

پیشگیری از ایدز، پس از مواجهه

اگر با فرد مبتلا به ایدز، رابطه ی جنسی محافظت نشده و یا استفاده از سرنگ مشترک داشتیم، چگونه از ابتلا به HIV جلوگیری کنیم؟

اول لازم است بدانیم راه انتقال ایدز از فرد آلوده به فرد سالم چگونه است؟ شایع ترین راه ها:

- ارتباط جنسی واژینال یا مقعدی
- استفاده از سرنگ مشترک

می باشد.

اگر مقداری از خون یا سایر ترشحات بدن وارد واژن، مقعد، و یا نوک آلت تناسلی شود، می تواند فرد سالم را نیز مبتلا نماید. هم چنین ممکن است در اثر ورود این ترشحات به داخل چشم ها و یا دهان نیز این اتفاق رخ دهد، اما خطر کمتری دارد. بسیار بعید است از راه تماس خون یا ترشحات بدن فرد بیمار با پوست فرد سالم، این انتقال رخ دهد.

ترشحات بدنی که خطر بیشتری برای آلوده کردن فرد سالم دارند شامل:

خون، مایعات خروجی از آلت تناسلی مردان یا واژن زنان و یا مقعد، حین رابطه ی جنسی می باشند. سایر مایعات بدن خطر کمتری دارند؛ مگر آنکه به خون آغشته شده باشند. این مایعات کم خطرتر شامل ادرار، بزاق، عرق، و اشک می باشند.

آیا راهی وجود دارد که بعد از تماس با HIV خطر ابتلا به آن را کاهش دهیم؟

در برخی از موارد، بله. درمان هایی وجود دارند که می توانند خطر ابتلا به HIV را کاهش دهند. این کار در پزشکی "پیشگیری بعد از تماس" نامیده می شود و باید حتما در ۳ روز اول بعد از تماس آغاز شود.

در صورتی که به هر دلیلی تماسی با این ویروس داشته اید، فوراً به پزشک یا پرستار مراجعه نمایید. با اینکه احتمال ابتلا به HIV بعد از یک بار تماس بسیار پایین است، اما بهتر است حتماً پزشک یا پرستار را در جریان آن قرار دهید و از هرگونه خود تشخیصی یا خوددرمانی بپرهیزید.

باید بدانیم داروهایی که جهت پیشگیری از ابتلا به HIV پس از یک بار تماس، تجویز می شوند را نمی توان مکرراً استفاده کرد. به عبارتی، این درمان ها برای فردی که مکرراً با این ویروس مواجهه دارد، مناسب نیستند؛ برای چنین فردی داروهای HIV به صورت روزانه تجویز می شود تا خطر ابتلا به این بیماری را کاهش دهد. پزشکان به این پروتکل درمانی "پیشگیری پیش از مواجهه" می گویند. فردی که تحت این درمان قرار می گیرد باید مرتباً توسط پزشک ویزیت شود.

چقدر احتمال دارد به HIV مبتلا شده باشیم؟ بستگی به چندین عامل دارد مثل:

چگونگی مواجهه با ویروس: برخی از روش های مواجهه خطر بالاتری دارند. مثل استفاده از سرنگ مشترک و یا رابطه ی جنسی مقعدی که خطر بالاتری از رابطه ی جنسی واژینال دارد.

آیا زخم یا بریدگی در محل مواجهه با ویروس وجود دارد؟ وجود زخم باز در محل مواجهه با ویروس، احتمال ابتلا را بسیار بالا می برد. مثل وجود تبخال تناسلی که زخمی می شود و احتمال خطر را بیشتر می کند.

آیا مایعات خارج شده از بدن فرد مبتلایی بوده که تحت درمان دارویی بوده است؟ در این صورت احتمال ابتلا بسیار کم می شود. اما هر چقدر تعداد ویروس ها در بدن فرد مبتلا بیشتر باشد (تحت درمان نباشد)، خطر انتقال بیماری بیشتر می شود.

