برای وی چه اتفاقی روی می‌دهد؟

با یک فرد اچ آی وی مثبت همانند دیگر بیماران رفتار می‌گردد و تمام اطلاعات وی محرمانه می‌باشد و اصول رازداری کاملاً رعایت می‌گردد. وی کاملاً تحت حمایت همه جانبه قرار می‌گیرد حتی تمام اعمال تشخیصی و درمانها برای وی به رایگان انجام می‌گردد.

اگر کسی مثبت شد بایستی چگونه با او رفتار نمائیم؟

طرد و انزوای فرد اچ آی وی مثبت سبب مخفی تر شدن افراد جدید و در نتیجه عدم کنترل و گسترش بیماری می‌گردد. از طرف دیگر ویروس عامل ایدز از طرق معمول و در رفتارهای معمول اجتماعی انتقال نمی‌یابد و ترس بیمورد خود سبب عدم اتخاذ روش صحیح برخورد با بیماری می‌شود.

کادر بهداشتی درمانی خصوصاً پزشکان نقش کلیدی در چگونگی رفتار دیگر افراد دارند. اگر پزشکان و دندانپزشکان فرد اچ آی وی مثبت را طرد نمایند و از او واهمه داشته باشند مسلماً افراد عادی جامعه نیز از آنها وحشت خواهند داشت. در مراکز مشاوره بیماریهای رفتاری یکی از اصول کاری، حمایت از افراد اچ آی وی مثبت بوده و پرسنل مرکز با آغوش باز افراد را می‌پذیرند.



مسائل اجتماعی و حمایتی:

همراه بودن این بیماری با مسائلی که مرتبط با رفتارهای پنهان انسان بوده، مقبولیت اجتماعی ندارد منجر به مخفی نگه داشته شدن و محروم ماندن این افراد از کلیه خدمات آموزش، پیشگیری و درمان شده به گسترش مخفیانه بیماری دامن میزند. بنابراین بایستی با رفتار صحیح سعی نمائیم که فرد با وضعیت خود آشنا شده و مسئله را بپذیرد.

شعار «زندگی کنیم و بگذاریم زندگی کنند» گویای داغ انگ و تبعیض است که گریبان گیر افراد است که با HIV زندگی میکنند. انگ و بدنامی در ایدز باعث نابرابری و تبعیض و نهایتاً محرومیت ایشان از حقوق اجتماعی می شود.

از آنجا که ایدز ارتباط تنگاتنگی با مواد مخدر، روابط جنسی پرخطر و محافظت نشده دارد، افراد مبتلا به اچ.آی.وی-ایدز و یا مشکوک به ابتلا طرد می شوند و انگ و تبعیضی که مبتلایان با آن روبرویند مضاعف و پیچیده می شود. این انگ علاوه بر گریبان گیری خود فرد، خانواده و فرزندان آنها را نیز در معرض این اتهام و تبعیض قرار می دهد.

از علل اصلی این تصورات غلط منجر به انگ و تبعیض، شکاف میان طرق انتشار ایدز با آگاهی مردم از آن می باشد. باورهای نادرست مردم نسبت به راههای انتقال و راههای عدم انتقال بیماری ناشی از عدم تفهیم درست آنها در تبلیغات از طریق رسانه های جمعی است.

تبعیض ناحق در ایدز گاهی ناشی از این تصورات است که فکر می کنند آنها مورد تنبیه الهی قرار گرفته اند و توجه مردم از راههای انتقال منحرف می گردد. افراد مبتلا به علت اینگونه تبعیضها سعی در مخفی نگه داشتن بیماری خود کرده و در نهایت منجر به عدم دسترسی مناسب به خدمات آموزشی، مشاوره، مراقبت و درمان می شود.

از طرفی افرادی هستند که با توجه به سابقه رفتار پرخطر نمی دانند مبتلا هستند یا خیر و از ترس عواقب و انگ ابتلا به ایدز از انجام آزمایش پرهیز کرده و دائماً در اضطراب به سر می برند. در بسیاری از موارد این افراد از سوی خانواده و جامعه مورد بی مهری قرار میگیرند و ممکن است از تماس آنها با اطرافیان و نزدیکان (همسر- فرزندان) جلوگیری شود و این ناشی از عدم آگاهی از راههای انتقال ایدز است. البته شدت تبعیض و طرد افراد با روش ابتلا آنها ارتباط دارد.

