

## تأثيرات فيروس نقص المناعة/ الإيدز

1.3 ما هو الفرق بين فيروس نقص المناعة والإيدز؟

2.3 كيف ينتقل فيروس نقص المناعة HIV؟

3.3 كيف يمكنني أن أتجنب الحصول على فيروس نقص المناعة البشرية؟

4.3 كيف يؤثر فيروس نقص المناعة HIV على الجهاز المناعي؟

## 1.3 ما هو الفرق بين فيروس نقص المناعة والإيدز؟

فيروس نقص المناعة HIV والإيدز AIDS في العادة ما يكتبان ويشار إليهما بكلمة واحدة وتحمل معنى واحداً. ولكن HIV وAIDS لهما معنيان مختلفين.

HIV (Human Immunodeficiency Virus) يشير إلى فيروس نقص المناعة في الإنسان. ويصبح الشخص المصاب بفيروس نقص المناعة البشرية (HIV إيجابي) عندما يدخل الفيروس مجرى الدم الخاصة به.

إن فيروس نقص المناعة البشرية يهاجم الجهاز المناعي، والذي هو دفاع الجسم ضد المرض. ففي حالة تلف الجهاز المناعي للشخص بشدة من الفيروس، فسوف يتطور إلى مرض الإيدز (نقص المناعة المكتسبة). وهذا يعني أنهم أكثر عرضة ليحصلوا على العدوى والأمراض التي كانت أجسامهم تقتلها عادة من قبل.

كون إن تم التشخيص بفيروس نقص المناعة البشرية هذا لا يعني إن الشخص لديه مرض الإيدز أو أنهم سوف يموتون. فالعلاجات تبطئ من تلف الجهاز المناعي حيث أن الناس المصابين بفيروس نقص المناعة البشرية يمكن أن يبقوا أصحاء، والعيش حياة صحية و مرضية.

## 2.3 كيف ينتقل فيروس نقص المناعة HIV؟

يوجد فيروس نقص المناعة HIV في سوائل جسم الشخص المصاب مثل: الدم، السائل المنوي، الإفرازات المهبلية، وحليب الثدي. تحدث العدوى بفيروس نقص المناعة HIV فقط إذا دخلت واحدة أو أكثر من سوائل الجسم هذه من شخص مصاب إلى مجرى دم شخص آخر.

يمكن أن ينتقل فيروس نقص المناعة HIV بالطرق الآتية:

- الجنس الغير آمن (الجنس بدون عازل مطاطي)
- مشاركة استخدام الإبر والحقن وغيرها من معدات حقن المخدرات
- ثقب الجسم أو الوشم بطرق غير معقمة
- الأم إلى الطفل أثناء الحمل أو الولادة أو الرضاعة الطبيعية
- نقل الدم و / أو منتجات الدم في بعض البلدان الأخرى. في أستراليا، عمليات نقل الدم ومنتجات الدم آمنه.

لا يمكن أن ينتقل فيروس نقص المناعة HIV عن طريق:

- الكحة
- العطس
- البصق
- التقبيل
- البكاء
- المشاركة في استخدام أدوات المائدة
- مفروشات الأسرة (الشراشف)
- المراحيض والحمامات
- خلال الممارسات اليومية العادية
- الحشرات مثل البعوض

### 3.3 كيف يمكنني تجنب الحصول على فيروس نقص المناعة البشرية؟

#### الجنس

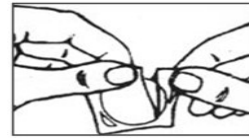
يمكن لفيروس نقص المناعة HIV أن ينتقل خلال الجروح والخدوش الغير مرئيه على سطح المهبل أو القضيب (الذكر) أو فتحة الشرج أثناء الجماع الغير آمن(الجماع بدون عازل مطاطي) مع شخص مصاب بفيروس نقص المناعة المكتسبة

لتلافي انتقال عدوى فيروس نقص المناعة HIV يمكنك أن تمارس الجنس الآمن، مثل:

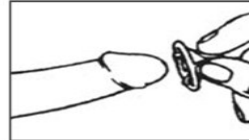
- استخدام عازل مطاطي جديد (condom) ومزلق مائي (Water Based Lubricant ) مثل (ky- jelly ) أو (Wet stuff) عند ممارسة الجنس المهبلي أو الشرجي. هذا أيضاً يحميك من معظم الأمراض التي تنتقل عن طريق الجنس

كيف تستخدم العازل المطاطي:

1. افتح الغلاف بعناية حتى لا يتمزق العازل المطاطي



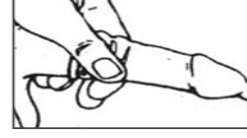
2. اضغط على طرف العازل بواسطة الإبهام والسبابة وذلك لتفريغ الهواء، ثم ابسط العازل على القضيب . إجذب الجلد الأمامي للخلف (إذا لزم الأمر)



3. غط العازل بعد وضعه على القضيب بطبقة من المزلق المائي.



4. عند الانسحاب، امسك بالعازل عند قاعدة القضيب وذلك لمنع تسرب السائل المنوي



5. ألق بالعازل في صندوق القمامة. لا تعيد استخدام العازل أبداً.



### حقن المخدرات، ثقب الجسم أو الوشم.

يمكن أن ينتقل فيروس نقص المناعة البشرية عن طريق تبادل الإبر والمحاقن، وخلال عمل ثقب الجسم والوشم بإبر مستعملة

لتفادي انتقال فيروس نقص المناعة HIV عند حقن المخدرات :

- عدم المشاركة في استخدام الإبر والمحاقن أو أي أدوات حقن أخرى.

لتفادي انتقال فيروس نقص المناعة HIV عند عمل وشم أو ثقب بالجسم :

- فعليك الذهاب إلى أستديو (أو محل) مرخص حيث يتم التخلص من الإبر والأدوات الأخرى بعد استخدامها أو يتم تعقيمها جيداً. وهذا الاجراء كفيل للوقاية أيضاً من فيروسات وأمراض أخرى خطيرة مثل الإلتهاب الكبدي B أو C.

### من الأم إلى الطفل

بدون علاج فعال قد تنتقل العدوى من الأم الإيجابية لفيروس نقص المناعة HIV إلى طفلها أثناء الحمل أو الولادة أو الرضاعة الطبيعية. في أستراليا، حيث علاجات فيروس نقص المناعة البشرية متاحة بسهولة والأمهات المصابات بفيروس نقص المناعة البشرية يلدن عن طريق عملية قيصرية، فإنه من النادر جدا أن تمررن فيروس نقص المناعة البشرية إلى أطفالهن.. إذا كنت حاملا أو تفكرين بالحمل فمن المهم أن تتحدثي مع طبيبك في أسرع وقت ممكن.

ينصح بأن الأمهات المصابات بفيروس نقص المناعة البشرية لا يرضعن أطفالهن. تحدثي مع طبيبك حول طرق أخرى لتغذية طفلك.

### نقل الدم أو مشتقاته

في أستراليا، عمليات نقل الدم آمنة. حيث يتم فحص الدم المتبرع به وجميع منتجات الدم للكشف عن فيروس نقص المناعة البشرية، ولا يمكن للناس المصابين بفيروس نقص المناعة البشرية التبرع بالدم. ومع ذلك، فعمليات نقل الدم في بعض البلدان في الخارج قد لا تكون آمنة.

## 4.3 كيف يؤثر فيروس نقص المناعة HIV على الجهاز المناعي؟

إن نقص المناعة البشرية فيروس والفيروسات هي كائنات صغيرة للغاية، يمكنها أن تدخل الجسم وتسبب مرضاً. وتنتقل الفيروسات من شخص إلى شخص آخر بطرق مختلفة، وتسبب العديد من الأمراض. فعلى سبيل المثال

ينتقل الزكام والحصبة عن طريق الهواء، والهربيس عن طريق الملامسة وشلل الأطفال يدخل مع الماء الملوث. ولكن ينتقل فيروس نقص المناعة البشرية فقط عن طريق دخول سوائل من جسم المصاب إلى مجرى دم شخص آخر.

