

« به نام خالق آرامش »

نام کتاب: آشفتگی‌ها یا بیمار را بدیز

نام نویسنده: حمید میرزا آقایی

تعداد صفحات: ۲۵ صفحه

تاریخ انتشار: _____



آشنایی با بیماری ایدز

گردآوری: گروه بهداشت و توانبخشی
معاونت بهداشت و درمان بنیاد شهید و امور ایثارگران
حمید میرزا آقایی

پژوهشکده مهندسی و علوم پزشکی جانبازان (۲۳)



@caffeinebookly



caffeinebookly



@caffeinebookly



caffeinebookly



t.me/caffeinebookly

آشنایی با بیماری ایدز/ گردآوری گروه بهداشت و توانبخشی- معاونت بهداشت و درمان
بنیاد شهید وامور ایثارگران - تهران: پژوهشکده مهندسی و علوم پزشکی جانبازان ،
۱۳۸۳.
۲۰ص. "مصور: ۱۹ X ۱۹/۵ س م .
ISBN 964-95689-2-1
فهرست نویسی براساس اطلاعات فیبا.
کتابنامه: ص. ۲۰.
۱. ایدز - به زبان ساده . الف. بنیادشهید وامور ایثارگران . معاونت بهداشت و درمان .
گروه بهداشت و توانبخشی . ب. پژوهشکده مهندسی و علوم پزشکی جانبازان .
۹۱۵الف / RA ۶۴۴
۶۱۶/۹۷۹۲
کتابخانه ملی ایران
۱۸۳۸۰-۸۳م



آشنایی با بیماری ایدز

گردآوری: گروه بهداشت و توانبخشی

معاونت بهداشت و درمان بنیاد شهید وامور ایثارگران

حمید میرزا آقایی

ویراستار: دکتر فرحناز فلاحی

چاپ اول: زمستان ۱۳۸۳

تیراژ: ۳۰,۰۰۰

صفحه آرائی: حبیب اله خدمتی

تصاویر متن: حمید میرزاآقایی

اجرا: عبدالله سعیدی

لیتوگرافی: ۱۲۸

چاپ: صادق

ناشر: پژوهشکده مهندسی و علوم پزشکی جانبازان

نشانی: تهران، بزرگراه چمران، خیابان یمن، خیابان مقدس اردبیلی، خیابان فرخ،

پلاک ۲۵ تلفن: ۸ و ۲۴۱۵۳۶۷ شماره: ۲۴۱۲۵۰۲

صفحه اطلاعاتی وب: www.jmerc.ac.ir

شابک ۹۶۴-۹۵۶۸۹-۲-۱ ISBN 964-95689-2-1

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است



@caffeinebookly



caffeinebookly



@caffeinebookly



caffeinebookly



t.me/caffeinebookly

فهرست

۱	با نگاهی دیگر بنگریم
۳	مبتلایان به ایدز نیازمند حمایت
۵	ایدز یک مشکل جهانی
۸	بسیار کوچک اما خطرناک
۱۱	ورود ویروس به بدن
۱۳	نحوه تشخیص ایدز
۱۴	پیشگیری از ایدز
۱۵	رعایت احتیاطات لازم
۱۸	واکسیناسیون افراد آلوده به ویروس ایدز
۱۹	منابع



@caffeinebookly



caffeinebookly



@caffeinebookly



caffeinebookly



t.me/caffeinebookly



[@caffeinebookly](https://twitter.com/caffeinebookly)



[caffeinebookly](https://plus.google.com/caffeinebookly)



[@caffeinebookly](https://www.instagram.com/caffeinebookly)



[caffeinebookly](https://www.linkedin.com/company/caffeinebookly)



t.me/caffeinebookly

آشنایی با بیماری ایدز

بسمه تعالی

انسان در دنیایی زندگی می کند که همچون رودخانه ای خروشان در تغییر و گذر می باشد و این تغییرات سریع به دنبال خود شرایطی را پدید می آورد که نیازمند شناخت و آگاهی بیشتر است و در بسیاری از موارد سلامتی انسان در گرو این آگاهی ها می باشد . کتابچه آشنایی با بیماری ایدز تلاش می کند آموزش گیرندگان را با این عارضه عصر حاضر آشنا نماید و بدینوسیله جامعه به شناخت درستی از آن دست یافته و با دوری از ترس و نگرانی ، به مقابله با آن بپردازد و خود را از ابتلا به آن مصون دارد.

