

Everything About HIV

مقدمه:

اچ آی وی HIV اکنون یکی از مهمترین چالش های بهداشت در جهان به خصوص در کشورهای کم درآمد و متوسط است.

این واژه اختصاری به ویروس یا عفونت HIV اشاره میکند که در واقع مخفف "ویروس نقص سیستم ایمنی بدن Human Immunodeficiency Virus" است. ابتلا به این عفونت موجب وخامت پیشرفته سیستم ایمنی بدن می شود و توانایی بدن برای دفع برخی از عفونت ها و سایر بیماری ها را کاهش می دهد. ایدز یا (سندرم کمبود ایمنی) به پیشرفته ترین مراحل عفونت اچ آی وی اشاره دارد. اچ آی وی بویژه به سیستم ایمنی بدن به ویژه به سلول های CD4 (یا سلول های T) که به سیستم ایمنی کمک می کند تا از عفونت جلوگیری نمایند، حمله می کند و تعداد سلول های T را در بدن کاهش می دهد. با گذشت زمان، HIV می تواند بسیاری از این سلول ها را از بین ببرد که در نهایت بدن نمی تواند با عفونت ها و بیماری ها مبارزه کند. عفونت های فرصت طلب یا سرطان ها از یک سیستم ایمنی بسیار ضعیف استفاده می کنند و در واقع بیانگر آن است که فرد مبتلا به ایدز، در مرحله آخر عفونت HIV به سر می برد.

به عبارت دیگر حملات ویروس اچ آی وی منجر به از بین رفتن سیستم ایمنی بدن میشود و از دست رفتن سیستم ایمنی بدن، شرایط را برای مبارزه با عفونت ها و سرطان ها دشوار می سازد که در صورت عدم درمان، HIV می تواند به تدریج سیستم ایمنی بدن را از برده و به ایدز منجر گردد.

در نتیجه پیشرفت های اخیر و دسترسی به درمان ضد رتروویروسی (ART)، امروزه افراد مبتلا به HIV زندگی طولانی تر و سالم تری دارند. علاوه براین، بر نقش ART بر جلوگیری از انتقال ویروس HIV نیز تأیید شده است.

در سال ۲۰۱۷، تنها ۵۹ درصد از ۳۶/۹ میلیون نفر معادل حدود ۲۱/۷ میلیون نفر مبتلا به HIV، درمان ART را دریافت کردند.

در جلوگیری و از بین رفتن انتقال مادر به کودک و حفظ مادران نیز پیشرفتهایی صورت گرفته است. بطوریکه در سال ۲۰۱۷، ۸ نفر از ۱۰ زن باردار مبتلا به اچ آی وی، یا ۱،۱ میلیون زن، داروهای ضد رترو ویروس (ARV) دریافت کردند.

راههای انتقال HIV:

انتقال HIV در هر مرحله از عفونت امکان پذیر است، حتی اگر فرد مبتلا هیچ علائمی از HIV را نداشته باشد. ضمن اینکه با دست زدن به یک فرد مبتلا به اچ آی وی، انتقال صورت نمی گیرد. همچنین در تماس با اشیائی که توسط فرد مبتلا به HIV لمس شده است و از طریق هوا و یا آب نیز انتقال صورت نمی گیرد:

ویروس HIV از طریق تماس با مایعات خاص بدن مانند خون، اسپرم، ترشحات مردانه ترشحات واژن، مایعات رکتال و شیر مادر از فرد مبتلا به HIV منتقل می شود. همچنین انتقال بین مادر و نوزاد در دوران بارداری، زایمان و تغذیه با شیر مادرمبتلا، رابطه جنس واژینال یا مقعدی حفاظت نشده یا رابطه جنسی دهانی با یک فرد آلوده و انتقال از طریق خون آلوده یا محصولات خونی یا پیوند بافت آلوده و به اشتراک گذاشتن تجهیزات و وسایل تزریقی آلوده (سوزن، سرنگ) یا تجهیزات خالکوبی، استفاده از تجهیزات جراحی آلوده و سایر ابزارهای تیز و برنده راههای انتقال این ویروس به شمار می آیند.

اچ آی وی، بزرگترین عامل خطر برای گسترش بیماری سل "یا توبرکولوزیس TB" به شمار می آید. در سال ۲۰۱۶ حدود ۳۷۰ هزار مرگ و میر ناشی از سل در بین افرادی که با ویروس اچ آی وی زندگی می کردند گزارش شده است.

راههای پیشگیری:

- ۱- تمرین رفتارهای جنسی سالم مانند استفاده از کاندوم برای عفونت های منتقله از راه جنسی و کاهش شرکای جنسی
- ۲- اجتناب از تزریق مواد مخدر
- ۳- استفاده از سوزن و سرنگ استریل
- ۴- اطمینان حاصل کنید که هر گونه خون یا محصولات خونی که ممکن است لازم باشد تست HIV شده باشند.

