



۲

آشنایی با اچ‌آی‌وی، ایدز و خدمات کاهش آسیب موجود در زندان‌ها

سلامت از ارزشمندترین نعمات خداوند است و برخورداری از آن حق تمامی افراد جامعه می‌باشد.

امنیت خانواده ما در گرو سلامت جسمی، سلامت فکری و سلامت رفتاری ماست.



این مجموعه جزوه درباره اچ‌آی‌وی و ایدز، به توصیه اداره کل بهداشت و درمان سازمان زندان‌ها و اقدامات تأمینی و تربیتی کشور، توسط دفتر مقابله با مواد مخدر و جرم سازمان ملل متحد (UNODC)، و با همکاری ستاد مبارزه با مواد مخدر جمهوری اسلامی ایران تهیه شده است.

برای اطلاعات بیشتر در این زمینه می‌توانید از جزوه‌های دیگری که توسط اداره کل بهداشت و درمان زندان تهیه شده است استفاده نموده یا به مشاوران مربوطه مراجعه کنید.

با مطالعه جزوه‌های این مجموعه شما می‌توانید اطلاعات مفیدی در مورد یکی از بیماری‌هایی که در معرض خطر آن هستید کسب کنید. با رعایت این نکات بهداشتی، به حفظ سلامت خود و خانواده‌تان کمک کنید.



همسران افراد اچ‌آی‌وی مثبت چه نکاتی را باید رعایت کنند؟
استفاده مداوم و صحیح از کاندوم در تمام تماس‌های جنسی و وفاداری به همسر از مهم‌ترین نکات مورد رعایت است. ویروس عامل ایدز در ترشحات آلت تناسلی مرد قبل از انزال، مایع منی و ترشحات دستگاه تناسلی زنانه وجود دارد و در هنگام تماس جنسی منتقل می‌شود. به علاوه، خطر انتقال اچ‌آی‌وی در تماس جنسی مقعدی بسیار بیشتر از سایر انواع تماس‌های جنسی است، همین‌طور هر فردی که با افراد مختلفی رابطه جنسی برقرار کند در خطر بسیار بالایی از ابتلا به ایدز قرار می‌گیرد. توصیه شده است که هرگونه رابطه جنسی خصوصاً در افرادی که مشکوک به ابتلا به عفونت اچ‌آی‌وی و یا رفتارهای جنسی پرخطر (تعداد شرکای جنسی) هستند، از ابتدا تا انتها با استفاده از کاندوم انجام شود.

زندگی با مبتلایان به اچ‌آی‌وی و ایدز

چرا باید با افراد اچ‌آی‌وی مثبت رفتاری همانند دیگران داشته باشیم؟

باید مطمئن باشیم که معاشرت معمول از قبیل دست دادن، بغل کردن، بوسیدن، غذا خوردن با فرد مبتلا حتی از یک ظرف، استفاده از توالت، دستشویی، حمام یا استخر که قبلاً فرد مبتلا از آن استفاده کرده، خطری ندارد. یعنی اگر شخصی با فرد یا افراد مبتلا به ایدز زندگی می‌کند با رعایت راه‌های عدم انتقال و روش‌های پیش‌گیری، به این بیماری مبتلا نخواهد شد. افراد مبتلا و بیماران، مانند دیگر افراد جامعه از حق کامل زندگی برخوردارند. هیچ‌گاه عشق، محبت و حمایت عاطفی خود را از نزدیکان بیمار خود دریغ نکنیم. طرد کردن، انگ زدن و اعمال تبعیض در قبال بیمار، نه تنها کمکی به بهبود وضعیت او نمی‌کند، بلکه او را از برخورداری از یک محیط سالم محروم می‌نماید.