در اینجا از آقای دکتر یگانه ، مدیرعامل انجمن مبارزه با آسیب های رفتاری ، خانم دکتر لیلا میرحقانی کارشناس ایدز و هپاتیت و آقای حمید فرزادی ، کارشناس مسوول درمانگاه انسیتو روانپزشکی بخاطر مطالعه متن این کتابچه و ارائه نظرات ارزنده ، تشکر و قدردانی می شود.

اداره کل درمان و توانبخشی



@caffeinebookly



caffeinebookly



@caffeinebookly



caffeinebookly



t.me/caffeinebookly



@caffeinebookly



caffeinebookly



@caffeinebookly



caffeinebookly



t.me/caffeinebookly



با نگاهی دیگر بنگریم

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 نیست و این خود زمینه ساز شکل گیری ترسی موهوم و ناشناخته خواهد بود که روح و جسم انسانها را آزار خواهد داد.

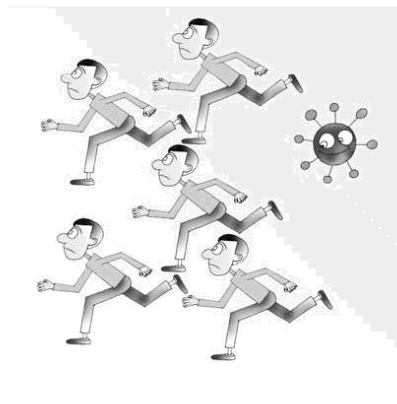
ایدز نیز در بسیاری از جوامع به چنین سرنوشتی گرفتار شده است، عارضه ای ناخواسته که بر سر هرکسی که سایه اندازد، سبب می شود که دیگران نیز از سایه آن فرد بهراسند و از او دوری بجویند. جدایی و طرد انسان در جامعه سبب می شود که آدمی به مرور در خود احساس بی ارزشی کرده و با از دست دادن عزت نفس نهال بی تفاوتی در او روییده شده و در چنین مرحله ای، شرایط برای زندگی جمعی روز به روز سخت تر می شود.

ایدز یاد آور داستانی است که در آن، شخصی که ظاهری ترسناک داشت روزی به شهری وارد شد، به گونه ای که هرکس به آن شخص می نگریست، با وحشت از او فرار می کرد، به یکباره آن شخص به دو





شخص تبدیل می شد و بدینوسیله تمامی شهر در ترس و وحشت فرو رفت تا اینکه فردی در برابر او ایستاد و دستهای خود را به سویش دراز کرد و به یکباره تمامی آن اشخاص ناپدید شدند. ایدز نیز همچون آن موجود هراس آور است که اگر ترس رویرو شدن با آن از بین نرود ، بزودی باید شاهد انعکاسی از آن در هر گوشه ای از جامعه بود.



امروزه در هر جامعه ما ضروری است که همگی دانسته های خویش رادر باره ایدز افزایش دهیم و راههای عملی مقابله با آن را فرا گیریم تا از این طریق بتوانیم علاوه بر کنترل ، از وقوع آن پیشگیری نماییم.

در طول هزاران سال ، بشر در رویارویی با طبیعت ، تجربیات فراوانی کسب کرده و بسیاری از بیماریهای هولناک را در گذشته های دور به زانو درآورده است. بیماریهایی که هرکدام از آنها رعب و وحشت فراوانی دردل انسانها بوجود آورده بودند.





آشنایی با بیماری ایدز

هم اکنون هزاران دانشمند در حال پژوهش بر روی بیماری ایدز می باشند تا بتوانند علاوه بر یافتن راههای مناسب تر درمانی ، راهی مؤثر برای پیشگیری از آن، از طریق واکسیناسیون بیابندوبدون شک درآینده ای نه چندان دور، دریچه ای به سوی رهایی از این بیماری گشوده خواهد شد و این بیماری ترس آور نیز به زانو در خواهد آمد. به همین علت ضروری است که در این میان از دو نکته مهم غفلت نشود :

۱-افزایش علم و آگاهی نسبت به این بیماری و کسب مهارتهای لازم برای پیشگیری از ایدز و کنترل آن

۲- حمایت از مبتلایان به ایدز و تلاش جهت کاستن از مشکلات آنان به منظور بازگشت آنان به جامعه و همچنین بهره گیری از تجربیات و مشارکت آنان در مبارزه با ایدز