نشانه های HIV / AIDS چیست؟

- در عرض ۲ تا ۴ هفته پس از عفونت با ویروس اچ آی وی، در برخی افراد ممکن است علائم آنفلوانزا مانند تب، لرز و یا بثورات بروز کند و این علائم ممکن است چند روز تا چند هفته طول بکشد.
- در اولین مرحله از عفونت HIV، اچ آی وی در مقادیر بسیار پایین اما همچنان رو به افزایش است. علائم شدیدتر عفونت HIV، نشانه های عفونت های فرصت طلب هستند که به طور کلی برای سال های زیادی به طول نمی انجامند. (عفونت های فرصت طلب، عفونت ها و سرطان های مرتبط با عفونتهایی هستند که بیشتر در افراد مبتلا به سیستم ایمنی ضعیف رخ می دهد.)
- در صورت عدم درمان با داروهای اچ آی وی، عفونت HIV طی مدت معمولاً ۱۰ سال یا بیشتر به سمت بیماری ایدز پیشرفت می کند، گرچه در بعضی افراد ممکن است سریعتر هم رخ دهد.

مراحل بیماری:

مرحله ۱: عفونت حاد

در عرض ۲ تا ۴ هفته پس از آلوده شدن و عفونت با ویروس اچ آی وی ، بیماری مشابه آنفلوانزا مشاهده میشود که ممکن است چند هفته طول بیانجامد و این پاسخ طبیعی بدن به عفونت است. هنگامی که افراد مبتلا به عفونت HIV حاد، مقدار زیادی از ویروس را در خون خود دارند ، بسیار مسری هستند. اما افراد مبتلا به عفونت حاد اغلب آگاه نیستند که آلوده شده اند. برای شناختن اینکه آیا فرد مبتلا به عفونت حاد است، یا نه، آزمون نسل چهارم آنتی بادی / آنتی ژن یا آزمون اسید نوکلئیک (NAT) ضروری است. لذا اگر فردی احتمال می دهد که در معرض ابتلا به HIV از طریق روابط جنسی یا مصرف مواد مخدر می باشد و علائم مشابه آنفلوانزا را دارد، می بایست به مراکز مراقبت های پزشکی مراجعه و تست تشخیص عفونت حاد را درخواست نماید.

مرحله ۲: تاخیر بالینی (عدم فعالیت HIV یا خواب یا نهفته)

این دوره را گاهی اوقات عفونت بدون علامت HIV یا "عفونت مزمن HIV" می نامند. در طی این مرحله، اچ آی وی هنوز فعال است اما در سطوح بسیار پایین تولید می شود. در طول این مدت ممکن است علائم بروز نکند و یا اینکه بیماری خود را نشان دهد. برای افرادی که برای درمان HIV دارو مصرف نمی کنند، این دوره می تواند یک دهه یا بیشتر طول بکشد، اما احتمال دارد پیشرفت از این مرحله در برخی سریع تر رخ دهد. افرادی که برای درمان بیماری ایدز (ART) دارو مصرف می کنند، ممکن است برای چندین دهه ، هر روز در این مرحله قرار داشته باشند. آنچه اهمیت دارد این است که در این مرحله، افراد می توانند اچ آی وی را به دیگران منتقل کنند. در پایان این مرحله، بار ویروسی انسان شروع به افزایش می کند و تعداد سلول های CD4 رو به کاهش می گذارد. ممکن است فرد مبتلا به علائمی مانند افزایش سطح ویروس در بدن شود و به سمت مرحله ۳ پیشرفت نماید.

مرحله ۳: سندرم کمبود ایمنی (ایدز)

ایدز فاجعه عفونت HIV است. افراد مبتلا به ایدز سیستم ایمنی بسیار آسیب دیده دارند که تعداد بیشتری از بیماری های جدی را به وجود می آورند که بیماری های فرصتطلبانه محسوب می شوند.

بدون درمان، افراد مبتلا به ایدز معمولاً حدود ۳ سال زنده می مانند. نشانه های رایج ایدز عبارتند از: لرز، تب، عرق، تورم غدد لنفاوی، ضعف و کاهش وزن. هنگامی که تعداد سلول های CD۴ آنها کمتر از ۲۰۰ سلول در میلی متر است و یا بیماری های خاصی را تجربه می کنند، ایدز تشخیص داده می شود. افراد مبتلا به ایدز می توانند بار ویروسی بالایی داشته باشند و بسیار عفونی باشند.