پزشک یا پرستار چه اقدامی می کند؟

به احتمال زیاد اولین قدم انجام آزمایش خون برای بررسی HIV است. اطلاعات این آزمایش به وی کمک می کند تا بداند قبلا مواجهه ای با HIV داشته اید یا خیر. برای ویروس چندین هفته زمان لازم است تا بتواند خودش را در آزمایش خون نشان دهد و تست HIV را مثبت کند. اگر از قبل با HIV برخورد داشته باشید، مهم است سریعاً درمان را شروع کنید.

اگر تست HIV شما منفی شود، تصمیم بر عهده ی پزشک است که با بررسی دقیق شرح حال شما و میزان خطر روش مواجهه تان با این ویروس، تصمیم بگیرد درمان را شروع کنید یا خیر.

چنانچه تصمیم نهایی بر آن شد که درمان پیشگیرانه شروع شود، معمولاً ۳ داروی مختلف به طور همزمان تجویز می شوند که گاهی این سه دارو به صورت ترکیبی در یک قرص قرار دارند. درمان باید به سرعت شروع شده و به مدت ۱ ماه ادامه یابد.

اگر فرد مشکوکی که با شما تماس داشته است رضایت به تست بدهد، از او نیز آزمایش گرفته می شود. چنانچه تست او منفی باشد، نیازی نیست تحت درمان قرار بگیرید. گاهی انجام تست از فرد مشکوک، امکان پذیر نیست. اگر شما درمان را شروع کرده باشید، و مشخص شود تست فرد مشکوک منفی است، می توانید درمان را متوقف کنید.

بنا به تشخیص پزشک، ممکن است آزمایشات دیگری نیز از شما گرفته شود و سایر عفونت هایی که از راه جنسی یا سرنگ و سوزن مشترک منتقل می شوند نیز بررسی گردند.

خطرات و عوارض جانبی داروهای پیشگیری از HIV کدام ها هستند؟

عوارض بسته به نوع داروی تجویزی متفاوت خواهند بود. معمولاً، افرادی که تحت این درمان قرار می گیرند عارضه ی خاصی را مشاهده نمی کنند. عوارض معمول این داروها، تهوع، استفراغ و بثورات پوستی است. در صورت بروز این عوارض، حتماً باید پزشک را مطلع نماییم.

اگر باردار هستید و یا قصد بارداری دارید، حتماً پزشک خود را مطلع نمایید. بعضی از این داروها در بارداری ایمن نیستند.

وقتی دوره ی درمان پایان یافت چه؟

شما مجدداً تحت آزمایش قرار می گیرید. این تست ها بعد از تماس مشکوک شما، تا ۲ الی ۳ بار تکرار می شوند؛ البته بستگی دارد از چه روشی در انجام آزمایش استفاده شود.

بسیار مهم است که تمام داروهای تجویزی را طبق دستور مصرف نمایید. حتی با وجود مصرف دقیق و صحیح داروها، بازهم احتمال ابتلا وجود دارد. داروها فقط این احتمال را کاهش می دهند. به همین دلیل انقدر تاکید می شود از رابطه ی جنسی محافظت نشده یا استفاده از سرنگ و سوزن مشترک اجتناب گردد.

در هفته های بعد از تماس، علائم زیر اهمیت می یابد:

- تب
- تورم غدد لنفاوی
- گلودرد
- زخم های دهانی، آلت تناسلی، مقعدی یا واژنی
- درد عضلات یا مفاصل
- اسهال
- سردرد
- تهوع یا استفراغ

این علائم ممکن است حدود ۲ تا ۴ هفته بعد از مواجهه با ویروس در بدن فرد مواجهه یافته ظاهر شوند. اگر نگران کننده باشند، باید حتماً به پزشک مراجعه نمایید.

چه چیز دیگری لازم است بدانید؟

تا زمانی که نتیجه ی آزمایشتان با اطمینان مشخص نشده است، در روابط جنسی حتماً از کاندوم استفاده نمایید و در صورت امکان از رابطه ی جنسی اجتناب نمایید. خون خود را اهدا نکنید، و هیچ بافتی از بدنتان را اهدا نکنید. زیرا ممکن است به راحتی فرد دیگری را آلوده نمایید.

مترجم:

دکتر زهرا عندلیب

Reference address:

<https://www.uptodate.com>

آخرین به روزرسانی: ۲ دسامبر ۲۰۲۰