

راهنمای آموزشی رویکرد نوین

اچ آی وی

وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی
معاونت بهداشت
مرکز مدیریت بیماریهای واگیر
اداره کنترل ایدز و بیماریهای آمیزشی

دکتر هنگامه نامداری تبار
دکتر کتایون طایری دکتر مهرداد افتخار
زیر نظر
دکتر محمد مهدی گویا



اهمیت موضوع و شناخت بیشتر بیماری ایدز

امروزه مهمترین استراتژی کنترل اپیدمی اچ آی وی مراقبت و درمان مبتلایان به بیماری است . در صورتی که افراد مبتلا به اچ آی وی تحت درمان استاندارد ضد رتروویروسی قرار گیرند ، با کاهش تعداد ویروس در خون و ترشحاتشان (کاهش بار ویروسی) ضمن آنکه با کاهش چشمگیر عوارض بیماری می توانند زندگی سالم تری داشته باشند ، احتمال انتقال بیماری به سایرین نیز به حداقل ممکن می رسد . لذا تخمین زده می شود که برای کنترل اپیدمی در جامعه باید:

👉 **۹۰٪ افراد مبتلا شناسائی شوند**

👉 **۹٪ افراد شناسائی شده تحت درمان ضد رتروویروسی قرار گیرند**

👉 **در ۹۰٪ افراد تحت درمان ، بار ویروسی انقدر کاهش یابد که غیر قابل اندازه گیری شود .**

بدیهی است این مهم تنها در صورتی میسر می گردد ، که این افراد از بیماری خود مطلع بوده، برای دریافت خدمات مراقبت و درمان تمایل داشته و به این خدمات دسترسی داشته باشند و خدمات را به صورت مستمر دریافت دارند . چالش هایی که در حال حاضر کشور ما را در دستیابی به اهداف فوق با مشکل مواجه کرده است ، عبارتند از :

۱. درصد بالایی از موارد مبتلا از بیماری خود مطلع نیستند .
۲. درصد بالایی از افراد شناخته شده برای دریافت خدمات مراقبت و درمان تمایل نداشته و مراجعه نمی کنند .
۳. درصدی از افرادی که تحت درمان ضد رتروویروسی قرار گرفته اند درمان را به شکل مستمر ادامه نمی دهند.

بدیهی است یکی از مداخله های موثر برای رفع چالش های فوق عبارت است از :

۱. ایجاد انگیزه برای اقدام به انجام تست تشخیصی اچ آی وی
۲. فراهم کردن امکان دسترسی به تست تشخیصی

۳. ایجاد انگیزه و نیاز در افراد مبتلا برای اقدام به تحت پوشش قرار گرفتن خدمات مراقبت و درمان

۴. فراهم آوردن امکان دسترسی به خدمات مراقبت و درمان برای آنها

۵. ایجاد انگیزه و نیاز در مبتلایان به اچ آی وی برای باقی ماندن بر خدمات مراقبت و درمان

ایجاد انگیزه و نیاز در مردم به گونه ای که منجر به اقدام برای دریافت خدمت مورد نظر شود در برنامه های سلامت محور ، مستلزم ارائه آموزش و مشاوره های تخصصی است . کانون توجه اصلی در این آموزش ها ، اصلاح رفتار افراد، است و در این میان، موانع و پیچیدگی های وجود دارد که علت اصلی دشواری دستیابی به این هدف است. مانند بسیاری از مداخلات دیگر در نظام سلامت ، تغییر رفتار مد نظر (اقدام برای تشخیص ، مراقبت و درمان) تحت تاثیر عواملی است که شناخت و تحلیل این عوامل، در کسب موفقیت این مداخلات، نقشی کلیدی دارد. توانایی شناخت این عوامل و پیشگویی نتایج حاصل از تغییر در آنها نیازمند داشتن دانش و مهارت لازم در حیطه برنامه های " آموزش سلامت " و " مشاوره " و استفاده صحیح از نظریه ها و الگو هایی است که از حوزه سایر علوم اجتماعی مانند روان شناسی و جامعه شناسی به عرصه سلامت راه پیدا کرده اند و در سالیان اخیر استفاده از آنها برای کسب، حفظ و ارتقای سلامت جامعه مورد اقبال قرار گرفته است

فرآیند های ارائه خدمات تشخیص و مراقبت و درمان را به زنجیره های ساده تر شکسته و برای هر فرآیند متناسب با اهداف مرتبط همان فرآیند اقدام به مهارت آموزی ارائه دهندگان خدمت نماییم .

به عنوان مثال فرآیند تشخیص اچ آی وی به دو زنجیره به شکل زیر شکسته شد:

۱. توصیه به انجام تست (PIT) و انجام تست سریع اولیه در فیلد



۲. مشاوره قبل و بعد از تست (VCT) و انجام تست تاییدی در پایگاه های مشاوره



تعریف سطوح ارائه خدمات مشاوره در اچ آی وی :

مشاوره مقدماتی (PIT) :

بر مبنای سیاست های منطبق با چهارمین برنامه ملی استراتژیک ایدز کشور توصیه به انجام تست برای گروه های جمعیتی زیر انجام می شود

الف گروه هایی که اپیدمی متمرکز در آنها وجود دارد و یا بالقوه با خطر بالاتری برای ابتلا مواجه هستند :

۱. مصرف کنندگان تزریقی مواد
۲. مصرف کنندگان مواد محرک
۳. شریک جنسی مصرف کنندگان مواد
۴. زنان در معرض بیشترین آسیب
۵. مردان در معرض بیشترین آسیب
۶. زندانیان
۷. کودکان خیابانی
۸. مبتلایان به بیماریهای مقاربتی
۹. شرکا جنسی مبتلایان به اچ آی وی

ب- گروه هایی که تشخیص به هنگام و درمان اچ آی وی در آنان از اهمیت ویژه ای برخوردار است

۱. مادران باردار
۲. مبتلایان به بیماری سل

ج- جوانان (جمعیت عمومی) فقط در غالب کمپین های اطلاع رسانی و

آموزش

در صورتی که زیرساخت ارائه خدمات به هر یک از گروه های فوق موجود باشد ؛ به منظور بهره وری بیشتر خدمت توصیه به انجام تست در خدمات زیر ساخت مذکور ادغام خواهد شد. لذا لازم است ارائه دهندگان خدمت به گروه های مذکور مهارت لازم برای ارائه این خدمت را نیز دارا باشند. در این سطح ارائه دهندگان خدمات که ممکن است حتی از گروه های همسان باشند، خدمات مختلفی از جمله مراقبت زنان باردار، ارائه داروهای سل، خدمات کاهش آسیب و ... را ارائه می دهند. این افراد لزوماً با مفاهیم مشاوره و برقراری ارتباط آشنایی ندارند و برای ادغام ارائه خدمت انجام تست سریع لازم است این افراد مهارت های زیر را دریافت کنند:

۱. دانش و مهارت برقراری ارتباط و ایجاد انگیزه و تمایل برای انجام تست
۲. دانش و مهارت "توصیه به انجام تست" در گروه هدف
۳. دانش و مهارت انجام و قرائت تست سریع اچ آی وی
۴. دانش و مهارت اعلام نتیجه تست سریع
۵. دانش و مهارت مشاوره انگیزشی برای برقراری ارتباط فرد با سطوح تخصصی

این افراد بعد از گذراندن دوره استاندارد مشاوره و کسب مهارت لازم "مشاورین با مهارت در سطح مقدماتی" خوانده می شوند.

۲. مشاوره میانی (VCT):

مراکز ارائه مشاوره سطح دوم در اصل همان پایگاه های مشاوره هستند که علاوه بر امکان ارائه کلیه خدمات سطح اول؛ قابلیت ارائه خدمات تخصصی تر مشاوره VCT و انجام تست های تاییدی تشخیصی برای موارد دارای نتیجه مثبت تست سریع را دارند. در این سطح ارائه دهندگان خدمات علاوه بر مهارت های پیشگفت در سطح اول؛ لازم است با اصول و کلیات مشاوره کاملاً آشنا بوده و توان ارائه VCT را داشته باشند. مشاورین و مراقبین در صورت گذراندن دوره "مشاوره سطح دوم" و کسب مهارت های زیر به عنوان "مشاورین با مهارت انجام VCT" نامیده می شوند:

۱. مهارت برقراری ارتباط و انجام مشاوره پیش از آزمون در گروه هدف با

نتیجه مثبت تست سریع

۲. امکان انجام تست های تاییدی تشخیصی

۳. مهارت انجام مشاوره پس از آزمون و مهارت اعلام نتیجه تست تنهایی
۴. مهارت انجام مشاوره در بحران
۵. مهارت انجام مشاوره تصمیم گیری
۶. مشاوره انگیزشی برای برقراری ارتباط افراد با تست مثبت به سطح تخصصی مراقبت و درمان

۳. مشاوره پیشرفته (مشاوره برای مراقبت و درمان) :

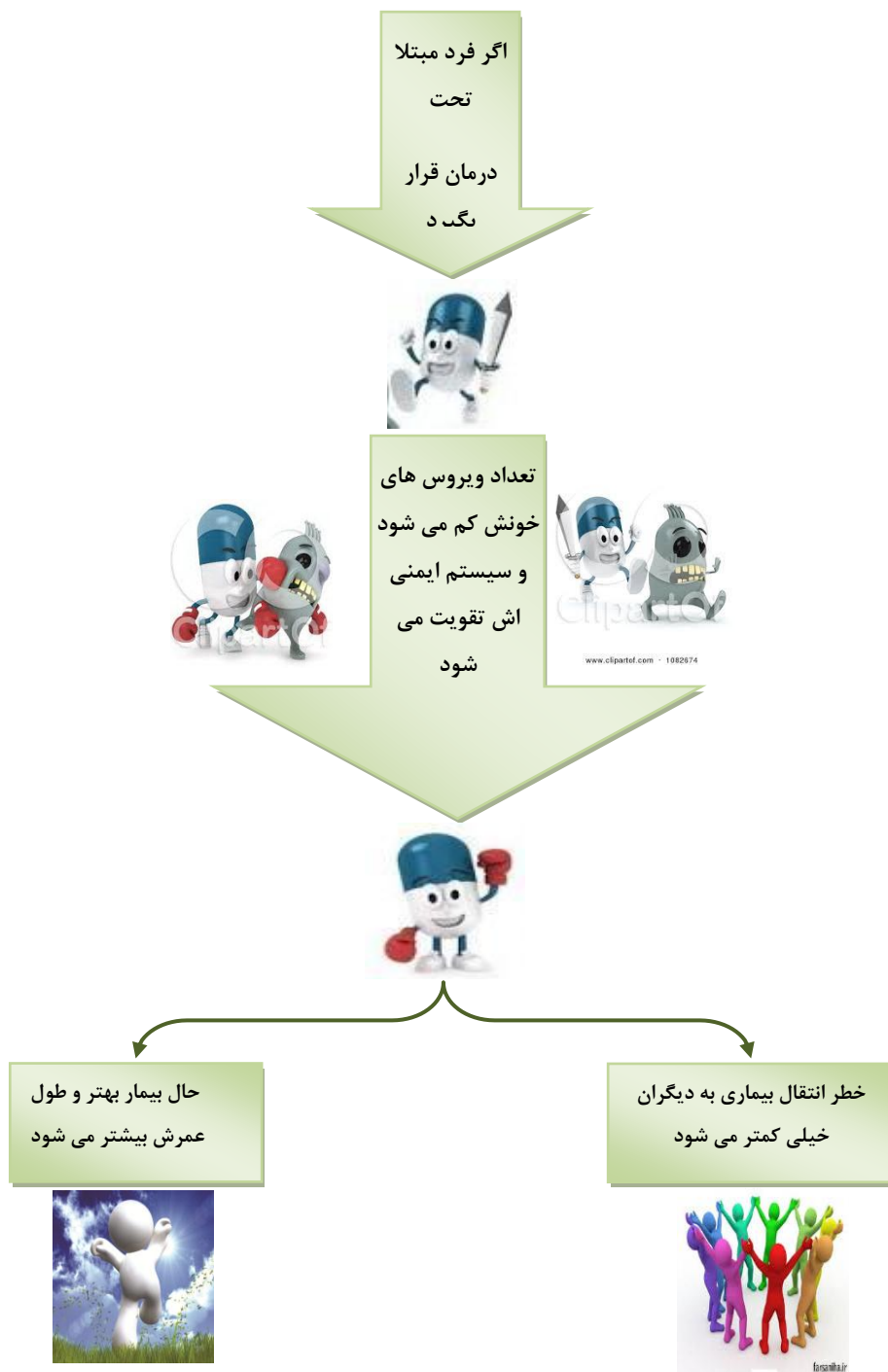
این خدمت در مراکز مشاوره بیماریهای رفتاری ارائه می شوند این مراکز علاوه بر مشاوره سطح سوم امکان ارائه خدمات مشاوره سطح اول و دوم، امکان ارائه خدمات تخصصی مشاوره و مراقبت و درمان به افراد مبتلا به اچ آی وی را نیز دارا هستند و موارد تایید شده از سطوح دوم به این مراکز ارجاع شده، خدمات تخصصی مشاوره و مراقبت و درمان اچ آی وی را دریافت می کنند. مشاورین و مراقبین که مسئولیت ارائه خدمات مراقبت و درمان را دارند در صورت گذراندن دوره " مشاوره سطح سوم " و کسب مهارت های زیر به عنوان " مشاورین سطح سوم " نامیده می شوند :

۱. مهارت برقراری ارتباط با افراد مبتلا به اچ آی وی
۲. مهارت انجام مشاوره " حل مشکل "
۳. مهارت انجام آموزش و مشاوره " انگیزشی "
۴. مهارت انجام مشاوره " افشا " و Partner notification
۵. مهارت انجام مشاوره " پایبندی به درمان "

حتما از سال ها قبل شنیده اید که ایدز یک بیماری است که سالیانه جان هزاران نفر را گرفته و به سرعت گسترش یافته است. اما امروزه کشورهای بسیاری هستند که موفق شده اند بیماری را کنترل کنند .

