



---

پیوست رسانه ایی پویش من هم تست  
اچ آی وی می دهم-۲۰ آبان -۲۰ آذر  
۱۴۰۳

---



۲	مقدمه
۳	۱- انتخاب عنوان
۳	۲- تعیین اهداف
۳	۲. کاهش استیغمای اچ ای وی از طریق اطلاع رسانی و دسترسی همگانی به آموزش و تست
۴	هدف اول: بیماریابی در جمعیت های کلیدی
۵	هدف دوم: اطلاع رسانی و دسترسی همگانی به آموزش و تست
۷	۴- تولید محتوا
۷	۵- ایده پردازی و قالب بندی ومهندسی پیام
۷	۶- برنامه ریزی و هماهنگی اجراء
۸	۷- توزیع و نشر
۸	۷- پایش ،رصد و پاسخگویی
۹	پیوست ۱:نمونه چند پیام کوتاه برای روز جهانی ایدز ۱۴۰۳
۱۰	پیوست ۲:محتوای آموزشی رویکرد نوین آموزش اچ ای وی

بسمه تعالی

## تدوین و اجرای پیوست رسانه ای

### مقدمه

اچ آی وی یک بیماری عفونی قابل کنترل است که در صورتی که به موقع تشخیص داده شود و تحت درمان قرار گیرد نه تنها فرد بیمار طول عمر نرمال داشته و به عوارض و ناتوانی حاصل از بیمار دچار نمی شود بلکه قدرت انتقال به دیگران را نیز ندارد و به این ترتیب تشخیص و درمان بیماری یکی از موثرین روش های پیشگیری نیز محسوب می شود

این در حالی است که به دلیل ترس و وحشت و انگ بیماری افراد جامعه تمایلی برای اقدام تشخیص اچ آی وی ندارند و از طرف دیگر افراد مبتلا نیز از ترس انگ بیماری به راحتی برای دریافت درمان اقدام نمی کنند

هر سال اول دسامبر به نام روز جهانی ایدز نامگذاری شده است. در این روز جوامع با یکدیگر هم پیمان می شوند تا در امر کنترل بیماری مشارکت داشته باشند. علی رغم گذشت چهاردهه از پاسخ دهی به اپیدمی اچ آی وی، هنوز در سراسر دنیا خدمات پیشگیری، تشخیص و مراقبت و درمان با موانع متعددی روبه رو است و هر سال متناسب با شرایط، یکی از اقدامات اصلی که باید برای کنترل بیماری سرلوحه کار قرار گیرد به عنوان شعار روز جهانی در نظر گرفته می شود.

حقوق انسانی که برای کاهش آسیب پذیری نسبت به ایدز و کاهش همه گیری حیاتی هستند، در ابزارهای حقوق بشری مانند اعلامیه جهانی حقوق بشر، میثاق حقوق فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی، میثاق حقوق مدنی و سیاسی، پیمان نامه های بین المللی کار، پیمان نامه رفع انواع تبعیض علیه زنان و کنوانسیون حقوق کودکان ذکر شده اند. رفع تبعیض، برابری و مشارکت اصول پایه ای، استراتژی های موثر مبارزه با ایدز در زمینه حقوق بشر هستند. به عبارت دقیق تر اصول حقوق بشر که ارتباط بیشتری با حفظ احترام به افراد مبتلا و متاثر از ایدز و پیشگیری از گسترش عفونت دارند شامل رفع تبعیض ناروا، حق بر سلامت، حق برابری جنسیتی، حقوق کودک، حق محرمانگی، حق آموزش و آگاهی، حق اشتغال، حق ازدواج و تشکیل خانواده، حق امنیت، مددکاری و رفاه اجتماعی و حق برخورداری از آزادی های قانونی می باشند. لازم به ذکر است دسترسی جهانی به خدمات پیشگیری، درمان و مراقبت در اصل به عنوان "حق بر سلامت" مطرح شده است.

اقدامات محدودکننده، انگزا و تنبیهی، می تواند منجر به سوءاستفاده از حقوق افراد به خصوص در جمعیت های آسیب پذیر گردد و اغلب می تواند پاسخ به اپیدمی را تضعیف نماید. چهل سال پاسخگویی به اپیدمی اچ آی وی، منجر به ارائه ی تجربیات و درس آموخته های مهمی در رویکردهای مبتنی بر حقوق بشر به منظور اطمینان از پاسخ دهی موثر و متناسب به اپیدمی ها گشته است. نکته ی قابل توجه در این میان نیاز به داشتن پاسخ دهی جامعه محور و آگاهانه می باشد؛ پاسخ هایی که عطف و همبستگی را با اولویت قرار دادن افراد در معرض بیشترین

خطر ابتلا به اچ آی وی، ترویج می کنند، در توانمند سازی افراد جهت محافظت از خود و دیگران در برابر ویروس و همچنین به وجود آمدن اعتماد بین جوامع متاثر، دولت و مقامات سلامت عمومی بسیار موثر می باشند.

در سراسر دنیا توجه ویژه به برنامه ریزی جهت ارتقا کمی و کیفی خدمات تشخیص اچ آی وی که منجر به تشخیص به هنگام بیماری شود یکی از محورهای اصلی برنامه کنترل اچ آی وی است. جلب مشارکت گیرندگان خدمت و تمرکز بر مشارکت اجتماعی در این امر یکی از راهکارهای موثر در دستیابی به اهداف پیشگیری و تشخیص می باشد. و بی شک پایان اپیدمی اچ آی وی در گرو فراهم کردن امکان دسترسی همگان به خدمات مطلوب

آموزش و اطلاع رسانی در زمینه اچ آی وی یکی از استراتژی های برنامه کشوری پیشگیری از اچ آی وی در کشور است. با این وجود تعیین یک مقطع زمانی خاص در سال برای برجسته سازی موضوع و حساس کردن سیاست گزاران، مسئولان و آحاد افراد جامعه به موضوع اچ آی وی و همراه کردن آنان برای پیشگیری از ایدز بسیار ضروری است. بدینوسیله یادآوری می گردد که هنوز برای پایان انگ و تبعیض، افزایش آگاهی و بهبود کیفیت زندگی افرادی که با اچ آی وی زندگی می کنند، نیاز به اقدامات اساسی و مشارکت همگانی وجود دارد.

علی رغم فعالیت ها و اقداماتی که در طول سالیان گذشته انجام شده، هنوز چالش های بسیاری وجود دارد که می بایست به آن توجه گردد. یکی از چالش های اصلی در کشور افت فعالیت های تشخیص و شناسایی موارد مبتلا به اچ آی وی است لذا به منظور اطلاع رسانی مناسب و ترغیب به انجام تست در این خصوص، تشدید فعالیت های بیماریابی در کلیه مراکزی که تست تشخیص اچ آی وی انجام می دهند، مدنظر قرار گرفته است. با توجه به این مهم و حساسیت موضوع ایدز و رسالت دست اندرکاران عرصه سلامت و بهداشت کشور به مناسبت روز جهانی ایدز یک بازه زمانی یک ماهه (از ۲۰ آبان تا ۲۰ آذر) در نظر گرفته شده است که، فرصت مناسبی برای تبیین برنامه ها، جلب مشارکت سیاست گزاران و مسئولان، بیان اقدامات، دستاوردها و چالش های موجود و همچنین تکریم فعالیت های دست اندرکاران خواهد بود.