اچ آی وی-ایدز معمولاً جوانان را درگیر می سازد که معمولاً تازه شروع به کار نموده اند یا سالهای ابتدای اشتغالشان است و تشخیص بیماری منجر به از دست دادن امنیت شغلی می گردد. این افراد از کسب درآمد محروم شده و نهایتاً منجر به ایجاد فقر و محرومیت های دیگر می گردد. سازمان بین المللی کار در رابطه با AIDS/HIV



مصوبه‌ای دارد که در آن آمده است: « جهت استخدام و حین کار کارفرما نباید از افراد آزمایش HIV بخواهد و کارکنان مبتلا به ایدز موظف به افشای جواب آزمایش مثبت خود نیستند.

انگ و تبعیض در ارائه خدمات بهداشتی نیز شامل این افراد می شود که شامل ارائه نامطلوب خدمات ، جداسازی بیمورد ، عدم رازداری و نظایر آن است. تبعیض بین بیماران مغایر با اعتقادات ، اخلاق پزشکی و حقوق اجتماعی انسانها است و کارکنان بهداشتی درمانی و متخصصین حرف پزشکی باید در ارائه خدمات خود بدون تبعیض عمل کنند .

کودکان اچ آی وی مثبت و یا یتیمان آن هم در مراکز آموزشی دچار محرومیت می شوند فراگیران یا اولیاء آنها باید بدانند که وجود یک دانش آموز مبتلا به اچ.آی.وی- ایدز در مدرسه سلامت آنها را به خطر نمی اندازد و اطلاع رسانی درست و کامل و ارائه راهکارهای مناسب جهت آموزش فراگیران و همچنین حضور اجتماعی اشخاص مبتلا بسیار لازم است.

آیا فردی که با HIV زندگی می کند می تواند ازدواج کند ؟

با توجه به اینکه در تماس جنسی حفاظت نشده احتمال انتقال ویروس وجود دارد هنگامی که فرد HIV+ با دیگری ازدواج می نماید همسر وی در برابر ویروس قرار می گیرد . لذا در هنگام ازدواج یا تماس جنسی با دیگری بایستی وضعیت خود را به او توضیح دهد تا وی بتواند با آگاهی انتخاب نماید.

از طرف دیگر اینکه تصور نماییم اگر فردی HIV+ شدحتما شریک وی مبتلا می شود صحیح نمی باشد به کمک رعایت رفتارها و استفاده از کاندوم در تماس جنسی و درمان دارویی اصلی فرد HIV+ احتمال انتقال ویروس بشدت کاهش می یابد. همه ی افراد می بایست از حقوق شهروندی خود برای ازدواج و تشکیل خانواده بهره مند باشند ، اکیداً توصیه می گردد افراد مبتلا به اچ آی وی و یا حتی افرادی که به هر دلیل احساس می کنند در معرض رفتار های پر خطر مرتبط با اچ آی وی قرار گرفته اند ، قبل از تصمیم و اقدام به ازدواج با مراکز مشاوره بیماری های رفتاری مشاوره نمایند.



آیا افراد HIV+ می توانند دارای فرزند شوند؟

چندین حالت ممکن است باشد:

با توجه به برنامه های کاهش آسیب در کشور و نیز اثربخشی درمانهای موجود در افزایش طول عمر مبتلایان بدیهی است بسیاری از افراد مبتلا به اچ آی وی با بازیافتن موقعیت اجتماعی خود تمایل به فرزند دار شدن دارند. تاکید می گردد این افراد صرف نظر از اینکه کدامیک از زوجین و یا هر دو مبتلا باشند قبل از اقدام به بارداری حتما با کارشناسان مراکز مشاوره بیماریهای رفتاری اقدام به مشاوره نمایند. در حال حاضر خدمات پیشگیرانه در این مراکز مشاوره تا حدی موثر است که در صورت اقدام به موقع و صحیح پیش از بارداری، دوران زایمان و دوران پس از زایمان و شیردهی امکان تولد نوزاد سالم از پدر و مادری که یکی از آنها و یا هر دو آنها مبتلا به اچ آی وی می باشند دور از ذهن نیست.