این موفقیت تنها زمانی حاصل شده است که آنها توانسته اند درصد بالایی از افراد مبتلا را تحت درمان قرار دهند. زیرا زمانی که فرد تحت درمان قرار می گیرد هم خودش می تواند

زندگی سالمی داشته باشد و هم تعداد ویروس ها در خونش کم می شود بنا براین بیماری را خیلی کمتر به دیگران منتقل می کند و به این ترتیب بیماری در آن جامعه ها کنترل شده است .



این کار فقط زمانی امکان پذیر است که :

۱. افراد مبتلا از بیماری خود مطلع باشند
۲. برای گرفتن خدمات مراقبت و درمان اقدام کنند
۳. خدمات مراقبت و درمان را به صورت مستمر دریافت کنند.

اما در بعضی کشورها این اتفاق نمی افتد و در نتیجه بیماری به راحتی کنترل نمی شود زیرا در اینگونه کشورها :

درصد بالایی از موارد مبتلا از بیماری خود مطلع نیستند. " زیرا

۱. بیماری اچ آی وی هیچ علامتی ندارد که با آن بشود به وجود بیماری شک کرد .
۲. باورهای غلط و نگرش های منفی در جامعه باعث می شود از ترس اینکه دیگران متوجه بیماری آنها بشوند برای تشخیص اقدام نکنند
۳. بیماری فقط از طریق آزمایش قابل تشخیص است و این آزمایش ممکن است به راحتی در دسترس افراد نباشد .
۴. دانش ناکافی و باورهای غلط باعث می شود افراد مبتلا فکر کنند بیماری مخصوص افراد خاصی است و امکان ندارد آنها مبتلا شوند .

درصد بالایی از موارد مبتلا برای مراقبت و درمان مستمر اقدام نمی کنند. " زیرا:

۵. نمیدانند و یا باور ندارند که با مراقبت و درمان وضعیت جسمیشان بهبود پیدا می کند
۶. باورهای غلط و نگرش های منفی در جامعه باعث می شود از اینکه دیگران متوجه بیماری آنها بشوند نگران باشند و ترجیح می دهند برای درمان اقدام نکنند .
۷. دسترسی به خدمات مراقبت و درمان برایشان با مشکل همراه است .

چه باید کرد؟



- اولین و مهمترین کار این است که افراد مبتلا شناسائی شوند
- بعد راضی شوند که برای مراقبت و درمان اقدام کنند
- درمانشان را ادامه دهند

از چه راهی می توان به این نتایج رسید؟



- ۶. باید در افراد انگیزه ایجاد کرد که برای آزمایش اقدام کنند
 - ۷. دسترسی به آزمایش را ساده کرد که بتوانند به راحتی آن را انجام دهند .
 - ۸. خیالشان راحت باشد که نتیجه آزمایش آنها محرمانه باقی می ماند
 - ۹. باید در افراد مبتلا انگیزه ایجاد کرد که برای مراقبت و درمان اقدام کنند
 - ۱۰. آنها باید بدانند برای مراقبت و درمان به کجا مراجعه کنند .
- مطابق سیاست های تدوین شده برنامه کشوری ، برآن شدیم تا شرایط فوق را برآورده کنیم . برای اینکار برای گروه های زیر شرایطی فراهم می آید که کنار سایر خدماتی که دریافت می کنند ، خدمات تشخیصی اچ آی وی را هم دریافت کنند

این خدمت باید به چه کسانی ارائه شود؟



افرادی که بیشتر احتمال دارد مبتلا باشند مانند :

- ۱. مصرف کنندگان تزریقی مواد و همسران آنها
- ۲. افرادی که روابط جنسی غیر محافظت شده دارند و شرکا جنسی آنها
- ۳. همسر افراد مبتلا به اچ آی وی



۴. افراد مبتلا به بیماریهای مقاربتی

یا افرادی که تشخیص و درمان فوری بیماری خیلی اهمیت دارد مانند :

۱. بیماران مبتلا به سل

۲. مادران



این خدمت کجا ارائه می شود؟

خدمت تشخیصی اچ آی وی در همان مکان هایی ارائه می شود که افراد گروه هدف خدمات دیگری مانند خدمات بهداشتی - درمانی، خدمات کاهش آسیب، خدمات مراقبت مادران باردار؛ درمان سل و... را دریافت می کنند. به عبارت دیگر این خدمت به سایر خدمات ارائه شده اضافه (ادغام) شده است.

برای آنکه در امر تشویق افراد برای انجام تست تشخیصی اچ آی وی موفق باشیم باید :

۱. ماهیت بیماری اچ آی وی را به عنوان یک بیماری عفونی بهتر بشناسیم
۲. عواملی که باعث می شود، افراد تمایلی برای اقدامات تشخیصی نداشته باشند را بشناسیم.
۳. از اقداماتی که برای مراقبت و درمان افراد مبتلا انجام می شود آگاهی داشته باشیم

در این بخش به هر سه موضوع اشاره شده پرداخته خواهد شد

۱. ماهیت بیماری اچ آی وی از منظر یک بیماری عفونی:

ایدز یک بیماری عفونی است که سال ها توجه همگان را به خود جلب کرده است.

بیماری از ابتدا به خوبی شناخته نشده بود. ناشناخته های بشر از یک طرف و سرعت انتشار بیماری از طرف دیگر موجب شد که سیستم های آموزشی و بهداشتی در دنیا شتابزده شروع

به آموزش های وسیع در اینباره نمودند ، دانش ناکافی بشری از یک طرف و و ماهیت متفاوت بیماری نسبت به سایر بیماریهای عفونی از طرف دیگر منجر شد باورهای غلط در خصوص بیماری شکل گرفته و به سرعت انتشار یابد و همین امر موجب شد ، مشکلات جدی در امر کنترل بیماری پیش آید .متاسفانه اکنون علی رغم وجود دانش کافی در خصوص بیماری ؛ همچنان باورهای غلط در خصوص بیماری چنان در اذهان ریشه دوانده اند و از موانع بزرگ در جهت کنترل اپیدمی و تشخیص و مراقبت و درمان بیماران به حساب می آیند .لازم است قبل از شروع یک بار بیماری ایدز را صرفا از منظر یک بیماری عفونی مرور کنیم .

برای شناخت یک بیماری عفونی بهتر است شما در ابتدا با سیستم ایمنی بدن انسان آشنا شوید :

آشنایی با سیستم ایمنی بدن :

در بدن ما ، سیستم ایمنی وجود دارد که وظیفه اش محافظت از بدن در برابر هر عامل بیگانه ایی است که وارد بدن انسان شود .

یکی از اصلی ترین اجزا سیستم ایمنی بدن سلول های سفیدی هستند که در خون و ترشحات وجود دارند این ها مانند سربازان یک ارتش هستند که وظیفه اصلی محافظت بدن در برابر عوامل بیگانه بر عهده دارند به آنها گلبول سفید می گویند و به روش های زیر با عوامل بیگانه مقابله می کنند :



مانع وارد شدن عوامل بیگانه به بدن می شود.



عوامل بیگانه را از بین می برد .



عوامل بیگانه را زندانی می کنند .



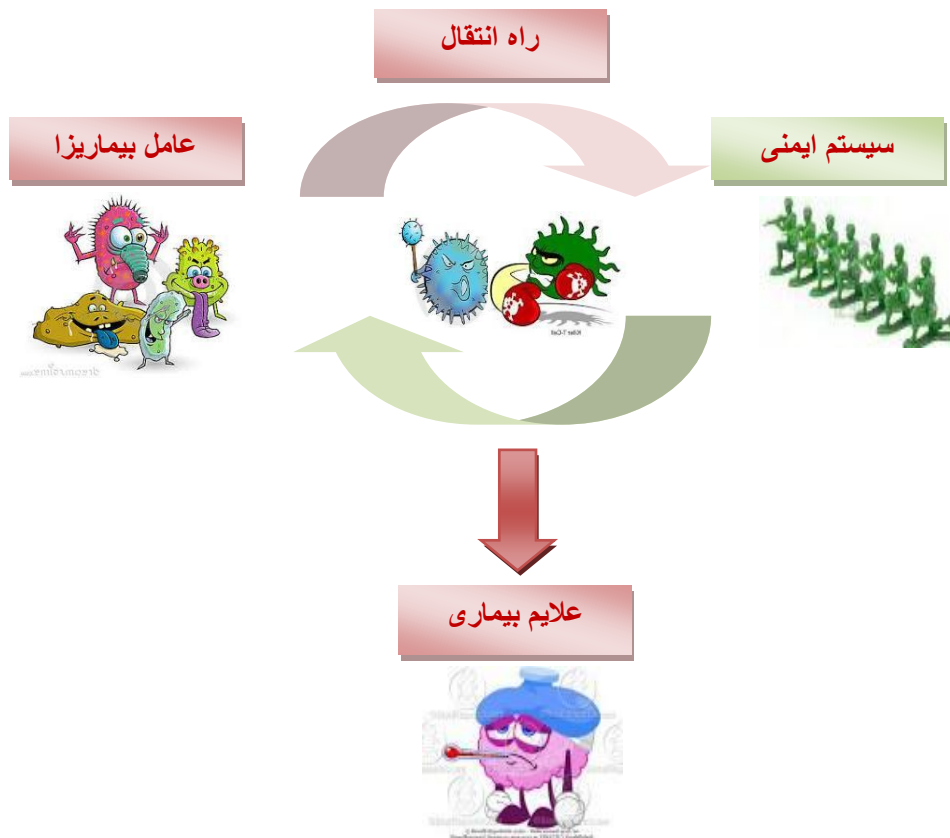
وقتی عامل بیگانه وارد بدن می شود ، سیستم ایمنی قسمتی از ساختمان عامل بیگانه را شناسائی می کند که به آن "آنتی ژن" می گویند .و سیستم ایمنی بدن ماده ای بر علیه آن ترشح می کند که به آن " آنتی بادی " می گویند



آشنایی با بیماریهای عفونی :

بیماریهای عفونی ، بیماریهایی هستند که به علت ورود یک عامل بیماریزا به بدن ایجاد می شود. عامل بیماریزا وارد بدن می شود و موجب آزردهی یک قسمت بدن می شود .سیستم ایمنی بدن هم عامل بیماریزا بر علیه این دشمن شروع به فعالیت می کند. این جنگی که بین عامل بیماریزا و سربازهای دفاعی بدن اتفاق می افتد علایمی را ایجاد می کند که به کمک آن علایم می توانیم بیماری را تشخیص دهیم . پس اگر بخواهیم هر بیماری عفونی را بشناسیم به این اطلاعات نیاز داریم :

۱. عامل بیماریزا
۲. نحوه ورود به بدن انسان
۳. علایم بیماری : که خود حاصل دو مورد زیر است :
 ۱. صدماتی که میکروب به بدن وارد می کند (بیماریزایی)
 ۲. واکنش بدن نسبت به عامل بیماریزا
۴. راه تشخیص
۵. چگونگی درمان



اکنون ۵ مرحله فوق در مورد ایدز مرور می کنیم و آنرا با بیماریهای عفونی دیگر مقایسه می کنیم :

۱. عامل بیماریزا :

عوامل متعددی می توانند موجب ایجاد بیماریهای عفونی بشوند. برای آنکه بتوانیم یک بیماری عفونی را به خوبی بشناسیم باید اول خصوصیات کامل عامل بیماریزای آن بشناسیم. چون اغلب عوامل بیماریزا آنقدر کوچک هستند که فقط با میکروسکوب دیده می شوند به آنها میکروب می گویند. میکروب ها انواع مختلفی دارند که به آنها باکتری - ویروس - قارچ و تقسیم می شوند. در این بین ویروسها موجوداتی هستند که ساختمان کاملی ندارند بنابراین این برای اینکه بتوانند زنده بمانند و تکثیر پیدا کنند باید درون یک سلول زنده قرار گیرند. هر ویروسی هم به یک سلول خاص علاقه و تنها در آن سلول قادر به ادامه حیات است. بعنوان

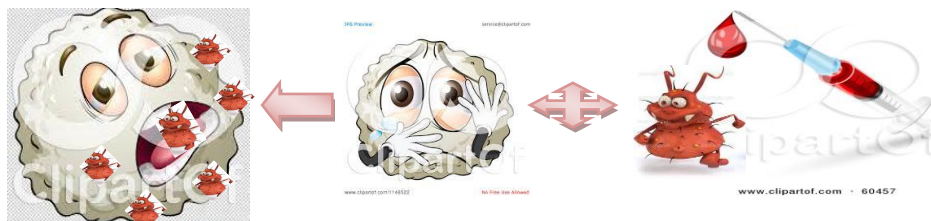
مثال ویروس انفلوانزا به دستگاه تنفس فوقانی و ویروسهای مولد بیماریهای اسهالی به سلولهای دستگاه گوارش بخصوص روده ها علاقمند هستند.