### ۱- انتخاب عنوان

پویش " من هم تست اچ آی وی می دهم "

### ۲- تعیین اهداف

دو هدف اصلی در این پویش دنبال می شود

۱. تشدید بیماریابی در گروه های کلیدی

۲. کاهش استیغمای اچ آی وی از طریق اطلاع رسانی و دسترسی همگانی به آموزش و تست

## هدف اول: بیماریابی در جمعیت‌های کلیدی

بیماریابی در جمعیت‌های کلیدی در اصل تشدید برنامه‌های موجود با افزایش ظرفیت مراکز ارائه‌دهنده‌ی خدمت تست هستند و مطابق دستورالعمل مشاوره و تشخیص اچ‌آی‌وی می‌باشد که با روش OPT-OUT انجام می‌گیرد. انتظار می‌رود که با افزایش ظرفیت مراکز ارائه‌دهنده‌ی خدمت که تست اچ‌آی‌وی انجام می‌دهند،

توجه به نکات زیر در این خصوص الزامی است:

۱. رعایت کلیه استانداردهای ارائه خدمت اعم از اجزاء ترغیب و توصیه تست در مشاوره PIT، کلیه ضوابط انجام تست، مراحل اعلام پاسخ و ارجاع موارد مثبت اولیه دقیقاً طبق ضوابط و دستورالعمل‌های موجود الزامی است. این بخش از پویش در مراکز که خدمات تشخیص اولیه اچ‌آی‌وی را انجام می‌دهند اعم از مراکز کاهش آسیب، مراکز مشاوره زنان، مراکز اقامتی ترک اعتیاد، تیم‌های سیار، مراکز مشاوره بیماری‌های رفتاری، مراکز و پایگاه‌های سلامت و زندان‌ها و... انجام می‌شود.

۲. لازم است کلیه سازمان‌های همکار برنامه خصوصاً سازمان بهزیستی، دانشگاه علوم پزشکی، سازمان زندان‌ها و سایر ارگان‌هایی که در امر تشخیص همکاری دارند قبل از شروع پویش ضمن اعلام اسامی، آدرس و شماره تلفن مراکز ارائه‌دهنده خدمت تشخیص به کمیته SIP استانی، اطلاع‌رسانی عمومی نیز در این خصوص به عمل آورند.

۳. ثبت موارد تست مشابه روند جاری در نظام ثبت MIS انجام می‌شود. علاوه بر روند معمول گزارش‌دهی لازم است در طول مدت پویش گزارش هفتگی تعداد تست، تعداد نتیجه مثبت اولیه و تعداد موارد مثبت لینک شده به صورت تلفنی از مرکز به ستاد شهرستان و از ستاد شهرستان به ستاد استان اعلام شود.

۴. جمع‌بندی گزارش‌های هفتگی تلفنی مرتبط با مراکز بهزیستی، اداره اعتیاد و سازمان زندان‌ها به صورت تلفنی به کارشناس ایدز دانشگاه علوم پزشکی اعلام شود.

۵. گزارش‌های تلفنی هفتگی مراکز تابعه دانشگاه و سایر سازمان‌های همکار توسط کارشناس ایدز دانشگاه در فایل اکسل گزارش‌دهی پویش وارد و به صورت هفتگی به کارشناس ناظر هر دانشگاه در اداره کنترل ایدز وزارت بهداشت تحویل شود.

۶. توصیه می‌شود پویش به طریق مقتضی به اطلاع مراجعه‌کننده‌ها رسیده و ترغیب به انجام تست انجام شود.

۷. لازم است کلیه مضامین آموزشی ارائه شده و محتواهای آموزشی در چهارچوب و مبتنی بر اصول رویکرد نوین آموزش اچ آی وی انجام شود.

۸. برجسته سازی شعار روز جهانی ایدز و نهادینه کردن آن در اطلاع رسانی عمومی مد نظر قرار گیرد.

۹. مدیریت موجودی و مصرفی کیت های تست تشخیص سریع اچ آی وی با دانشگاه های علوم پزشکی می باشد.

### هدف دوم: اطلاع رسانی و دسترسی همگانی به آموزش و تست

در این بخش برنامه با برپایی پایگاه های موقت در مراکز تجمع و میادین اصلی شهر و یا پارک ها و... اطلاع رسانی و آموزش اچ آی وی بر مبنای رویکرد نوین آموزش اچ آی وی صورت می گیرد. در این پایگاه ها تعداد محدودی تست نیز وجود دارد و پس از ارائه آموزش ها در صورتیکه کسی تمایل به انجام تست داشته باشد، توسط فرد دوره دیده مورد آزمایش قرار می گیرد (روش OPT-IN). تاکید بر رعایت محرمانگی از ارکان اصلی این فعالیت است. در واقع دسترسی عمومی به آموزش و تشخیص اچ آی وی به صورت نمادین و در قالب یک رویداد مختص روز جهانی ایدز انجام می شود. این بخش عمدتاً توسط موسسات، سازمان های مردم نهاد و یا مطب های خصوصی و از طریق فراخوان در هر دانشگاه انجام می گیرد توجه به نکات زیر در این مورد بسیار حائز اهمیت است:

۱. رعایت کلیه استانداردهای ارائه خدمت اعم از اجزاء ترغیب و توصیه تست در مشاوره PIT، کلیه ضوابط انجام تست، مراحل اعلام پاسخ و ارجاع موارد مثبت اولیه دقیقاً طبق ضوابط و دستورالعمل های موجود الزامی است. لذا لازم است هر سازمان و ارگانی که تمایل به همکاری در این امر دارد برای رویکرد نوین آموزش اچ آی وی، اصول PIT و نحوه انجام تست آموزش لازم را دریافت کند.

۲. مسئولیت نظارت بر انتخاب محل / محل های پایگاه سیار و نظارت در حین اجرای فعالیت و آموزش ارائه دهندگان خدمت بر اساس رویکرد نوین آموزش اچ آی وی و نحوه انجام صحیح تست، بر عهده دانشگاه علوم پزشکی است.

۳. تست تحویلی به هر پایگاه به صورت محدود و به صورت هفتگی صورت می گیرد. بعد از اولین بار، تحویل مجدد تست منوط به ارائه آمار تست های انجام شده است.

۴. برای هر پایگاه آدرس و شماره تلفن یک مرکز مشاوره بیماری های رفتاری اعلام می شود که در صورت وجود تست مثبت اولیه فرد را به آن مرکز ارجاع دهند.

۵. ثبت موارد تست در فرمی مشابه فرم ثبت MIS که با هدف پویش طراحی شده ثبت می شود و فرم های ثبت در پایان پویش به کارشناس ایدز شهرستان تحویل داده می شود.

۶. در طول مدت پویش گزارش هفتگی تعداد تست، تعداد نتیجه مثبت اولیه و تعداد موارد مثبت لینک شده به صورت تلفنی به مرکز، به ستاد شهرستان و از ستاد شهرستان به ستاد استان اعلام شود.