اگر از ابتلای خود یا همسر خود به اچ‌آی‌وی نگران هستیم چه باید بکنیم؟
اگر نگران ابتلاء به اچ‌آی‌وی هستیم می‌توانیم به مراکز مشاوره بیماری‌های رفتاری مراجعه کنیم. این مراکز هم در زندان‌ها و هم در خارج از زندان، خدمات پیش‌گیری از اچ‌آی‌وی را با حفظ رازداری و به صورت رایگان ارائه می‌کنند. در این مراکز علاوه بر آموزش، مشاوره و ارائه وسایل پیش‌گیری، آزمایش اچ‌آی‌وی به صورت رایگان انجام و نتیجه آن، چه مثبت و چه منفی، به صورت محرمانه به فرد اطلاع داده می‌شود و اقدامات مشاوره‌ای لازم برای پیگیری‌های بعدی انجام می‌شود. مبتلایان در صورت تمایل تحت مراقبت و درمان قرار می‌گیرند. هم‌چنین مشاور می‌تواند به جلب همکاری همسر کمک کند. این همکاری در پیش‌گیری از انتقال ویروس نقش مؤثری دارد. نشانی مراکز مشاوره را می‌توانید از مراکز بهداشتی درمانی منطقه خود دریافت کنید.



خلاصه‌ای درباره اچ‌آی‌وی و ایدز

ایدز (AIDS) بیماری است که در آن مجموعه‌ای از نشانه‌ها و علائم گوناگون، بر اثر عفونت با ویروسی به نام اچ‌آی‌وی و به علت ضعف دستگاه ایمنی بدن رخ می‌دهد.

اچ‌آی‌وی (HIV) ویروسی است که به دستگاه ایمنی بدن حمله و آن را به تدریج تخریب می‌کند.

آیا ابتلاء به اچ‌آی‌وی و ایدز یعنی پایان زندگی؟ خیر. مهم است بدانیم که افراد مبتلا به اچ‌آی‌وی می‌توانند با اقدامات درمانی و حمایتی مناسب و درپیش‌گرفتن شیوه زندگی سالم در کنار عزیزان خود، طول عمری تقریباً مشابه با متوسط طول عمر جامعه داشته باشند.

مراحل بیماری و مدت زمان آن چیست؟

باید بدانیم که عفونت اچ‌آی‌وی با بیماری ایدز یکی نیست. اگر اچ‌آی‌وی وارد بدن شده و در بدن مستقر شود، بعد از یک دوره زمانی محدود دستگاه دفاعی بدن را آنقدر ضعیف می‌کند که بدن دیگر نمی‌تواند در مقابل ابتلاء به بیماری‌ها مقابله کند. در نتیجه، میکروب‌هایی که در یک بدن سالم می‌تواند به راحتی نابود شود، در بدن فرد مبتلا به اچ‌آی‌وی، عفونت‌های شدید و حتی کشنده ایجاد می‌کند. در این صورت می‌گوییم شخص وارد مرحله بیماری ایدز شده است.

اچ‌آی‌وی از چه راه‌هایی منتقل می‌شود؟

اچ‌آی‌وی از همه این راه‌ها قابل انتقال است:

- از راه تماس جنسی با فرد مبتلا از راه واژن یا مقعد (بدون استفاده از کاندوم)
- با استفاده مشترک از وسایل تزریق، تیغ اصلاح و یا هر نوع وسیله‌ی تیز و برنده دیگر آلوده به ویروس
- از راه انتقال خون و فرآورده‌های خونی حاوی ویروس
- از مادر مبتلا، به نوزاد در طی حاملگی، زایمان و شیردهی

اچ‌آی‌وی از چه راه‌هایی منتقل نمی‌شود؟
اچ‌آی‌وی از هیچ‌کدام از راه‌های زیر قابل انتقال نیست:

- نه از راه تماس معمولی افراد در منزل یا اجتماع با بیمار

- نه از راه دست‌دادن
- نه از راه استفاده از وسایل غذاخوری مشترک: بشقاب، لیوان، قاشق
- نه از راه استفاده از استخرها و یا توالت عمومی
- نه از راه بغل گرفتن و یا بوسیدن صورت
- نه از راه عطسه و سرفه، یا تماس با اشک و عرق بیمار
- نه از راه نیش حشرات
- نه از راه لمس دستگیره در، میله اتوبوس، راه پله، گوشی تلفن...

