

ویروس نقص ایمنی انسانی (HIV) Human Immunodeficiency Virus

ویروس نقص ایمنی انسانی (HIV) ویروسی است که سیستم ایمنی بدن را هدف قرار می‌دهد. از طریق خون و مایعات بدن مانند مایع منی، مزی (مایع قبل از انزال)، مایعات واژینال، مایعات مقعدی و شیر پستان/سینه منتقل می‌شود.

HIV را می‌توان با داروهای ضد ویروسی کنترل کرد.

علل Causes

HIV می‌تواند از طریق تماس جنسی واژینال و مقعدی منتقل شود. این امر هم شامل دخول جنسی و هم فعالیت‌های جنسی است که در آن تبادل مایعات بدن وجود دارد. احتمال انتقال HIV از طریق رابطه جنسی دهانی یا هنگام استفاده از اسباب بازی‌های جنسی بسیار کم است.

HIV همچنین می‌تواند از طریق استفاده اشتراکی از وسایل مصرف مواد مانند سوزن سرنگ منتقل شود.

HIV در خارج از بدن برای مدت طولانی زنده نمی‌ماند. این بیماری از طریق تماس‌های معمولی مانند بوسیدن یا استفاده از لیوان‌های نوشیدنی مشترک با فردی که HIV دارد منتقل نمی‌شود.

اگر به HIV مبتلا شوید، حتی اگر علائمی ندارید، می‌توانید آن را به دیگران منتقل کنید.

علائم Symptoms

معمولاً متوجه هیچ علائمی نمی‌شوید یا علائم HIV را با یک بیماری دیگر اشتباه می‌گیرید. اگر علائم اولیه را داشته باشید، به احتمال زیاد بین 2 تا 4 هفته پس از تماس جنسی ظاهر می‌شوند. علائم اولیه رایج عفونت HIV، بیماری سروکانورژن نامیده می‌شود. این علائم عبارتند از:

- تب
- گلو درد
- سردرد
- درد عضلانی و درد مفاصل
- تورم غدد

آزمایشات و تشخیص Tests and Diagnosis

آزمایش HIV با نمونه خون انجام می‌شود. آزمایش‌ها یا در پی یافتن آنتی‌بادی یا مقدار کمی از خود ویروس هستند. آنتی‌بادی‌های HIV توسط سیستم ایمنی برای مقابله با ویروس ساخته می‌شوند.

گزینه‌هایی برای نحوه آزمایش HIV وجود دارد، از جمله:

- نمونه خون از بازو گرفته و برای آزمایش به آزمایشگاه فرستاده می‌شود.
- یک قطره خون از انگشت گرفته می‌شود و نتیجه در عرض چند دقیقه مشخص می‌گردد. این تست، آزمون مراقبتی در بالین بیمار (POC) یا تست سریع نامیده می‌شود. این تست دوره پنجره طولانی‌تری دارد، به این معنی که زمان بیشتری طول می‌کشد تا نتایج دقیق باشند. آزمایش POC معمولاً به عنوان یک آزمایش غربالگری استفاده می‌شود، بنابراین یک نمونه خون نیز باید گرفته شود.

همه افراد باید حداقل یک بار در زندگی خود آزمایش HIV بدهند. با ارائه دهنده مراقبت‌های بهداشتی خود در مورد اینکه چند بار باید آزمایش دهید مشورت کنید. به طور کلی، بهتر است در موارد زیر آزمایش HIV بدهید:

- وجود علائم
- داشتن شریک جنسی که آزمایش HIV او مثبت شده است
- استفاده اشتراکی از وسایل مصرف مواد مانند سوزن سرنگ
- طی غربالگری‌های معمول برای بیماری‌های مقاربتی
- بارداری

در بریتیش کلمبیا، می‌توانید بدون استفاده از نام واقعی خود، آزمایش HIV انجام دهید. با کلینیک محلی خود تماس بگیرید تا ببینید چه گزینه‌هایی ارائه می‌دهند. تعداد محدودی از کلینیک‌ها در بریتیش کلمبیا آزمایش HIV ناشناس ارائه می‌دهند.