میزان مقاومت میکروب از دیگر خصوصاتی که بهتر است بدانیم ، بعضی از میکروب ها مثل میکروب سل می توانند مدتها حتی خارج از بدن زنده بماند و برای از بین بردن آنها باید از مواد ضد عفونی قوی و یا اشعه های مادون قرمز استفاده کرد و لی بعضی از میکروب ها خیلی ضعیف هستند و به راحتی خارج از بدن از بین می روند .

عامل ایجاد بیماری ایدز :

یک نوع ویروس است بنام HIV (ویروس نقص ایمنی انسان) که به گلبولهای سفید خون علاقه داشته و تنها درون آنها قادر به ادامه حیات می باشد. از آنجا گلبول های سفید در خارج از بدن مدت کوتاهی زنده می مانند پس ویروس اچ آی وی هم در خارج از بدن در مدت کوتاهی از بین میرود. حرارت، الکل و مواد ضد عفونی کننده (مانند وایتکس) براحتی می توانند باعث از بین رفتن ویروس شوند

پس نتیجه می گیریم عامل ایجاد کننده ایدز ، ویروسی ضعیف است که فقط درون گلبول سفید زنده می ماند در خارج از بدن قادر به ادامه حیات نیست



۲. عوامل بیماریزا چگونه وارد بدن می شوند؟

شناخت راه ورود عوامل بیماریزا به بدن از اهمیت بسزایی برخوردار است ، چرا که با شناخت آن و جلوگیری از ورود میکروب به بدن می توان زنجیره انتقال بیماری را قطع نمود و از ابتلا افراد به بیماری جلوگیری کرد.

میکروبها از طرق مختلف می توانند به بدن انسان وارد شوند و اصولا هر عامل بیماریزایی بسته به اینکه به کدام قسمت بدن تمایل دارد از راهی وارد می شود که امکان دسترسی به آن قسمت برایش فراهم باشد. مثلا میکروب انفلوانزا از راه تنفسی وارد بدن شده و میکروبهای مولد بیماریهای اسهالی از طریق گوارشی و با خوردن و آشامیدن وارد بدن می شوند .

ویروس HIV چگونه وارد بدن می شوند؟

همانطور که اشاره شد سلول هدف برای ویروس HIV ، گلبولهای سفید خون هستند پس مسلما ویروس از راهی به بدن وارد می شود که بتواند به گلبولهای سفید دسترسی داشته باشد، لذا برای ورود ویروس به بدن بایستی مقداری از خون یا ترشحات حاوی گلبولهای آلوده به ویروس با خون و یا مخاط بدن فرد سالم تماس پیدا کند . چون ویروس فقط داخل گلبول سفید زنده می ماند ، پس تنها از راهی منتقل می شود که گلبول سفید منتقل شود . گلبول سفید هم فقط در خون و ترشحات بدن وجود دارد پس ویروس هم فقط از راهی می تواند وارد شود که خون و ترشحات محتوای ویرس به خون یا مخاط بدن فرد دیگری وارد شود . به این ترتیب ویروس اچ آی وی از ۳ راه اصلی زیر می تواند وارد بدن انسان شود :

۱- تزریق خون و فرآورده های خونی و یا هر جسم تیز و برنده که

آلوده به خون تازه باشد

۲ - تماس جنسی با فرد آلوده

۳ - از راه مادر آلوده به کودک

پس نتیجه می گیریم ، ویروس نسبت به سایر عفونت ها به راحتی انتقال نمی یابد و در روابط معمول بین انسانها منتقل نمی شود.



راههایی که ویروس ایدز از طریق آن ها منتقل نمیشود :

با توجه به توضیحات فوق از آنجا که ویروس مولد بیماری تنها در صورت دسترسی به گلبولهای سفید قادر به ادامه حیات است لذا تنها از طرقی منتقل می شود که به نوعی خون و یا ترشحات آلوده فرد آلوده به خون و یا ترشحات حاوی گلبول سفید در بدن فرد سالم دسترسی یابد، لذا همانطور که میکروب بیماریهای اسهالی از طریق تنفس منتقل نمی شود ویروس عامل مولد بیماری ایدز نیز از طریق تماس های عادی ذیل منتقل نمی شود زیرا در این شرایط گلبول های سفید قایل انتقال نیستند لذا راه های زیر نمی توانند باعث انتقال بیماری شود :

- کار کردن با یکدیگر و زندگی دسته جمعی
- هم صحبت شدن و معاشرت های اجتماعی
- یا تماس روزمره با افراد آلوده مانند هم سفر بودن ، همکلاس بودن ، نشستن در کنار یکدیگر
- از روابط عادی اجتماعی مثل سوار شدن در اتوبوس و تاکسی و استفاده از تلفن های عمومی
- غذا خوردن ، آشامیدن و یا استفاده از قاشق و چنگال ، لیوان و وسایل و ظروف غذاخوری
- اشک و بزاق
- از راه هوا (عطسه و سرفه)
- استفاده از سرویس های بهداشتی مشترک مثل حمام ، توالت و استخرهای مشترک

• توسط حیوانات ، حشرات و یا نیش آنها
لذا با توجه به ماهیت ویروس و راههای انتقال بیماری می بینیم که افراد آلوده به

پس نتیجه می گیریم : نیازی به جدا سازی افراد مبتلا به اچ آی وی وجود ندارد

ویروس در حالت عادی و در روابط معمول اجتماعی خطری برای سایرین ندارند

چه گروههایی در معرض خطر بیشتر (**High Risk**) ابتلا به ایدز هستند ؟

بیماری ایدز کلیه جوامع و ابناء بشر را تهدید میکند و هر انسانی میتواند در معرض خطر آلودگی و یا بیماری ایدز قرار گیردولی با توجه به راههای انتقال ، عده ای از افراد از احتمال آلودگی و یا بیماری بیشتری برخوردارند که عبارتند از :

👉 معتادین و کسانی که مواد مخدر تزریقی را با سرنگ و سر سوزن های مشترک

مورد استفاده قرار می دهند و شرکا جنسی آنها

👉 افرادی که روابط جنسی نامطمئن دارند

👉 افراد مبتلا به بیماریهای آمیزشی و مقاربتی

👉 دریافت کنندگان مکرر خون ، فرآورده های خونی و فاکتورهای انعقادی آلوده

👉 همسران افراد آلوده به HIV و یا بیماران مبتلا به ایدز و نوزادان مادران

آلوده به HIV

۴. علائم بیماری

علائم هر بیماری حاصل کنش و واکنش بین عامل بیماریزا و بدن با یکدیگر است .

الف – تاثیر میکروب بر بدن : وقتی میکروبی وارد هر قسمت از بدن شود ، می تواند باعث

ایجاد آزردهی و مشکلی در آن قسمت از بدن شود . مثلا میکروب سرماخوردگی باعث

آزردهیهای مخاط دستگاه تنفسی می شود پس سرماخوردگی خود را به شکل سوزش گلو و

بینی و دستگاه تنفسی فوقانی خود را نشان می دهد . یا میکروب وبا باعث می شود پمپ هایی

که در روده وظیفه جذب آب از روده ها به خون دارند را از کار بیفتد و حتی برعکس عمل کند ، یعنی آب را از بدن می گیرد و درون روده می ریزد به این ترتیب محتویات روده آبکی شده و به این ترتیب علامت بیماری وبا اسهال آبکی می شود .

ب- واکنش بدن به میکروب: در بدن انسان سیستم ایمنی وجود دارد که مسئولیت دفاع از بدن را برعهده دارد و مثل ارتش بدن است . سربازهای این سیستم گلبول های سفید هستند وقتی هر میکروبی وارد بدن می شود سیستم ایمنی آنرا به عنوان دشمن می شناسد و برای از بین بردنش به آن قسمت بدن حمله می کند مثل ارتش که به جنگ دشمن می رود . این جنگ باعث می شود موادی ترشح شود و قسمت هایی از بدن که در آن بین سیستم ایمنی و میکروب جنگ رخ داده خراب شود. همین تخریب و همان مواد ترشحاتی باعث ایجاد علائمی می شود که به کمک آنها می توان بیماری را تشخیص داد ، به عنوان مثال در سرماخوردگی سیستم ایمنی ماده ای به نام هیستامین ترشح می کند که خودش باعث آب ریزش بینی و... می شود .

پس از ورود ویروس HIV به بدن چه اتفاقی می افتد ؟

از ویژگیهای جالب این ویروس این است که بر خلاف اغلب عوامل بیماریزا خودش هیچ آسیبی به بدن نمی زند . و همانطور که اشاره شد این ویروس به گلبولهای سفید بدن تمایل دارد و به آنها وارد شده و شروع به تکثیر می کند. به عبارت دیگر این ویروس وارد سلولی می شود که خود وظیفه از بین بردن آنرا بعنوان یک موجود بیگانه برعهده داشته است ، درست مانند دشمنی که در ارتش یک کشور رسوخ کرده و مانع اقدام سربازهای آن کشور در مقابل بیگانگان گردد. و بدن نیز در برابر آن هیچ اقدامی انجام نمیدهد به این ترتیب نه ویروس کاری انجام می دهد و نه بدن عکس العملی نشان می دهد پس بیماری هیچ علامتی ندارد . به این ترتیب نه خود ویروس موجب ایجاد علامت می شود و نه عکس العمل بدن علامتی ایجاد خواهد کرد. بعد از مدتی ماده ای در خون ترشح می شود که آنهم هیچ علامتی ایجاد نمی کند و فقط نفع آن این است که در تشخیص آزمایشگاهی به ما کمک می کند. این ویروس در گلبول سفید جایگزین می شود ، و با استفاده از امکانات گلبول سفید رشد و تکثیر می کند

به این ترتیب گلبول سفید آرام آرام توان و کارآئی خود را از دست داده و تمام توانش صرف رشد ویروس می شود. و نمی تواند وظایف خود که همان مقاومت بدن و مقابله با میکروب های وارد شده به بدن است را به درستی انجام دهد و اگر عامل بیماریزای دیگری به بدن وارد گردد، گلبولهای سفید نمی توانند به وظیفه محافظتی خود عمل کرده و بدن قادر به هیچ عکس العملی نیست و آن میکروب می تواند انسان را از پا در آورد. (و در این مرحله بیماریهای عفونی و سرطانهای غیر عادی در بدن فرد فرصت رشد و بیماریزایی پیدا می کنند. در اصل وقتی کارآئی گلبولهای سفید کاهش پیدا می کند تمام میکروبهایی که در حالت عادی بیماریهای ساده ای ایجاد می کردند و خیلی زود برطرف می شدند می توانند عفونتهای شدیدی ایجاد کند.

فاصله زمانی از زمان ورود ویروس به بدن تا زمانی که گلبول های سفید کار آیی خود را از دست دهند بین ۵ تا ۳۰ سال گزارش شده است، این مدت به دو عامل مهم بستگی دارد:

۱. **قدرت سیستم ایمنی:** هر چه توان و قدرت سیستم ایمنی بیشتر باشد این مدت طولانی تر می شود. و هر عاملی مانند عفونت های دیگر، سوءتغذیه و استرس که سیستم ایمنی را ضعیف کند می تواند این دوره را طولانی کند
۲. **تعداد ویروس وارد شده:** هر چه تعداد ویروس بیشتر باشد و هر چه تعداد ویروس وارد شده بیشتر باشد و مستمر وارد شود مسلماً زودتر می تواند قوای سیستم ایمنی را کاهش دهد پس به این ترتیب در می یابیم که در ۵ تا ۲۰ سال اول بیماری بدون هیچ علامتی است و بعد از آنهم خود بیماری علامتی ندارد بلکه علامت مربوط به بیماریهای دیگری است که به دلیل نقص سیستم ایمنی ایجاد شده اند.

پس نتیجه می گیریم: برخلاف سایر بیماریها، عفونت اچ آی وی هیچ علامتی ندارد و فرد مبتلا تا سالیان متمادی می تواند بدون هیچ علامت و مشکلی به زندگی معمول خود ادامه دهد

تفاوت عفونت اچ آی وی و بیماری ایدز :

زمان ورود میکروب به بدن تا نقص سیستم ایمنی و بروز علائم سایر بیماریهای عفونی به دو مرحله اصلی زیر تقسیم می شود :

الف - دوره عفونت اچ آی وی:

از زمانی که ویروس وارد بدن می شود تا زمانی که علامت های سایر بیماریها مشخص می شود ، اصطلاحا میگویند فرد مبتلا به اچ آی وی و بی علامت است . این دوره که می تواند حتی تا بیش از ۳۰ سال هم باشد فرد هیچ علامت بالینی ندارد و حتی ممکن است خودش نیز نداند که آلوده است اما ویروس از طریق خون و ترشحاتش منتقل می گردد و می تواند سایرین را آلوده نماید از طرف دیگر این فرد انسانی است که هیچ مشکل جسمی نداشته و با توجه به راههای انتقال ویروس بدون آنکه در روابط اجتماعی معمول خطری برای سایرین داشته باشد حق دارد و می تواند یک زندگی نرمال و عادی برای مدت طولانی داشته باشد .

