در روزهای پس از بروز یک حادثه، کودکان به حمایت و مراقبت بیشتری نیاز دارند. ممکن است خیلی بترسند و فشار زیادی به آنها وارد شده باشد.

خبر

شناسایی و درمان ۱۳۷۲ بیمار مبتلا به HIV در هرمزگان

ایسنا| معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان تعداد کل آمار مبتلایان به HIV در هرمزگان را ۱۳۷۲ نفر اعلام کرد که از این تعداد ۹۹۲ مرد و ۳۸۰ زن هستند. دکتر محمود حسین‌پور در جمع خبرنگاران، با اشاره به آمار افراد زنده، تحت درمان و فوتی مبتلا به HIV در هرمزگان، گفت: «موارد زنده مبتلا به HIV در هرمزگان ۶۳۹ نفر (۴۱۵ مرد و ۲۲۴ زن)، افراد تحت درمان ۴۱۱ نفر (۲۲۳ مرد و ۱۸۸ زن) و تعداد فوت شدگان ناشی از این بیماری ۵۱۱ نفر است.» او درصد راه انتقال به‌صورت تجمعی را به ترتیب، تماس جنسی محافظت نشده ۴۸.۶ درصد، تزریق و سرنگ مشترک ۲۹ درصد، انتقال از مادر مبتلا به کودک ۱.۴ درصد و سایر موارد ۲۱ درصد عنوان کرد. رئیس مرکز بهداشت استان با بیان اینکه احتمال می‌رود حدود ۳ هزار و ۵۰۰ بیمار مبتلا به HIV در هرمزگان وجود داشته باشد، عنوان کرد: «با آموزش و اطلاع‌رسانی می‌توان با شناسایی دقیق و درمان به موقع گامی اساسی در راستای پیشگیری و کنترل این بیماری برداشت و یک زندگی با کیفیت را برای این بیماران رقم زد.»

آنچه باید درباره پیشگیری، ابتلا و درمان ایدز بدانیم

اچ آی وی همان ایدز است؟

عکس: gettyimages

۱ تاریخچه ایدز

زندگی انسان روی کره زمین، از ابتدا با دشواری‌ها و چالش‌های زیادی همراه بود. برای قرن‌ها و هزاره‌ها، مسائلی مثل تهیه غذا، گرما و سرما، اقامت و مواجهه با حیوانات درنده مهم‌ترین دغدغه‌های بشر بوده‌اند.

حتی بعد از اینکه اجداد ما متمدن شدند هم نگرانی‌ها و مشکلات دست از سر آنها برنداشت: جنگ‌های بزرگ و همه‌گیری بیماری‌های خطرناکی مثل سل، حصبه، وبا و طاعون هر کدام در دوره‌هایی باعث شدند که بخش‌های بزرگی از جمعیت زمین از بین بروند.

در قرن بیستم با تمام شدن جنگ‌های جهانی و کنترل خیلی از بیماری‌های عفونی که پیش از این باعث مرگ بیماران می‌شد، به‌نظر می‌رسید بالاخره انسان به نقطه‌ای رسیده که می‌تواند با آرامش و بدون ترس از بیماری‌های واگیردار و کشنده به زندگی خودش ادامه دهد.

اما در اوایل دهه ۸۰ میلادی، جهان با طاعونی جدید مواجه شد. بیماری‌ای کشنده که قشر خاصی را هدف گرفته بود و مثل یک نفرین، معتادان تزریقی، هم‌جنسگرایان، مهاجران اهل هاییتی و بیماران هموفیلی را با علایمی مثل التهابات حادریوی و مشکلات پوستی غیرقابل کنترل درگیر می‌کرد. با شروع مرگ‌ومیرهای گسترده ناشی از این بیماری مطالعه روی منشأ آن شروع شد.

جامعه پزشکی با موردی هولناک و ناشناخته روبه‌رو بود و تازه دوسال بعد از شروع تحقیقات، یعنی درسال ۱۹۸۲ مرکز کنترل بیماری‌های آمریکا توانست اسمی برای این بیماری انتخاب کند: ایدز.

عامل ایدز ویروسی به نام اچ آی وی است. این ویروس سیستم ایمنی بدن را ضعیف و به تدریج شروع به نابود کردن بخشی از سلول‌های گلبول سفید خون می‌کند. با کم شدن این سلول‌ها فرد به ایدز مبتلا می‌شود.