۷. جمع بندی گزارش های هفتگی تلفنی این پایگاه های موقت همراه گزارش عملکرد مراکز به صورت هفتگی در قالب فرم گزارش پویش توسط کارشناس ایدز به کارشناس ناظر هر دانشگاه در اداره ایدز تحویل داده می شود.

توصیه می شود پویش به طریق مقتضی به اطلاع مراجعه کننده ها رسیده و ترغیب به انجام تست انجام شود.

۸. لازم است کلیه مضامین آموزشی ارائه شده و محتواهای آموزشی در چهارچوب و مبتنی بر اصول رویکرد نوین آموزش اچ آی وی انجام شود.

۹. برجسته سازی شعار روز جهانی ایدز و نهادینه کردن آن در اطلاع رسانی عمومی مد نظر قرار گیرد.

### ۳- انتخاب قالب (رسانه)

#### ۱. پایگاه های اطلاع رسانی

کلیه مراکز انجام دهنده تست و پایگاه های موقتی که برای انجام تست برپا می شوند اقدام به اطلاع رسانی عمومی و آموزش اچ آی وی خواهند نمود

#### ۲. برگزاری مراسم یا آئین ویژه

این مراسم در کشور روز ۱۰ آذر به شکل مجازی - حضوری برگزار خواهد شد نماینده سازمانهای همکار در برنامه استراتژیک کنترل عفونت اچ آی وی شامل سازمان زندانها سازمان بهزیستی ستاد مبارزه با مواد مخدر وزارت کشور شورای عالی سلامت و امنیت غذایی و نماینده آژانس های بین المللی شامل UNAIDS-WHO-UNICEF-UNFPA-UNDP و صاحب نظران و پیشکسوتان - نماینده NGO ها و نماینده مبتلایان در سطح وزارت بهداشت به صورت حضوری و همتای این افراد در تمام کشور به صورت مجازی در مراسم روز جهانی شرکت خواهند کرد. هدف اصلی از این کار تحکیم روابط و تجدید میثاق بین شرکا برنامه است

#### ۲. نشست خبری

با حضور معاون بهداشت وزارت بهداشت و رئیس مرکز مدیریت بیماریهای واگیر با اصحاب رسانه در تاریخ ۱۰ آذر انجام خواهد شد

### ۳. انواع پیام (کوتاه)

از طریق صدا و سیما - پیام های کوتاه تلفن همراه پخش خواهد شد

### ۴. برجسته سازی روزهای اطلاع رسانی ایدز

نهادینه کردن این عناوین در اطلاع رسانی عمومی مد نظر قرار گیرد. روزهای هفته اطلاع رسانی ایدز:

- شنبه ۱۰ آذر: سیاستگذاران، مسئولان و سازمان های همکار دولتی و بین المللی
- یکشنبه ۱۱ آذر: جلب مشارکت سازمان های مردم نهاد و موسسات غیردولتی فعال در برنامه های پیشگیری و کنترل عفونت اچ آی وی
- دوشنبه ۱۲ آذر: افرادی که با اچ آی وی زندگی می کنند یا از آن متاثر هستند
- سه شنبه ۱۳ آذر: پژوهشگران، اندیشمندان و مراکز تحقیقاتی
- چهارشنبه ۱۴ آذر: پیشگیری از اچ آی وی در زنان، مادران و کودکان

### ۴- تولید محتوا

- ۱. موشن گرافی
- ۲. کلیپ عکس های پویش

### ۵- ایده پردازی و قالب بندی و مهندسی پیام

استفاده از محتوا و جای ریزی و تطبیق محتوا با رسانه انتخاب شده (با توجه به اهداف تعیین شده) کلیه محتواهای ایجاد شده مبتنی بر متن استاندارد " روی کرد نون آموزش اچ آی وی " خواهد بود \* پیوست (1)

### ۶- برنامه ریزی و هماهنگی اجراء

**مجری اصلی:** اداره کنترل ایدز - مرکز مدیریت بیماریها - معاونت بهداشت - وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی

**همکاران:** سازمان زندانها - سازمان بهزیستی - وزات کشور - شورای عالی سلامت و امنیت غذایی - دبیرخانه ستاد مبارزه با مواد مخدر و آژانس های بین المللی - سازمانهای مردم نهاد - مبتلایان به اچ آی وی

**منابع مورد نیاز:** تست سریع اچ آی وی که به صورت روتین از منبع گلوبال فاند تامین می شود، در اختیار پایگاه ها قرار می گیرد. هزینه های مرتبط با اطلاع رسانی عمومی از منابع موجود در دانشگاه های علوم پزشکی تامین می شود

#### ۷- توزیع و نشر

استفاده از تمامی مجاری و کانون های فعال رسانه ای نظیر کانال ها، پیج ها، همکاران و شرکای فعال در فضای مجازی، رسانه ملی، خبرگزاری های داخلی و خارجی ، جراید و مجلات ، پایگاه های اطلاع رسانی ، شبکه های ماهواره ای، اعلانات و ابزار تبلیغ محیطی ، زیر ساخت های انتقال پیامک، برای بازنشر

#### ۷- پایش ، رصد و پاسخگویی

در خلال اجرای برگزاری رویدادها گزارش به صورت دو هفته یکبار تهیه می شود نظارت بر فضای خبری انجام شده و در برابر حاشیه ها( شبهات، سایه نمایی ها، انتقادات، اخبار کذب و جعلی ) پاسخ مناسب و روشنگرانه را تولید و بازنشر داده خواهد شد

#### ۸- مستند سازی و ارزشیابی طرح - گزارش دهی

گزارش ها به صورت هفتگی از منابع تولید داده در قالب فرم های استاندارد جمع اوری شده و دو هفته یکبار ( دو گزارش رسمی ) در طول طرح ارائه خواهد شد

## پیوست ۱: نمونه چند پیام کوتاه برای روز جهانی ایدز ۱۴۰۳ ارتقا خدمات تشخیص اچ آی وی با مشارکت اجتماعی

پایان ایدز با پوشش همگانی خدمات پیشگیری، تشخیص، مراقبت و درمان

✚ اچ آی وی یک بیماری عفونی است که اغلب مردم آن را با نام ایدز می شناسند، در حالی که ایدز مرحله انتهایی آن است و با مراقبت و درمان به موقع و صحیح، فرد مبتلا دچار علائم ایدز نمی شود.

✚ با تشخیص به هنگام و مراقبت و درمان مبتلایان اچ آی وی، خطر چرخش ویروس و انتقال بیماری به دیگران به شدت کاهش می یابد.

✚ با مراقبت و درمان اچ آی وی، سطح ویروس در خون و ترشحات بدن می تواند به صفر برسد و انتقال ویروس به دیگران و احتمال ابتلا به بیماری نزدیک به صفر می شود.

✚ اچ آی وی یک بیماری عفونی قابل کنترل است. در صورت درمان به موقع، فرد مبتلا بدون علائم و عوارض ایدز، عمر طبیعی خواهد داشت.

✚ در صورت درمان اچ آی وی، فرد مبتلا می تواند عمر طبیعی داشته باشد و وارد مرحله پایانی بیماری یعنی ایدز نشود. اچ آی وی میکروب مقاومی نیست و خارج از بدن به راحتی با مواد ضد عفونی کننده معمولی از بین می رود.

