

معلومات در مورد اچ.آی.وی و ایدز

Information about HIV/AIDS



برای بدست آوردن معلومات بیشتر با سایت انترنیتی ای .سی .سی .کیو :

www.eccq.com.au/bbv به تماس شوید ویا یک کاپی کتاب:

Let's Talk About It را از وب سایت ما برای کسب معلومات مزید درباره اچ.آی.وی ، هپاتیت یا امراض مقاربتی بدست آرید. شما همچنان میتوانید کاپی چاپی آنرا بصورت رایگان از دفتر ما درخواست کرده و بدست بیارید.

با ما تماس شوید

آدرس انترنیتی : www.eccq.com.au/bbv-dari

شماره تماس : **0738449166**

نمبر فکس : **0738464453**

پوست الکترونیکی : health@eccq.com.au

Please contact us at www.eccq.com.au/bbv or download a copy of the **Let's Talk About It** booklet from our website for further information about HIV, Hepatitis and STIs. You can also ask us to send you hard copies for free.

Contact Us

Website: www.eccq.com.au/health

Phone: **07 3844 9166**

Fax: **07 3846 4453**

Email: health@eccq.com.au



This resource was produced by ECCQ with funding from QLD Health

این اوراق معلوماتی از طرف دفتر ای سی سی کیو با مساعدت مالی وزارت صحت کوینزلند تهیه شده است.
Reviewed 2024

How do I protect myself?

There is no vaccination for HIV. It is very important to use the following methods to protect you and others:

- Use condoms to prevent HIV. Condoms can also prevent sexually transmissible infections (STIs) and pregnancy.
- Avoid direct blood contact.
- Take HIV prevention medicine:

- Pre-Exposure Prophylaxis (PrEP) is medicine for people who do not have HIV. It is not a vaccine. PrEP only works when you take it every day. If you stop taking it, you will not be protected. PrEP does not prevent other STIs. Any GP can prescribe PrEP. If you do not have a Medicare card, you may access cheaper PrEP at www.greencrosspharmacy.online.

Because PrEP is medicine, there may be side effects when you take it. You cannot take another person's HIV medicine to prevent HIV.

- Post-Exposure Prophylaxis (PEP) is medicine for people who may have been exposed to HIV. PEP must be started within 72 hours after exposure, but the sooner you start PEP, the better. To be protected PEP needs to be taken for 28 days after exposure.

PEP can only be prescribed by doctors at sexual health clinics, Emergency Departments in hospitals in Queensland, and GPs who prescribe HIV medicine.

چگونه میتوانیم خود را از اچ.آی.وی محافظت کنیم؟

برای اچ.آی.وی کدام واکسین وجود ندارد. پس بسیار مهم است تا از روشهای ذیل استفاده کنید تا خود و دیگران را ازخطر این مرض محافظت کنید:

- برای وقایه از اچ.آی.وی وسایر امراض مقاربتی و جلوگیری از حمل از کاندوم استفاده کنید.
- از تماس مستقیم با خون جلوگیری کنید.
- ادویه وقایوی اچ.آی.وی را بگیریید :

- پریپ (Pre-exposure Prophylaxis (PrEP)) (وقایه قبل از گرفتن ویروس) برای وقایه از مکروب اچ.آی.وی توسط اشخاصیکه اچ.آی.وی شان منفی باشد گرفته میشود. پریپ یک واکسین نمیباشد ، بلکه ادویه میباشد. پریپ صرف وقتی موثر میباشد که شما آنرا هر روز بگیریید و در صورتیکه شما استفاده پریپ را توقف دهید دیگر شما در برابر اچ.آی.وی محافظت شده نمیتوانید. پریپ سایر امراض مقاربتی را وقایه کرده نمیتواند. تمام دوکتوران خانوادهگی میتوانند پریپ را تجویزکنند. اگر شما کارت مدیکر ندارید میتوانید پریپ را از طریق انترنیت از آدرس www.greencrosspharmacy.online خریداری کنید.

ازینکه پریپ دوا است پس گرفتن آن میتواند سبب بعضی تاثیرات ناخواسته در وجود شما گردد. شما برای وقایه اچ.آی.وی نباید از ادویه یک مریض دیگر اچ.آی.وی استفاده کنید.

- پیپ (Post Exposure Prophylaxis (PEP)) (وقایه بعد از گرفتن ویروس) عبارت ازگرفتن یک دوره ۲۸ روزه ادویه ضد اچ.آی.وی میباشد که میتواند از مبتلا شدن به اچ.آی.وی بدنبال مواجه شدن احتمالی به این ویروس جلوگیری کند. پیپ باید درطرف ۷۲ ساعت بعد از مواجه شدن به این مکروب گرفته شود اما هر قدر زودتر شروع شود بهتر میباشد .

