

โรคเอดส์ AIDS

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ที่อันตราย

ต้องยอมรับว่า หนึ่งในโรคติดต่อที่คนรู้จักความน่ากลัวของมันเป็นอย่างดี ก็คือ " โรคเอดส์ " และรู้กันดีว่า "โรคเอดส์" เป็นโรคร้ายแรงที่ยังไม่มีตัวยาใดมารักษาให้หายขาดได้ อีกทั้งยังพบผู้ติดเชื้อ เอดส์ เพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ นั่นจึงทำให้องค์การอนามัยโลก (WHO) กำหนดเอาวันที่ ๑ ธันวาคม ของทุกปีเป็นวันเอดส์โลก เพื่อให้ทุกคนตระหนักถึงอันตราย จากโรคเอดส์ นั่นเอง และวันนี้นักระบุกดอทคอม ก็ได้นำความรู้เกี่ยวกับเรื่องโรคเอดส์ มาบอกต่อกันด้วยค่ะ

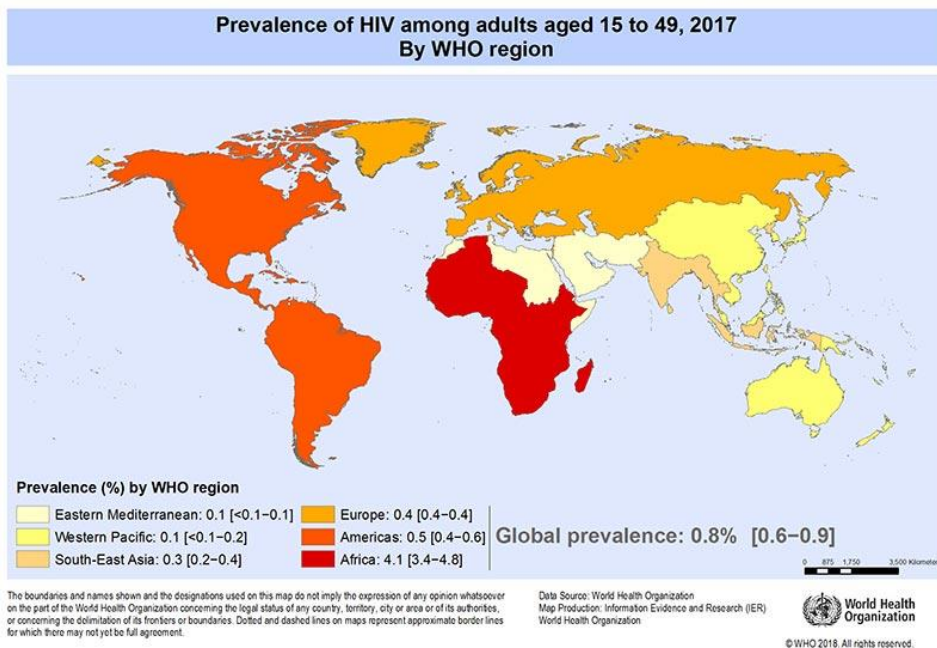
โรคเอดส์ คืออะไร

โรคเอดส์ หรือโรคภูมิคุ้มกันบกพร่อง (AIDS : Acquired Immune Deficiency Syndrome) เกิดจากการติดเชื้อไวรัสมีชื่อว่า ฮิวแมนอิมมิวโนเดฟีเซียนซีไวรัส (Human Immunodeficiency Virus :HIV) หรือเรียกย่อ ๆ ว่า เชื้อเอชไอวี โดยเชื้อเอชไอวีจะเข้าไปทำลายเซลล์เม็ดเลือดขาวที่มีหน้าที่สร้างภูมิคุ้มกันโรค ทำให้ผู้ป่วยที่ติดเชื้อมีภูมิคุ้มกันต่ำลง จนร่างกายไม่สามารถต้านทานเชื้อโรคได้อีก โรคต่าง ๆ (หรือเรียกอีกนัยหนึ่งว่า โรคฉวยโอกาส) จึงเข้ามาซ้ำเติมได้ง่าย เช่น วัณโรค ปอดบวม ติดเชื้อในระบบโลหิต เชื้อรา ฯลฯ และทำให้ผู้ป่วยเสียชีวิตในที่สุด