✚ همکار بودن، زندگی دسته جمعی، هم صحبت شدن و معاشرت های اجتماعی یا تماس روزمره با افراد مبتلا مانند هم سفر بودن، هم کلاس بودن، نشستن در کنار یکدیگر باعث انتقال اچ آی وی نمی شود.

✚ اچ آی وی از روابط اجتماعی مثل سوار شدن اتوبوس و تاکسی و استفاده از تلفن های عمومی منتقل نمی شود. غذا خوردن، آشامیدن و یا استفاده از قاشق و چنگال، لیوان و وسایل و ظروف غذاخوری باعث انتقال اچ آی وی

نمی شود.

✚ اچ آی وی از طریق اشک، بزاق، عرق و از راه هوا ( عطسه و سرفه) منتقل نمی شود.

✚ اچ آی وی از طریق سرویس های بهداشتی مشترک مثل حمام، توالت و استخرهای مشترک منتقل نمی شود.

## پیوست رسانه ایی پویش من هم تست اچ آی وی می دهم-۲۰آبان-۲۰ آذر ۱۴۰۳

✚ اچ آی وی متعلق به گروه یا افراد خاصی نیست و هر فردی که در معرض تماس با اچ آی وی قرار گیرد می تواند مبتلا شود.

✚ آزمایش اچ آی وی، پس از مشاوره و تنها با رضایت فرد، به صورت رایگان و محرمانه انجام می شود.

✚ بسیاری از مبتلایان از ابتلای خود اطلاع ندارند و از خدمات مراقبت و درمان اچ آی وی بی بهره اند.

✚ برای آگاهی از سلامت خود من هم آزمایش اچ آی وی می دهم.

✚ تست تشخیصی اچ آی وی در مراکز مشاوره بیماری های رفتاری به صورت کاملاً محرمانه و رایگان در دسترس شماست.

✚ آدرس مراکز ارائه دهنده خدمت تشخیص اچ آی وی از طریق سایت <https://icdc.behdasht.gov.ir> قابل دسترس عموم است.

پیوست ۲: محتوای آموزشی رویکرد نوین آموزش اچ ای وی



## ویژه کسب‌ده خدمت



این مجموعه مباحث کامل اچ‌آی‌وی است و به عنوان نسخه مادر است. متناسب با هر گروه هدف، مباحث می‌تواند کمتر و یا ساده‌تر شود. نسخه مربوط به هر گروه هدف توسط سازمانهای متبوع از این نسخه تهیه خواهد شد.

## بیاید اچ‌آی‌وی را بهتر بشناسیم

- نسخه مادر... ویژه

نسخه دوم - بهار ۱۴۰۳

مرکز مدیریت بیماری‌های واگیر وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

چهارمین برنامه استراتژیک ملی کنترل عفونت اچ‌آی‌وی جمهوری اسلامی ایران  
گروه مشاوران و اساتید در فعالیت‌های مرتبط با



زیر کمیته تخصصی آموزش و اطلاع‌رسانی





شناسنامه کتاب در برنامه استراتژیک:

این مجموعه در راستای نیل به هدف هفتم از استراتژی اول\* برنامه استراتژیک نوشته شده است و از زیرساخت‌های لازم برای رسیدن به اهداف آموزشی استراتژی اول است. مجموعه حاضر توسط گروه تخصصی آموزش و اطلاع‌رسانی، با هدف آموزش گیرندگان خدمت تهیه شده و در تاریخ ۱۵ بهمن ماه ۱۳۹۵ توسط کمیته کشوری نظارت بر اجرای برنامه (SIP کشوری) تایید و جهت بهره‌برداری به گروه‌های فنی SIP استانی ارسال شد.

## پیوست رسانه ایی پویش من هم تست اچ آی وی می دهم-۲۰آبان-۲۰آذر ۱۴۰۳

**\*S۱۱۵۷:** دستورالعمل‌های نحوه آموزش و اطلاع رسانی و محتوای آموزشی استاندارد در خصوص آموزش ماهیت بیماری و راه‌های پیشگیری با تمرکز بر کاهش استیگما به تفکیک گروه‌های هدف برنامه تهیه و دو سال یکبار مورد بازبینی قرار گیرد.

## تألیف:

دکتر هنگامه نامداری تبار

دکتر کتایون طایری

ویراستاری:

سعیده زاهد انارکی - زهرا رجب پور

*اعضا کمیته کشوری نظارت بر اجرای برنامه (SIP) تایید کننده:* (به ترتیب حروف الفبا)

دکتر منا اسلامی - دکتر مهرزاد تشکریان - تکتم خجسته - دکتر فرداد درودی - مریم ریحانی -

دکتر حمیدرضا فتیحی - دکتر سید ابراهیم قدوسی - نسرين گودرزی - دکتر مهدی قمبری محمدی

- دکتر کامبیز محضری

*با تشکر از همکاری:* (به ترتیب حروف الفبا)

دکتر سمانه اکبریور - نازنین حیدری - سارا شریعتمدار - حامد صفری - مرضیه محبوبی - زهرا

غلامی پور

## فهرست

### اهداف آموزشی و معرفی راهنمای آموزشی

- شما با مطالعه این مجموعه، مطالب زیر را فرا می‌گیرید:
- اچ‌آی‌وی یک بیماری عفونی قابل کنترل است.
  - عامل ایجاد بیماری اچ‌آی‌وی را می‌شناسید.
  - راه ورود اچ‌آی‌وی به بدن را یاد خواهید گرفت.
  - علت اینکه اچ‌آی‌وی بدون علامت است را درک خواهید کرد.
  - فرق بین اچ‌آی‌وی و ایدز را می‌دانید.
  - نحوه تشخیص اچ‌آی‌وی را یاد خواهید گرفت.
  - تأثیر مراقبت و درمان در طول عمر بیمار و پیشگیری از انتقال بیماری را یاد می‌گیرید.
  - روش‌های پیشگیری از بیماری را یاد خواهید گرفت.

مقدمه:

اچ آی وی یک بیماری عفونی است که اغلب مردم آن را با نام ایدز می شناسند، در حالی که ایدز تنها مرحله انتهایی از بیماری اچ آی وی است، که اگر فرد به موقع و صحیح تحت مراقبت و درمان قرار گیرد، ممکن است تا آخر عمر اتفاق نیفتد. از آنجا که اچ آی وی یک بیماری عفونی است، بهتر است برای شناخت آن، در ابتدا با سیستم ایمنی بدن انسان آشنا شوید.

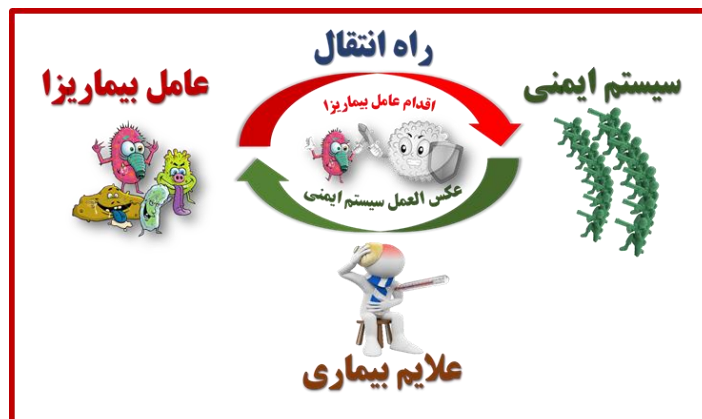
### آشنایی با سیستم ایمنی بدن

در بدن ما، سیستم ایمنی وجود دارد که وظیفه اش محافظت از بدن در برابر هر عامل بیگانه ایی است که وارد بدن انسان می شود. گلبول های سفید یکی از اجزاء اصلی سیستم ایمنی بدن هستند.