. اغلب مبتلایان به HIV/AIDS از نظر جنسی فعال هستند و پرسنل بهداشتی ضمن احترام گذاردن به این حق انسانی، باید در جهت حمایت از شرکاء جنسی و جلوگیری از انتقال ویروس به آنان تلاش کنند. این کار از طریق توصیه به استفاده از کاندوم میسر است. استفاده منظم و مداوم از کاندوم باعث کاهش خطر انتقال HIV می شود.

- به توصیه WHO، افراد مبتلا به HIV و در معرض آسیب باید در روابط جنسی خود از کاندوم استفاده کنند یعنی در کنار استفاده از یک روش مناسب برای پیشگیری از بارداری های ناخواسته، از کاندوم نیز استفاده کنند.
- در زوج هایی که فقط یک نفر HIV مثبت است:

در این روابط، شریک جنسی HIV منفی، در معرض ابتلا به ویروس بوده و از جمله افرادیست که اقدامات پیشگیرانه به دقت باید در مورد وی اعمال شود. مشاوره و توصیه به استفاده از کاندوم در این پیشگیری مؤثر است.

- در زوج هایی که هر دو HIV مثبت هستند:

خطر انتقال مجدد (super infection HIV) در بین زوجین همواره مطرح بوده است و به همین دلیل در این زوجین نیز توصیه می شود که از کاندوم استفاده کنند. ضمن این که استفاده از کاندوم مانع از ابتلا به سایر عفونت های آمیزشی نیز خواهد شد.

تصمیم گیری در مورد بارداری در افراد با خود آنان است و ما باید اطلاعات کامل و واقعی را در این زمینه به آنان ارائه کنیم. نکته مهم در این موارد اینست که افراد مبتلا، ما پرسنل بهداشتی را به عنوان یارو همراه خود در این مسئله در نظر داشته باشن و بدانند هر تصمیمی می گیرند ما از آنها حمایت کرده و آنها را راهنمایی می کنیم.



آیا تماس نزدیک و دائم روزانه در محیط کار با همکاران اچ آی وی مثبت، سبب انتقال می گردد؟
خیر، خطری ندارد. استفاده از تلفن مشترک و کار کردن در کنار هم در محیط کار سبب انتقال نمی شود.

آیا افراد اچ آی وی مثبت اجازه کار ندارند؟

تا زمانی که قدرت کار دارند ، می توانند مانند سایرین کار کنند. ابتلا به ویروس عامل ایدز مانعی برای کار کردن نیست..

روبان قرمز:

سمبل جهانی آگاهی و همبستگی با افرادی که با اچ آی وی/ایدز زندگی میکنند میباشد و مردم جهان را به مقابله با این بیماری متحد می کند.

۱. قرمز مانند عشق که سمبل شورو عشق ومدارا با بیماران است.

۲. قرمز مانند خون که نمایانگر درد ورنج انسان ها از مرگ بیماران مبتلا به ایدز است.

۳. قرمزمانند علامت خطر و هشدار که بی توجهی به آن به منزله نادیده گرفتن یکی از بزرگترین معضلات جهانی است.





ادبیات اچ آی وی:

از آنجا که زبان به باورها شکل می‌بخشد، می‌تواند بر رفتارها نیز اثر بگذارد. در نتیجه، کاربرد سنجیده زبان نیرویی است که می‌تواند پاسخ به همه‌گیری اچ‌آی‌وی و ایدز را تقویت کند.