สายพันธุ์ของโรคเอดส์

เชื้อไวรัสเอดส์มีหลายสายพันธุ์ โดยสายพันธุ์หลักดั้งเดิมคือ เอชไอวี-๑ (HIV-๑) ซึ่งแพร่ระบาดในแถบสหรัฐอเมริกา ยุโรป และแอฟริกากลาง, เอชไอวี-๒ (HIV-๒) พบแพร่ระบาดในแถบแอฟริกาตะวันตก นอกจากนี้ยังพบสายพันธุ์อื่น ๆ ที่กลายพันธุ์มาอีกมากมาย

ในปัจจุบันทั่วโลกพบสายพันธุ์เชื้อเอชไอวี มากกว่า ๑๐ สายพันธุ์ กระจายอยู่ตามประเทศต่าง ๆ ทั่วโลก โดยพบมากที่สุดที่ทวีปแอฟริกามีมากกว่า ๑๐ สายพันธุ์ เนื่องจากเป็นแหล่งแรกที่พบเชื้อเอชไอวี และกระจายอยู่เป็นเวลานานกว่า ๓๐ ปี สายพันธุ์ที่พบมากที่สุดในโลก คือสายพันธุ์ซี มากถึง ๔๐% พบในทวีปแอฟริกา อินเดีย จีน รวมทั้งพม่า ส่วนในประเทศไทยพบเชื้อเอชไอวี ๒ สายพันธุ์คือ สายพันธุ์เอ-อี (A/E) หรืออี (E) พบมากกว่า ๙๕% แพร่ระบาดระหว่างคนที่มีเพศสัมพันธ์ระหว่างชายหญิง กับสายพันธุ์บี (B) ที่แพร่ระบาดกันในกลุ่มรักร่วมเพศ และผ่านการใช้ยาเสพติดฉีดเข้าเส้น



ขณะที่สายพันธุ์ซีเดี่ยว ๆ ยังไม่พบในประเทศไทย พบเพียงแต่สายพันธุ์อี-ซี ที่เป็นลูกผสมระหว่างสายพันธุ์อีในประเทศไทย และสายพันธุ์ซีจากทวีปแอฟริกา และยังได้พบหญิงไทยติดเชื้อเอชไอวีสายพันธุ์ใหม่ที่ไม่เคยตรวจพบมาก่อนในโลก คือ เชื้อเอชไอวีผสมระหว่าง ๓ สายพันธุ์ คือ เอ จี และดี เรียกว่า เอจี-ดี (AG/D) และยังมีเชื้อเอชไอวีผสม ๓ สายพันธุ์ ได้แก่ เอ อี และจี เรียกว่า เออี-จี (AE/G)

จากข้อมูลขององค์การอนามัยโลก (WHO) ระบุว่า ตั้งแต่พบการระบาดของโรคเอดส์ครั้งแรกจนถึงปี ๒๐๑๗ มีผู้ติดเชื้อไปแล้วกว่า ๗๐ ล้านคนทั่วโลก และเสียชีวิตไปแล้วกว่า ๓๕ ล้านคน

ทั้งนี้ จากรายงานของโครงการโรคเอดส์แห่งสหประชาชาติ (UNAIDS) พบว่า สถานการณ์การแพร่ระบาดของเอชไอวี/เอดส์ ในปี ๒๕๖๐ มีผู้ติดเชื้อเอชไอวีทั่วโลกสะสม ๓๖.๙ ล้านคน เป็นผู้ติดเชื้อรายใหม่ ๑.๘ ล้านคน และมีผู้เสียชีวิตจากเชื้อเอชไอวีเกือบ ๑ ล้านคน

โรคเอดส์ ติดต่อดังไร

โรคเอดส์ สามารถติดต่อได้โดยการร่วมเพศกับผู้ติดเชื้อเอดส์ โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย ทั้งชายกับชาย หญิงกับหญิง หรือชายกับหญิง จะเป็นช่องทางธรรมชาติหรือไม่ธรรมชาตก็ตาม ล้วนมีโอกาสเสี่ยงต่อการติดโรคเอดส์ทั้งนั้น ซึ่งมีข้อมูลจากกองระบาดวิทยาระบุว่า ร้อยละ ๘๓ ของผู้ติดเชื้อเอดส์ รับเชื้อมาจากการมีเพศสัมพันธ์

๒. การรับเชื้อทางเลือด โอกาสติดเชื้อเอดส์ พบได้ ๒ กรณี คือ

- ใช้เข็มฉีดยา หรือกระบอกฉีดยา ร่วมกับผู้ติดเชื้อ เอดส์ มักพบในกลุ่มผู้ใช้สารเสพติดชนิดฉีดเข้าเส้น