ب - دوره بیماری - ابتلا به ایدز :

کاهش تدریجی نیروی دفاعی و ایمنی سلولی در فرد آلوده باعث میشود تا شخص آلوده در مقابل هر میکروبی که وارد بدنش می گردد نتواند مقاومت نماید و علائم انواع و اقسام بیماریهای عفونی و نادر و سرطانهای مختلف را نشان می دهد ، بیماریهایی که در افراد سالم سریعاً و بدون هیچ درمانی بهبود می یابند در این افراد ممکن است ماهها طول کشیده و حتی منجر به مرگ آنان شود . پس تنها زمانی می گوییم فرد مبتلا به ایدز است که دچار نقص سیستم ایمنی شده است

۵- روشهای تشخیص بیماریهای عفونی :

در هر بیماری عفونی بسته به نوع عامل بیماریزا و تاثیراتی که در بدن ایجاد می نماید و نوع پاسخ بدن به آن علائمی بروز می کند که از مجموع آن علائم می توان به نوع میکروب شک کردو برای تایید تشخیص میتوان از روشهای آزمایشگاهی استفاده نمود .

در روشهای آزمایشگاهی به دو روش عمل می شود :

روش مستقیم : یا بصورت مستقیم عامل بیماریزا را از بدن جدا می کنند (کشت و یا دیدن زیر میکروسکوپ ..)

روش غیر مستقیم : وقتی نمی شود خود میکروب را جدا کرد و از روی مواد ترشح شده توسط میکروب و یا مواد ترشح شده توسط بدن در پاسخ به میکروب (آنتی بادی هاو) به وجود عامل بیماریزا پی می برند.

تشخیص ابتلا اچ آی وی :

همانگونه که اشاره شد در دوران ابتلا به اچ آی وی فرد هیچ علامتی ندارد که بر اساس آن بتوان به اچ آی وی مشکوک شد . همین موضوع تشخیص اچ آی وی را با مشکل مواجه ساخته و عده زیادی هستند که مبتلا هستند اما خود نیز از وضعیت ابتلا خود مطلع نیستند. همانطور که قبلا نیز اشاره شد، مدتی بعد از ورود ویروس به بدن ، گلبول های سفید به نشانه حضور ویروس ماده ای را در خون ترشح می کند (آنتی بادی) که آن ماده هم هیچ علامتی ندارد ولی با آزمایش قابل تشخیص است . از زمان ورود ویروس به تا زمانی که گلبول های سفید این ماده را ترشح می کنند ، مدتی بین دو هفته و گاه حتی سه ماه طول می کشد که در این زمان علی رغم اینکه ویروس درون بدن فرد هست حتی اگر فرد آزمایش هم بدهد جواب منفی خواهد بود . به این دوران دوران پنجره می گویند . اما بعد از این دوران که آنتی بادی ترشح شود تا آخر عمر فرد در خونس باقی خواهد ماند . لذا تشخیص اچ آی وی فقط بر این مبنا خواهد بود که فرد خون بدهد

بر اساس این توضیحات از زمان ورود ویروس اچ آی وی به بدن انسان سه مرحله زیر وجود دارد :

۱. دوره پنجره : ویروس در بدن هست . هیچ علامتی وجود ندارد .آزمایش خون هم منفی است

۲. دوره اچ آی وی : ویروس در بدن هست . هیچ علامتی وجود ندارد . آزمایش خون هم مثبت است

۳. دوره ایدز : ویروس در بدن هست . علامت عفونت های دیگر وجود دارد . آزمایش خون هم مثبت است

توجه به این نکته بسیار حائز اهمیت است که با وجود دوران پنجره (مدت زمانی که ویروس وارد بدن شده اما سطح آنتی بادی به حد قابل تشخیص در خون نرسیده است) و اینکه علی رغم آلودگی هنوز تستهای آزمایشگاهی مثبت نشده است ، هیچگاه وجود یک آزمایش منفی دلیل قطعی برای عدم ابتلا فرد نیست و به تواترهای زمانی مشخص بایستی مجددا مورد

پس نتیجه می گیریم : تنها راه تشخیص اچ آی وی آزمایش خون است که آنهم ممکن است در چند ماه اول ورود ویروس به بدن ممکن است به شکل کاذب منفی باشد .

مشاوره و آزمایش قرار گیرد . ضمنا با توجه به دوران پنجره انجام آزمایش بلافاصله پس از وقوع یک رفتار پرخطر امری غیر ضروری است.

۶-درمان بیماریهای عفونی :

در اغلب موارد مداخلات پزشکی در درمان بیماریهای عفونی به تجویز داروهایی منجر می گردد که موجب تضعیف و یا مرگ عوامل بیماریزا می گردند و بسته به اینکه عامل بیماریزا در چه سلول و یا ارگانی از بدن مستقر شده اشکال و انواع داروهایی مورد استفاده قرار می گیرند که توان دستیابی به آن عامل را داشته باشند ، و گاه بواسطه عکس العمل های شدید بدن پزشک ناچار به تجویز داروهایی میشود که موجب تخفیف این عوارض گردد (آنتی هیستامین در سرماخوردگی و ...)

درمان بیماری ایدز: تاکنون داروی موثری که بتواند ویروس را کامل از بین ببرد وجود ندارد . اما داروهای مناسبی وجود دارند که می توانند تعداد ویروس را در خون به شدت کم کرده و مانع پدید آمدن علائم مرحله ایدز شوند . مراقبت مستمر افراد مبتلا به اچ آی وی و درمان به

پس نتیجه می گیریم : با مراقبت و دریافت دارو ، بیماران می توانند سالیان متمادی زندگی سالم و بدون مشکل را تجربه کنند

موقع عفونت ها و بیماریهای دیگر می تواند در به تعویق انداختن مرحله بیماری بسیار موثر باشد .

جمع بندی:

۱. عامل بیماریزای اچ آی وی ویروسی شناخته شده است .
۲. این ویروس ، میکروب مقاومی نیست و در خارج از بدن به راحتی با مواد ضد عفونی کننده معمولی از بین می رود
۳. چون فقط درون گلبول های سفید زندگی می کند پس فقط از طریق خون و ترشحات منتقل می شود پس در روابط معمولی و اجتماعی به راحتی منتقل نمی شود. و فرد مبتلا هیچ خطری در زندگی معمولی برای دیگران ندارد .
۴. حتی اگر فردی مبتلا بشود به شرطی که تعداد ویروسها ی بیشتری وارد نشود و فرد تحت مراقبت قرار گیرد می تواند سالهای متمادی حتی کاملا بدون علامت بوده و هیچ مشکلی برای خودش و دیگران نداشته باشد . در صورتیکه تعداد ویروس در خون کم باشد و سیستم ایمنی قوی باقی بماند افراد می توانند تا ۸۰ سالگی نیز مانند افراد غیر مبتلا زندگی کنند .
۵. با دریافت دارو و مراقبت های به موقع می توان سطح ویروس در خون را به شدت پایین آورد و ورود به فاز بیماری را به تعویق بیندازد

عواملی که می تواند منجر به عدم تمایل افراد برای انجام تست تشخیصی شود :

با توجه به مطالب پیشگفت به نظر می رسد بیماری اچ آی وی یک بیماری عفونی است که در صورتی که تشخیص داده شده و تحت مراقبت قرار گیرد به راحتی قابل کنترل است. اما در عمل می بینیم افراد تمایلی برای تشخیص بیماری نداشته و افرادی هم که تشخیص داده شده اند تمایلی برای دریافت مراقبت و درمان ندارند .

مسئله وقتی می خواهیم به افراد توصیه کنیم که برای تست تشخیصی اچ آی وی اقدام کنند ، لازم است بدانیم چه چیزهایی ممکن است مانع شود افراد ، توصیه شما را نپذیرند

ارزیابی بیماری از بعد فردی و اجتماعی :

از بعد اجتماعی :

بیماریهای عفونی از این نظر مهم هستند که می توانند افراد دیگر را هم مبتلا کنند و تبدیل به یک اپیدمی شوند . چند عامل وجود دارد که قدرت ایجاد همه گیری در هر بیماری عفونی را می تواند مشخص کند :

اول عامل بیماری زا : اگر عامل بیماریزا در یک بیماری عفونی قوی و مقاوم باشد و مدتها در محیط خارج از بدن زنده بماند اغلب این فرصت را پیدا می کند که به دیگران منتقل شود .

درخصوص HIV : عامل بیماریزا یک ویروسی است که در مدت خیلی کوتاهی خارج از بدن می میرد . یک ویروسی که ضعیف بوده و جز در بدن انسان قدرت زندگی و تکثیر ندارد **پس بیماری اچ آی وی از این نظر بیماری خطرناکی نیست**

دوم راه انتقال : عوامل بیماریزا از راه های مختلف می توانند وارد بدن انسان شوند . کنترل بعضی از این راهها سخت تر است و بیماری راحت به دیگران منتقل می شود . مثلا اگر بیماری از راه تنفس منتقل شود چون همه مردم نفس می کشند می تواند سریع همه گیری ایجاد کند . اگر بیماری از راه خودرن و آشامیدن منتقل شود از یک بیماری تنفسی راحت تر می شود کنترلش کرد . بیماریهایی که از طریق تماس پوستی منتقل می شوند را از دو راه قبلی راحت تر کنترل می شوند . اگر یک بیماری از راه خون و ترشحات جنسی منتقل شود . به نظر می رسد باید خیلی راحت در جامعه کنترل شود چون ما در حالت معمول در یک محیط اجتماعی : همه نفس می کشیم . با درجات کمتر احتمال خوردن و آشامیدن مواد مشترک برایمان وجود دارد - و با درجات خیلی کمتر ممکن است با همدیگر تماس پوستی داشته باشیم - اما در حالت معمول و روابط اجتماعی معمول قرار نیست خون و ترشحات افراد با یکدیگر تماس داشته باشد .

درخصوص HIV : عامل بیماریزا فقط از طریق خون و ترشحات جنسی منتقل می شود پس منطقا بیماری اچ آی وی باید به راحتی قابل کنترل باشد چون ما در زندگی روزمره خونمان را با خون فرد دیگر در تماس قرار نمی دهیم . **پس از این نظر نیز بیماری اچ آی وی نمی تواند بیماری خطرناکی باشد .**

از بعد فردی :

شدت بیماری ایجاد شده : بعضی از عوامل بیماریزا به محض ورود به بدن شروع به تخریب سلولهایی از بدن کرده و یا سیستم دفاعی بدن برای نابودی دشمن وارد شده موادی ترشح می کند که خود باعث آزار بدن می شود . که این عمل و عکس العمل موجب می شود علائم بیماری ظاهر شود . هر چه این تخریب ها بیشتر باشد علائم بیماری شدیدتر بوده و فرد آزار بیشتری می بیند و در مان آن سخت تر می شود گاه این علائم آنقدر شدید است که اصلا امکان درمان را با مشکل مواجه می سازد

درخصوص HIV : عامل بیماریزا وارد گلبول های سفید (پادگان بدن) شده و جالب است که باعث تخریب هیچ جای بدن نمی شود و بدن هم در برابر آن ماده ایی ترشح نمی کند که باعث تخریب جدی شود. تنها کاری که اچ آی وی می کند مانند مهمان ناخوانده ایست که در طول زمان به تدریج توان گلبول های سفید را کم و کم تر می کند و چون سیستم ایمنی ضعیف شده در برابر بقیه عوامل بیماریزا نمی تواند مقاومت کند و آنچه ما به عنوان بیماری ایدز می شناسیم فقط علامت های از سایر بیماریها ی است **پس منطقا بیماری اچ آی وی خودش به تنهایی بیماری با شدت زیاد نیست**

سرعت بیماری ایجاد شده : بعضی از زمان ورود عامل بیماریزا به بدن تا زمانی که علائم بیماری ظاهر شود مدتی طول می کشد که اصطلاحا دوره نهفتگی بیماری می باشد . این دوران برای بعضی از بیماریهای عفونی خیلی کوتاه است . یعنی عامل بیماریزا به محض ورود به بدن بیماری را ایجاد و برای بعضی خیلی طولانی هر چه این مدت طولانی تر باشد فرد دیرتر از علائم بیماری رنج خواهد برد

درخصوص HIV: مدت نهفتگی بیماری خیلی طولانی است و این مدت بین ۵ سال تا ۳۰ سال گزارش شده بود اخیرا گزارش شده در صورت مراقبت و درمان صحیح فرد می تواند بدون اینکه هیچ درد و یا مشکل خاصی داشته باشد طول عمر طبیعی زنده باقی بماند. **پس از این نظر نیز بیماری اچ آی وی نمی تواند بیماری خطرناکی باشد.**

داروها و امکان درمان: درمان بیماریهای عفونی یا منجر به نابود کردن عامل بیماریزا در بدن فرد می شود و یا منجر شود قدرت عامل بیماریزا در بدن کم شود و نتواند به اقدامات تخریبی خود ادامه دهد.