آشنایی با بیماری های عفونی: بیماری های عفونی، بیماری هایی هستند که به علت ورود یک عامل بیماری زا به

بدن ایجاد می شوند. عامل بیماری زا وارد بدن شده و موجب آزردهی قسمتی از بدن می شود. سیستم ایمنی نیز علیه این دشمن شروع به فعالیت می کند. این جنگی که بین عامل بیماری زا و سربازهای دفاعی بدن اتفاق می افتد، علائمی را ایجاد می کند که به کمک آن علائم می توانیم بیماری را تشخیص دهیم. پس اگر



بخواهیم هر بیماری عفونی را بشناسیم، باید بدانیم چه عاملی بیماری را ایجاد می کند، این عامل چگونه وارد بدن می شود و بعد از ورودش به بدن چه اتفاقی می افتد. به همین دلیل برای شناخت بیماری اچ آی وی نیز مانند سایر بیماری های عفونی باید اطلاعات زیر را داشته باشیم.

### ۱. عامل ایجاد عفونت اچ آی وی چیست؟



عوامل متعددی می توانند موجب ایجاد بیماری های عفونی شوند. چون اغلب عوامل بیماری زا آنقدر کوچک هستند که فقط با میکروسکوپ دیده می شوند به آنها میکروب می گویند. میکروب ها انواع مختلفی دارند، بعضی ضعیف هستند و به راحتی از بین می روند، بعضی دارای ساختمان پیچیده ای هستند و بسیار قوی بوده و به راحتی از بین نمی روند. نوعی از میکروب ها هم هستند که ساختمان

کاملی ندارند و هرگز به تنهایی قادر به ادامه حیات نیستند و برای ادامه زندگی لازم است حتما درون یک سلول زنده باشند، به این میکروب ها "ویروس" می گویند.

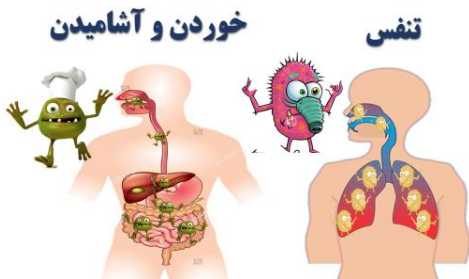
عامل ایجاد بیماری اچ آی وی نیز یک نوع ویروس به نام *HIV* (ویروس نقص ایمنی انسان) است. سلول زنده ایی که ویروس اچ آی وی در آن زنده می ماند، گلبول سفید است.

گلبول های سفید در خون و ترشحات بدن وجود دارند و خارج از بدن در مدت کوتاهی از بین می روند. بنابراین ویروس اچ آی وی نیز در خارج از بدن در مدت کوتاهی از بین می رود. حرارت، الکل و مواد ضد عفونی کننده (مانند وایتکس) به راحتی می توانند باعث از بین رفتن ویروس شوند.

**پس نتیجه می گیریم ویروس اچ آی وی فقط درون گلبول سفید زنده قادر به زندگی است در خارج از بدن به راحتی از بین می رود.**

### ۲. راه انتقال اچ آی وی

شناخت راه ورود عوامل بیماری زا به بدن از اهمیت بسزایی برخوردار است، چرا که با شناخت آن و جلوگیری از ورود میکروب به بدن می توان زنجیره انتقال بیماری را قطع نمود و از ابتلاء افراد به بیماری جلوگیری کرد.



میکروب‌ها از طرق مختلف می‌توانند به بدن انسان وارد شوند و اصولاً هر عامل بیماری‌زایی بسته به این‌که به کدام قسمت بدن تمایل دارد، از راهی وارد می‌شود که امکان دسترسی به آن قسمت برایش فراهم باشد. مثلاً میکروب آنفلوانزا از راه تنفسی وارد بدن شده و میکروب‌های مولد بیماری‌های اسهالی از طریق گوارشی و با خوردن و آشامیدن وارد بدن می‌شوند.

همان‌طور که اشاره شد مقصد ویروس HIV در بدن، گلبول‌های سفید خون هستند؛ پس مسلماً ویروس از راهی به بدن وارد می‌شود که بتواند به گلبول‌های سفید دسترسی داشته باشد. چون ویروس فقط داخل گلبول سفید زنده می‌ماند، پس تنها از راهی منتقل می‌شود که گلبول سفید منتقل شود. گلبول سفید هم فقط در خون و ترشحات بدن وجود دارد پس ویروس هم فقط از راهی می‌تواند وارد شود که خون و ترشحات محتوای ویروس به خون یا مخاط بدن فرد دیگری وارد شود. به این ترتیب ویروس اچ‌آی‌وی از ۳ راه اصلی زیر می‌تواند وارد بدن انسان شود:

- ۱- تزریق خون و فرآورده‌های خونی      ۲- تماس جنسی      ۳- از طریق مادر آلوده به کودک



پس نتیجه می‌گیریم ، ویروس اچ آی وی نسبت به سایر عفونت‌ها به راحتی انتقال نمی‌یابد و در روابط معمول بین انسانها منتقل نمی‌شود.

راه‌هایی که ویروس اچ‌آی‌وی از طریق آن‌ها منتقل نمی‌شود:



با توجه به توضیحات فوق از آن جا که ویروس اچ آی وی تنها در گلبول های سفید قادر به ادامه حیات است؛ لذا تنها از طریق منتقل می شود که گلبول سفید منتقل شود.

گلبول سفید هم فقط در خون و ترشحات جنسی است؛ پس همانطور که میکروب بیماری های اسهالی

از طریق تنفس منتقل نمی شود؛ ویروس اچ آی وی نیز از طریق تماس های عادی ذیل منتقل نمی شود.

- 👉 کار کردن با یکدیگر وزندگی دسته جمعی، هم صحبت شدن و معاشرت های اجتماعی یا تماس روزمره با افراد آلوده مانند هم سفر بودن، هم کلاس بودن، نشستن در کنار یکدیگر
- 👉 از روابط عادی اجتماعی مثل سوار شدن در اتوبوس و تاکسی و استفاده از تلفن های عمومی
- 👉 غذا خوردن، آشامیدن و یا استفاده از قاشق و چنگال، لیوان و وسایل و ظروف غذاخوری
- 👉 اشک و بزاق و از راه هوا ( عطسه و سرفه)
- 👉 استفاده از سرویس های بهداشتی مشترک مثل حمام، توالت و استخرهای مشترک
- 👉 توسط حیوانات، حشرات و یا نیش آنها

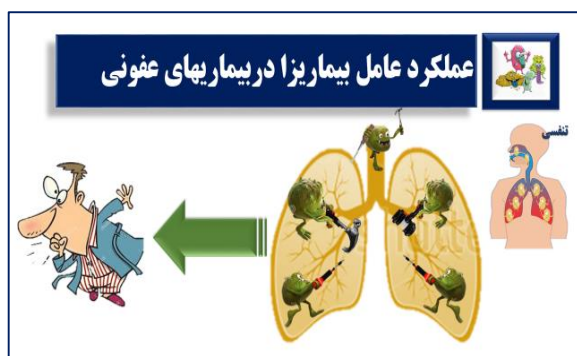
**پس نتیجه می گیریم : نیازی به جدا سازی افراد مبتلا به اچ آی وی نیست**



### ۳. علائم عفونت اچ آی وی

در بیماری های عفونی وقتی میکروبی وارد بدن می شود، چون باعث آزرده گی قسمتی از بدن می شود، سیستم ایمنی برای دفاع از بدن به مبارزه با میکروب اقدام می کند. این آزرده گی و یا واکنش سیستم ایمنی باعث می شود علائمی ایجاد شود.