- รับเลือดมาจากการผ่าตัด หรือเพื่อรักษาโรคเลือดบางชนิด แต่ปัจจุบันเลือดที่ได้รับการบริจาคมานั้น จะถูกนำไปตรวจหาเชื้อเอดส์ก่อน จึงมีความปลอดภัยเกือบ ๑๐๐%

๓. ติดต่อผ่านทางแม่สู่ลูก เกิดจากแม่ที่มีเชื้อเอดส์และถ่ายทอดให้ทารก ในขณะที่ตั้งครรภ์ ขณะคลอด และภายหลังคลอด ปัจจุบันมีวิธีป้องกันการแพร่เชื้อเอดส์จากแม่สู่ลูก โดยการทานยาต้านไวรัสในช่วงตั้งครรภ์ จะสามารถลดโอกาสเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์เหลือเพียงร้อยละ ๘ แต่ยังคงมีความเสี่ยงอยู่ ดังนั้นวิธีที่ดีที่สุดคือ การตรวจเลือดก่อนแต่งงาน

นอกจากนี้ โรคเอดส์ ยังสามารถติดต่อผ่านทางอื่นได้ แต่โอกาสนั้นน้อยมาก เช่น การใช้ของมีคมร่วมกับผู้ติดเชื้อเอดส์ โดยไม่ทำความสะอาด, การเจาะหูโดยการใช้นิ้วสัมผัสร่วมกับผู้ติดเชื้อเอดส์, การสักผิวหนัง หรือสักคิ้ว เป็นต้น ซึ่งวิธีดังกล่าวเป็นการติดต่อโดยการสัมผัสกับเลือด หรือน้ำเหลืองโดยตรง แต่โอกาสติดโรคเอดส์ด้วยวิธีนี้ต้องมีแผลเปิด และปริมาณเลือดหรือน้ำเหลืองที่เข้าไปในร่างกายต้องมีจำนวนมาก

ปัจจัยที่ทำให้ติดเชื้อเอดส์ มีหลายประการ คือ

๑. ปริมาณเชื้อเอดส์ที่ได้รับ หากได้รับเชื้อเอดส์มาก โอกาสติดโรคเอดส์ก็จะสูงขึ้นไปด้วย โดยเชื้อเอดส์ จะพบมากที่สุดที่ในเลือด รองลงมาคือ น้ำอสุจิ และน้ำในช่องคลอด

๒. หากมีบาดแผล จะทำให้เชื้อเอดส์เข้าสู่บาดแผล และทำให้ติดโรคเอดส์ได้ง่ายขึ้น

๓. จำนวนครั้งของการสัมผัส หากสัมผัสเชื้อโรคน้อย ก็มีโอกาสน้อยที่จะติดเชื้อมากขึ้นไปด้วย

๔. การติดเชื้ออื่น ๆ เช่น แผลริมอ่อน แผลริม ทำให้มีเม็ดเลือดขาวอยู่ที่แผลจำนวนมาก จึงรับเชื้อเอดส์ได้ง่าย และเป็นหนทางให้เชื้อเอดส์เข้าสู่แผลได้เร็วขึ้น

๕. สุขภาพของผู้รับเชื้อ หากสุขภาพร่างกายไม่แข็งแรงในขณะนั้น ก็ย่อมมีโอกาสที่จะรับเชื้อได้ง่ายขึ้น

โรคเอดส์ มี ๓ ระยะ คือ

๑. ระยะไม่ปรากฏอาการ (Asymptomatic stage) หรือระยะติดเชื้อโดยไม่มีอาการ ในระยะนี้ผู้ติดเชื้อจะไม่แสดงอาการผิดปกติใด ๆ ออกมา จึงดูเหมือนคนมีสุขภาพแข็งแรงเหมือนคนปกติ แต่อาจจะเจ็บป่วยเล็ก ๆ น้อย ๆ จากระยะแรกเข้าสู่ระยะต่อไปโดยเฉลี่ยใช้เวลาประมาณ ๗-๘ ปี แต่บางคนอาจไม่มีอาการนานถึง ๑๐ ปี จึงทำให้ผู้ติดเชื้อสามารถแพร่เชื้อต่อไปให้กับบุคคลอื่นได้ เนื่องจากส่วนใหญ่ไม่ทราบว่าตนเองติดเชื้อ