مبتلایان به ایدز نیازمند حمایت

در حال حاضر شرایط در جامعه ما به گونه ای است که اگر فردی مبتلا به ویروس ایدز شود دچار فشارهای روحی و روانی فراوانی می شود که به دنبال آن مراحل زیر رخ می دهد:

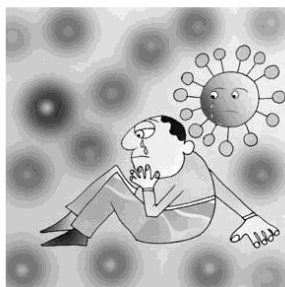
- ۱- انکار
- ۲- خشم
- ۳- افسردگی
- ۴- پذیرش





گذر از این مراحل برای مبتلایان طبیعی است و باید اجازه داده شود تا این مراحل سپری شود. به همین خاطر عمده ترین مشکلاتی که این گونه افراد به آن دچار می شوند عبارتند از:

۱- از دست دادن حس اعتماد بخاطر ترس از دست دادن خانواده، همسر و دوستان



- ۲- از دست دادن عزت نفس که ناشی از احساس طرد شدگی و انتخاب انزوای اجتماعی است.
 - ۳- احساس گناه بخاطر ترس از سرایت عفونت به افراد دیگر و نگرانی از لکه ننگ اجتماعی.
 - ۴- از دست دادن روابط صمیمانه با دیگران.
 - ۵- بروز افسردگی که سبب احساس یاس و ناامیدی، آشفتگی در خواب (بیداری زودهنگام، ناتوانی در ادامه خواب) ناتوانی در تمرکز، فقدان علاقه و انرژی، بی اشتها، عصبی، سرزنش خود و افکار خودکشی در فرد می شود.
 - ۶- اختلالات اضطرابی که همراه با آن فکر فرد با یاد مرگ مشوش شده و دچار حملات هراس می شود.
- آگاهی مردم در زمینه بیماری ایدز و حمایت آنان از مبتلایان به این بیماری می تواند نقش مهمی را در سلامت فرد و جامعه در پی داشته باشد.





ایدز یک مشکل جهانی

در سال ۱۹۸۱، پنج فرد مبتلا به ایدز در لوس آنجلس شناسایی شدند و به دنبال آن در عرض یک ماه ۲۶ مورد دیگر نیز در نیویورک و کالیفرنیا گزارش شدند. در بین سال های ۱۹۸۱ تا ۱۹۸۳ بالغ بر ۲۸۳۸ مورد ایدز از آمریکا و ۲۱ کشور دیگر گزارش گردید، به گونه ای که سرعت افزایش بیماری تعجب پژوهشگران را به خود جلب کرد.

در اواخر سال ۱۹۸۳، بطور متوسط هشت مورد ایدز در روز گزارش می شد و در سال ۲۰۰۳ این تعداد به ۱۴۰۰۰ مورد در روز رسید.

در حال حاضر در ۲۰۸ کشور جهان، مبتلایان به ایدز وجود دارند و بیشترین تعداد به ترتیب مربوط به قاره های آفریقا، آسیا، آمریکا، اروپا می شود و کمترین موارد مربوط به استرالیا است و در آسیا منطقه مدیترانه شرقی دارای کمترین مبتلایان به ایدز است و آمارها نشان می دهد که این بیماری در کشورهایی که مردم دارای رفتارهای پرخطر بوده و از آموزش های کم برخوردارند و از طرفی دارای نگرش های منفی و غلط هستند در حال افزایش است در جنوب و مرکز کشور آفریقا حدود یک سوم بالغینی که از نظر جنسی فعال هستند مبتلا به ویروس ایدز می باشند.

از هنگام شروع این بیماری تا سال ۲۰۰۴ حدود ۷۳ میلیون نفر به بیماری ایدز و ویروس آن مبتلا شده اند و در این میان حدود ۲۹ میلیون نفر، جان خود را از دست داده اند.