مثلاً میکروب سرماخوردگی باعث آزرده گی های مخاط دستگاه تنفسی و ریه ها می شود؛ پس سرماخوردگی خود را به شکل سوزش گلو و بینی و سرفه نشان می دهد و یا در بیماری اسهالی، میکروب به جدار روده صدمه می زند و باعث دل درد و اسهال در فرد می شود.



اگرچه همه علائم بیماری های عفونی، مربوط به تخریب بدن توسط میکروب نیست. وقتی میکروب وارد بدن می شود، سیستم ایمنی آن را به عنوان دشمن می شناسد و برای از بین بردنش با میکروب وارد جنگ می شود. مانند ارتش یک کشور که به جنگ دشمن می رود. سیستم ایمنی برای مقابله با میکروب ها موادی

ترشح می کند که باعث ایجاد علائمی می شود؛ به عنوان مثال در سرماخوردگی سیستم ایمنی ماده ای به نام هیستامین ترشح می کند که خودش باعث آبریزش بینی و ... می شود.

پس از ورود ویروس HIV به بدن چه اتفاقی می افتد؟

اما در اچ آی وی داستان به شکل دیگری است؛ زیرا برخلاف اغلب عوامل بیماری زا ویروس اچ آی وی هیچ آسیبی به بدن نمی زند. فقط وارد گلبول سفید شده و از امکانات آن برای تغذیه و رشد خود استفاده می کند و هیچ

قسمتی از بدن، حتی گلبول سفید را تخریب نمی کند؛ پس علامتی ندارد. از طرف دیگر چون جایی خراب نمی شود، سیستم ایمنی هم واکنشی نشان نمی دهد و به این ترتیب عفونت اچ آی وی بدون علامت است. به عبارت دیگر این ویروس وارد سلولی می شود که خود وظیفه از بین بردنش به عنوان یک موجود بیگانه را برعهده داشته است، درست مانند دشمنی که به جای آن که به یک کشور حمله کند، به شکل نامحسوس وارد پادگان آن کشور شده و از غذا و امکانات سربازهای آن پادگان استفاده کند. بدیهی است در این شرایط جنگی رخ نمی دهد و در حالت معمول کسی متوجه ورود دشمن نمی شود.

ویروس اچ آی وی هم، نه جایی را خراب می کند و نه سیستم ایمنی بر علیه آن عکس العملی نشان می دهد. پس بیماری هیچ علامتی ندارد. اگر چه بعد از مدتی ماده ای در خون ترشح می شود؛ مانند این که گلبول سفید با پلاکاردی اعلام می کند که میهمانی ناخوانده دارد؛ که آن هم هیچ علامتی ایجاد نمی کند و فقط نفع آن این است که در تشخیص آزمایشگاهی به ما کمک می کند.



پس نتیجه می گیریم: برخلاف سایر بیماریها، عفونت اچ آی وی هیچ علامتی ندارد و فرد مبتلا تا سالیان متمادی می تواند بدون هیچ علامت و مشکلی به زندگی معمول خود ادامه دهد

#### ۴. تفاوت عفونت اچ آی وی و بیماری ایدز

ویروس اچ آی وی در گلبول سفید جایگزین می شود و با استفاده از امکانات گلبول سفید رشد و تکثیر می کند؛ به این ترتیب تا زمانی که گلبول سفید توان کافی داشته باشد، ضمن آن که به وظایف خود در دفاع از بدن عمل می کند، امکانات لازم برای زنده ماندن و تکثیر ویروس اچ آی وی را در اختیار ویروس قرار می دهد. در این شرایط هیچ علامتی وجود ندارد.



اگر به هر دلیلی تعداد ویروس زیاد شود، توان گلبول سفید بیشتر صرف تغذیه ویروس شده و برای عملکرد خود توانش کاهش می یابد و به تدریج نمی تواند به صورت شایسته از بدن در مقابل سایر میکروبها دفاع کند.



با افزایش ویروسها، گلبولهای سفید مجبور می شوند همه توان خود را صرف تغذیه ویروس کرده و دیگر برای انجام وظایف خود رمقی ندارند. همانطور که اشاره شد وظیفه گلبولهای سفید، مقابله با میکروبها است. وقتی گلبول سفید رمق ندارد، اگر میکروب دیگری به بدن وارد گردد، بدن قادر به هیچ عکس العملی نیست و آن میکروب می تواند انسان را از پا درآورد.



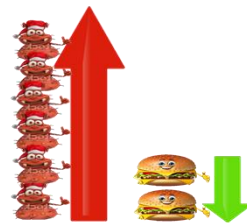
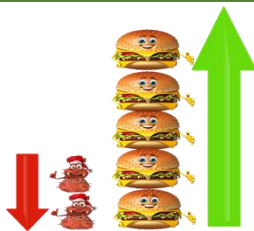
در این مرحله، بیماریهای عفونی و سرطانهای غیرعادی در بدن فرد فرصت رشد و بیماریزایی پیدا می کنند. در اصل وقتی کارائی گلبولهای سفید کاهش پیدا می کند، تمام میکروبهایی که در حالت عادی، بیماریهای ساده ای ایجاد می کردند و خیلی زود برطرف می شدند، می توانند عفونت های شدیدی ایجاد کنند. به این مرحله در اصطلاح "ایدز" می گویند. پس ایدز زمانی است که به دلیل عفونت اچ آی وی گلبولهای سفید توان مقابله با بقیه

میکروبها را ندارند و بدن در مقابل سایر عوامل بیماری‌زا بی‌دفاع می‌شود، علامتی هم که دیده می‌شود علامت سایر میکروبها است. اما اگر فرد تحت مراقبت و درمان قرارگیرد ممکن است این اتفاق هرگز رخ ندهد.

ایدز در واقع آخرین مرحله عفونت اچ‌آی‌وی است که در صورتی اتفاق می‌افتد که سیستم ایمنی بدن به خاطر تغذیه و ویروس اچ‌آی‌وی نتواند در مقابل سایر میکروبها از بدن دفاع کند.

