

بیماری ایدز

- راه های انتقال این ویروس از طریق خون، مانند استفاده از سرنگ مشترک، سوزن خالکوبی، تیغ و ... می باشد.
- تا حد امکان اضطراب خود را کاهش دهید .
- از مصرف غذاهای محرک (ادویه جات، ترشیجات) پرهیز کنید.
- مصرف نوشابه های گازدار را محدود کنید.
- ورزش منظم داشته باشید.
- فشار و استرس کاری را کم کنید.
- از مصرف داروهای مسکن (مانند بروفن و ایندومتاسین) پرهیز کنید ولی مصرف استامینوفن مانعی ندارد.
- این ویروس از طریق مادر به جنین در طی حاملگی، زایمان و در شیردهی منتقل می شود.
- از طریق تماس جنسی، این ویروس منتقل می شود لذا برای پیشگیری از این انتقال، باید از کاندوم استفاده شود.
- این ویروس از طریق بغل گرفتن، بوسیدن، استفاده از ظرف مشترک، استفاده از استخر عمومی، توالت و تلفن عمومی منتقل نمی شود.
- بیماری های مقاربتی باعث افزایش خطر آلودگی به ویروس HIV می گردد.
- ازدواج برای این افراد منعی ندارد.
- اگر روابط پر خطر داشته باشید، پس از گذشت یک ماه، آزمایش برای تشخیص آلودگی به ویروس می تواند انجام شود.

دکتر یزدی_ متخصص بیماری های عفونی

ریاست درمانگاه سلامت مشهد