

ՄԻԱՎ/ՁԻԱՐ

Հարցեր և պատասխաններ

1. Ի՞նչ են ՄԻԱՎ-ը և ՁԻԱՐ-ը

ՄԻԱՎ՝ մարդու իմունային անբավարարության վիրուս. ախտահարում է մարդու իմունային համակարգը և հանգեցնում իմունային անբավարարության զարգացման:

ՁԻԱՐ՝ ձեռքբերովի իմունային անբավարարության համախտանիշ. զարգանում է ՄԻԱՎ-ով վարակված մարդկանց մոտ, բնորոշվում է իմունային համակարգի գործունեության խաթարմամբ, որի հետևանքով օրգանիզմն անպաշտպան է դառնում զանազան վարակիչ և ուռուցքային հիվանդությունների նկատմամբ:

2. Ո՞րն է տարբերությունը ՄԻԱՎ վարակի և ՁԻԱՐ-ի միջև

ՄԻԱՎ վարակը երկարատև ընթացքով քրոնիկ վարակային հիվանդություն է, որի հարուցիչը ՄԻԱՎ-ն է:

ՁԻԱՐ-ը ՄԻԱՎ վարակի վերջնային փուլն է, երբ ՄԻԱՎ վարակով հիվանդի մոտ ի հայտ են գալիս զանազան ախտաբանական դրսևորումներ:

3. Ինչպե՞ս է փոխանցվում ՄԻԱՎ-ը

ՄԻԱՎ-ը փոխանցվում է միայն օրգանիզմի որոշակի հեղուկների միջոցով: Այդ հեղուկներն են՝ արյունը, սերմնահեղուկը, հեշտոցային արտազատուկները, մայրական կաթը: Վարակումը տեղի է ունենում այն ժամանակ, երբ վերոնշյալ հեղուկները ներթափանցում են առողջ մարդու օրգանիզմ՝ լորձաթաղանթների կամ վնասված մաշկի միջոցով: Դա նշանակում է, որ ՄԻԱՎ-ով վարակվում են.

- առանց պահպանակի սեռական հարաբերությունների ժամանակ,
- արյան միջոցով՝ թմրամիջոցների ներարկային օգտագործման ժամանակ, չախտազերծված ներարկիչներ, ասեղներ, բժշկական պարագաներ օգտագործելիս,
- նորածիններն իրենց ՄԻԱՎ վարակ ունեցող մայրերից՝ հղիության ընթացքում, ծննդաբերության ժամանակ, կրծքով կերակրվելիս:

4. Կարո՞ղ է արդյոք առողջ տեսք ունեցող մարդը լինել ՄԻԱՎ-ով վարակված

Այո, ՄԻԱՎ-ով վարակված մարդը կարող է միանգամայն առողջ տեսք ունենալ: ՄԻԱՎ-ով վարակվածները չունեն յուրահատուկ արտաքին նշաններ, ուստի անհնար է պարզապես մարդուն նայելով ասել վարակված է ՄԻԱՎ-ով, թե՛ ոչ: Ավելին, ՄԻԱՎ-ով վարակված մարդկանց ավելի քան երեք քառորդը չգիտի իր վարակված լինելու մասին: Հիվանդության խարդավանքը հենց նրանում է, որ այն ընթանում է երկարատև անախտանշան՝ թաքնված շրջանով (8-10 տարի), որի ընթացքում մարդն իրեն զգում է գործնականորեն առողջ և չի էլ կասկածում իր վարակված լինելու մասին: Սակայն այդ ընթացքում նա կարող է վարակը փոխանցել այլ մարդկանց:

5. Կարո՞ղ է արդյոք մարդը վարակվել ՄԻԱՎ-ով մոծակի կծելու միջոցով

ՄԻԱՎ-ը չի փոխանցվում մոծակների կծելու միջոցով, քանի որ վիրուսը կարող է ապրել և բազմանալ միայն մարդու բջիջների մեջ և շատ արագ քայքայվում է մոծակի ստամոքսում:

6. Հնարավոր է վարակվել ՄԻԱՎ-ով ՄԻԱՎ վարակ ունեցող մարդու հետ համատեղ սնունդ ընդունելիս

Հնարավոր չէ վարակվել ՄԻԱՎ վարակ ունեցող մարդու հետ համատեղ սնունդ ընդունելիս, քանի որ ՄԻԱՎ-ը չի փոխանցվում սննդի միջոցով, կենցաղային շփումների ժամանակ: Ուստի առանց ավելորդ վախի կարելի է հյուրընկալվել ՄԻԱՎ վարակ ունեցող մարդուն և օգտվել նրա հյուրասիրությունից: ՄԻԱՎ-ով հնարավոր չէ վարակվել նաև ջրի միջոցով, հազի կամ փռշտոցի միջոցով, ձեռքսեղման, համբույրի, գրկախառնվելու ժամանակ, ընդհանուր սպասքից, հեռախոսից, համակարգչից, սանհանգույցից օգտվելիս, հագուստի և սպիտակեղենի միջոցով, լողավազանում լողանալիս:

7. Հնարավոր է նվազեցնել ՄԻԱՎ-ով վարակման վտանգը՝ միայն մեկ, հավատարիմ, ոչ ՄԻԱՎ վարակակիր զուգընկերոջ հետ սեռական հարաբերություններ ունենալով

Միայն մեկ, հավատարիմ, ՄԻԱՎ-ով չվարակված զուգընկեր ունենալու դեպքում հնարավոր է նվազեցնել ՄԻԱՎ-ով վարակման վտանգը: Սակայն պետք է հիշել, որ միայն երկկողմանի հավատարմությունը կարող է լիովին պաշտպանել վարակումից: Եթե զուգընկերները վարակված չեն և փոխադարձաբար հավատարիմ են միմյանց, սեռական հարաբերությունների միջոցով ՄԻԱՎ-ի փոխանցումը բացառվում է:

8. Հնարավոր է ՄԻԱՎ-ով վարակման վտանգը նվազեցնել պահպանակ օգտագործելով

Այո, հնարավոր է: Պահպանակը սեռական հարաբերությունների ժամանակ ՄԻԱՎ-ով վարակումը կանխելու առաջուր հայտնի ամենաարդյունավետ միջոցն է: Այն օգնում է կանխել ոչ միայն ՄԻԱՎ վարակը, այլև սեռական ճանապարհով փոխանցվող այլ հիվանդությունները, նաև անցանկալի հղիությունը: Պահպանակի օգտագործումը սեփական առողջության հանդեպ հոգատար վերաբերմունքի և զուգընկերոջ նկատմամբ հարգանքի նշան է:

9. Ի՞նչ անել ՄԻԱՎ-ով չվարակվելու համար

ՄԻԱՎ-ով չվարակվելու համար անհրաժեշտ է զերծ մնալ թմրամիջոցներ օգտագործելուց և դրսևորել անվտանգ սեռական վարքագիծ, այսինքն պահպանել փոխադարձ (ամուսնական) հավատարմություն, խուսափել պատահական սեռական կապերից կամ դրանց դեպքում մշտապես պահպանակ օգտագործել:

10. Ինչպե՞ս իմանալ ՄԻԱՎ-ով վարակված լինելու մասին

Դրա համար հարկավոր է ՄԻԱՎ-ի վերաբերյալ արյան հետազոտություն անցնել, որի արդյունքում հայտնաբերվում են իմունային համակարգի կողմից վիրուսի նկատմամբ արտադրված հակամարմինները: Հետազոտության արդյունքը կարող է լինել.

- **դրական**, այսինքն՝ հետազոտվողի արյան շիճուկում հայտնաբերվել են ՄԻԱՎ-ի նկատմամբ հակամարմիններ, ինչը վկայում է նրա ՄԻԱՎ-ով վարակված լինելու մասին
- **բացասական**, այսինքն՝ հետազոտվողի օրգանիզմում ՄԻԱՎ-ի նկատմամբ հակամարմիններ չեն հայտնաբերվել, ինչը կարող է լինել այն դեպքերում, երբ
 - մարդը վարակված չէ ՄԻԱՎ-ով,
 - մարդը վարակված է ՄԻԱՎ-ով, բայց դեռևս գտնվում է «պատուհանի շրջանում»,
 - մարդը ՁԻԱՀ-ի փուլում է:

11. Ի՞նչ է «պատուհանի շրջանը»

Երբ ՄԻԱՎ-ը ներթափանցում է արյան մեջ, օրգանիզմում սկսում են արտադրվել հակամարմիններ, որոնց միջոցով օրգանիզմը փորձում է պայքարել վիրուսի դեմ: Արյան հետազոտությամբ հայտնաբերվելու համար բավարար քանակով հակամարմիններ վարակ-

վածների 90-95%-ի արյան մեջ ի հայտ են գալիս վարակվելուց 3 ամիս, 5-9%-ի մոտ՝ 6 ամիս հետո և 0,5-1%-ի մոտ՝ ավելի ուշ (մինչև 1 տարի): Այն շրջանը, երբ վիրուսն առկա է օրգանիզմում, բայց արտադրված հակամարմինների քանակությունը բավարար չէ դրանց հայտնաբերման համար, կոչվում է «պատուհանի շրջան»: «Պատուհանի շրջանում» ՄԻԱՎ-ի վերաբերյալ հետազոտության արդյունքը կարող է բացասական լինել: Սակայն արդեն իսկ այդ շրջանում վարակված մարդը կարող է վարակը փոխանցել ուրիշներին: Ուստի, ՄԻԱՎ-ի վերաբերյալ պետք է հետազոտվել հնարավոր վարակման պահից առնվազն 3 ամիս հետո: Այդ ընթացքում հարկավոր է ձեռնպահ մնալ դոնորական արյուն հանձնելուց, սեռական հարաբերությունների ժամանակ մշտապես օգտագործել պահպանակ, իսկ կանանց խորհուրդ է տրվում խուսափել հղիությունից:

12. Ինչո՞ւ հետազոտվել ՄԻԱՎ-ի վերաբերյալ

ՄԻԱՎ-ի վերաբերյալ հետազոտությունը թույլ է տալիս ախտորոշել ՄԻԱՎ վարակը վաղ շրջանում, երբ հիվանդության կլինիկական դրսևորումներ դեռևս չկան:

Հիվանդության վաղ ախտորոշումը չափազանց կարևոր է.

- անհրաժեշտ բուժումը ժամանակին սկսելու և հիվանդի կյանքը հնարավորինս երկարացնելու համար,
- հետագա ապրելակերպի վերաբերյալ ճիշտ որոշումներ կայացնելու,
- հարազատ ու սիրելի մարդկանց չվարակելու,
- մորից երեխային ՄԻԱՎ-ի փոխանցումը կանխարգելելու համար:

ՄԻԱՎ-ի վերաբերյալ հետազոտվելու կարիք ունեն այն մարդիկ, ովքեր

- երբևէ օգտագործել են թմրամիջոցներ ներարկային ճանապարհով,
- առանց պահպանակի սեռական հարաբերություններ են ունեցել պատահական զուգընկերների հետ,
- երբևէ հիվանդացել են որևէ սեռավարակով,
- ենթարկվել են մաշկի և լորձաթաղանթների ամբողջականության խախտմամբ ուղեկցվող միջամտությունների (դաջում, դակում և այլն)՝ չախտազերծված կամ կասկածելի մաքրության գործիքներով:

ՄԻԱՎ-ի վերաբերյալ հետազոտություն կարելի է անցնել ՁԻԱՅ-ի կանխարգելման հանրապետական կենտրոնում (ք.Երևան, Ավան, Աճառյան 2): Հետազոտությունն անվճար է, ուղեկցվում է նախա- և հետթեստային խորհրդատվությամբ, կարող է կատարվել անանուն: Հետազոտության և դրա արդյունքների գաղտնիությունը լիովին երաշխավորվում է:

13. Ծի՞շտ է արդյոք տարածված այն կարծիքը, թե ՄԻԱՎ-ով վարակվում են միայն թմրամուլները, մարմնավաճառները, հոմոսեքսուալ տղամարդիկ

Այսօր էլ դեռևս շատերը թյուրիմացաբար կարծում են, որ ՄԻԱՎ-ով վարակվում են միայն «ռիսկի խմբերի» ներկայացուցիչները, իսկ մյուսները կարող են լիովին հանգիստ լինել և չնտահոգվել ՄԻԱՎ-ով վարակվելու հնարավոր վտանգով: Այսպես կոչված «ռիսկի խմբերին» (հոմոսեքսուալ տղամարդիկ, մարմնավաճառներ, թմրամուլներ) բնորոշ է «ռիսկային վարքագիծը», որը ենթադրում է ՄԻԱՎ-ով վարակվելու առավել մեծ վտանգ: Սակայն դա չի նշանակում, թե հասարակության նվազ խոցելի վարքագիծ ունեցող անհատները չեն կարող վարակվել ՄԻԱՎ-ով: Հայտնի է, որ ՄԻԱՎ-ով կարելի է վարակվել առանց պահպանակի նույնիսկ մեկ սեռական հարաբերության, թմրամիջոցի ընդամենը մեկ ներարկման, նաև՝ դոնորական արյան փոխներարկման, օրգանների և հյուսվածքների փոխպատվաստման հետևանքով: ՄԻԱՎ-ը կարող է փոխանցվել վարակված մորից երեխային: Սա նշանակում է, որ ՄԻԱՎ-ը կարող է ախտահարել բոլորին՝ անկախ սեռից, տարիքից, սեռական կողմնորոշումից, մասնագիտությունից: ՄԻԱՎ-ը «ոչինչ չգիտի» ռիսկային խմբերի մասին: ՄԻԱՎ-ով կարող է վարակվել ցանկացած մարդ, ով վիրուսի համար «ճանապարհ կբացի» դեպի իր օրգանիզմ: Առավել հաճախ ՄԻԱՎ-ով վարակվում են նրանք, ովքեր չգիտեն դրա փոխանցման ուղիների մասին, դրսևորում են ոչ անվտանգ վարքագիծ և չեն կիրառում