اما ایدز یکباره اتفاق نمی‌افتد. گاه ممکن است بدن سال‌ها در برابر این ویروس و اثرات مخرب آن مقاومت کند. این بیماری سه مرحله دارد: مرحله اول با ورود ویروس به بدن و ابتلای فرد شروع می‌شود. در این مرحله بدن با یک عفونت حاد روبه‌رو می‌شود، اما اغلب این عفونت فروکش کرده و بیماری به اصطلاح وارد مرحله دوم نهفتگی می‌شود، این مرحله گاهی سال‌ها طول می‌کشد.

این دوره برای کنترل بیماری یک زمان طلایی است، جدی گرفتن علایم و انجام آزمایش‌های تشخیصی به شناسایی بیماری منتهی شده و انتخاب درمان مناسب در دوره سوم که مرحله ابتلاست، شانس زنده ماندن و زندگی عادی بیمار را افزایش می‌دهد.

اول دسامبر به‌عنوان روز جهانی ایدز نام‌گذاری شده، سازمان بهداشت جهانی (WHO) این روز را به‌عنوان فرصتی برای به اشتراک گذاشتن اطلاعات لازم در مورد وضع شیوع این بیماری و شیوه‌های موثر مقابله و کنترل آن، به‌خصوص در جوامعی نرخ شیوع در آنها بالاست، انتخاب کرده است.

۲ شناخت و تشخیص

موضوع حیاتی در تشخیص این بیماری شناختن نشانه‌های آن است. تب مزمن، یعنی تبی که بی‌دلیل شروع شده و با دارو و استراحت قطع نشود، نیاز به بررسی دارد. کاهش وزن بی‌دلیل، تورم غدد لنفاوی گردن، ران و زیربغل، همچنین عرق کردن در هنگام خواب، خستگی و ضعف، برفک زبان و عفونت‌های قارچی در اندام تناسلی هم نشانه‌های دیگر بیماری هستند که باید جدی گرفته شوند.

از آزمایش دادن نترسید: تنها راه تشخیص اچ‌آی‌وی، انجام آزمایش اختصاصی است. این آزمایش معمولا رایگان و به صورت کاملا محرمانه است و نتیجه آن به صورت کد و فقط به خود شخص اعلام می‌شود.

راه‌های ابتلا را بشناسید: این یک واقعیت است که ویروس اچ‌آی‌وی، اغلب از طریق روابط جنسی پر خطر منتقل می‌شود. همین‌طور استفاده اشتراکی از سرنگ آلوده هم باعث شده معتادان تزریقی در برابر این بیماری آسیب‌پذیر باشند. انتقال ویروس از مادر به کودک در دوره حاملگی و شیردهی بالاست، دریافت خون و فرآورده‌های خونی آلوده، تماس با ابزار تیز و برنده آلوده و انجام تتو در مراکز غیربهداشتی هم از راه‌های دیگر انتقال ویروس است.

مراقبت مهم‌ترین گام پیشگیری از ابتلا به ایدز: ایدز، واکسن یا درمان قطعی ندارد و مهم‌ترین روش برای مقابله با آن در درجه اول پیشگیری و مراقبت است. استفاده از ابزارهای محافظتی در روابط جنسی و استفاده از سوزن استرلیزه و غیراشتراکی مهم‌ترین راه‌های پیشگیری است.

از بیماری بترسیم و بیمار را حمایت کنیم: می‌دانیم که مراقبت نخستین راه مبتلا نشدن به ویروس اچ‌آی‌وی است. دانستن این نکته هم مهم است که ویروس از طریق تماس‌های روزمره مثل دست دادن، در آغوش کشیدن و استفاده از لوازم غیرشخصی افراد مبتلا منتقل نمی‌شود. این ویروس مسری نیست و در اماکن عمومی و در حال انجام فعالیت‌های روزانه به آن مبتلا نخواهید شد.

۳ باورهای اشتباه

ایدز یکی از بیماری‌هایی است که افسانه‌ها و اطلاعات نادرست در مورد آن فراوان است، گاهی این باورهای غلط می‌تواند ذهنیتی غیرواقعی نسبت به بیماری ایجاد کند، بعضی از این باورهای غلط را مرور می‌کنیم:

اچ آی وی همان ایدز است

اچ‌آی‌وی نوعی ویروس است که وارد بدن می‌شود و می‌تواند به دیگران انتقال پیدا کند. اما ایدز زمانی اتفاق می‌افتد که سیستم دفاعی بدن فرد دارای اچ‌آی‌وی ضعیف شده و دیگر توان مقابله با ویروس را نداشته باشد. درواقع فرد می‌تواند حامل و ناقل ویروس اچ‌آی‌وی باشد، اما هرگز مبتلا به ایدز نشود.