درخصوص HIV: گرچه هنوز دارویی پیدا نشده است که عامل بیماریزا را از بین ببرد. اما داروهای زیادی وجود دارد که به روش دوم هم تعداد ویروس در خون را کم کرده از طرف دیگر چون اچ آی وی به وسیله ضعف سیستم ایمنی باعث ایجاد بیماریهای دیگر می شود داروهایی هم هستند که با تقویت سیستم ایمنی می توانند بروز علائم را به شکل چشمگیری به تاخیر بیندازند پس فرد مبتلا به ویروس اچ آی وی با استفاده از این داروها می تواند به یک زندگی عادی و بدون علامت باز گردد. **پس از این نظر نیز بیماری اچ آی وی نمی تواند بیماری خطرناکی باشد.**

داروها و امکان پیشگیری از ابتلا: بعضی از مواد دارویی به نام واکسن هستند که بدن را مسلح به سلاحی می کنند که وقتی عامل بیماریزا وارد بدن شود قبل از ایجاد بیماری آن را بکشند و نابود کنند. بعضی داروها هم هستند که با استفاده به موقع از آنها می شود کاری کرد تا قبل از آنکه عامل بیماریزا به سلول های مورد علاقه اش برسد و در بدن جایگزین شود؛ آن را از بین ببرد. در حالت دوم خیلی مهم است این داروها فوراً بعد از ورود عامل به بدن فرد استفاده شوند

درخصوص HIV: گرچه هنوز واکسنی پیدا نشده است که بدن را در مقابل عامل بیماریزا ایمن کند. اما داروهای زیادی وجود دارد که به روش دوم می توانند عمل کنند. مثلاً اگر مادر بارداری خودش اچ آی وی دارد با خوردن داروها توسط مادر در زمان بارداری هم تعداد

ویروس در خون او کم می شود. و هم اگر نوزاد به محض تولد از آن داروها مصرف کند اگر ویروس هم وارد بدن نوزاد شده باشد داروها مجال جایگزینی به ویروس را در گلوبول های سفیدنوزاد نمی دهند. به این ترتیب نوزاد به احتمال خیلی زیاد مبتلا به اچ آی وی نخواهد شد پس فرد مبتلا به ویروس اچ آی وی می تواند بچه دار شود در حالی که خطر ابتلا کودکش بسیار پائین است **پس از این نظر نیز بیماری اچ آی وی قابل کنترل است.**

سایر روش های امکان پیشگیری از ابتلا : یکی دیگر از روش هایی که در پیشگیری از ابتلا به بیماریهای عفونی مورد استفاده قرار می گیرد استفاده از بعضی ابزارهایی است که مانع ورود میکروب به بدن می شود. مثلا برای پیشگیری از ابتلا به بیماری تنفسی می توان از ماسک تنفسی استفاده کرد. برای پیشگیری از ابتلا به یک بیماری تماس پوستی می توان از دستکش استفاده کرد. و برای پیشگیری از یک بیماری جنسی می توان از کاندوم استفاده کرد

درخصوص HIV : چون یکی از راههای ورود میکروب به بدن ترشحات جنسی است، کافی است در تماس های جنسی افراد از کاندوم استفاده کنند پس فرد مبتلا به ویروس اچ آی وی می تواند ازدواج کند و اگر کاندوم استفاده شود شریک جنسی وی از خطر ابتلا مصون خواهد بود **پس از این نظر نیز بیماری اچ آی وی قابل کنترل است.**

به نظر می رسد:

اچ آی وی یک بیماری عفونی است که در حالت معمول نسبت به سایر بیماریهای عفونی از قدرت همه گیری خیلی پائین تری برخوردار است و قاعدتا از بعد اجتماعی بیماری خطرناکی نباید باشد و جز بیماریهای عفونی است که تا مدت های طولانی و حتی تا آخر عمر فرد بدون علامت بوده و ضمن آنکه در روابط معمول اجتماعی خطری برای سایرین ندارد خودش هم می تواند زندگی معمولی داشته باشد. و بعد از آن هم اگر تحت درمان قرار گیرد باز علائم بیماری برطرف می شود و فرد مجددا می تواند زندگی معمولی داشته باشد. تا جایی که اگر از وسائل پیشگیری استفاده کند می تواند ازدواج کند و اگر تحت مراقبت قرار گیرد می تواند بچه دار نیز شود

در بعد اجتماعی: اگر همه گیری بیماری به همین راحتی قابل کنترل است ، پس چرا اینقدر سرعت انتشارش در سراسر دنیا بالا بوده است ؟ چرا بعضی از کشورها از این بیماری خالی از سکنه شده اند؟

در بعد فردی: با این توضیحات بیماری اچ آی وی یک بیماری است که فرد بدون هیچ مشکلی می تواند سالهای زیادی با آن زندگی معمولی داشته باشد و وقتی هم علامت هایش شروع شود باز هم با گرفتن دارو می تواند راحت زندگی کند انگار مثلا یک بیماری مزمن مثل دیابت گرفته پس چرا اینهمه وحشت از بیماری وجود دارد؟

گرچه در نگاه اول خطر همه گیری باید فقط باید در بین افرادی باشد که مدام در معرض تزریق خون آلوده به ویروس هستند اما این اتفاق در بین معتادین تزریقی در صورتی که تزریق مشترک داشته باشند نیز می افتد. گروه دیگری که در معرض همه گیری هستند افرادی هستند که مدام با تعداد زیادی فرد دیگر وبدون استفاده از کاندوم رابطه جنسی دارند .

اما واقعیت این است همه افراد مبتلا لزوما جز این دو گروه نیستند . مسلما وقتی ما می گوئیم کشوری خالی از سکنه شده معنی اش این نیست که در آن کشور همه مردم اعتیاد تزریقی داشته اند و یا روابط جنسی غیر ایمن داشته اند . مثلا همسر یک معتاد تزریقی که خودش نه اعتیاد تزریقی دارد و نه روابط جنسی متعدد با دیگران فردی است که می تواند به ویروس مبتلا شود . از طرف دیگر بیماری علامتی ندارد و خود این فرد ممکن است هرگز متوجه ابتلا خودش نشود و حالا اگر این فرد زن باشد و بچه دار شود چون خودش دارو مصرف نکرده و بچه دارو مصرف نکرده ، بچه وی مبتلا می شود . یا اگر این فرد از همسر خود جدا شود و ازدواج دومی انجام دهد که همسر دوم هم که نه اعتیاد دارد و نه روابط جنسی متعدد با دیگران و جز گروه های خاص جامعه نیست هم مبتلا می شود. و به این ترتیب با یک نگاه عمیق تر می بینیم همه گیری بیماری فقط مختص به یک گروه خاص نیست و به تدریج همه گیری می تواند به غیر از آن گروه ها در سایر جامعه هم اتفاق بیفتد.

گرچه همه اینها می تواند اتفاق نیفتد با رعایت چند شرط ساده :

۱. افراد مبتلا از وضعیت ابتلا خود خبر داشته باشند و در روابط جنسی با همسر خود از کاندوم استفاده نمایند خطر ابتلا به همسر کاهش می یابد
 ۲. زنان مبتلا از وضعیت ابتلا خود خبر داشته باشند و در صورت بارداری تحت مراقبت قرار گیرند و خطر ابتلا به نوزاد کاهش می یابد
 ۳. افراد مبتلا از وضعیت ابتلا خود خبر داشته باشند با مصرف دارو سطح ویروس در خون آنها پایین آمده و خطر ابتلا به سایرین کاهش می یابد
- اما افراد از ترس قضاوت دیگران ، حاضر نیستند بیماری خود را اعلام کنند و تحت مراقبت قرار نمی گیرند و به این ترتیب زنجیره انتقال قطع نخواهد شد .

اما :

آموزش های غلط از یک طرف و راه های انتقال بیماری که آن را جز بیماریهای رفتاری دسته بندی کرده است منجر شده انگ مرتبط با " اعتیاد " و " روابط جنسی " با بیماری عجین شده است و از طرفی در خصوص وحشت مردم از فرد مبتلا به اچ آی وی تنها عامل دانش نا کافی در این خصوص است .مردم از فردی می ترسند که هیچ خطری نمی تواند برای آنها و جامعه آنها داشته باشد و همه اینها باعث می شود فرد مبتلا برای مراقبت و درمان اقدام نکند .زیرا همین قضاوت عمومی در مورد آنان است برایشان همراه وحشتی است که صدها برابر بیش از هر بیماری مهلک می تواند زندگی آنان را تحت تاثیر قرار دهد و این وحشت آنقدر زیاد است که خیلی وقت ها حاضر نیستند برای آنکه رازشان برملا نشود برای مراقبت مراجعه کنند و به این ترتیب فرد تحت مراقبت قرار نمیگیرد درست به همین علت فرد به تدریج مبتلا به انواع عفونت های دیگر مانند سل و ...می شود که خود عفونت ها با افزایش بار بر روی سیستم ایمنی ، سیستم ایمنی فرد را ضعیف تر می کند و فرد زودتر از مرحله عفونت اچ آی وی به مرحله بیماری ایدز وارد می شود . به این ترتیب عوارض بیماری و عفونت های همراه او را از پا در می آورد و در هر حال وقتی مراقبت نشوند هم علائم بیماریشان زودتر نمایان می شود .

حال اگر انگ ناشی از بیماری وجود نداشته باشد چه اتفاقی می افتد :

در بعد فردی

۱. افراد مبتلا یک زندگی عادی مانند دیگران خواهند داشت .
۲. تحت مراقبت قرار می گیرند و بروز علائم بیماری در آنها به تاخیر طولانی خواهد افتاد.
۳. اگر علائم بروز کند ، تحت درمان قرار می گیرند و باز زندگی آنها نرمال خواهد شد.
در بعد اجتماعی
۴. وقتی مراقبت می شوند بیمار عفونی دیگری مثل سل و... را نخواهند گرفت که بخواهند آن بیماری را به کس دیگری منتقل نخواهند کرد.
۵. همسر آنها تنها با یک اقدام ساده استفاده از کاندوم مبتلا نشده و نمی تواند منجر به ادامه زنجیره انتقال به جامعه باشد
۶. زنجیره انتقال از مادر به کودک تنها با مصرف چند دارو قطع می شود و فرزند آنان مبتلا نمی شود و به این ترتیب خطر همه گیری کمتر می شود .
۷. با مصرف دارو در زمان بروز علائم بیماری ، مقدار ویروس در خون پائین می آید و به ترتیب خطر انتقال به دیگران حتی در تماس های اتفاقی و احتمالی بسیار کم می شود
آیا این اتفاق به شکل واقعی در جایی افتاده است ؟

بله تمام کشورهای که موفق به حذف یا کاهش میزان این ترس شده و انگ و بدن نامی را از بیماری جدا کرده اند متناسب با میزان موفقیتشان ، همه گیری بیماری به همان میزان کمتر شده و بعضی از آنها موفق به کنترل کامل بیماری شده اند و هر کشوری که میزان این باور های غلط و انگ و بدن نامی در آن زیاد باشد ، به سرعت به سمت همه گیری های وسیعی پیش می رود



پس در تمام مراحل که توصیه به انجام تست تشخیصی انجام می شود باید متوجه باشیم حتی اگر افراد شناخت کافی و صحیح از بیماری هم داشته باشند ، باز باورهای عمومی جامعه و انگ مرتبط با بیماری در جامعه عامل مهمی است که نخواهند به انجام آزمایش تن در دهند . در بخش چهارم همین مجموعه شرح داده می شود که چگونه می توان به کم رنگ شدن این مانع کمک کرد .

اما مهمترین اصل این است که در زمان آموزش اچ آی وی باید به گونه ای عمل کرد که ترس از بیماری به حداقل برسد و از کلماتی که به ترس و انگ دامن می زنند استفاده نکنیم . در زمان آموزش ، همانگونه که در فصل اول همین بخش اشاره شد ایدز را به عنوان یک بیماری عفونی قابل کنترل معرفی کرد .

۳. افراد مبتلا به اچ آی وی به چه مراقبت هایی نیاز دارند ؟

وقتی می خواهیم فردی را به انجام آزمایش تست تشخیصی ترغیب کنیم ، لازم است بدانیم در صورت تشخیص برای این فرد چه اقداماتی انجام خواهد شد . در اغلب موارد اگر افراد بدانند بعد از تشخیص ، چه خدماتی را دریافت می کنند و آن خدمات چه مزایایی دارد ، برای خدمات تشخیصی تمایل بیشتری پیدا می کنند .

همانطور که اشاره شد ویروس اچ آی وی خود منجر به هیچ صدمه ای نمی شود و فقط با استفاده از امکانات گلوبول های سفید به تدریج موجب نقص عملکرد و کار آیی گلوبول های سفید می شود و تمام مشکلات مرتبط با ایدز زمانی اتفاق می افتد که کارآیی گلوبول سفید کاهش یابد . به همین خاطر کلیه مراقبت های ایدز حول دو محور زیر است:

۱. تقویت سیستم ایمنی و جلوگیری از هر آنچه موجب تضعیف آن می شود
۲. جلوگیری از ورود ویروس های بیشتر و کم کردن بار ویروس ها در خون



خدمات ارائه شده به افراد مبتلا:

۱. تشخیص ، پیشگیری و مراقبت و درمان عفونت های همراه :هر عاملی که منجر شود قدرت سیستم ایمنی را کم کند می تواند منجر شود فرد زودتر به فاز بیماری وارد شود مانند انواع عفونت ها که توسط نظام مراقبتی مورد ارزیابی قرار می گیرند و در صورت وجود علایمی از آنها سریعا مورد درمان قرار می گیرند تا سیستم ایمنی ضعیف نشود .
۲. ارزیابی وضعیت بیماری و تعیین مرحله بیماری :از طرفی وضعیت سیستم ایمنی مدام به وسیله معاینه و آزمایش ارزیابی می شود و به محضی که لازم باشد فرد تحت درمان قرار می گیرد .
۳. درمان ایدز :به محضی که فرد فاز بیماری شود داروهای ضد ایدز به وی ارائه می شود
۴. واکسیناسیون :واکسیناسیون از ابتدا به بیماریهای عفونی جلوگیری می کند
۵. کاهش آسیب:به فرد وسایل کاهش آسیب و کاندوم داده می شود تا مانع ورود ویروس های جدید شود .
۶. مراقبت و مشاوره با همسر و خانواده : **تنها در صورت رضایت بیمار** وضعیت شرکا جنسی وی هم برای جلوگیری از ورود ویروس بیشتر به بدن فرد و هم از نظر پیشگیری و درمان شریک مورد ارزیابی قرار می گیرد

۷. **مشاوره:** استرس و شرایط روحی یکی از عوامل مهمی هستند که منجر به کاهش قدرت سیستم ایمنی می شوند ، لذا مشاوره و کمک به توانمند شدن روحی روانی افراد یکی دیگر از خدمات ارائه شده به این افراد است

۸. **حمایت:** سوتغذیه نیز از عوامل تضعف سیستم ایمنی است ، لذا در صورت لزوم فرد برای دریافت کمک های مالی معیشتی به سیستم های حمایتی ارجاع می شود

نحوه تشخیص اچ آی وی

وقتی می خواهیم فردی را تشویق کنیم که برای تشخیص اچ آی وی اقدام کند ، لازم است خود ما اطلاعات بیشتری از روش های تشخیصی بیماری داشته باشیم . این بخش صرفا با هدف ارتقا سطح آگاهی شما در این زمینه تدوین شده است .