اولین مورد ایدز در سال ۱۳۶۶ در ایران در یک کودک ۶ ساله مبتلا به هموفیلی رخ داد که از فرآورده های خونی آلوده به ویروس ایدز استفاده کرده بود. این فرآورده های خونی از اروپا به ایران وارد شده بود. با گذشت زمان و بر طبق آمارهای رسمی کشور، تعداد مبتلایان به ایدز و ناقل ویروس آن تا تاریخ ۸۳/۱/۱ به ۶۷۴۶ نفر رسیده است. در میان مبتلایان، ۵۸/۲ درصد مصرف کنندگان مواد تزریقی، هفت درصد از راه تماس جنسی، سه درصد با دریافت خون و فرآورده های خونی، ۰/۴ درصد انتقال از طریق مادر آلوده به کودک صورت گرفته است و در ۳۱/۷ درصد موارد، راه انتقال اعلام نشده است که مورد اخیر مربوط به کسانی است که داوطلبانه اقدام به آزمایش ایدز کرده اند و از آنها نام و راه انتقال درخواست نشده است تا از این طریق حفظ اسرار صورت پذیرد و افراد با آرامش خاطر به مراکز مشاوره و یا بخش ویژه انتقال خون (که مربوط به افراد با رفتارهای پرخطر است) مراجعه نمایند. در سازمان انتقال خون به منظور شناسایی بهتر خون های آلوده به ویروس ایدز، از افرادی که دارای رفتارهای پرخطر می باشند درخواست می شود جهت خون دادن در بخش دیگری غیر از افراد معمولی اقدام نمایند که در این حالت نیاز به ثبت اسامی افراد و یا رفتارهای پرخطر آنان نیست.

۶



@caffeinebookly



caffeinebookly



@caffeinebookly



caffeinebookly

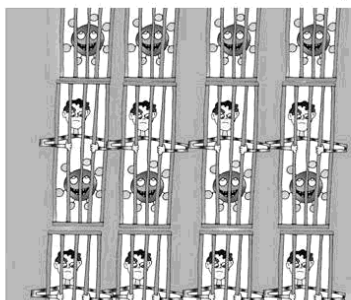


t.me/caffeinebookly



اشتباهی با بیماری ایدز

۹۵/۲ درصد مبتلایان مرد و ۴/۸ درصد زن می باشند. شایعترین گروه سنی مبتلایان ، سن ۲۵ تا ۳۴ سال است. تعداد موارد فوت شده HIV و ایدز تاکنون ۷۵۸ نفر بوده است. تعداد تخمینی مبتلایان به HIV و ایدز حدود ۳۰۰۰۰ نفر است و تعداد کودکان بی سرپرست به جای مانده از ایدز هنوز مشخص نیست . اگر برنامه های مربوط به پیشگیری و مبارزه با ایدز بطور فعال به مرحله عمل نرسند ، در آینده نزدیک شمار بیماران افزایش خواهد یافت . لازم به ذکر است که تعداد موارد شناسایی شده مبتلا به ویروس HIV در سال ۲۰۰۱ سه برابر تعداد موارد شناسایی شده در سالهای ۱۹۹۹ تا ۲۰۰۰ می باشد و تعداد زندانیان مبتلای شناسایی شده در سال ۱۹۹۹ حدود ۶ برابر سال ۱۹۹۶ است .



مدیرسازمان بهداشت جهانی به مناسبت روز جهانی ایدز بیان کرده است که ایدز مهمترین و اضطراری ترین چالش بهداشتی جهان است و به همین خاطر سازمان ملل متحد و سازمان بهداشت جهانی به منظور مبارزه با این مشکل جهانی اقدام به اجرای طرحهای چند میلیارد دلاری نموده اند.

یکی از سیاست های بهداشتی در جامعه ما ، رفع نگرانی مردم از این بیماری است که با برخورداری از آموزش های لازم، مردم در





می یابند که می توانند به راحتی در کنار مبتلایان زندگی کنند بدون آنکه در معرض خطر ابتلاء قرار گیرند ، به همین خاطر کلیه سیاستگذاران بهداشتی در سطح جهان تاکید می کنند که نیازی به جداسازی مبتلایان به ایدز از سایر افراد جامعه نیست .

بسیار کوچک اما خطرناک

بدن انسان از میلیارد ها یاخته تشکیل شده است که با نظم و هماهنگی خارق العاده با یکدیگر در ارتباط هستند و سبب انجام فعالیت های مورد نیاز بدن میشوند . این یاخته ها دارای شکلهای مختلفی هستند و وظایف گوناگونی را انجام می دهند. برای مثال می توانیم از یاخته های زیر نام ببریم :

✿ یاخته های عصبی : پیام ها را انتقال می دهند.

✿ یاخته های ماهیچه ای : بدن را حرکت می دهند.

✿ یاخته های خونی: اکسیژن را به دیگر یاخته ها می رسانند و یا با موجودات بیگانه مبارزه می کنند و بعضی از آنها در عمل انعقاد خون نقش دارند.