### جهازك المناعي

جهاز المناعة هو نظام الدفاع الطبيعي في الجسم. لأنه يحمي الجسم ضد العدوى والمرض. وهو مكون من العديد من الخلايا المختلفة التي تعمل معا لإيجاد وتدمير الفيروسات والبكتيريا والجراثيم الأخرى التي تسبب العدوى والمرض. خلايا الدم البيضاء (وتسمى أيضا خلايا CD4 T-) وهي خلايا الجهاز المناعي المهمة حيث أنها تساعد في تنسيق الجهاز المناعي.

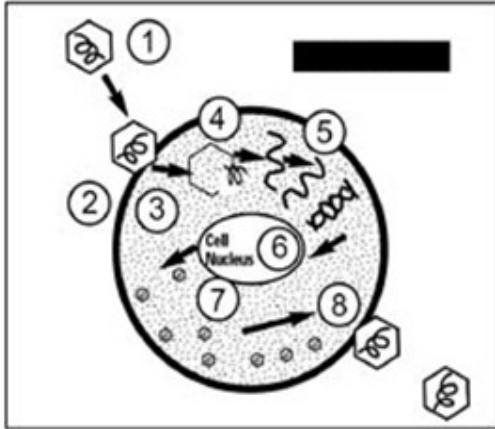
### ماذا يفعل فيروس نقص المناعة المكتسبة

يهاجم فيروس نقص المناعة البشرية خلايا الجهاز المناعي. و على وجه الخصوص، فإنه يصيب ويستخدم خلايا CD4 كمصانع للتكاثر ويدمر خلايا CD4 في هذه العملية. كلما كثر عدد خلايا CD4 المدمرة كلما ضعف جهاز المناعة. كلما يضعف الجهاز المناعة، زادت خطورة الإصابة بالعدوى والمرض. مع مرور الوقت، وبدون علاج، يمكن لعدد خلايا CD4 أن تصبح منخفضة بشكل خطير بحيث يمكن لمرض الإيدز أن يتطور عند الشخص.

### إستجابة جسمك

لمكافحة فيروس نقص المناعة البشرية، جسمك سوف ينتج الأجسام المضادة. ومع ذلك، فالأجسام المضادة لا تتماهى مع كمية الفيروسات المستنسخة. فأخذ العلاج يساعد الجسم على محاربة الفيروس بشكل فعال

### دورة حياة فيروس نقص المناعة البشرية



1. يدخل فيروس نقص المناعة HIV إلى مجرى الدم
- 2 & 3. يلتصق فيروس نقص المناعة البشرية ويدخل إلى خلايا CD4
4. يبيث فيروس نقص المناعة البشرية المعلومات الجينية في الخلية
5. تمكن عملية فريدة من نوعها هذه المعلومات أن تصبح جزءا من خلايا CD4 والدخول إلى نواة الخلية.
6. خلايا CD4 الآن مصابة بفيروس نقص المناعة البشرية إلى الأبد
7. يبدأ فيروس نقص المناعة البشرية بنسخ نفسه داخل خلايا CD4

8. تنفجر خلايا CD4 وتنتشر فيروسات نقص المناعة المكتسبة المستنسخة جديداً في الدم. تتجه الفيروسات الجديده لتجد خلايا CD4 أكثر وتخلق المزيد من النسخ و تنتشر فيروسات نقص المناعة المكتسبة أكثر في الدم وتكرر هذه العملية لئلا نهاية

$$\text{إنهاء فيروس نقص المناعة} = \left[ \text{إبقي أمانا} \right] + \left[ \text{عالج مبكرا} \right] + \left[ \text{إفحص أكثر} \right]$$