دوره پنجره (چقدر باید قبل از آزمایش صبر کرد):

انواع مختلفی از آزمایشات برای HIV وجود دارد. بسته به نوع آزمایشی که استفاده می‌شود، اکثر نتایج آزمایش 3 هفته پس از تماس با HIV دقیق هستند اما ممکن است تا 3 ماه طول بکشد. در بریتیش کلمبیا، اکثر نتایج آزمایش باید در 10 روز آماده شود.

درمان Treatment

HIV با داروهای تجویزی سرکوب‌کننده ویروسی به نام درمان ضدترئوویروسی بسیار فعال (HAART) کنترل می‌شود. مصرف دارو در چند سال گذشته بسیار آسان‌تر شده است. درمان‌های جدید شامل دو یا سه داروی ترکیب شده در یک قرص است. بسیاری از افراد مبتلا به HIV فقط با یک یا دو قرص در روز درمان می‌شوند.

شریک‌های جنسی Sexual Partners

اگر HIV در شما تشخیص داده شده است، شریک جنسی شما باید آزمایش بدهد. احتمال انتقال HIV به شریک جنسی بستگی به عوامل زیادی دارد، مانند سطح HIV که یک فرد در بدن خود دارد (بار ویروسی HIV)، نوع مواجهه با آن، و اینکه آیا از کاندوم استفاده شده است یا خیر.

راه‌هایی جهت در میان گذاشتن این موضوع با شریک زندگی وجود دارد. می‌توانید شخصاً یا بصورت ناشناس به شریک زندگی خود این موضوع را بگویید. با ارائه دهنده مراقبت‌های بهداشتی خود در مورد آنچه که برایتان مناسب است صحبت کنید.

شبکه حقوقی HIV/AIDS کانادا منبع خوبی برای کسب اطلاعات حقوقی به روز درباره HIV است.

عوارض Complications

اگر HIV زود درمان شود، احتمال کمتری دارد که مشکلات سلامتی دیگری داشته باشید. درمان زودهنگام به حفظ سلامت سیستم ایمنی کمک می‌کند. مصرف زودهنگام دارو احتمال انتقال HIV به افراد دیگر را نیز کاهش می‌دهد.

در صورت عدم درمان، HIV می‌تواند منجر به عوارض جدی شود.

اگر HIV سیستم ایمنی شما را ضعیف کند، ابتلا به عفونت‌ها یا سرطان‌هایی که به ندرت در افراد دارای سیستم ایمنی سالم رخ می‌دهد را آسان‌تر می‌کند. داشتن HIV به معنای ابتلا به ایدز نیست. ایدز زمانی اتفاق می‌افتد که سیستم ایمنی بدن شما به شدت توسط HIV ضعیف شده باشد. حتی بدون درمان، مدت زیادی طول می‌کشد تا HIV به ایدز تبدیل شود، معمولاً 10 تا 12 سال.

پاردراری: اگر باردار هستید، باید از نظر HIV غربالگری شوید. شما می‌توانید HIV را در حین تولد و از طریق شیردهی به فرزندتان منتقل کنید.

جلوگیری Prevention

برای کمک به جلوگیری از ابتلا به HIV، می‌توانید موارد زیر را انجام دهید:

- از کاندوم استفاده کنید
- داروی پیشگیری پیش از مواجهه (PrEP) را در نظر داشته باشید
- داروی پیشگیری پیش از مواجهه (PEP) را در نظر داشته باشید
- اگر از مواد مخدر استفاده می‌کنید، وسایل مصرف مانند سوزن یا نی را به اشتراک نگذارید
- هر بار که مواد مخدر مصرف می‌کنید از وسایل جدید استفاده کنید
- برای سایر بیماری‌های مقاربتی آزمایش دهید زیرا می‌توانند احتمال ابتلا به HIV (یا انتقال آن) را افزایش دهند

بهتر است که به طور منظم برای بیماری‌های مقاربتی آزمایش بدهید، به خصوص اگر شریک جنسی جدید یا روابط باز دارید. صحبت کردن با شریک زندگی در مورد رابطه جنسی ایمن باعث می‌شود که همه بدانند چه انتظاری داشته باشند. کاندوم عالی است به شرطی که برای شما کارساز باشد – استفاده صحیح از کاندوم احتمال ابتلا و انتقال HIV را کاهش می‌دهد.