ایدز تنها سراغ افرادی که زندگی بی‌بند و بار دارند، می‌رود

اگر در مورد این بیماری تنها بر سر یک موضوع اتفاق نظر وجود داشته باشد، آن نکته این است که فقط و فقط رعایت موارد بهداشتی و مراقبت‌های جنسی و اعمال پیشگیرانه، از ابتلا به این بیماری جلوگیری می‌کند. متاسفانه یا خوشبختانه هیچ نوع اعتقاد، باورمندی، نوع زندگی شهری یا روستایی در ابتلا به این بیماری موثر نیست. رفتارهای پرخطر نامتعارف جنسی و تزریق موادمخدر با سرنگ مشترک، احتمال دریافت این عفونت را بیشتر می‌کند.

همنشینی با بیماران مبتلا به ایدز باعث انتقال HIV می‌شود

ویروس HIV از طریق تماس، اشک، عرق یا بزاق دهان منتقل نمی‌شود. بغل کردن، بوسیدن یا دست دادن با فرد مبتلا، تماس با سطح توالت فرنگی یا دستگیره در بعد از بیمار، پوشیدن لباس او و استفاده از تجهیزات ورزشی مشترک در باشگاه ورزشی ویروس را منتقل نمی‌کند.

بیماری ایدز درمان دارد

در حال حاضر برای این بیماری درمان قطعی وجود ندارد. داروهای موجود طول عمر افراد مبتلا را افزایش داده و مرگ را به تعویق می‌اندازند. این داروها درواقع پیشرفت بیماری را به تأخیر انداخته و کیفیت زندگی افراد مبتلا را بهبود می‌بخشد، اما بیماری را به‌طور کامل محو نمی‌کند.

ایدز پایان زندگی است

این واقعیتی است که اچ‌آی‌وی سیستم ایمنی بیماران را ضعیف می‌کند، اما با استفاده از داروهای ضدرتروویروسی، طول عمر افراد مبتلا به اچ‌آی‌وی بیشتر شده و می‌توانند سال‌های بیشتری زندگی با کیفیت داشته باشند.

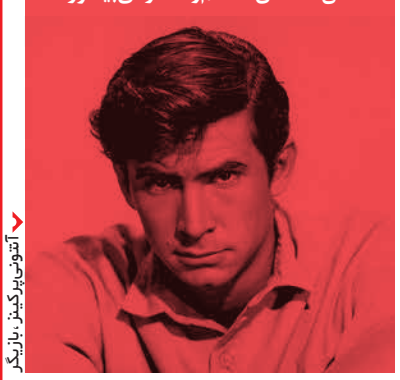
۴ افراد مشهور مبتلا به ایدز

راک هادسن برای سال‌های سال الگو و نماینده مرد قوی در فیلم‌های هالیوودی بود. او همیشه نقش مردانی را بازی می‌کرد که می‌توان با تکیه بر آنها از بحران‌ها گذر کرد. قهرمان‌هایی که گاه به خوبی درک نمی‌شدند یا از طریق نزدیکان‌شان مورد سوءاستفاده قرار می‌گرفتند، چهره موفق تبلیغات و نمونه انسان سالم.

خبر ابتلای این هنرپیشه بزرگ و خوش چهره به ایدز، خبری معمولی نبود. هادسن درسال ۱۹۸۴ جراحی قلب باز کرده بود و احتمال دارد دلیل انتقال ویروس به بدن او، تزریق خون آلوده، حین این عمل بوده باشد. یک‌سال بعد یعنی درسال ۱۹۸۵ تنها یک ماه قبل از تولد ۶۰ سالگی، این ستاره بزرگ سینما از دنیا رفت. پس از مرگ دراماتیک راک، خانواده و دوستان نزدیکش مثل الیزابت تیلور و دوریس دی کمپین‌های بسیاری برای اطلاع‌رسانی و آگاهی درباره این بیماری برگزار کردند که باعث جذب سرمایه‌های قابل توجه برای تحقیقات و یافتن درمانی برای ایدز شد.

• فردی مرکوری موسیقی دنیا را از جهات زیادی تغییر داد. گروه انگلیسی کوین، تاریخ موسیقی، سلیقه مخاطب، اجرای کنسرت و جسارت در سبک‌های مختلف را با استاندارد جدیدی مواجه کرد، اما شاید تکان دهنده‌ترین بخش داستان کوین خبر ابتلای «فردی» به ایدز بود. این موزیسین و خواننده پر جنب‌وجوش به‌مدت چهارسال بیماری‌اش را از علاقه‌مندانش مخفی کرد. اما سرانجام در بیست‌وچهارم نوامبر ۱۹۹۱ در حالی که تنها ۴۵ سال داشت، بر اثر ذات‌الریه ناشی از ایدز درگذشت. فردی قبل از مرگش تلاش‌هایی جدی برای اطلاع‌رسانی درمورد این بیماری کرد و پس از مرگش هم به یاد او بودجه‌های بسیاری برای آگاهی دادن در مورد ایدز و درمانش اختصاص داده شد.