๒. ระยะมีอาการสัมพันธ์กับเอดส์ (Aids Related Complex หรือ ARC) หรือระยะเริ่มปรากฏอาการ (Symptomatic HIV Infection) ในระยะนี้จะตรวจพบผลเลือดบวก และมีอาการผิดปกติเกิดขึ้นให้เห็น เช่น ต่อมมน้ำเหลืองโตหลายแห่งติดต่อกันนานกว่า ๓ เดือน, มีเชื้อราในปากบริเวณกระพุ้งแก้ม และเพดานปาก, เป็นงูสวัด หรือแผลริมชนิดลุกลาม

และมีอาการเรื้อรังนานเกิน ๑ เดือน โดยไม่ทราบสาเหตุ เช่น มีไข้ ท้องเสีย ผิวน้ำอึกเสบ น้ำหนักลด เป็นต้น ระยะนี้อาจเป็นอยู่นานเป็นปีก่อนจะกลายเป็นเอดส์ระยะเต็มขั้นต่อไป

๓. ระยะเอดส์เต็มขั้น (Full Blown AIDS) หรือ ระยะโรคเอดส์ ในระยะนี้ภูมิคุ้มกันของร่างกายจะถูกทำลายลงไปมาก ทำให้เป็นโรคต่าง ๆ ได้ง่าย หรือที่เรียกว่า "**โรคติดเชื้อง่ายโอกาส**" ซึ่งมีหลายชนิด แล้วแต่ว่าจะติดเชื้องานใด และเกิดที่ส่วนใดของร่างกาย หากเป็นวัณโรคที่ปอด จะมีอาการไข้เรื้อรัง ไอเป็นเลือด ถ้าเป็นเยื่อหุ้มสมองอักเสบจากเชื้อ Cryptococcus จะมีอาการปวดศีรษะอย่างรุนแรง คอแข็ง คลื่นไส้อาเจียน หากเป็นโรคเอดส์ของระบบประสาทก็จะมีอาการความจำเสื่อม ซึมเศร้า แขนขาอ่อนแรง เป็นต้น ส่วนใหญ่เมื่อผู้เป็นเอดส์เข้าสู่ระยะสุดท้ายนี้แล้วโดยทั่วไปจะมีชีวิตอยู่ได้เพียง ๑-๒ ปี

ใครที่ควรตรวจหาเชื้อเอดส์

- ผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยง และต้องการรู้ว่าตนเองติดเชื้อเอดส์หรือไม่
- ผู้ที่ตัดสินใจจะมีคู่อหรืออยู่กินฉันสามีภรรยา
- ผู้ที่สงสัยว่าคู่นอนของตนจะมีพฤติกรรมเสี่ยง
- ผู้ที่คิดจะตั้งครรรภ์ ทั้งนี้เพื่อความปลอดภัยของทั้งแม่และลูก
- ผู้ที่ต้องการข้อมูลสนับสนุนเรื่องความปลอดภัยและสุขภาพของร่างกาย เช่น ผู้ที่ต้องการไปทำงานในต่างประเทศ

(บางประเทศ)

หากสงสัยว่า รับเชื้อเอดส์มา **ไม่ควรไปตรวจเลือดทันที** เพราะเลือดจะยังไม่แสดงผลเป็นบวก ควรตรวจภายหลังจากสัมผัสเชื้อแล้ว **๔ สัปดาห์ขึ้นไป** จึงจะได้ผลที่แม่นยำ

การป้องกันโรคเอดส์

๑. ใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์
๒. รักเดียวใจเดียว
๓. ก่อนแต่งงาน หรือมีบุตร ควรตรวจร่างกาย ตรวจเลือด และขอรับคำปรึกษาเรื่อง **โรคเอดส์** จากแพทย์ก่อน
๔. งดดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และงดใช้สารเสพติดทุกชนิด

ถุงยางอนามัย ป้องกัน โรคเอดส์ ได้แค่ไหน

ถุงยางอนามัย สามารถป้องกัน **โรคเอดส์** ได้แน่นอน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับการใช้ว่าถูกต้องหรือไม่ เช่น ถุงยางมีคุณภาพดีพอหรือไม่ หมดยอายุการใช้งานหรือยัง โดยปกติให้ดูจากวันผลิตไม่เกิน ๓ ปี หรือดูวันหมดอายุที่ซอง ซองต้องไม่ชำรุด หรือฉีกขาด นอกจากนี้ต้องเลือกขนาดให้เหมาะสม ถ้าขนาดไม่พอดี ก็อาจฉีกขาด หรือหลุดออกง่าย ซึ่งจะไม่สามารถป้องกันโรคเอดส์ได้อย่างได้ผล