✿ یاخته های غده ای : مواد شیمیایی مختلفی نظیر هورمونها را تولید می کنند.

این یاخته ها گهگاه ممکن است توسط موجودات بسیار ریز بیماری زا نظیر ویروسها مورد حمله واقع شوند.

دانشمندان برای اندازه گیری ابعاد اجسام بسیار کوچک ، از واحدهای اندازه گیری نظیر میکرومتر و نانومتر استفاده می کنند. هر میکرومتر برابر هزار نانومتر میباشد برای مثال اگر طول جسم کوچکی را که برابر یک میکرومتر می باشد ، یک میلیون برابر کنیم یک متر میشود و





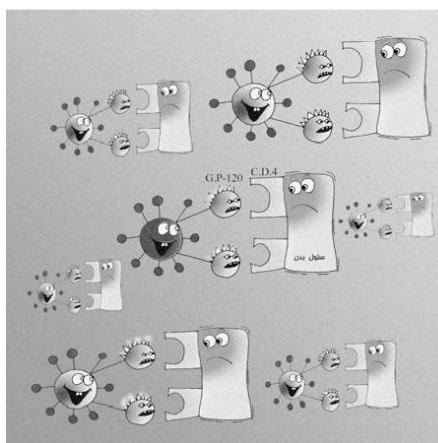
اگر طول جسمی که یک نانومتر است ، یک میلیارد برابر کنیم برابر یک متر خواهد شد.

بیشتر یاخته های بدن دارای اندازه ای بین ۲۰ تا ۳۰ میکرومتر می باشند. اندازه ویروسها نیز از ۱۷ نانومتر تا ۱۲۵۰ نانومتر متغیر است برای مثال : اندازه ویروس ایدز ۱۰۰ نانومتر و اندازه ویروس سرماخوردگی ۳۰ نانومتر می باشد و اندازه ویروس سرخک ۱۴۰ نانومتر است.

ویروسها موجودات بسیار ریزی هستند که نمی توانند به طور مستقل زندگی کنند ، لذا برای ادامه حیات به یاخته های بدن موجودات زنده هجوم میبرند. بر روی یاخته های بدن ، قسمتهایی وجود دارد که به آنها گیرنده های یاخته ای می گویند. همچنین بر روی ویروسها نیز ترکیبات خاصی وجود دارد که باعث می شوند ویروس ها بتوانند به این گیرنده ها اتصال یابند هرگاه یک ویروس بتواند به گیرنده یک یاخته اتصال یابد شرایط لازم برای آلوده شدن یاخته مذکور به وجود می آید. برای مثال : بر روی ویروس ایدز یک ماده پروتئینی وجود دارد که دانشمندان به آن جی پی ۱۲۰ (GP-120) می گویند. ویروس های ایدز با کمک جی پی ۱۲۰ قادرند فقط به یاخته هایی بچسبند که دارای گیرنده هایی به نام " سی دی ۴ " (CD-4) هستند.

بعضی از یاخته های خونی که نقش دفاع از بدن و مبارزه بامیکروبهها را برعهده دارند ، دارای گیرنده های " سی دی ۴ " (C .D - 4) هستند ، به همین خاطر مورد حمله ویروسهای ایدز قرار می گیرند و سرانجام ویروسهای ایدز بامتلاشی کردن این یاخته ها قدرت دفاعی بدن را ضعیف میکنند و سبب بیماری ایدز در فرد آلوده می شوند . فردی که سیستم ایمنی او ضعیف میشود در مقابل بیماریهای سل ، مالاریا ، ذات الریه آسیب پذیرتر می شود وباکتریهای شایع ، قارچ ها و انگل ها که در شرایط عادی قادر به ایجاد





عفونت در بدن نیستند ، از فرصت ایجاد شده بهره برده و به بدن حمله می کنند و عوارض مختلفی در بدن ایجاد می کنند.

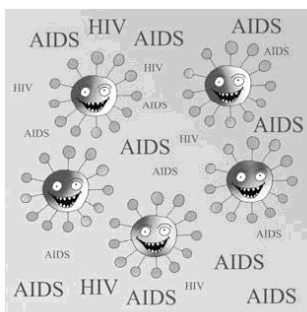
از طرفی این ویروس در طول عمر خود دچار جهش های فراوانی می شود که سبب می شود شکل آن بطور دائم تغییر کند، به همین علت دانشمندان هنوز نتوانسته اند برای آن واکسن تهیه کنند.