կանխարգելման միջոցներ: ՄԻԱՎ-ով չվարակվելու համար պատասխանատու և անվտանգ վարքագիծ պետք է դրսևորի յուրաքանչյուր ոք, ով մտահոգված է իր առողջության պահպանմամբ:

14. Արդյո՞ք ՄԻԱՎ-ով ապրող մարդիկ վտանգ են ներկայացնում հասարակության մյուս անդամների համար և պետք է նրանց մեկուսացնել

ՄԻԱՎ-ը չի փոխանցվում առօրյա, կենցաղային շփումների միջոցով, ուստի անհեթեթություն է ՄԻԱՎ-ով ապրող մարդկանց մեկուսացումը՝ զրկելով նրանց աշխատելու, ճամփորդելու, այլոց նման ապրելու իրավունքից:

Եթե ձեր մտերիմ անձնավորության, հարազատի կամ ընկերոջ մոտ հայտնաբերվել է ՄԻԱՎ վարակ, խուճապի մի մատնվեք: Երես մի թեքեք մարդուց այն պահին, երբ նրան ավելի, քան երբևէ, անհրաժեշտ է ձեր աջակցությունը: Կարո՞ղ եք պատկերացնել, որ դա ձեզ հետ է կատարվել: Ստածեք, թե շրջապատի մարդկանց ինչպիսի վերաբերմունքը կօգներ ձեզ հաղթահարելու ճգնաժամը: Կցանկանայի՞ք, որ ձեզ խղճային, մեղադրեին, հետևեին ձեր յուրաքանչյուր քայլին, ձեր փոխարեն որոշումներ կայացնեին հետագա ապրելակերպի վերաբերյալ:

ՄԻԱՎ-ով ապրող մարդիկ սիրո, խնամքի, հոգատարության և սոցիալական պաշտպանության կարիք ունեն:

15. Արդյո՞ք իրենց ամուսիններին հավատարիմ կանայք երբեք չեն վարակվի ՄԻԱՎ-ով

Սոսկ ամուսնացած լինելու փաստը ՄԻԱՎ-ով, սեռավարակներով չվարակվելու հուսալի երաշխիք չէ: Հայտնի են բազմաթիվ դեպքեր, երբ կանայք վարակվել են իրենց միակ զուգընկերոջից՝ ամուսնուց: Միայն երկկողմանի ամուսնական հավատարմությունը կարող է պաշտպանել վարակումից: Սակայն պետք է նկատի ունենալ, որ եթե մինչ ամուսնությունը ամուսիններից որևէ մեկը (կամ երկուսը) ունեցել է սեռական հարաբերություններ այլ անձանց հետ, հնարավոր է, որ արդեն վարակված լինի ՄԻԱՎ-ով կամ որևէ սեռավարակով: Այդ դեպքում, անգամ ամուսնությունից հետո հավատարմություն պահպանելով, նա կարող է վարակել զուգընկերոջը: Բազմաթիվ զուգընկերներ ունեցող անհատներն իրենց և զուգընկերներին ենթարկում են սեռավարակներով և ՄԻԱՎ-ով վարակման վտանգին: Ուստի ցանկալի է, որ երբևէ նման ռիսկային վարքագիծ դրսևորած անձինք նախքան ամուսնանալը հետազոտվեն ՄԻԱՎ-ի վերաբերյալ:

Արտամուսնական սեռական հարաբերություններ ունեցող ցանկացած անձնավորություն՝ կին, թե տղամարդ, պետք է լիովին գիտակցի իր քայլի հնարավոր հետևանքները, և պատասխանատվություն ստանձնի՝ օգտագործելով պահպանակ: Եթե ամուսիններից որևէ մեկն ունեցել է արտամուսնական սեռական հարաբերություն և չի կիրառել կանխարգելման միջոցներ, ապա այդ զույգը պետք է օգտագործի պահպանակ այնքան ժամանակ, մինչև ռիսկային վարքագիծ դրսևորած զուգընկերը հետազոտվի ՄԻԱՎ-ի, սեռավարակների վերաբերյալ և համոզվի, որ վարակված չէ:

16. Կա՞ արմատական բուժում ՄԻԱՎ/ՁԻԱՀ-ի դեմ

Ցավոք, առայսօր ՄԻԱՎ/ՁԻԱՀ-ի արմատական բուժում գոյություն չունի: Ներկայումս գոյություն ունեցող դեղամիջոցները կարող են միայն հետաձգել ՄԻԱՎ վարակի անցումը ՁԻԱՀ-ի փուլին, երկարացնել հիվանդի կյանքի տևողությունը և բարելավել կյանքի որակը: Այդ պատճառով էլ կանխարգելումն ունի կարևոր նշանակություն: **Չվարակվելու նախապայմանն անվտանգ վարքագիծ ունենալն է:**