• علاقه‌مندان فیلم‌های کلاسیک هرگز چهره سرد آنتونی پرکینز را در فیلم روانی هیچکاک فراموش نمی‌کنند. این بازیگر مشهور درسال ۱۹۹۲ بر اثر عوارض ناشی از ایدز درگذشت. او که سال‌ها به توصیه همسرش بیماری را از مردم و رسانه‌ها مخفی کرده بود درنهایت با این جمله در یاد علاقه‌مندانش باقی ماند: به گمان اغلب مردم، ایدز عذاب خداوند است، اما من معتقدم این بیماری فرستاده شده تا به انسان‌ها عشق، تفاهم و همدردی بیاموزد.



آنتونی پرکینز، بازیگر

نکته

عفونت گوش، بیماری ناشناخته فصل سرد

در فصل‌های سرد و با همه‌گیر شدن بیماری‌هایی مثل سرماخوردگی و آنفلوآنزا، عفونت گوش میانی هم شایع می‌شود. قرار گرفتن در معرض دود سیگار باعث تولید مایع در گوش میانی، عفونت‌های مکرر و کاهش شنوایی می‌شود. به گزارش مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌های آمریکا، تنفس سموم سیگار باعث تحریک سلول‌های ایمنی می‌شود و پاسخ سلول‌های ایمنی به این تحریک، تورم غدد لنفاوی، مخصوصا غدد مجاور لوله استاش است. تورم غدد باعث فشرده شدن این کانال و عفونت گوش میانی می‌شود.

متخصصان گوش و حلق و بینی معتقدند علایم و نشانه‌های عفونت گوش می‌تواند نشانگر چندین ناراحتی بالینی خاص باشد. بسیار مهم است که تشخیص بیماری بسیار دقیق و درمان آن به‌موقع باشد. اما توصیه برای مراجعه به پزشک در چه زمانی اولویت پیدا می‌کند؟ یک متخصص گوش و حلق و بینی می‌گوید اگر علایم بیش از یک روز طول کشیدند، یا درد گوش شدید بود، باید به پزشک مراجعه کنید. تخلیه مایع، چرک و ترشحات خون‌آلود از گوش نشانه این است که بی‌تردید و فوری باید به نخستین مرکز درمانی بروید و برای درمان مشکل‌تان اقدام کنید.

نوزادانی که در حالت درازکش از بطری شیر می‌نوشند، بیشتر از کودکانی که از شیر مادر تغذیه می‌کنند، دچار عفونت گوش می‌شوند. وضع قرارگیری سر و همچنین قوی‌بودن عملکرد دستگاه ایمنی این کودکان از دلایل مقاومت آنها در برابر این بیماری است.

داروهای ضدسرماخوردگی و ضدحساسیت مانند آنتی‌هیستامین‌ها و ضداحتقان‌ها کمکی به پیشگیری از عفونت‌های گوش نمی‌کنند. امروزه دانشمندان در حال تهیه واکسن‌هایی هستند که در پیشگیری از عفونت گوش میانی امیدوارکننده به‌نظر می‌آیند. البته حصول اطمینان در زمینه موثر و بی‌خطر بودن این واکسن‌ها به زمان بیشتری نیاز دارد.

تحقیقات نشان می‌دهد مواد قندی می‌توانند موجب بروز آن دسته از بیماری‌های گوش میانی شوند که از طریق تولید بیش از حد انسولین و به دنبال آن کاهش سریع قند خون ممکن است رخ دهد. به دنبال کاهش سطح قندخون، هورمون‌های ضدانسولین مثل آدرنالین ترشح می‌شوند که باعث کاهش گردش خون و انقباض رگ‌های خونی در اندام‌های مختلف بدن از جمله گوش می‌شوند. آزمایش بیماران مبتلا به این عفونت نشان داده است که این افراد دارای سطح بالای انسولین هستند و به محض آنکه تحت رژیم‌های پروتیینی و کم کربوهیدرات قرار بگیرند، سرگیجه آنها کنترل می‌شود و شنوایی بسیاری از آنها بهبود پیدا کرد.