پیپ میتواند فقط توسط دوکتوران در مراکز صحت جنسی یا شعبات عاجل شفا خانههای کوینزلند و دوکتوران خانوادهگی که اچ.آی.وی را تداوی میکنند توصیه گردد.

اچ. آی. وی (HIV) چیست؟

اچ. آی. وی نام مختصر **Human Immunodeficiency Virus** میباشد. این مرض از سبب یک ویروس که سیستم دفاعی بدن را متضرر میسازد بوجود میاید. بدون تداوی اچ. آی. وی سیستم دفاعی بدن تا نرا چندین سال بعد از مداخله مکروب خیلی ضعیف میسازد.

ایدز (AIDS) چیست؟

Acquired Immunodeficiency Syndrome ایدز نام مختصر میباشد. ایدز مرحله نهایی مبتلا شدن به مکروب اچ. آی. وی در بدن میباشد. درین مرحله وجود شما دیگر از خود دفاع کرده نتوانسته و بنابراین میتواند به ساده‌گی به امراض مختلفی چون سرطان ، توبرکلوز و سایر امراض مکروبی مبتلا شود. بسیاری اشخاص مصاب به اچ. آی. وی از اثر ایدز در نتیجه مبتلا شدن به این امراض هلاک میشوند ، اما در آسترالیا بیشتر کسانیکه اچ. آی. وی دارند ازینکه تحت تداوی قرار دارند بنابراین مرضی‌شان به ایدز پیشرفت نمیکند. تنها اچ. آی. وی بین اشخاص و افراد سرایت کرده در حالیکه ایدز نمیتواند ب دیگر اشخاص سرایت کند

مردم چگونه به اچ. آی. وی مبتلا میشوند؟

اچ. آی. وی فقط از طریق مایعات بدن بشمول:

- خون
 - مایع منی
 - مایع مهبل
 - شیرمادر
- انتقال میکنند.

فقط فعالیت‌های ذیل میتواند اشخاص را درخطر مصاب شدن به اچ. آی. وی قرار دهد:

- مقاربت جنسی بدون استفاده از وسایل محافظتی مانند کاندوم
- انتقال مرض از مادر به نوزاد: یک مادریکه اچ. آی. وی دارد میتواند مرض را درجریان حمل ، ولادت ویا شیردهی از سینه به طفل‌اش انتقال دهد. اما بخاطر اینکه روش‌های وقایه از انتقال این مرض از مادر به طفل وجود دارد خطر سرایت آن ازین طریق در آسترالیا بسیار کم میباشد. یک مادر مبتلا به اچ. آی. وی میتواند یک طفل صحتمند داشته باشد.
- تماس با خون: با استفاده از لوازم و سامان آلات غیرعفونی شده طبی ، استفاده مشترک از سوزن یا سرنج یا تطبیق خون و یا پیوند اعضا و انساج بدن ازیک شخص دیگری که به این مکروب آلوده باشد صورت میگیرد. بهرحال خطر سرایت آن ازین طریق در آسترالیا بسیار کم میباشد.

اچ. آی. وی از طرق ذیل سرایت نمیکند :

- در آغوش گرفتن
- بوسه گرفتن
- شریک‌ساختن غذا ، پیاله ، بوتل ها و لوازم نوشیدنی
- دست دادن
- لعاب دهن
- عرق
- ادرار
- پشه

What is HIV?

HIV stands for **H**uman **I**mmunodeficiency **V**irus (HIV). It is a virus that damages the body's immune (defence) system. Without treatment, HIV makes your immune system very weak after many years of infection.

What is AIDS?

AIDS stands for **A**cquired **I**mmuno-**D**eficiency **S**ndrome. It is the late stage of untreated HIV. At this stage, the body has trouble defending itself against various diseases such as cancer, TB and other infections. Many people with untreated HIV die from AIDS due to these diseases. In Australia most people with HIV are on treatment and therefore do not progress to AIDS. Only HIV can be transmitted between people, AIDS cannot.

How do people get HIV?

HIV is transmitted through body fluids including:

- blood
- semen
- vaginal fluids
- breast milk

There are only a few activities that can put people at risk of getting HIV:

- Sex without protection, such as without condoms.
- Mother to child: a mother who has HIV can pass it on to her child during pregnancy, childbirth and breastfeeding. However, this risk is very low in Australia because there are ways to prevent mother-to-child transmission. A mother living with HIV can have a healthy baby.
- Blood contact such as using unsterile medical equipment, sharing needles and syringes, or receiving blood transfusions and organ/tissue transplants that are contaminated with HIV. This risk is extremely low in Australia.