از زمانی که ویروس اچ‌آی‌وی وارد بدن می‌شود تا زمانی که فرد وارد مرحله علامت‌دار ایدز شود، مدت زمان طولانی لازم است و در صورتی که فرد تحت مراقبت و درمان قرار گیرد این زمان می‌تواند تا آخر عمر فرد ادامه یابد. این مدت به دو عامل مهم بستگی دارد:

۱. **قدرت سیستم ایمنی:** هر چه توان و قدرت سیستم ایمنی بیشتر باشد، این مدت طولانی‌تر می‌شود و هر عاملی مانند عفونت‌های دیگر، سوءتغذیه و استرس که سیستم ایمنی را ضعیف کند می‌تواند این دوره را کوتاه کند.
۲. **تعداد ویروس وارد شده:** هر چه تعداد ویروس بیشتر باشد و هر چه تعداد ویروس بیشتری در هر بار مواجهه وارد بدن شود و اگر مواجهه مستمر باشد، مسلماً زودتر می‌تواند قوای سیستم ایمنی را کاهش دهد.



پس به این ترتیب در می‌یابیم، هر عاملی که قدرت سیستم ایمنی را افزایش دهد یا تعداد ویروس را کم کند می‌تواند زمان ورود به فاز علامت‌دار بیماری را عقب باندازد و حتی ممکن است این مرحله تا آخر عمر نیز اتفاق نیفتد؛ و هر عاملی که قوای سیستم ایمنی را تضعیف کرده و یا تعداد ویروس را اضافه کند، رسیدن به مرحله علامت‌دار بیماری را تسریع خواهد کرد. مراقبت و درمان فردی مبتلا به اچ‌آی‌وی، با تقویت سیستم ایمنی و کاهش تعداد ویروس در خون فرد، باعث می‌شود مدت زمان بروز ایدز آن قدر طولانی شود که حتی تا آخر عمر فرد هم اتفاق نیفتد.

## افزایش قدرت سیستم ایمنی



### ۵- تشخیص ابتلا به اچ آی وی

همان گونه که اشاره شد در دوران ابتلا به اچ آی وی فرد هیچ علامتی ندارد که بر اساس آن بتوان به اچ آی وی مشکوک شد. همین موضوع تشخیص اچ آی وی را با مشکل مواجه ساخته است. عده زیادی هستند که مبتلا هستند، اما خود نیز از وضعیت ابتلاء خود مطلع نیستند. مدتی بعد از ورود ویروس به بدن، گلبول های سفید به نشانه حضور ویروس ماده ای را در خون ترشح می کنند (آنتی بادی) که آن ماده هم هیچ علامتی ندارد؛ ولی با آزمایش قابل تشخیص است. از زمان ورود ویروس به بدن تا زمانی که گلبول های سفید این ماده را ترشح می کنند، مدتی بین دو هفته و گاه حتی سه ماه طول می کشد؛ که در این زمان علی رغم اینکه ویروس درون بدن فرد هست، حتی اگر فرد آزمایش هم بدهد جواب منفی خواهد بود. به این مدت زمان، دوران پنجره می گویند. توجه به این نکته بسیار حائز اهمیت است که با وجود دوران پنجره (مدت زمانی که ویروس وارد بدن شده، اما سطح آنتی بادی به حد قابل تشخیص در خون نرسیده است) و اینکه علی رغم آلودگی هنوز تست های آزمایشگاهی مثبت نشده است، هیچ گاه وجود یک آزمایش منفی دلیل قطعی برای عدم ابتلاء فرد نیست و به تواترهای زمانی مشخص بایستی مجدداً مورد مشاوره و آزمایش قرار گیرد. اما بعد از این دوران که آنتی بادی ترشح شود تا آخر عمر فرد در خونش باقی خواهد ماند. لذا تشخیص اچ آی وی فقط بر مبنای آزمایش خون است. اگر فرد تحت درمان قرار نگیرد و علائم ایدز آشکار شود نیز هم چنان آزمایش خون وی مثبت است.

**پس نتیجه می گیریم: تنها راه تشخیص اچ آی وی آزمایش خون است که آنهم ممکن است در چند ماه اول ورود ویروس به بدن ممکن است به شکل کاذب منفی باشد.**

بر اساس این توضیحات از زمان ورود ویروس اچ آی وی به بدن انسان سه مرحله زیر وجود دارد:



دوره پنجره  
علامت منفی - آزمایش منفی



عفونت اچ آی وی  
علامت منفی - آزمایش مثبت



مرحله ایدز  
علامت مثبت - آزمایش مثبت

## ۶-درمان



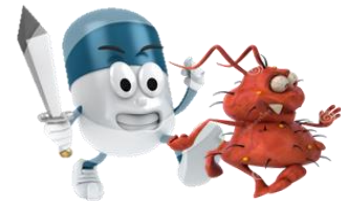
در اغلب بیماری‌های عفونی درمان شامل داروهایی است که موجب تضعیف و یا مرگ عوامل بیماری‌زا می‌گردند و بسته به اینکه عامل بیماری‌زا در چه سلول و یا ارگانی از بدن مستقر شده، اشکال و انواع داروهایی مورد استفاده قرار می‌گیرند که توان دستیابی به آن عامل را داشته باشند.



**درمان بیماری اچ‌آی‌وی:** تاکنون داروی موثری که بتواند ویروس را کامل از بین ببرد وجود ندارد. اما داروهای مناسبی وجود دارند که می‌توانند تعداد ویروس درخون را به شدت کم کرده و مانع پدید آمدن علائم مرحله ایدز شوند. در کنار این داروها فرد باید تحت مراقبت قرار گیرد تا عواملی که باعث تضعیف شدن سیستم ایمنی‌اش می‌شود نیز از بین برود.



مراقبت مستمر افراد مبتلا به اچ‌آی‌وی و درمان به موقع عفونت‌ها و بیماری‌های دیگر می‌تواند در به تعویق انداختن مرحله بیماری بسیار موثر باشد.



به گونه ای که در صورت مراقبت و درمان به موقع؛ ممکن است علائم بیماری ایدز تا پایان عمر بروز نکند.



**پس نتیجه می‌گیریم: با مراقبت و دریافت دارو، بیماران می‌توانند سالیان متمادی زندگی عادی و بدون علامت را تجربه کنند**

## پیوست رسانه ایی پویش من هم تست اچ آی وی می دهم-۲۰آبان-۲۰ آذر ۱۴۰۳

علاوه بر این، درمان عفونت اچ آی وی از منظر دیگری نیز بسیار حائز اهمیت است. دارو می تواند تعداد میکروب در خون و ترشحات را به قدری کاهش دهد که قابلیت سرایت به دیگران، نزدیک به صفر شود. لذا درمان در اچ آی وی علاوه بر بهبود وضعیت سلامت بیمار، به عنوان یکی از روش های اصلی پیشگیری محسوب می شود.