واژه‌شناسی پیشین	واژه‌شناسی برگزیده
ویروس ایدز	چیزی به عنوان "ویروس ایدز" وجود ندارد. ویروس مربوط به ایدز، ویروس نقص ایمنی انسانی و سرکلمه حروف انگلیسی آن: اچ‌آی‌وی است. لطفا توجه کنید: حرف "وی" در کوتا‌هسازی اچ‌آی‌وی به جای کلمه ویروس آمده‌است و تکرار آن به صورت "ویروس اچ‌آی‌وی" زاید است. در این مورد اچ‌آی‌وی را به تنهایی به کار ببرید. ویروس عامل ایدز نیز درست است.
دچار عفونت ایدز-آلوده به ایدز	زمانی که درباره فرد یا افراد صحبت می‌کنید هرگز از واژه "آلوده" یا "عفونت" استفاده نکنید. علاوه بر این، کسی نمی‌تواند دچار عفونت ایدز شود، زیرا ایدز یک عامل عفونی نیست. ایدز مفهومی است که برای نظام مراقبت تعریف می‌شود و به معنی مجموعه علامت‌های (نشاتگان) ناشی از عفونت‌های فرصت طلب و بیماری‌هایی است که ممکن است در طیف ابتلا به اچ‌آی‌وی و در حالی که سرکوب ایمنی بدن عمیق‌تر می‌شود، از لحظه ابتدایی تا زمان مرگ گسترش یابد. (در این مورد عبارت‌های فردی که با اچ‌آی‌وی زندگی می‌کند یا فرد اچ‌آی‌وی مثبت را به کار ببرید.
آزمایش ایدز	آزمایشی به عنوان آزمایش ایدز وجود ندارد. در این مورد عبارت‌های آزمایش اچ‌آی‌وی یا آزمایش پادتن اچ‌آی‌وی را به کار ببرید.
قربانی ایدز	واژه "قربانی" تعبیری از ناتوانی و عجز در بر دارد. از عبارت فردی که با اچ‌آی‌وی زندگی می‌کند استفاده کنید. واژه ایدز را تنها در مورد کسانی که تشخیص بالینی ایدز در مورد آنها صورت گرفته به کار ببرید.



بیمار ایدز	تنها زمانی از واژه "بیمار" استفاده کنید که به یک محیط بالینی (شرایط بیمارستانی یا مراقبت پزشکی) اشاره دارید. این واژه را این گونه به کار ببرید: بیمار مبتلا به بیماری‌ها (یا ناخوشی‌های پیشرفته) مرتبط با اچ‌آی‌وی یا بیماری‌ها (یا ناخوشی‌های) مرتبط با ایدز. یا فرد مبتلا به ایدز
خطر ایدز	این طور به کار ببرید: خطر عفونت اچ‌آی‌وی، خطر قرار گرفتن در معرض اچ‌آی‌وی
گروه‌های پرخطر / پرخطرتر، گروه‌های آسیب‌پذیر	این طور به کار ببرید: جمعیت‌های کلیدی در معرض خطر بیشتر یعنی جمعیت‌هایی که هم در پویایی همه‌گیری کلیدی هستند و هم در پاسخ به آن. جمعیت‌های آسیب‌پذیر که جمعیت‌هایی هستند که تحت فشارهای اجتماعی یا شرایط محیط اجتماعی در معرض عوامل بیماری‌زا از جمله اچ‌آی‌وی آسیب‌پذیرتر شده‌اند، با جمعیت‌های کلیدی تفاوت دارند.
روسپی، بدکاره، زن ویژه، زن خیابانی، فاحشه	از عبارت تن فروش استفاده کنید.
مصرف وریدی مواد / معتاد وریدی	از عبارت: مصرف‌کننده تزریقی مواد استفاده کنید. تزریق مواد ممکن است به صورت زیرجلدی، داخل عضله، یا داخل رگ (وریدی) باشد.
استفاده مشترک (از سرنگ و سوزن)	اگر موضوع به احتمال قرار گرفتن در معرض اچ‌آی‌وی اشاره دارد، عبارت استفاده از لوازم تزریق غیر استریل (ناسترون) توصیه می‌شود. اگر از وجود اچ‌آی‌وی در این لوازم مطلع هستید یا اگر انتقال اچ‌آی‌وی عملاً واقع شده است، عبارت: استفاده از لوازم تزریق آلوده را به کار ببرید.



جهت دریافت توضیحات کامل تر به کتابچه رهنمود های واژه شناسی در اچ آی وی ایدز مراجعه نمایید

منابع: REFERENCES:

- ۱- راهنمای آموزش HIV/AIDS و بیماری های آمیزشی (ویژه پزشکان و...) ۱۳۸۴
- ۲- رهنمودهایی در واژه شناسی اچ آی وی ایدز انتشارات UNAIDS
- ۳- کتابچه طرح باوفا (بسیج آموزشی و فراگیر اچ آی وی ایدز) دانشگاه مشهد
- ۴- پروتکل تشخیص سریع اچ آی وی ایدز
- ۵- دستورالعمل پایگاه ها و مراکز مشاوره بیماری های رفتاری
- ۶- کتابچه زندگی کنیم و بگذاریم زندگی کنند