

ابتلا به HIV دیگر به معنای مرگ زودرس نیست.

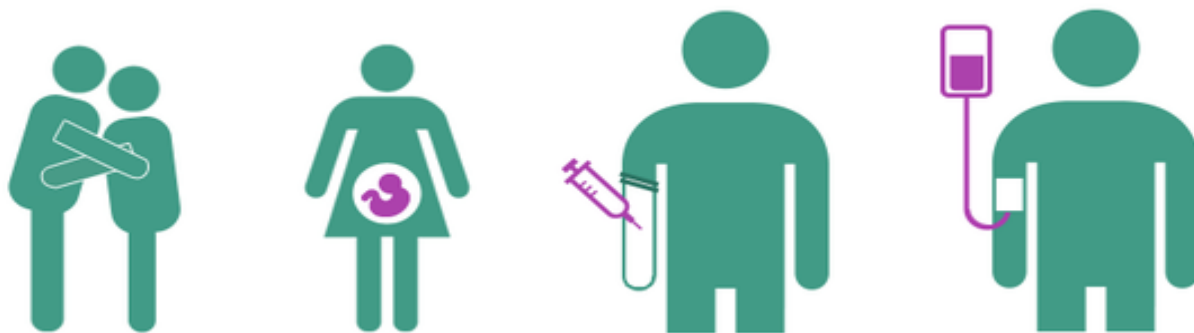
روز جهانی ایدز (اول دسامبر) و هفته ملی ایدز (۸-۱۴ آذر) یادآور نبرد مداوم علیه ویروس نقص ایمنی انسانی (HIV) و قربانیان آن است، ویروسی که تأثیر عمیقی بر جوامع در سراسر جهان بر جای گذاشته است. به همین مناسبت و همزمان با بسیاری دیگر از کشورهای دنیا، در این مقاله یک نمای کلی از این بیماری شامل منشأ، نحوه انتقال، پیشگیری و نقش انجام آزمایش را بررسی می‌کنیم.



روبان قرمز، نماد آگاهی‌رسانی در مورد ایدز بوده و بسیاری با استفاده از آن در جهت آگاهی‌بخشی به عموم مردم تلاش می‌کنند.

منشأ و راه‌های انتقال:

HIV، یک رتروویروس است که در اوایل دهه ۱۹۸۰ کشف شد. این ویروس سیستم ایمنی، به ویژه لنفوسیت‌ها را مورد تهاجم قرار داده و توانایی بدن را برای مبارزه با عفونت‌ها و بیماری‌ها به خطر می‌اندازد. انتقال از طرق مختلفی مانند آمیزش جنسی محافظت نشده، استفاده از سوزن‌های آلوده مشترک، تزریق فرآورده‌های خونی آلوده و از مادر مبتلا به نوزاد در هنگام زایمان یا شیردهی صورت می‌گیرد.



شناخت و درک صحیح روش‌های انتقال این بیماری در جهت پیشگیری از ابتلا به آن ضروری است. روابط جنسی ایمن، عدم استفاده از سوزن‌های مشترک، و مداخلات پزشکی در طول زایمان به طور قابل توجهی خطر انتقال را کاهش می‌دهند. همچنین کمپین‌های آگاهی‌بخشی و برنامه‌های آموزشی در توانمندسازی افراد برای انتخاب‌های آگاهانه در مورد سلامت جنسی خود بسیار مهم هستند.

تأثیر بر سلامت:

HIV به صورت مرحله‌ای پیشرفت می‌کند، مراحل از عفونت حاد شروع شده و اغلب علائمی شبیه آنفولانزا را نشان می‌دهد. پس از آن یک دوره نهفتگی بالینی در افراد دیده می‌شود که در آن، ویروس در سطوح پایین بدون علائم ظاهری به تکثیر خود ادامه می‌دهد.

بدون درمان، آلودگی با HIV به سندرم نقص ایمنی اکتسابی (ایدز) منتج می‌شود که با آسیب شدید به سیستم ایمنی مشخص شده و افراد را مستعد ابتلا به انواع عفونت‌های فرصت‌طلب و برخی سرطان‌ها می‌کند. معاینات پزشکی و انجام آزمایشات منظم برای نظارت بر تعداد سلول‌های CD \times (لنفوسیت‌ها) و بار ویروسی برای مدیریت پیشرفت بیماری بسیار مهم هستند.