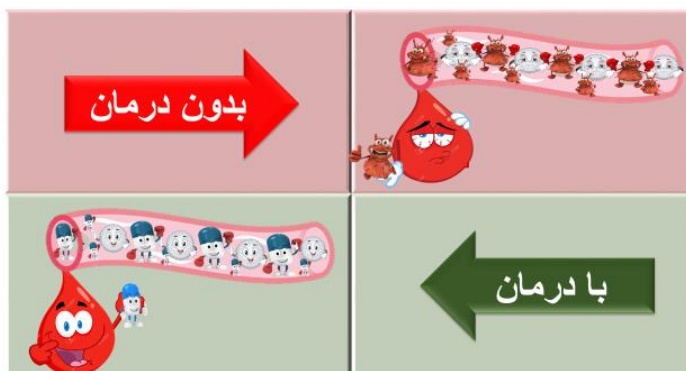
### ۷- پیشگیری

یکی از اصلی ترین روش های پیشگیری از بیماری های عفونی، راه هایی است که مانع ورود میکروب به بدن می شوند. این روش پیشگیری بسیار به راه انتقال بیماری وابسته است. به عنوان مثال می توان به استفاده از ماسک در بیماری های تنفسی و دستکش در بیماری های پوستی اشاره کرد.



### پیشگیری از ابتلاء به اچ آی وی

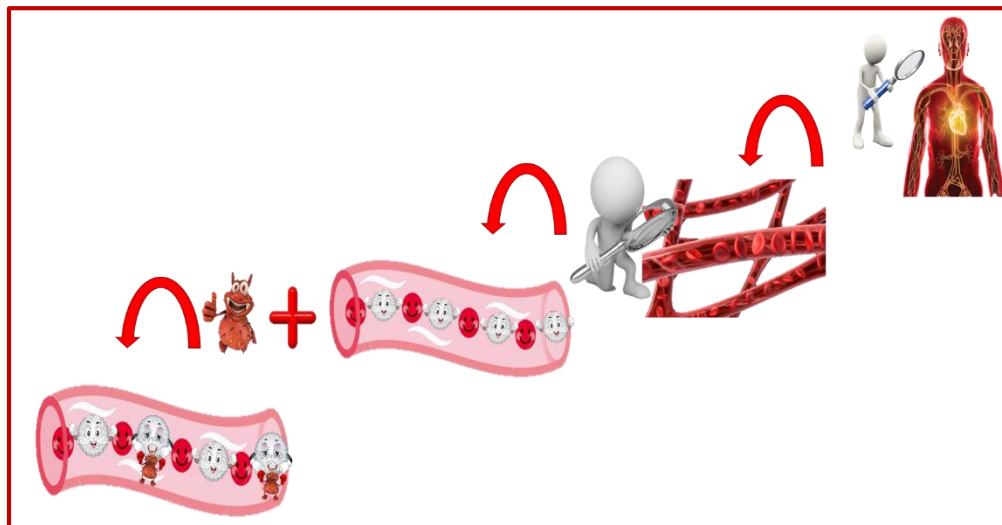
مانند همه بیماری های عفونی یکی از روش های پیشگیری، مانع شدن ورود ویروس به بدن فرد است. استفاده از سرنگ های یکبار مصرف در تزریق و کاندوم در روابط جنسی می تواند از راه های اصلی پیشگیری از انتقال بیماری



باشد. اما همانطور که اشاره شد، یکی دیگر از روش‌های مهم پیشگیری از ابتلا به اچ‌آی‌وی، درمان افراد مبتلا است. دارو با کاهش ویروس در خون و ترشحات منجر می‌شود که حتی در صورت تماس اتفاقی با خون و ترشحات این افراد، ویروسی برای انتقال وجود نداشته باشد.

### اچ‌آی‌وی یک بیماری عفونی است که مخصوص گروه خاصی نیست.

بیماری اچ‌آی‌وی مخصوص طبقه، قشر و یا گروه خاصی نیست، این بیماری یک بیماری عفونی است که اگر عامل آن وارد بدن هر کسی شود، آن فرد می‌تواند به بیماری مبتلا شود. چون ویروس درون گلبول‌های سفید خون و ترشحات جنسی وجود دارد و همه افراد دارای گلبول سفید در خون و ترشحاتشان هستند، پس هر کسی که با ویروس در تماس باشد، می‌تواند مبتلا به عفونت اچ‌آی‌وی شود.



علی‌رغم اینکه اچ‌آی‌وی مخصوص گروه خاصی نیست؛ بدیهی است هر کسی که بیشتر با خون و ترشحات جنسی سروکار داشته باشد، بیشتر احتمال دارد با ویروس در تماس بوده و به بیماری اچ‌آی‌وی مبتلا شود، اما این بدان معنی نیست که فقط این افراد مبتلا به اچ‌آی‌وی می‌شوند:

👉 کسانی که با سرنگ و سرسوزن‌های مشترک تزریق می‌کنند.

👉 کسانی که روابط جنسی دارند و از کاندوم استفاده نمی‌کنند؛ خصوصاً اگر روابط جنسی با افرادی باشد که احتمال ابتلاء بیشتری دارند.

👉 اگر فرد بیماری مقاربتی داشته باشد با احتمال بیشتری ممکن است در روابط جنسی به عفونت اچ‌آی‌وی مبتلا شود.

👉 نوزادان مادران مبتلا به HIV نیز، اگر مادر تحت درمان نباشد، ممکن است مبتلا شوند.

لذا هرگونه اقدامی که مانع تماس خون و ترشحات جنسی افراد با هم شود، می‌تواند احتمال ابتلا به اچ‌آی‌وی را کاهش دهد:

👉 کسانی که تزریق می‌کنند از سرنگ و سرسوزن‌های یکبار مصرف و شخصی استفاده کنند.

👉 افراد در روابط جنسی از کاندوم استفاده کنند؛ خصوصاً اگر روابط جنسی با افرادی باشد که احتمال ابتلاء بیشتری دارند.

👉 اگر فرد بیماری مقاربتی دارد سریعاً برای درمان آن اقدام کند.

👉 با درمان به موقع مادران باردار می‌توان مانع ابتلا کودک شد، لذا مادران باردار، برای اچ‌آی‌وی آزمایش شوند و اگر مبتلا به اچ‌آی‌وی هستند تحت درمان قرار گرفته و به نوزاد خود شیر ندهند.

### جمع بندی:

۱. عامل بیماری‌زای اچ‌آی‌وی ویروسی شناخته شده است.
۲. این ویروس، میکروب مقاومی نیست و در خارج از بدن به راحتی با مواد ضد عفونی کننده معمولی از بین می‌رود.
۳. چون فقط درون گلبول‌های سفید زندگی می‌کند؛ پس فقط از طریق خون و ترشحات منتقل می‌شود؛ پس در روابط معمولی و اجتماعی به راحتی منتقل نمی‌شود و فرد مبتلا هیچ خطری در زندگی معمولی برای دیگران ندارد.
۴. حتی اگر فردی مبتلا بشود، به شرطی که تعداد ویروس‌های بیشتری وارد بدنش نشود و تحت مراقبت قرار گیرد می‌تواند سال‌های متمادی بدون علامت باشد.
۵. با دریافت دارو و مراقبت‌های به موقع می‌توان سطح ویروس در خون را به شدت پایین آورد و خطر انتقال بیماری به دیگران را به نزدیک صفر رساند.

## پیوست رسانه ایی پویش من هم تست اچ آی وی می دهم-۲۰آبان-۲۰ آذر ۱۴۰۳

با توجه به مطالب پیشگفت به نظر می‌رسد اچ‌آی‌وی یک بیماری عفونی است که در صورتی که تشخیص داده شده و تحت مراقبت قرار گیرد به راحتی قابل کنترل است.