همانطور که در فصل قبل اشاره شد . عفونت اچ آی وی علامت ندارد و ملاک تشخیص آزمایش است برای درک بهتر مفهوم نتایج آزمایش اچ آی وی لازم است با مفاهیم دیگری از سیستم ایمنی آشنا شوید :

وقتی میکروب وارد بدن می شود ، سیستم ایمنی بدن آن را به عنوان یک عامل غریبه و دشمن می شناسد و بر علیه آن میکروب ماده ای را ترشح می کند که به آن "آنتی بادی" می گویند و به آن بخشی از میکروب که باعث تحریک سیستم ایمنی می شود نیز آنتی ژن می گویند



آنتی ژن: تمام یا قسمتی از ساختمان میکروب است

آنتی بادی: ماده ای که سیستم ایمنی بدن بر علیه آنتی ژن می سازد .

سیستم ایمنی بدن بر علیه هر میکروبی (برعلیه هر آنتی ژنی) ، آنتی بادی مخصوصی را ترشح می کند . آنتی بادی ها که واکنش بدن نسبت به میکروب ها هستند ، به تشخیص بیماریها هم کمک می کنند . به این ترتیب که اگر مثلا آنتی بادی ضد یک میکروب را در خون پیدا کنیم می توانیم به صورت غیر مستقیم متوجه شویم آن میکروب وارد بدن فرد شده است .

برای تشخیص بیماریها دو روش وجود دارد :

روش مستقیم : که خود میکروب و یا آنتی ژنهای آن را در بدم فرد پیدا کنیم

روش غیر مستقیم : پیدا کردن آنتی بادی ها به این ترتیب بدون یافتن میکروب ، از وجود آنتی بادیها به صورت غیر مستقیم متوجه می شویم میکروب وارد بدن شده است

ویروس HIV هم مانند سایر میکروب ها وقتی وارد بدن شخصی شود سیستم ایمنی بر علیه آن آنتی بادی می سازد اگر در خون شخصی ، آنتی بادی بر علیه HIV وجود داشته باشد این بدان معنی است که ویروس HIV وارد بدن فرد شده است پس اگر به طریقی بتوانیم وجود این آنتی بادی را در بدن فرد اثبات کنیم به صورت غیر مستقیم وجود ویروس را اثبات کرده ایم به همین خاطر روش های آزمایشگاهی اچ آی وی هم مانند سایر عفونت ها بر دو مبنای کلی زیر استوار است :

۱ - **روش مستقیم (جستجوی آنتی ژن):** تست های که به جستجوی نشانه هایی از خود ویروس (آنتی ژن) می پردازند. این تست ها چون باید وجود خود ویروس یا قسمتی از ساختمان آن را جستجوکنند ، نیاز به امکانات و تجهیزات دقیق تر دارند و افراد متخصص می توانند آنها را انجام دهند . تست های گرانی هستند و فقط برای شرایط خاص مثل تشخیص بیماری در نوزادان و یا ارزیابی نتایج درمان اچ آی وی استفاده می شوند و جز تستهای تشخیصی مرسوم نیستند

۲- روش غیر مستقیم (جستجوی آنتی بادی): تست های که به جستجوی پاسخ بدن بر علیه ویروس (آنتی بادی) می پردازند. این تست ها در دسترس ، ارزان ، ساده و دقیق هستند

مراحل انجام تست های سنجش آنتی بادی در تشخیص اچ ای وی :

از زمانی که ویروس وارد بدن می شود تا زمانی که سطح آنتی بادی در خون به حدی برسد که قابل اندازه گیری باشد ممکن است از ۲ هفته تا ۳ ماه طول بکشد. که همانطور که قبلا نیز گفته شد به آن زمان "دوران پنجره" می گویند . یعنی زمانی که علی رغم اینکه ویروس در بدن وجود دارد جواب تست منفی است

مسلما در این زمان چون هنوز آنتی بادهای به حد قابل اندازه گیری نرسیده اند ، جواب آزمایش فرد منفی است و این درحالی است که ویروس در بدن فرد وارد شده است (منفی کاذب) پس یک پاسخ منفی اچ آی وی نمی تواند دلیل کافی برای عدم ابتلا فرد به اچ آی وی باشد بنابراین اگر فردی جواب تست منفی داشته باشد بهتر است تست بعد از ۳ ماه مجددا تکرار شود .

گاهی آنتی بادی های تولید شده بر علیه چند میکروب ممکنه شبیه هم باشند و فقط اختلاف های کمی با هم داشته باشند . مثلا آنتی بادی ویروس اچ آی وی و آنتی بادی ویروس آنفولانزا بسیار شبیه هم هستند ، به همین دلیل اگر تست تشخیصی خیلی دقیق نباشد ممکن است نتواند اینها را از هم جدا کند . مثلا اگر فرد آنتی بادی آنفولانزا را داشته باشد ، تست اچ آی وی هم مثبت شود . اما هر چه تست دقیق تر باشد این خطا کمتر اتفاق می افتد . اشکال تست هایی که قدرت تشخیص اختصاصی کافی برای تشخیص دقیق را دارند تست هایی ویژه و گران تری هستند و هر جایی نمی تواند آنها را انجام دهد . این امر باعث می شود دسترسی به تست به سختی امکان پذیر باشد .

به همین خاطر تست اچ آی وی در سه مرحله انجام می شود :

۱. مرحله اول : آزمون الایزا (Elisa) /تست سریع :

الیزا ۱ و تست سریع در مرحله اول از یک آزمایش بسیار ساده؛ نسبتاً ارزان و بسیار حساس استفاده می شود این تست نسبت به هر نشانه کوچکی که شبیه آنتی بادی های ضد اچ ای وی باشد هم حساسیت نشان داده و آنها را هم مشخص می کند. پس چه آنتی بادی اچ ای وی و چه هر آنتی بادی دیگری شبیه آن وجود داشته باشد مثبت می شود. این موضوع باعث می شود فرد چیزی را ازدست ندهد

⊖ اگر آزمایش الایزا /تست سریع منفی باشد : یعنی هیچ نشانه ای از آنتی بادی اچ ای وی و حتی آنتی بادیهای مشابه آنها وجود نداشته است در این صورت پاسخ آزمایش منفی اعلام می شود یعنی آنتی بادی اچ ای وی در خون فرد وجود ندارد.

⊕ اگر آزمایش الایزا /تست سریع مثبت باشد یعنی در خون فرد یک آنتی بادی شبیه آنتی بادی اچ ای وی دیده شده است. حالا این آنتی بادی دقیقاً مربوط به اچ ای وی است یا بیماری دیگر که آنتی بادی شبیه اچ ای وی دارد با این تست قابل تفکیک نیست. با توجه به آنکه آزمایش الایزا نسبت به موارد شبیه آنتی بادی اچ ای وی هم بسیار حساس است، بامثبت شدن آن نمی توان قاطعانه گفت فرد اچ ای وی دارد و باید این جواب با آزمایش های دیگری که بیشتر مخصوص اچ ای وی هستند تأیید شود بهمین دلیل دو آزمایش دیگر زیر باید انجام شود.

۳. مرحله دوم تست های تاییدی تشخیص :

الف - آزمایش های الایزای نسل چهار - دو آزمایش الایزای دیگر است با قدرت تشخیصی بالاتر لازم است که فقط برای مواردی انجام می شود که الایزای اول آنها مثبت باشد. که اگر هر دو آنها مثبت بود فرد مبتلا به ویروس اچ ای وی شناخته می شود. هر دوی این آزمایش ها در یک آزمایشگاه که توسط آزمایشگاه مرجع سلامت و مرکز بهداشت شهرستان به عنوان آزمایشگاه مرجع تشخیص اچ ای وی شناخته شده اند انجام می شود.

ب. وسترن بلات (Western blot test)

این آزمایش هم به جستجوی آنتی بادی می پردازد اما عمدتاً نسبت به آنتی بادیهای اختصاصی مربوط به اچ ای وی واکنش نشان می دهد . این آزمایش نسبتاً گران است و انجام آن نیز مشکل است . و فقط بر افرادی انجام می شود که آزمایش اولیه مثبت بوده باشد . و یک آزمایش الیزای مثبت دیگر داشته باشد. مثلاً اگر دو آزمایش الیزا به خاطر وجود آنتی بادیهای شبیه اچ ای وی (مثلاً آنتی بادی انفولانزا) مثبت شده باشد تست وسترن بلات منفی می شود چون این تست صرفاً مخصوص اچ ای وی است و سایر آنتی بادی ها آنرا مثبت نمی کنند

🟢 **آزمایش وسترن بلات -** و فقط زمانی انجام می شود که دو آزمایش الیزای مثبت وجود داشته باشد و به عنوان یک آزمون تأیید کننده به کار می رود. در صورتی که جواب وسترن بلات هم مثبت باشد آنوقت می شود قاطعانه (۹۹٫۹٪) گفت آنتی بادی اچ ای وی در بدن فرد وجود دارد و **جواب مثبت اعلام** می شود

اگر آزمایش وسترن بلات منفی باشد : یعنی آنتی بادیهایی که جواب دو تست قبلی را مثبت کرده بودند مربوط به اچ ای وی نبوده و فرد مبتلا به اچ ای وی نیست .

👉 اگر آزمایش **الیزای اول منفی باشد ، جواب منفی اعلام می شود** و نیازی به بقیه آزمایشها نیست

👉 اگر آزمایش الیزای اول مثبت باشد باید دو آزمایش تکمیلی انجام شود و **فقط زمانی جواب مثبت اعلام می شود که هر سه آزمایش مثبت باشند.**

👉 **پاسخ منفی** یعنی آنتی بادی دیده نشد . که چون اگر فرد در مراحل اول بیماری باشد هنوز فرصت نکرده آنتی بادی بسازد یک جواب منفی نمی تواند ثابت کند فرد مبتلا به اچ ای وی نیست .

👉 **پاسخ مثبت** یعنی آنتی بادی اختصاصی اچ ای وی در خون وجود داشته ، پس قاطعانه می توان گفت ویروس وارد بدن شده است و فرد مبتلا به اچ ای وی است.

✌️ *تست سریع اچ ای وی:

✌️ در حال حاضر تمهیداتی اندیشده شده که مرحله اول الیزا را می توان به جای آزمایش خون در لوله آزمایش به کمک یک قطره خون به روی یک برگه های مخصوص انجام داد . و پاسخ در عرض ۲۰ دقیقه آماده می شود .

✌️ پس همانطور که در خصوص الیزا بیان شد :

اگر نتیجه تست سریع منفی باشد اقدام تشخیصی دیگری لازم نیست . فقط با توجه به دوران پنجره باید فرد سه ماه بعد مجددا مورد آزمایش قرار گیرد

➕ **اگر نتیجه تست سریع مثبت باشد ، به معنی ابتلا قطعی به اچ ای وی نیست**

و ممکن است به دلیل وجود انتی بادیهای دیگر باشد و فرد حتما باید برای انجام دو مرحله آزمایش تاییدی بعدی به مراکزی ارجاع شود که امکان تست الیزای دوم و تست وسترن بلات را داشته باشند .

ویژگیهای مکان های انجام تست اچ ای وی

مطابق قوانین بین المللی و دستورالعمل های ملی انجام تست اچ ای وی زمانی باید انجام شود که پنج شرط زیر محقق شده باشد .