چه عواملی خطر ابتلاء به عفونت اچ‌آی‌وی را بیشتر می‌کند؟

- تعدد شرکای جنسی و دفعات تماس جنسی حفاظت نشده (بدون استفاده از کاندوم)
- وجود یک بیماری آمیزشی درمان نشده (با علائمی مانند زخم، ترشح و یا سوزش دستگاه تناسلی) در یکی از دو طرف رابطه جنسی
- ایجاد زخم، خراشیدگی و خونریزی در جریان تماس جنسی (مثلاً در صورت وجود خونریزی در اثر قاعدگی یا پارگی، یا ایجاد پارگی مخاطی مثل نزدیکی از راه مقعد)
- نوع تماس جنسی (مثلاً خطر انتقال در نزدیکی مقعدی بیش از نزدیکی از راه مهبل است).

«رفتارهای پرخطر» چیست؟

باید بدانیم که اچ‌آی‌وی از راه تماس با پوست و یا از راه هوا منتقل نمی‌شود و ویروس نمی‌تواند به مدت زیادی در خارج از بدن زنده بماند. بنابراین نمی‌تواند از راه ارتباط عادی روزانه افراد حتی با فرد بیمار در منزل یا محل کار یا اجتماع عمومی منتقل شود. فقط بعضی از رفتارهایی که «پرخطر» نامیده می‌شوند، می‌توانند راهی برای انتقال این ویروس بین افراد سالم و افراد مبتلا ایجاد کنند.

«رفتارهای پرخطر» از این قرارند:

- استفاده مشترک از وسایل تزریق (سرنگ و سوزن، قاشق، فیلتر و ...)
- استفاده مشترک از وسایل خالکوبی و تاتو (قلم، جوهر و ...)
- وسایل سوراخ کردن گوش
- استفاده مشترک از تیغ اصلاح
- تماس جنسی نالین (یعنی بدون استفاده از کاندوم) با جنس مخالف یا باهم جنس
- زد و خورد و شرکت در نزاع و درگیری‌ها (به دلیل امکان بروز جراحت و ایجاد زخم و احتمال انتقال آلودگی از طریق تماس با خون آلوده دیگر افراد).

استفاده از الکل و مواد روانگردان

باید بدانیم که استفاده از موادی مثل هرویین، الکل، اکستاسی (قرص X) شیشه و ... که قدرت تصمیم‌گیری فرد را برای انتخاب رفتارهای سالم مختل می‌کند، موجب بروز رفتارهای پرخطر می‌شود و شرایط انتقال ویروس را بیشتر می‌کند.

تشخیص و درمان اچ‌آی‌وی و ایدز

ابتلاء به اچ‌آی‌وی چگونه آشکار می‌شود؟
از ظاهر فرد نمی‌توان فهمید که آیا او به اچ‌آی‌وی مبتلا است یا خیر. تنها راه مطمئن برای تشخیص، آزمایش اچ‌آی‌وی است. تشخیص اچ‌آی‌وی فقط توسط پزشک و پس از انجام مشاوره و آزمایش امکان‌پذیر است.

ابتلاء به ایدز چگونه تشخیص داده می‌شود؟

بر پایه آشکار شدن یک یا تعدادی از عفونت‌ها در افراد مبتلا به اچ‌آی‌وی و پس از انجام مشاوره و آزمایش، فقط پزشک می‌تواند تشخیص دهد که فرد وارد مرحله پیشرفته یا ایدز شده است.

اگر در مورد وضعیت اچ‌آی‌وی خود تردید دارید... توصیه می‌کنیم برای انجام مشاوره و دریافت خدمات بیشتر به کلینیک مثلثی یا بهداری زندان مراجعه کنید. خدمات کلینیک‌های مثلثی، با حفظ رازداری و به صورت رایگان ارائه می‌شود.

اگر ایدز قابل علاج نیست، دارو و درمان چه تأثیری دارد؟
با این که ایدز هنوز علاج قطعی ندارد اما در صورت تشخیص پزشک، داروهای تجویز می‌شود که وضعیت زندگی بیمار را بهبود می‌دهد و طول عمر او را بیشتر می‌کند. در صورت تجویز دارو، باید طبق توصیه پزشک پیگیری و عمل شود.