نام ویروس ایدز ، ویروس نقص ایمنی انسان می باشد که به زبان انگلیسی به آن **Human Immuno Deficiency Virus** یا به اختصار **HIV** می گویند که سبب بیماری نقص ایمنی اکتسابی می شود که به زبان انگلیسی **Acquired Immuno Deficiency Syndrome** می گویند که به اختصار **AIDS** نامیده می شود.





آشنایی با بیماری ایدز



کسانی که ناقل ویروس ایدز می باشند بعنوان بیمار مبتلا به ایدز محسوب نمی شوند و می توانند بدون علائم بیماری سالها زندگی کنند و تنها باید مراقب باشند با رعایت اصول بهداشتی این عارضه به دیگران منتقل نشود.

ورود ویروس به بدن

از زمان ورود ویروس به بدن تا زمان شروع علائم بیماری ایدز، ممکن است حتی بیش از ۱۰ سال هم طول بکشد، در این مدت ، افراد آلوده ، از نظر ظاهری به هیچ وجه قابل تشخیص نیستند اما می توانند بیماری را به دیگران منتقل کنند . از زمان ورود ویروس به بدن تا مثبت شدن جواب آزمایش خون ، ممکن است تا ۶ ماه طول بکشد. ویروس ایدز یا HIV می تواند از چند طریق راه به بدن انسان وارد شود:

- ۱) از طریق خون و فرآورده های خونی آلوده
- ۲) تزریق با سرنگ های آلوده مخصوصاً "استفاده مجدد از سرنگ های یکبار مصرف و وسایل پزشکی که کاملاً" استریل نشده باشند نظیر استفاده از سرنگ مشترک در معتادان تزریقی.



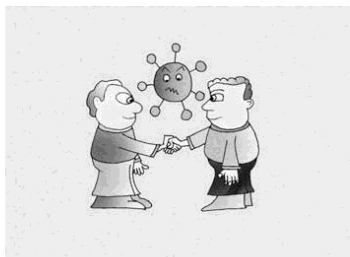


- ۳) تماس جنسی با فردی که آلوده به ویروس ایدز می باشد
- ۴) استفاده مشترک از تیغ سلمانی ، مسواک و لوازم حجامت و خال کوبی که به ویروس ایدز آلوده شده اند.
- ۵) از مادر مبتلا به ایدز به کودک که ممکن است انتقال قبل از زایمان ، حین زایمان و بعد از زایمان اتفاق افتد. ضمناً نوزادان می توانند از طریق تغذیه با شیر مادر مبتلا به آلوده شوند.

در گذشته به علت عدم اطلاع از بیماری ایدز و همچنین فقدان فن آوری آزمایشگاهی مناسب ، افراد زیادی در جهان که مبتلا به بیماری های خونی بودند و به علت بیماری نیازمند تعداد بسیار زیادی کیسه خون و فرآورده های آن بودند به علت استفاده حتی یک کیسه خون آلوده ، مبتلا به ایدز شده اند. افراد مبتلا نیز بدون آنکه بدانند این آلودگی را به همسر و فرزند خود منتقل نمودند . ولی درحال حاضر در سطح کشور خونهای اهدایی، فرآورده های خونی ، اعضای پیوندی و نسوج بادقت کنترل شده و انتقال از این طریق گزارش نشده است.

انتقال از روشهای زیر امکان پذیر نیست :

- ۱- انتقال از طریق هوا
- ۲- انتقال از طریق عطسه و سرفه
- ۳- دست دادن و بوسیدن





- ۴- استفاده مشترک از لوازم آشپزی مانند دیگ و چاقو
- ۵- استفاده از توالت های عمومی
- ۶- از طریق نیش حشرات و گاز جانوران
- ۷- از طریق شنا در استخرهای عمومی
- ۸- خوردن غذایی که توسط فرد آلوده به HIV تهیه شده باشد
- ۹- حضور در کنار فرد مبتلا در تاکسی یا اتوبوس

نحوه تشخیص ایدز

زمانی که ویروس عامل ایدز به بدن راه می یابد ، ، دو تا هشت هفته طول می کشد تا مورد شناسایی واقع شود. در افرادی که رفتارهای پرخطر داشته اند و نتیجه آزمایش آنها منفی بوده ، باید سه ماه بعد آزمایش را تکرار کنند و در صورت دارا بودن رفتارهای پرخطر، این آزمایش هر شش ماه یکبار باید تکرار شود ،در صورت مثبت شدن نتیجه آزمایش ، به منظور مشخص شدن نهایی آلودگی ، لازم است چندین آزمایش دیگر نیز انجام شود.