تأثیر این ویروس بسیار فراتر از سلامت جسمانی بوده و به قلمروی اجتماعی و معضلاتی همچون انگ و تبعیض وارد می‌شود. افراد مبتلا به HIV اغلب با تعصبات اجتماعی مواجه می‌شوند که مانع دسترسی آنها به مراقبت‌های بهداشتی می‌شود. در بسیاری از موارد، چالش‌های سلامت روان، از جمله اضطراب و افسردگی، با تشخیص HIV همراه هستند.

پیشگیری:

پیشگیری موثر از HIV، نیازمند رویکردی چندوجهی و ترکیبی از راهبردهای رفتاری، پزشکی و اجتماعی است.

۱- روابط جنسی ایمن: محدود کردن شرکای جنسی و همچنین استفاده مداوم و صحیح از کاندوم یکی از موثرترین راه‌ها برای جلوگیری از انتقال HIV از طریق جنسی است.

۲- برنامه‌های تعویض سوزن‌های تزریقی: افرادی که از داروهای تزریقی استفاده می‌کنند، باید به سوزن‌های استریل دسترسی داشته‌باشند تا خطر انتقال HIV را از طریق سوزن مشترک کاهش دهند.

۳- درمان ضد ویروسی ART^۱: این داروها سنگ بنای درمان و پیشگیری از HIV هستند. هنگامی که از آنها به طور مداوم و برحسب دستور استفاده شود، قادرند بار ویروسی را در بدن سرکوب کرده، سلامت سیستم ایمنی را حفظ نموده و از انتقال آن به دیگران جلوگیری کنند. در صورتی که احتمال می‌دهید در معرض ویروس قرار گرفته باشید، ضروری است ظرف ۷۲ ساعت به مراکز بهداشتی درمانی مراجعه کرده و با متخصص عفونی جهت امکان دریافت داروهای ضدویروسی مشورت کنید.

۴- پیشگیری قبل از در معرض قرار گرفتن (PrEP)^۲: شامل مصرف دارو با تجویز پزشک قبل از قرار گرفتن در معرض احتمالی HIV است که به طور قابل توجهی خطر عفونت را کاهش می‌دهد. این اقدام پیشگیرانه به ویژه برای افرادی که در معرض خطر بالاتری هستند پیشنهاد می‌شود.

۵- ترویج انجام آزمایش و تشخیص زودهنگام: تنها راه برای اطمینان از ابتلا به HIV انجام آزمایش است. حدود ۳۰٪ از افراد مبتلا از بیماری خود بی اطلاع هستند. آگاهی از وضعیت سلامتی به افراد اجازه می‌دهد تا برای محافظت از خود و دیگران اقدامات متناسب را انجام دهند. انجام آزمایش HIV فقط یک انتخاب شخصی نیست بلکه یک مسئولیت جمعی در شکستن زنجیره‌های انتقال است. آزمایشگاه‌ها با فراهم آوردن اطلاعات مورد نیاز افراد را قادر می‌سازند تا از وضعیت خود مطلع شوند و در صورت نیاز اقدامات درمانی لازم را انجام دهند.

برای تشخیص این بیماری ۳ نوع تست وجود دارد:

*آزمایش اسیدنوکلئیک (NAT): این آزمایش قادر به تعیین میزان ویروس (Load) موجود در بیمار می‌باشد. همچنین این آزمایش ویروس HIV را در سریع‌ترین زمان پس از مواجهه احتمالی، بین ۱۰ تا ۳۳ روز تشخیص می‌دهد.

تست های آنتی ژن /آنتی بادی: این تست‌ها برای بررسی آنتی ژن‌ها و آنتی بادی‌ها از طریق خون گیری از ورید انجام می‌شوند. این آزمایشات قادرند حضور ویروس را ۱۸-۹۰ روز پس از مواجهه تشخیص دهند.

آزمایش‌های سریع (Rapid) و کیت‌های تشخیص در منزل: این آزمایش‌ها برای تشخیص وجود آنتی بادی در بزاق یا خون فرد انجام می‌شود. این کیت‌ها می‌توانند آنتی بادی های HIV را ۲۳ تا ۹۰ روز پس از قرار گرفتن در معرض شناسایی کنند.

۶- آموزش و آگاهی: کمپین‌های آگاهی‌رسانی عمومی نقش مهمی در از بین بردن افسانه‌ها، کاهش قضاوت‌ها و ترویج رفتار مسئولانه دارند. آموزش جامع جنسی کودکان در مدارس برای توانمندسازی افراد با دانش برای انتخاب آگاهانه ضروری است.

واکنش جهانی و پیشرفت‌های پزشکی:

^۱ Antiretroviral Therapy

^۲ Pre-Exposure Prophylaxis

تلاش‌های بین‌المللی منجر به پیشرفت قابل توجهی در پیشگیری و درمان HIV شده است.