تشخیص ایدز:

درب برخی از افراد ممکن است در طی ۲ تا ۴ هفته بعد از عفونت (بیماری عفونی مرحله ۱)، یک بیماری مشابه آنفولانزا مشاهده شود. افراد ممکن است در این مرحله احساس نگرانی کنند. علائم مربوط به آنفولانزا عبارتند از تب، لرز، بثورات، عرق شبانه، درد عضلانی، گلودرد، خستگی، غدد لنفاوی متورم یا زخم دهان. این علائم می تواند از چند روز تا چند هفته به طول بینجامد. در طی این زمان، عفونت HIV ممکن است بر روی آزمایش HIV ظاهر نشود، اما افرادی که آن را دارند بسیار عفونی هستند و می توانند عفونت را به دیگران گسترش دهند.

داشتن این علائم بدان معنی نیست که فرد HIV دارد. هر یک از این علائم می تواند به علت سایر بیماری ها باشد. اما اگر این علائم پس از قرار گرفتن در معرض احتمال ابتلا به ایدز بروز کند، الزامی است که مرکز تشخیصی مربوطه مراجعه نموده و تست های تشخیصی عفونت HIV انجام شود.

با تشخیص بیماری ایدز، شدت آسیب به سیستم ایمنی مشخص می شود. علائمی مانند تب، ضعف و کاهش وزن ممکن است از نشانه هایی باشد دال بر اینکه فرد به بیماری ایدز مبتلا شده است. با این حال، تشخیص ایدز براساس معیارهای زیر می باشد:

- ۱- شمارش CD4: اندازه گیری سلول های CD4 در یک نمونه از خون
- ۲- وجود برخی از عفونت های فرصت طلب.

درمان HIV:

هیچ درمان مؤثر برای HIV وجود ندارد. اما با مراقبت های پزشکی مناسب، HIV می تواند کنترل شود. بر خلاف برخی از ویروس های دیگر، بدن انسان نمی تواند به طور کامل از شر ویروس HIV خلاص شود، حتی با درمان. بنابراین هنگامی که اچ آی وی را دریافت شود برای همیشه همراه فرد خواهد بود.

سازمان بهداشت جهانی WHO مجموعه ای از دستورالعمل ها را منتشر کرده است و در زمینه سیاست گذاری ها و برنامه هایی برای بهبود و گسترش خدمات پیشگیری، درمان، مراقبت و حمایت از اچ آی وی برای همه افرادی که نیاز دارند، به سایر کشورها کمک می کند.

داروهای HIV که برای زنان مبتلا در دوران بارداری و زایمان و بعد از تولد داده می شود، خطر ابتلای کودک از راه انتقال از مادر را کاهش میدهد.

داروهایی که برای درمان HIV استفاده میشوند Antiretroviral یا ضد رتروویروس ویا ARVs نامیده می شود. درمان ضد رتروویروسی ترکیبی (ART)، ضمن اینکه خطر ابتلا به HIV را کاهش می دهد مانع از افزایش HIV در بدن نیز می شود. در صورتیکه بتوان تولید مثل HIV را متوقف کرد، سلول های ایمنی بدن قادر خواهند بود که طولانی تر زندگی کنند و بدن را از عفونت محافظت کنند. پیامد مؤثر ART، منجر به کاهش بار ویروسی و میزان ویروس در بدن می شود و خطر انتقال ویروس جنسی را بسیار کاهش می دهد.

درمان ضد رتروویروسی (ART)، استفاده از داروهای اچ آی وی برای درمان عفونت HIV است. افراد مبتلا، ترکیبی از داروهای اچ آی وی (به نام رژیم HIV) را هر روز مصرف می کنند.

با انجام درمان ضد رتروویروسی ترکیبی (ART) برای یک شریک جنسی مبتلا به HIV، احتمال انتقال از وی به شریک مقابل می تواند به میزان ۹۶ درصد کاهش یابد

ART برای همه افرادی که اچ آی وی دارند توصیه می شود. ART مانع از افزایش HIV می شود و مقدار HIV در بدن را کاهش می دهد. کاهش اچ آی وی در بدن از سیستم ایمنی محافظت کرده و از پیشرفت به سوی بیماری ایدز جلوگیری می کند. ART نمی تواند HIV را درمان کند، اگر راه درست درمان پیش گرفته شود به طور چشمگیری به داشتن زندگی طولانی تر و سالم تر کمک می کند.

ترجمه: دکتر مهتری محمدی

REFERENCES:

<https://hivcare.org/hiv-basics/>

<http://www.who.int/news-room/facts-in-pictures/detail/hiv-aids>

<https://aidsinfo.nih.gov/understanding-hiv-aids/fact-sheets/۱۹/۴۵/hiv-aids--the-basics>