درمان

هزاران دانشمند در جستجوی یافتن روش های جدیدتر درمانی در زمینه ایدز هستند و روز به روز به نتایج مهم تری دست می یابند ، به گونه ای که علاوه بر ارزان قیمت تر شدن داروها ، مصرف داروهای جدید به افزایش طول عمر بیماران کمک کرده است و امید می رود با افزایش طول عمر بیماران و کشف راه های جدیدتر درمانی ، بتوان روزی موفق به درمان کامل بیماری ایدز شد.

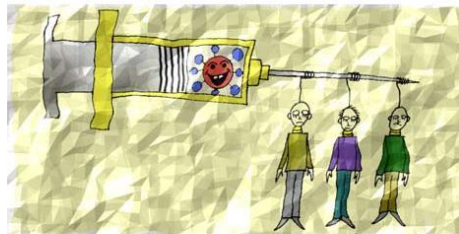


پیشگیری از ایدز

رعایت دستورات ذیل میتواند سبب پیشگیری از ایدز شود.

- ۱- اجتناب از بی بند و باری های جنسی
- ۲- استفاده از کاندوم جهت برقراری ارتباط جنسی با فردی که احتمال دارد مبتلا به ویروس عامل ایدز (HIV) باشد. از این طریق یک فرد مبتلا می تواند در کنار همسر سالم خویش به زندگی ادامه دهد. به گونه ای که کانون خانواده او از هم نباشد.

- ۳- عدم استفاده از سرنگ و سوزن مشترک در اعتیاد تزریقی



- ۴- عدم استفاده از سوزن و تیغ مشترک در آرایشگاهها (نظیر استفاده از سوزن های مشترک جهت امور خالکوبی در آرایشگاههای زنانه) ، مراکز فعال در زمینه حجامت ، و طب سوزنی
- ۵- قبل از بکار بردن هر گونه وسیله سوراخ کننده پوست ، باید از استریل بودن آن اطمینان حاصل شود.
- ۶- عدم استفاده از مسواک ، ناخن گیر ، تیغ صورت تراشی و برس بطور مشترک





رعایت احتیاطات لازم توسط پزشکان، پرستاران و همسر مراقبت کننده از بیمار

- ۱- هنگام کار باید از آسیب اجسام نوک تیز مانند سرسوزن، تیغ جراحی و..... جلوگیری شود.
- ۲- در موقع گرفتن نمونه خون یا دیگر ترشحات مختلف بیماران، باید از دستکش استفاده شود.
- ۳- پس از تماس دست با خون یا ترشحات بیماران، دستها باید با آب و صابون شسته شود، حتی اگر از دستکش استفاده شود.
- ۴- هیچ گاه نباید از دستکش کهنه یا سوراخ دار استفاده کرد. اصولاً شستشوی دست ها پس از معاینه بیماران از اهمیت زیادی برخوردار است.
- ۵- پس از تزریق، از قرار دادن پوشش سرسوزن بر روی سوزن باید خودداری کرد. سوزن ها باید در داخل یک قوطی فلزی مثل (قوطی شیرخشک) ریخته شوند و پس از ضدعفونی، به روش بهداشتی معدوم شوند.
- ۶- در مواردی که احتمال دارد خون به بدن یا لباس پاشیده شود (مثل جراحی، زایمان، آندوسکوپی و نظیر اینها) باید از گان، ماسک و عینک تواما" استفاده نمود.
- ۷- خون و ترشحات بیماران باید با احتیاط و با دستکش حمل شود.