โรคเอดส์ รักษาได้หรือไม่

ปัจจุบันยังไม่มียาที่สามารถรักษาโรคเอดส์ให้หายขาดได้ มีแต่เพียงยาที่ใช้เพื่อยั้งไม่ให้ไวรัสเอดส์เพิ่มจำนวนมากขึ้น แต่ไม่สามารถกำจัดเชื้อเอดส์ให้หมดไปจากร่างกายได้ ยาต้านไวรัสเอดส์ในปัจจุบันมี ๓ ประเภทคือ

๑. Nucleoside Reverse Transcriptase Inhibitors (NRTIs) ได้แก่ AZT ddI ddC d4T ๓TC ABC รับประทาน ยาต้านไวรัสเอดส์

๒. Non-Nucleoside Reverse Transcriptase Inhibitors (NNRTIs) ได้แก่ NVP EFV

๓. Protease Inhibitors (PIs) ได้แก่ IDV RTV Q α V NFV

หากรับประทานยาต้านไวรัสเอดส์แล้ว อาจมีผลข้างเคียงคือ คลื่นไส้ อาเจียน มีผื่นตามผิวหนัง โลหิตจาง ฯลฯ ดังนั้น การรับประทานยาเหล่านี้ควรอยู่ในความดูแลของแพทย์

ข้อควรปฏิบัติหากได้รับเชื้อเอดส์

ผู้ที่เป็นโรคเอดส์ สามารถดำเนินชีวิตได้ตามปกติ และควรดูแลสุขภาพให้ดี ไม่ควรวิตกกังวล เพราะหากไม่มีโรคแทรกซ้อนจะสามารถมีชีวิตยืนยาวไปได้อีกหลายปี โดยมีข้อปฏิบัติคือ

๑. รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ มีสารอาหารครบถ้วน เพื่อให้ร่างกายแข็งแรง

๒. รักษาสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง ด้วยการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
๓. หลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์ หรือหากมีเพศสัมพันธ์ ควรใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้ง เพื่อป้องกันการรับเชื้อ หรือแพร่เชื้อเอดส์
๔. งดการบริจาคเลือด อวัยวะ และงดใช้สิ่งเสพติดทุกชนิด
๕. หากเป็นหญิง ไม่ควรตั้งครรภ์ เพราะเชื้อเอดส์สามารถถ่ายทอดสู่ลูกได้ถึง ๓๐%
๖. ทำจิตใจให้สงบ ไม่เครียด ไม่กังวล รวมทั้งอาจฝึกสมาธิ
๗. อยู่ในสถานที่ที่มีอากาศถ่ายเทสะดวก

ความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับโรคเอดส์

จากข้อมูลทางการแพทย์ระบุชัดว่า เชื้อเอชไอวีไม่สามารถแพร่สู่กันได้โดยการติดต่อในชีวิตประจำวันกับผู้ติดเชื้อเอชไอวี และไม่สามารถติดต่อกันได้ผ่านทางกรอกอด การสัมผัสมือที่เป็นการทักทายแบบชาวตะวันตก หรือการปฏิสัมพันธ์ภายนอกอื่น เช่น การใช้ห้องน้ำร่วมกัน การใช้เตียงนอนร่วมกัน การใช้อุปกรณ์รับประทานอาหารหรือรถที่ร่วมกัน

นอกจากนี้ เอชไอวีไม่ใช่โรคติดต่อทางอากาศเหมือนกับไข้หวัด และไม่ติดต่อผ่านทางแมลง หรือ ยุง โดยทั่วไปแล้วเชื้อเอชไอวีติดต่อกันผ่านทางกรรมมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย มีข้อมูลยืนยันชัดเจนว่ากว่า ๘๐ เปอร์เซ็นต์ ของผู้ติดเชื้อไวรัสเอชไอวีติดจากการมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ได้ป้องกัน การแลกเปลี่ยนของเหลวในร่างกาย เช่น อสุจิ เลือด หรือของเหลวในช่องคลอด นอกจากนี้เชื้อเอชไอวียังสามารถติดต่อผ่านทางการใช้เข็ม หรืออุปกรณ์ฉีดยาร่วมกันของผู้ใช้ยาเสพติด ขณะที่ผู้หญิงตั้งครรภ์สามารถแพร่เชื้อไปสู่ลูกได้ในระหว่างการตั้งครรภ์ การคลอดและการเลี้ยงลูกด้วยน้ำนมแม่