HIV is not transmitted by:

- hugging
- kissing
- sharing food, cups, drink bottles or utensils
- shaking hands
- saliva
- sweat
- urine
- mosquitoes

چگونه شخص میداند که وی به اچ. آی. وی مبتلا است؟

یگانه طریقه برای اینکه شخص بداند که آیا به مکروب اچ. آی. وی آلوده شده است یا خیر اجرای یک معاینه خون بخاطر اچ. آی. وی میباشد. بسیاری از اشخاص مبتلا شده به اچ. آی. وی برای چندین سال بدون کدام شکایت میباشند. تمام دوکتوران جی.پی میتوانند این معاینات را برای‌تان بصورت محرمانه اجرا کنند. علاوه‌شما میتوانید از مرکز صحتی محلی امراض جنسی خود معاینه مربوط به اچ. آی. وی را بدست بیارید.

هر سال بیشتر از هشتصد نفر در آسترالیا با اچ. آی. وی تشخیص میشوند. اگر شما تشویش این را دارید یا فکر میکنید که درخطر اچ. آی. وی قرار دارید درآنصورت باید شما معاینه شوید.

آیا تداوی برای اچ. آی. وی وجود دارد؟

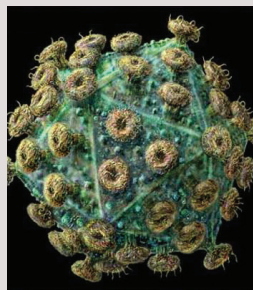
بلی تداوی برای اچ. آی. وی موجود میباشد اما شفای کامل ازین مرض میسر نیست. تداوی اچ. آی. وی که بنام ART (ای. آر. تی) یاد میشود خیلی ساده و موثر است.

معاینه و تشخیص فوری این مرض میتواند:

- ازپیشرفت اچ. آی. وی به ایدز جلوگیری کند.
- اچ. آی. وی را در بدن شما به یک اندازه خیلی پایین کم کند که حتی تثبیت آن دربدن خیلی مشکل گردد.
- خطرسرایت اچ. آی. وی به دیگران را کاهش دهد.
- عمرطولانی و زنده‌گی صحتمندتر برای‌تان تامین گردد.

درصورت گرفتن تداوی موثر اچ. آی. وی میتواند بصورت قابل ملاحظه کاهش یابد. حتی تعداد مکروب اچ. آی. وی به اندازه کم شود که تثبیت آن با آزمایش‌های موجوده ناممکن شود که این حالت را بنام "**مقدار غیر قابل تعیین ویروس**" یاد میکنند. اشخاصیکه مقدار غیر قابل تعیین ویروس را دارند نمیتوانند اچ. آی. وی را به دیگران ازطریق مقاربت جنسی منتقل کنند اما به معنی شفایابی از مرض نیز نمیشد. اگر تداوی مرض توقف کند درآنصورت تعداد ویروس دوباره افزایش خواهد یافت. پس این خیلی مهم است که تداوی مرض را برای حفظ مقدار غیرقابل تعیین ویروس ادامه بدهید.

تتها دوکتوران خانواده گی آموزش دیده در اچ. آی. وی و متخصصین میتوانند تداوی این مرض را توصیه کنند. و نرسهای شما میتوانید معلومات مربوط به آن دوکتوران خانواده‌گی را که میتوانند تداوی اچ. آی. وی را تجویزکنند از ashm.org.au بدست آرید.



How do you know you have HIV?

Many people with HIV do not have symptoms for many years. Only an HIV test can tell whether a person is infected. All GPs can provide a confidential HIV test. You can also get a test at your local sexual health clinic or order a home test kit at www.atomohivtest.com.

Around 800 people are diagnosed with HIV each year in Australia. If you are concerned or think that you have been at risk of HIV, then you should get tested.

Is there treatment for HIV?

Yes. It is called Antiretroviral Therapy (ART). The treatment is simple and effective but not a cure. Early testing and treatment can:

- Prevent HIV progressing to AIDS.
- Reduce HIV in your body to a very low level even undetectable.
- Reduce the chance of passing HIV on to other people.
- Help you to live a longer and healthier life.

Successful treatment can greatly reduce HIV in the body to a level where current tests cannot detect HIV. This is called an '**undetectable viral load**'. People with a consistently undetectable viral load cannot transmit HIV by sexual contact, but HIV is not 'cured'. If treatment is stopped, the virus will increase again. It is very important to continue treatment to maintain an undetectable viral load.

Only GPs and nurse practitioners (NP) with HIV training and specialists can provide HIV treatment. You can find a GP/NP who can prescribe HIV medicine at www.ashm.org.au.