۱۵



@caffeinebookly



caffeinebookly



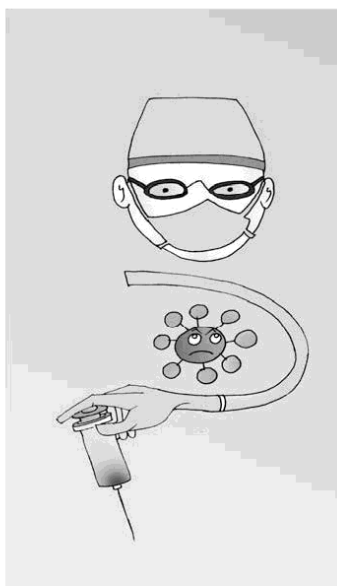
@caffeinebookly



caffeinebookly



t.me/caffeinebookly



- ۸- دندانپزشکان باید هنگام کار از دستکش ، عینک و ماسک استفاده نمایند.
- ۹- تمام نمونه های خون و مایعات بدن را باید پرخطر و آلوده فرض کرد.
- ۱۰- روپوش یا لباسهای آلوده به خون باید قبل از شستشو به مدت نیم ساعت در محلول حاوی کلر مانند پرکلرین یا هیپوکلریت سدیم (سفیدکننده خانگی) با غلظت نیم درصد قرار گیرد.
- ۱۱- اگر دست با وسیله آلوده ای خراشیده یا زخم شود بلافاصله باید محل زخم را فشار داده تا مقداری از خون آلوده خارج





اشتباهی با بیماری ایدز

گردد، آنگاه محل زخم را با آب و صابون شسته و حتی الامکان با محلول ضدعفونی کننده مثل کلرهگزیدین یک درصد یا بتادین ۲/۵ درصد ضدعفونی کرد.

۱۲- کارکنان امور بهداشتی و درمانی که دارای ضایعات پوستی، زخم های باز و نظیر اینها می باشند باید تا بهبودی کامل خود، از مراقبت بیماران مبتلا به ایدز معاف شوند و یا درحین مراقبت، حداقل از دو دستکش استفاده کنند.

۱۳- جداسازی بیماران HIV مثبت جز در موارد خاص، غیرعلمی و بی مورد است.

۱۴- اختصاصی کردن ظروف غذای بیماران ناقل ویروس ایدز ضرورت ندارد و سرویس آنها مانند سایر بیماران است.

۱۵- حرارت دادن، بهترین روش ضدعفونی و استریل کردن لوازم آلوده است.

۱۶- برای تمیزکردن مکان آلوده به خون یا ترشحات بدن لازم است اقدامات زیر صورت پذیرد.

الف) - پوشیدن دستکش

ب) - جمع آوری مواد آلوده با یک دستمال دارای قابلیت جذب خوب

ج) - شستشوی مکان آلوده با آب و مواد شوینده

د) - ضدعفونی مکان آلوده با محلول یک درصد هیپوکلریت سدیم (سفیدکننده خانگی) که حداکثر ۲۴ ساعت قبل از مصرف تهیه شده باشد.





واکسیناسیون افراد آلوده به ویروس ایدز

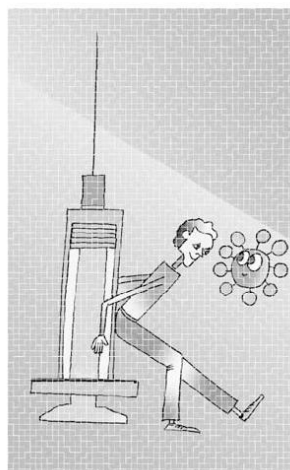
کسانی که آلودگی به ویروس ایدز آنان محرز شده است و بالای ۱۸ سال می باشند ، لازم است اقدام به انجام واکسیناسیون بشرح زیر نمایند.

۱- واکسن کزاز و دیفتری با رعایت نحوه تزریق و نوبت های یاد آور

۲- واکسن پنوموکوک در صورتی که قبلاً " تلقیح نشده باشد ، تنها یک نوبت تزریق کافی است.

۳- واکسن هپاتیت

۴- واکسن آنفلوآنزا درشروع پاییز هر سال





منابع :

- ۱- "بیماری ایدز در ایران و جهان" -
- ۲- وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی - مرکز مدیریت بیماریها -
آذرماه ۱۳۸۰
- ۳- "بروشور ایدز و خانواده" کمیته کشوری مبارزه با ایدز
- ۴- "اصول احتیاط های استاندارد برای کارکنان بهداشتی و درمانی" وزارت
بهداشت، درمان و آموزش پزشکی - مرکز مدیریت بیماریها
- ۵- حاتمی، حسین "اپیدمیولوژی بالینی و کنترل ایدز" جنبه های پزشکی
بالینی و کنترل ایدز
- ۶- پیش نویس دستورالعمل نظام مراقبت اپیدمیولوژیک نسل دوم - وزارت
بهداشت درمان و آموزش پزشکی - مرکز مدیریت بیماریها - اردیبهشت
۱۳۸۳

**1-Epidemiological Facts Sheets in
Islamic Republic of IRAN
-updated 25 January 2004 , WHO, UNAIDS, unicef
2-Report of AIDS epidemic update- December 2003
-WHO&UNAIDS**