۱. آزمایش باید به شکل کاملا آگاهانه و با رضایت فرد انجام شود .
۲. دسترسی به خدمات مشاوره فراهم باشد
۳. کلیه اطلاعات باید کاملا محرمانه باقی مانده و اصل راز داری به شکل کامل رعایت شود
۴. از تست های آزمایشگاهی معتبر و تایید شده استفاده شود
۵. امکان برقراری ارتباط با مراکز درمان و مراقبت تخصصی وجود داشته باشد

این پنج اصل به عنوان **5C** معروف است که معادل :

۱. **Consent** = رضایت آگاهانه
۲. **Confidentiality** = حفظ محرمانگی و رازداری



۳. Counselling = مشاوره

۴. Correct test results = تست معتبر و صحیح

۵. Connection = امکان برقراری ارتباط با سطوح ارائه دهنده خدمات مراقبت و درمان

لذا حتی اگر در مرکزی از نظر آزمایشگاهی امکان انجام تست اچ آی وی وجود دارد ، تا فرد آموزش دیده برای مشاوره اولیه و جلب رضایت بیمار وجود نداشته باشد و یا شرایط لازم برای محرمانه نگه داشتن اطلاعات بیمار مهیا نباشد ، نباید تست اچ آی وی انجام شود و تنها در صورتی می تواند مبادرت به انجام تست نماید که

دقت کنید: با توجه به انگ و تبعیض موجود در خصوص بیماری اچ ای وی ، در موارد زیادی بیمار حاضر نیست به غیر مراکز مشاوره بیماریهای رفتاری که مسئولیت مراقبت اچ ای وی را بر عهده دارند در این خصوص با افراد یا مراکز دیگر صحبت کند . این موضوع به قدری جدی است که در بسیاری موارد در صورت مشخص شدن ابتلا آنان به اچ آی وی از ادامه دریافت سایر خدمات (از جمله درمان سل ، مراقبت بارداری و) امتناع می کنند. لذا حتی اگر فرد در مرکزی تست اولیه اچ آی وی را انجام دهد ، با نتیجه مثبت برای تایید تشخیص به مراکز مشاوره ارجاع شود

فقط به شرط رضایت فرد ، مرکز ارائه کننده تست اولیه می تواند از نتیجه تست

تاییدی خبر دار شود

به همین دلیل ، روند اعلام پاسخ آزمایش فقط توسط خود بیمار به فرد ارائه کننده تست اولیه صورت می گیرد و حتی در آنصورت هم فرد درمان کننده باید ضمن رعایت کامل اصول رازداری از اعلام این خبر به سایر افراد اعم از ارائه دهندگان خدمت و خانواده و نزدیکان بیمار بدون موافقت فرد بیمار جدا خودداری کنند.

گروههای هدف برای بیماریابی اچ آی وی :

از یک طرف انگ و بدننامی همراه اچ آی وی باعث می شود افراد برای تشخیص بیماری اقدام نمی کنند و از طرف دیگر اچ آی وی تا سالهای متمادی علامت ندارد و ممکن است حتی خود فرد هم نداند مبتلا است ، پس تعداد موارد شناخته شده همیشه بسیار کمتر از موارد واقعی است . از طرف دیگر هر چه زودتر افراد شناخته شوند ، عوارض بیماری برای خود و اطرافیانشان کمتر است .

پس لازم است سیستم بهداشتی برای شناسائی زود هنگام بیماران اقدام کند .

و به دلیل بی علامت بودن بیماری تنها راه شناسائی ، آزمایش تشخیصی اچ آی وی است که مطابق مطالب پیشگفت آزمایش هم با مشکلاتی از جمله موارد زیر همراه است، که انجام تست غربالگری برای همه را مقرون به صرفه نمی کند :

👉 انجام آزمایش اچ آی وی مراحل کاملاً تخصصی دارد و نیازمند تجهیزات پایه آزمایشگاهی و نیروی تخصصی و ... است .

👉 مطابق قوانین بین المللی علاوه بر زیرساخت های معمول ، وجود سه شرط (رضایت آگاهانه فرد- دسترسی به مشاوره -حفظ کامل رازداری) برای انجام تست اچ آی وی واجب است

👉 پاسخ منفی آزمایش اچ آی وی به معنی عدم ابتلا فرد به اچ آی وی نیست

👉 پاسخ مثبت اگر با شرایط استاندارد اعلام نشود می تواند باعث عوارض زیاد و غیر قابل جبران برای فرد و خانواده اش باشد .

پس بهترین روش ، وجود برنامه برای شناسائی فعال موارد اچ آی وی در دو گروه زیر است:

۱. گروه های که احتمال ابتلا به اچ آی وی بیشتر است : مثل افراد با رفتارهای پرخطر

۲. گروه های که تشخیص و درمان سریع برایشان حیاتی است و تاخیر تشخیص می تواند عوارض جبران ناپذیری داشته باشد مانند زنان باردار (تشخیص به موقع و دریافت داروی پیشگیری می تواند ضریب ابتلا نوزاد را به ۵٪ برساند) و بیماران مبتلا به سل

نحوه آموزش انگیزشی

یک مشاوره انگیزشی ، مشاوره ای است که فرد را برای انجام یک رفتار یا ترک یک رفتار ترغیب می کند

پیش نیاز اصلی برای دستیابی به یک مشاوره انگیزشی موفق وجود آگاهی کافی و صحیح در خصوص موضوع است

لذا توصیه می شود قبل از انجام یک مشاوره انگیزشی :

ابتدا اطلاعات فرد در خصوص موضوع مورد نظر را ارزیابی قرار دهید


متناسب با سطح دانش فرد ، اطلاعات وی را اصلاح کنید


هدف اصلی از آموزش اچ آی وی چیست ؟

ما اچ آی وی را آموزش دهیم تا افراد را ترغیب کنیم تا برای آزمایش تشخیصی اقدام کنند و در صورت ابتلا تحت مراقبت قرار گیرند .

یعنی کمک می کنیم :

 افراد اطلاعات درست در خصوص اچ آی وی پیدا کنند .

 افراد باور کنند اچ آی وی یک بیماری عفونی قابل مراقبت و کنترل است .

 برای تشخیص و مراقبت و درمان اچ آی وی اقدام کنند

دقت کنید فقط داشتن اطلاعات درست کافی نیست ، گاهی افراد در خصوص یک موضوع اطلاعات درست دارند اما به آن اطلاعات باور ندارند .مثلا می دانند اچ آی وی در روابط معمول روزمره قابل انتقال نیست اما باز از معاشرت با فرد مبتلا به اچ آی وی می ترسند و یا فرد می داند مراکزی برای مراقبت اچ آی وی وجود دارد ، اما باور نمی کند با درمان افراد مبتلا می توانند طول عمر طبیعی داشته باشند .

از طرف دیگر اگر چه وجود اطلاعات درست و باور های صحیح برای انجام یک رفتار لازم است ، اما کافی نیست و چه بسا افرادی که در خصوص یک موضوع اطلاعات کافی و باور درست دارند ، اما بازهم به دلایلی آن رفتار را انجام نمی دهند . به عنوان مثال افرادی که عوارض سیگار را می دانند و به آن باور دارند اما باز هم سیگار می کشند .

چه عاملی باعث می شود افراد یک اقدام بهداشتی مثلا انجام تست اچ آی وی یا مراقبت و درمان اچ آی وی را انجام دهند ؟

اول باید نسبت به موضوع **حساس** شود : یعنی باور کند آن موضوع به او هم مربوط می شود .

مثال :مثلا بداند تمام افرادی که سابقه تزریق مواد دارند ، ممکن است مبتلا به اچ آی وی باشد .به این ترتیب با دانستن ارتباط بین تزریق مواد و اچ آی وی به موضوع اچ آی وی حساس می شود .

دوم باید **شدت و اهمیت موضوع** را درک کند: یعنی باور کند موضوعی که به او مربوط است موضوع مهمی است .

مثال :در مثال بالا باید بداند در صورتی که حتی اگر دیگر تزریق نمی کند ولی ممکن است اچ آی وی وارد بدن وی شده باشد و با درمان به موقع می تواند مانع تبدیل آن به ایدز شوند . به این ترتیب با جمع مورد یک (حساس شدن فرد به موضوع) و دو (درک اهمیت آن) توجه فرد کاملا به موضوع جلب می شود .هر چه فرد بیشتر حساس شود و هر چه اهمیت موضوع بیشتر باشد ، توجه فرد به آن موضوع بیشتر جلب می شود .

اما مسلماً این توجه جلب شده برای اینکه فرد تصمیم بگیرد که اقدام کند کافی نیست . دو عامل دیگر در تصمیم گیری فرد نقش دارند مقایسه مزایا و معایب آن اقدام است
سوم فرد باید **مزایای** انجام اقدام را درک کند.

مثال: در مثال بالا فرد باید باور کند هر چه زودتر برای تشخیص و درمان اچ آی وی اقدام کند ، عوارض بیماری کمتر می شود .

چهارم فرد باید **معایب و موانع** انجام آن اقدام را درک کند : فرد باید معایب این اقدام را هم بداند ، و بعد در مقایسه با مزایا زمانی تصمیم می گیرد و مزایا بیش از معایب باشد .

مثال: در مثال بالا موانعی ممکن است سر راه قبول توصیه به انجام تست باشد . در اغلب موارد مهمترین مانع ترس از انگ و بد نامی منتسب به اچ آی وی است ، عوامل دیگر ممکن است در دسترس نبودن تست و یا نگرانی از هزینه های تست هم از موانع دیگر باشد .

برعکس موارد اول و دوم که جمعشان تعیین کننده برای جلب توجه فرد بود ، تفاضل موارد سوم و چهارم تعیین کننده برای تصمیم گیری است به عبارت دیگر هرچه مزایا بیشتر و معایب کمتر باشد احتمال تصمیم گیری برای انجام آن کار بیشتر می شود .

اهداف مشاوره در ایدز :

مشاوره در ایدز سه هدف عمده دارد:

- ☞ فراهم نمودن امکان تشخیص موارد آلوده بصورتی که کمترین میزان تنش و خطر را برای فرد و جامعه به همراه داشته باشد
- ☞ ارائه حمایت روانشناختی به کسانی که زندگیشان بوسیله این عفونت تحت تاثیر قرار گرفته است .و آماده سازی آنان جهت اقدامات مراقبتی مورد نیاز
- ☞ تغییر رفتار و کاهش رفتارهای پرخطر در داوطلبین مشاوره به منظور پیشگیری از انتقال آلودگی در بین افراد جامعه.

ضرورت‌های مشاوره در HIV/AIDS :

با توجه به دوره کمون طولانی و ننگ و بدنامی ناشی از بیماری، افراد دارای رفتارهای پرخطر تمایلی به انجام آزمایش‌های تشخیصی در این خصوص ندارند و لذا تاکنون فقط درصد کمی از افراد آلوده شناخته شده‌اند. مشاوره اقدام مناسبی در جهت ترغیب منطقی افراد در جهت انجام اقدامات تشخیصی است در عین حال که فرد را در خصوص مواجه شدن با نتایج احتمالی آزمایش آماده می‌سازد.

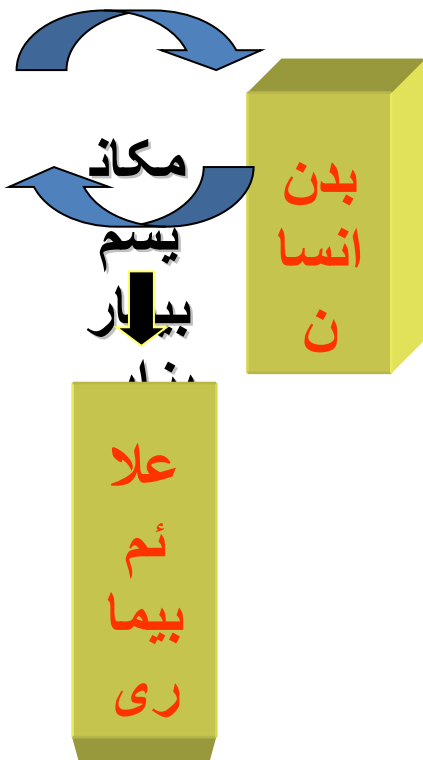
تا کنون درصد بسیار کمی از کسانی که مبتلا به ویروس نارسائی ایمنی یا ایدز (HIV/AIDS) می‌باشند به خدمات مشاوره‌ای معتبر دسترسی پیدا کرده‌اند. از آنجا که ابتلاء به این عفونت مادام‌العمر است مشاوره برای چنین وضعیتی نیز ضروری می‌باشد

در طول عمر دوره عفونت احتمالاً طیف وسیعی از نیازها و مشکلات جسمانی، اجتماعی و روانشناختی و هیجانی را به افراد مبتلا و به اطرافیان نزدیک آنها تحمیل می‌کند و مواجه شدن با بیماری AIDS یا HIV+ بطور مستقیم و غیر مستقیم با صرف هزینه مادی همراه است. بخصوص وقتی باروری اقتصادی تحت تاثیر بیماری قرار می‌گیرد افراد مبتلا به ویروس ممکن است استرس‌هایی به صورت نگرانی در مورد استقلال اقتصادی و وظایف خانوادگی تجربه نمایند. مشاوره می‌تواند به اینگونه افراد، خانواده‌هایشان و به نوبه خود به جوامعی که در آن زندگی می‌کنند کمک نماید تا با این مشکلات مقابله کنند.

مشاوره همچنین حمایت مورد نیاز برای تغییر در رفتار پرخطر و حفظ تغییرات ایجاد شده را فراهم می‌کند. اطلاع و آگاهی به تنهایی برای کاهش مقاومت افراد در برابر تغییر کافی نیست در طی فرایند مشاوره مراجع می‌تواند به راه‌های اجتماعی آبرومند دسترسی پیدا کند. تغییرات رفتاری می‌تواند مانع ابتلاء افراد به عفونت یا انتقال آن به دیگران بشود.

مشاوره به افراد مبتلا کمک می‌کند که با مشکلاتشان و تصمیم‌گیری توسط خودشان بر زندگی خود کنترل داشته باشند.