۱- دسترسی به درمان: افزایش دسترسی به درمان ضد رتروویروسی، HIV را از یک وضعیت تهدیدکننده زندگی به یک بیماری مزمن قابل کنترل تبدیل کرده است. اکنون مبتلایان به HIV با مصرف داروهای ضدویروسی زندگی کاملاً عادی را تجربه می‌کنند و با کاهش میزان بار ویروسی در بدن آنها احتمال ابتلای دیگران به این بیماری نیز از بین رفته است. مرگ و میر ناشی از ایدز از سال ۲۰۱۰ به میزان ۵۱٪ کاهش یافته است. تلاش‌ها برای عرضه گسترده‌تر این داروها، به‌ویژه در کشورهای کم‌درآمد همچنان ادامه دارد.

۲- برنامه‌های پیشگیری: بسیاری از کشورها برنامه‌های پیشگیری هدفمند از جمله توزیع کاندوم، طرح‌های مبادله سوزن و کمپین‌های آموزشی را اجرا کرده‌اند. هدف این برنامه‌ها کاهش عفونت‌های جدید و ترویج رفتارهای ایمن است.

۳- کاهش انتقال از مادر به کودک: با پیشرفت در مداخلات پزشکی و افزایش آگاهی، انتقال HIV از مادر به کودک به طور قابل توجهی کاهش یافته است.

۴- مشارکت جامعه: تلاش‌های مردمی و مشارکت جامعه در مبارزه با HIV اساسی است. گروه‌های حمایتی، سازمان‌های مردم‌نهاد و کارکنان بخش بهداشتی، نقش مهمی در افزایش آگاهی، کاهش استیگما و حمایت از افراد آسیب دیده دارند.

ایدز و استیگما^۳:

استیگما یا انگ مجموعه‌ای از نگرش‌ها، تفکرات منفی و پیش‌داوری درباره یک شخص، گروه و یا جامعه می‌باشد. استیگما در نهایت منجر به بروز رفتار تبعیض‌آمیز در قبال دیگر افراد می‌شود.

بیماری ایدز ارتباط تنگاتنگی با مسائل جنسی و مصرف مواد مخدر دارد و از این رو نگاه افراد جامعه نسبت به کسانی که با این ویروس زندگی می‌کنند و یا در معرض خطر آن قرار دارند، طردگونه است. طرد شدن افراد مبتلا و یا در معرض خطر، سبب محرومیت آنها از فعالیت‌های اجتماعی، دریافت خدمات بهداشتی و درمانی و در نتیجه مخفی ماندن بیماری خواهد شد که در نهایت ممکن است به ابتلای افراد بیشتری منجر شود.

استیگما از کجا منشا می‌گیرد؟

فقدان اطلاعات و آگاهی، همراه با باورهای منسوخ، مردم را به ترس از ابتلا به HIV دچار می‌کند. علاوه بر این، بسیاری از مردم، HIV را بیماری می‌دانند که فقط گروه‌های خاصی به آن مبتلا می‌شوند، همین امر منجر به قضاوت‌های منفی در مورد افرادی می‌شود که با HIV زندگی می‌کنند.

^۳ Stigma

در بسیاری از موارد ناآگاهی از راههای انتقال و ترس از بیماری، علت بروز این انگ و تبعیض می‌باشد. برای مثال بسیاری از افراد، **به اشتباه** فکر می‌کنند که این ویروس از طریق راههایی نظیر عطسه، سرفه، روبوسی، استفاده از دستشویی و حمام مشترک، استفاده از ظرف غذای مشترک، در آغوش گرفتن، دست دادن، گزش پشه و در یک اتاق زندگی کردن و خوابیدن منتقل می‌شود. در صورتیکه همانطور که در ابتدای مطلب اشاره شد، راههای انتقال این ویروس محدود بوده و شامل این موارد نمی‌شود.

در نهایت ضروری است که در مورد کلمات تبعیض‌آمیز حساس باشیم و آنها را به کار نبریم، به خاطر داشته باشید که هویت فرد وابسته به بیماری او نیست و هدف همه ما مبارزه با HIV است و نه فردی که با این بیماری زندگی می‌کند.

منابع:

- ۱- www.HIV.gov
- ۲- <https://www.cdc.gov/hiv/basics/index.html>
- ۳- <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hiv-aids>
- ۴- <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/hiv-aids/>
- ۵- <https://www.medicalnewstoday.com/articles/hiv>
- ۶- دستورالعمل استاندارد پنجمین برنامه استراتژیک کنترل ویروس ایدز-