منابع

HealthLink BC – اطلاعات در مورد HIV به چندین زبان <https://www.healthlinkbc.ca/healthlinkbc-files/hiv>

SmartSexResource (منبع سکس هوشمند) - اگر نگران HIV هستید یا اضطراب دارید
<https://smartsexresource.com/topics/worry-and-anxiety>

TransCareBC - اطلاعات سلامت جنسی و باروری تأیید کننده جنسیت
<http://www.phsa.ca/transcarebc/care-support/access-care/sexual-hlth>

CATIE - HIV و سلامت عاطفی: کتابچه‌ای که برای افراد مبتلا به HIV نوشته شده است
<http://www.catie.ca/sites/default/files/pg-emo-wellness-en-07032018b.pdf>

HALCO & CATIE – افشای HIV: راهنمای قانونی برای مردان همجنسگرا در کانادا
<http://library.catie.ca/PDF/ATI-20000s/26081.pdf>

SexandU - اطلاعات در مورد HIV و ایدز (کانادایی)
<http://www.sexandu.ca/stis/hiv/>

The Body - اطلاعات در مورد HIV و ایدز (ایالات متحده آمریکا)
<http://www.thebody.com/>

سازمان‌های HIV در بریتیش کلمبیا

AIDS Vancouver (ایدز ونکوور) – پیشگیری و حمایت HIV در بریتیش کلمبیا
<http://www.aidsvancouver.org/>

AIDS Vancouver Island (ایدوز ونکوور آیلند) – آموزش و حمایت از افراد مبتلا به HIV و هیپاتیت C
<http://avi.org/>

Vancouver Island Persons with AIDS Society (انجمن افراد مبتلا به ایدز ونکوور آیلند) - ارائه حمایت هم‌تایان از افراد مبتلا به HIV
<http://www.vpwas.com/>

Heart of Richmond AIDS Society (انجمن ایدز هارت آو ریچموند) – خدمات محلی و پشتیبانی برای افراد مبتلا به HIV
<http://heartofrichmond.com/>

Living Positive Resource Centre (مرکز منابع زندگی مثبت) – خدمات پشتیبانی و حمایت از مردم در سنترال اوکاناگان
<http://lprc.ca/>

Positive Living Fraser Valley (زندگی مثبت فریزر ولی) – حمایت و اطلاع‌رسانی به افراد مبتلا به HIV، هیپاتیت C و سل
<https://www.plfv.org/>

Oak Tree – مراقبت‌های غیربستری بیمارستان زنان بریتیش کلمبیا برای زنان باردار HIV مثبت
<http://www.bcwomens.ca/our-services/specialized-services/hiv-care-for-women-families>

Positive Living Society of British Columbia (انجمن زندگی مثبت بریتیش کلمبیا) - حمایت از افراد HIV مثبت در بریتیش کلمبیا
<https://positivelivingbc.org/>

BC Centre for Excellence in HIV/AIDS (مرکز تعالی بریتیش کلمبیا در HIV/ایدز) – تحقیقات HIV و ایدز در بریتیش کلمبیا
<http://www.cfenet.ubc.ca/>

خدمات ادارات بهداشت بریتیش کلمبیا

Island Health Authority - خدمات HIV در دسترس افرادی قرار دارد که در منطقه جغرافیایی تحت پوشش Island Health Authority زندگی می‌کنند
<http://www.viha.ca/mho/disease/hiv-aids>

Fraser Health Authority - خدمات HIV در دسترس افرادی قرار دارد که در منطقه جغرافیایی تحت پوشش Fraser Health Authority زندگی می‌کنند
<https://www.fraserhealth.ca/health-topics-a-to-z/sexual-health/hiv#.XKKrzslKhaQ>

Interior Health Authority - خدمات HIV در دسترس افرادی قرار دارد که در منطقه جغرافیایی تحت پوشش Interior Health Authority زندگی می‌کنند
<http://www.myhealthissexy.com/>

Northern Health Authority - خدمات HIV در دسترس افرادی قرار دارد که در منطقه جغرافیایی تحت پوشش
Health Authority زندگی می‌کنند
<http://hiv101.ca/>