برای شناخت هر بیماری عفونی به این اطلاعات نیاز داریم :



۱. عامل بیماریزا

۲. نحوه ورود به بدن انسان

۳. علایم بیماری : که خود حاصل دو مورد زیر است :

a. صدماتی که میکروب به بدن وارد می کند (بیماریزایی)

b. واکنش بدن نسبت به عامل بیماریزا

۴. راه تشخیص

۵. چگونگی درمان

حال صرفنظر از هر آنچه تا کنون راجع به بیماری ایدز شنیده ایم و می دانیم یکبار ۵ مرحله فوق را مرور خواهیم کرد :

سیاست های شناسائی موارد اچ آی وی در گروه های جمعیتی خاص :

۱. اطلاع رسانی **Information**: در ساده ترین روش ، تنها اطلاع رسانی

به گروه های جمعیتی مختلف که می توانند برای انجام تست به کجا مراجعه کنند. این سیاست معمولا برای جمعیت عمومی مناسب است و در کمپین ها مورد استفاده قرار می گیرد. این روش بسیار وابسته به میزان تاثیر گذاری برنامه اطلاع رسانی است .



۲. ارزیابی خطر **Risk assessment**: در این حالت غربالگری* به کمک

ارزیابی خطر در گروه جمعیتی خاصی اتفاق می افتد مانند مادران باردار یا



*اصولا برای شناسائی یک بیماری در بین جمعیت ، برای آنکه همه افراد جمعیت را تحت آزمایش تشخیصی قرار ندهند ، ابتدا نشانه ها * یا نشانه هایی را انتخاب می کنند که اگر وجود داشته باشند بیشتر احتمال دارد فرد مبتلا باشد . سپس به جای بیماری اصلی اول افرادی که ان نشانه ها را دارند را از بین جمعیت پیدا می کنند و اقدامات تشخیصی را فقط برای آنان انجام می دهند . هر چه این نشانه ها با بیماری*

مبتلایان به سل . در این صورت لازم نیست همه افراد مورد آزمایش قرار گیرند. ابتدا افرادی که دارای یکی از عوامل خطر (اعتیاد ، روابط جنسی محافظت نشده ، وجود عامل خطر در همسر و...) هستند شناسائی می شوند و آن افراد برای انجام آزمایش ارجاع می شوند. یعنی در اصل ارائه دهندگان خدمت مبتنی بر پاسخ بیمار انتخاب می کنند چه کسی را

ارجاع دهند . اشکال این روش این است که اغلب افراد راحت از عوامل خطر مرتبط با اچ ای وی صحبت نمی کنند و بهمین علت ، عده ای که واجد شرایط بوده و احتمال ابتلایشان بالاست در تور غربالگری نمی افتند . تا قبل از این در کشور ما نیز از همین سیاست تبعیت می کرد .

۳. توصیه به انجام آزمایش توسط مشاور **Provider-Initiated Testing**

توصیه به انجام تست ، به دو شکل OPT-OUT و OPT-IN انجام می شود. در این روش به همه افراد یک گروه جمعیتی مثلا همه مادران باردار ، همه مبتلایان به سل ، همه افراد مصرف کننده تزریقی مواد و ... صرف نظر از وجود یا عدم وجود عوامل خطر توصیه می شود تست بدهند . اما اگر فرد تمایل نداشته باشد می تواند تست ندهد لذا در این فرم نهایتا خود فرد ارزیابی خطر برای خود را انجام می دهد و لازم نیست از این عوامل با

توصیه کننده صحبت کند و چون توصیه به همه انجام می شود ، قبول انجام آزمایش اچ ای وی در آن مرکز با انگ و برچسب خوردن همراه نخواهد بود . در این روش ممکن افرادی هم جز گروه هدف نیستند هم راغب به انجام آزمایش شوند . نتیجه این غربالگری بسیار وابسته است به مهارت فردی که توصیه به انجام تست را انجام می دهد ، لازم نیست فرد توصیه کننده حتما مشاور باشد ، اما فرد باید دوره های آموزشی مرتبط را به شکل حضوری یا غیر حضوری بگذراند . توصیه به انجام تست در حال



ارتباط بیشتری داشته باشند و اگر پیدا کردن نشانه ها امکان پذیر تر باشد احتمال پیدا کردن بیماری اصلی در آن جمعیت با دقت بیشتری انجام می شود.

حاضر در کشور ایران جایگزین سیاست غربالگری با روش ارزیابی خطر شده است .

۴. **غربالگری عمومی Screaming** : این سیاست معمولا در اچ آی وی به صورت عام اعمال نمی شود چون با اصل رضایت منافات دارد در این روش همه که بیماران بلا استثنا مورد آزمایش قرار می گیرند. این روش تنها در موارد خاصی مانند اهدا کنندگان خون انجام و نه با هدف بیماریابی بلکه با هدف غربالگری خون و تامین خون سلام انجام می شود .



۵- فراهم نمودن امکان دسترسی به خدمات تشخیصی اچ آی وی

از یک طرف همانطور که قبلا اشاره شد علاوه بر تجهیزات و تکنیک های آزمایشگاهی برای راه اندازی مراکزی که خدمات تشخیصی ارائه می دهند تحقق چهار شرط رضایت آگاهانه فرد- دسترسی به مشاوره -حفظ کامل رازداری ،و امکان اتصال به خدمات مراقبتی نیز ضروری است که همین موضوع توسعه تعداد مراکز تشخیصی را با محدودیت مواجه می کند .

از طرف دیگر افزایش فعالیت هایی مانند مشاوره های انگیزشی ،توصیه به انجام تست ، ارزیابی عوامل خطر و گسترش آموزش ها ، که با هدف بیماریابی اچ آی وی در گروه های مختلف بدیهی است با افزایش متقاضیان اقدامات تشخیصی اچ آی وی روبه رو خواهیم شد .شناسائی اولیه موارد با هر کدام از سیاست های فوق انجام شود و صرفنظر از اینکه افراد به دنبال ارزیابی خطر و یا توصیه به انجام تست ، حاضر شده اند تحت آزمایش قرار بگیرند ، ارائه دهنده خدمت باید او را به محلی مطمئن برای این کار ارجاع دهد. که بعضا موانعی مانند بعد مسافت و یا ملا حضات دیگر مانند عدم تمایل فرد به رفتن مراکز مشاوره این روند را بیشتر دچار وقفه می کندولذا لازم است به نوعی امکانی فراهم شود که دسترسی افراد حداقل به مراحل ابتدایی تشخیص فراهم شود . امروزه با هدف فراهم کردن دسترسی استفاده از تست سریع اچ آی وی در سطوح مختلف ارائه خدمات بهداشتی و درمانی با افزایش روز افزونی همراه است .این اقدام به دلائلی مانند اینکه انجام تست سریع اچ آی وی بسیار ساده بوده و نیاز به زیرساخت ها و تجهیزات پیچیده ندارد ، و نتیجه آن معادل یکی از مراحل



تشخیص اچ آی وی است امری بسیار منطقی و مقرون به صرفه به نظر می رسد
در صورت استفاده از تست سریع در بین گروه های تحت بیماریابی، می توان برای کاهش
تعداد ارجاع ها استفاده کرد به عبارت دیگر بعد از شناسائی اولیه با هر کدام از روش های
گفته شده، با یک روش غربالگری دوم از بین داوطلبین به انجام تست افرادی را ارجاع نمود
که احتمال بیشتری برای ابتلا دارند. تست های سریع اچ آی وی با کمک یک قطره خون که
از سر انگشت فرد گرفته می شود انجام می شوند می توانند در این امر کمک کننده باشند.
اگر این تست منفی باشد می توان با آن را به عنوان پاسخ منفی تست به اچ آی وی قلمداد
کرد و دیگر نیازی به ارجاع این فرد نیست و فقط افرادی ارجاع شوند که نتیجه تست سریع
مثبت دارند. به عبارت دیگر این تست بیشتر از آنکه جنبه تشخیصی داشته باشد، روشی برای
غربالگری است و انجامش منجر می شود تعداد ارجاع ها کم شود. علاوه بر کاهش نیاز به ارجاع
از مزایای دیگر آن عبارت است از اینکه برای انجام این تست نیاز به تجهیزات آزمایشگاهی
خاص و امکانات خونگیری و... وجود ندارد.

هرگز نباید فراموش کرد که با توجه به اینکه تست سریع یکی از مراحل تشخیص اچ
آی وی است، تنها در شرایطی باید استفاده شود که شروط سه گانه آزمایش
تشخیصی اچ آی وی (رضایت آگاهانه فرد- دسترسی به مشاوره- حفظ کامل
رازداری) محقق باشد.

توصیه به انجام تست

تاریخچه :

به دنبال گسترش اپیدمی اچ ای وی و لزوم گسترش خدمات تشخیصی و فراهم آوردن امکان دسترسی به این خدمات ، سیاست PITC مکمل سیاست VCT در امر شناسائی و تشخیص شد .

در بحث توصیه به انجام تست ، مشاوره پیش از آزمون که مشاوره ای در حد ۴۰ تا ۱۲۰ دقیقه بود جای خود را به یک توضیح مختصر در حد ۵ تا ۱۰ دقیقه می دهد در این روش لزومی ندارد ارزیابی خطر انجام شود . به افراد توصیه می شود تست انجام دهند ، شرایط انجام تست برای آنها فراهم است ، اما اگر فرد تمایلی به انجام تست نداشته باشد ، می تواند تست را انجام ندهد .

سیاست توصیه به انجام تست در کشورهایی که اپیدمی متمرکز دارند برای گروه های جمعیتی خاصی که احتمال ابتلا بالاتر داشته و یا در گروه های جمعیتی که تشخیص به هنگام اچ ای وی از اهمیت زیادی برخوردار است مانند مبتلایان به سل و مادران باردار صورت می گیرد . تعیین گروه های جمعیتی که مشمول برنامه توصیه به انجام تست هستند را سیاست های کلان کشوری مبتنی بر شواهد موجود تعیین می کند . کشورهایی که اپیدمی در مرحله منتشر است ، توصیه به انجام تست برای همه افراد جامعه انجام می شود . در سال ۲۰۰۶ مرکز کنترل بیماریها در امریکا (CDC) مصوب کرد به کلیه افراد بالای ۱۵ سال که به هر دلیلی به مراکز بهداشتی درمانی مراجعه می کنند توصیه به انجام تست اچ ای وی انجام شود.

انواع روش های توصیه به انجام تست :

در کلیه حرف مانند صنعت و خدمات تبلیغاتی الکترونیک ، ... فعالیت های ارائه یک خدمت یا تبلیغات جلب مشتری بادو روش باعنوان زیر ارائه می شوند :

Opt-In: در این روش خدمت مورد نظر به فرد معرفی می شود و در صورتی که فرد رضایت داشت خدمت را دریافت می کند . مثلاً یگ گروه ایمیلی برای فرد دعوتنامه می فرسد و اگر فرد بخواهد عضو گروه می شود

An opt-in policy requires a potential customer to self-select the services they wish to subscribe to, and how

any information they provide may be used. In the other words an opt-in system is one in which a person needs to actively indicate interest or a desire to be a part of something

Opt-Out: در این روش خدمت مورد نظر به فرد ارائه می شود و در صورتی که فرد رضایت نداشته باشد از دریافت خدمت امتناع می کند. مثلا فرد را در یگ گروه ایمیلی عضو می کنند و اگر فرد نخواهد از گروه خارج می شود .

An opt-out policy is where an *existing customer* receives electronic communications—usually on the basis of a prior relationship In the other words an opt-out arrangement makes users part of a system, and provides them with the opportunity to remove themselves from it.

در خصوص توصیه به انجام تست اچ آی وی نیز مثل ارائه هر خدمتی این موضوع صادق است .
توصیه انجام تست اچ آی وی نیز می تواند به هر دو روش زیر صورت گیرد :

Opt-In PITC HIV Test: در این روش به فرد گفته می شود به این دلایل بهتر است شما مورد تست اچ آی وی قرار بگیرید ، ایا راضی هستید شما را برای تست اچ آی وی بفرستیم (فعالیت های VCT نوعی ارائه تست به روش Opt in هستند) رضایت فرد می تواند به صورت شفاهی و یا کتبی باشد

An **Opt-in testing** means testing is offered and the patient is required to actively give permission before it can occur.

Opt-Out PITC HIV Test: در این روش به فرد گفته می شود ما در اینجا برای همه افراد تست اچ آی وی را هم انجام می دهیم . اگر فرد مخالفت نکند تست انجام می شود ولی اگر فرد مخالفت کند تست نباید انجام شود .این روش ، روشی است که در کشور ما برای اغلب آزمایش ها اتفاق می افتد . (پزشک درخواست آزمایش را می نویسد و اگر فرد تمایل نداشته باشد آنرا انجام نمی دهد

An Opt-out testing means performing an HIV test after notifying the patient that the test is normally performed but that the patient may elect to decline or defer testing. Assent is then assumed unless the patient declines testing

دقت کنید روش Opt out به این معنی نیست که فرد مجبور است تست را انجام دهد و حتما این جمله باید به او گفته شود :

" شما مجبور به انجام تست نیستید و مختار هستید اگر نمی خواهید تست را انجام

ندهید "

"Opt-out testing" does not mean that you **MUST** take an HIV test. **In general, you have the right to refuse an HIV**

