



مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)

مراقبت از بیمار مبتلا به ایدز



ویژه: بیماران

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۰۹/۰۱

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۰۹/۰۱

کد پمفلت: PA-FI-1004

شماره بازنگری: ۰۱

جهت دسترسی به اطلاعات آموزشی، بارکد زیر را اسکن نمایید.



معاونت آموزش و سلامت

تهیه کننده: بخش عفونی - واحد آموزش سلامت

- حفظ روحیه و نشاط بیمار به همان اندازه مراقبت از جسم وی حائز اهمیت است. لذا او را به شرکت در جمع خانواده تشویق کنید، به حس استقلال وی احترام گذاشته و حمایت روانی لازم را از وی به عمل آورید مانند: زمانی که بیمار تمایل دارد راجع به بیماری و احساسات خود با شما صحبت کند. اگر بیمار نیازمند مشاوره تخصصی روان پزشکی باشد، حتماً باید جهت انجام آن تلاش کرد.

- تهیه غذا جهت بیماران مبتلا به ایدز، نیازمند دقت و رعایت اصول خاص است از جمله: شستشوی دست‌ها قبل و حین تهیه غذا، استفاده از شیر و لبنیات پاستوریزه، پخت کامل گوشت‌ها، شست و شوی دقیق میوه، سبزیجات و عدم مصرف آنها با پوست و به صورت خام، خودداری از مصرف تخم مرغ خام (شامل سس، دسر، بستنی و سایر غذاهایی که با تخم مرغ خام تهیه می شوند، نیز می گردد).

منبع:

سایت وزارت بهداشت و درمان و آموزش پزشکی

<https://www.wolterskluwer.com/en/solutions/uptodate>

در صورت سؤال یا مشکل در زمینه بیماری خود می توانید بصورت **رایگان** همه روزه از ساعت ۸ الی ۱۲ بجز تعطیلات به کلینیک آموزش سلامت مراجعه یا تماس حاصل فرمائید.

آدرس: مشهد - چهارراه ابن سینا - میدان امام رضا (ع)
تلفن: ۰۵۱۳۸۵۸۳۸۵۰

وبسایت: emamreza.mums.ac.ir

هرگز پس از مصرف سرنگ سعی در گذاشتن درپوش بر روی سوزن ننمایید. پس از مصرف سرنگ یا سر سوزن، آن را در ظرفی که غیرقابل سوراخ شدن است مثلاً قوطی شیرخشک یا بطری آب بیاندازید. این ظرف را در همان اتاقی که تزریق صورت می گیرد و دور از دسترس کودکان قرار دهید.

چنانچه سرنگ به پوست شما فرو رفت، سوزن را در قوطی سرنگ های مصرف شده قرار داده و سپس موضع را با آب فراوان بشوئید و فوراً به پزشک یا اورژانس مراجعه نمایید تا در صورت لزوم اقدامات بیشتری برای شما انجام شود.

* شستن دست ها:

بیمار مبتلا به ایدز حتی نسبت به میکروب های بسیار معمولی و ضعیف نیز بسیار آسیب پذیر است. لذا جهت جلوگیری از انتقال میکروب از شما به بیمار و بالعکس، حتماً قبل و بعد از کمک کردن به وی و پس از درآوردن دستکش دست هایتان را بشوئید.

* نکاتی جهت رفاه حال بیمار:

چنانچه بیمار ناگزیر است، بیشتر اوقات را در رختخواب بگذراند، به وی کمک کنید تا جا به جا شود و دائم در یک وضعیت ثابت قرار نگیرد و تا جایی که امکان دارد او را از تخت خارج کنید.

بیمار حتی در بستر هم می تواند با انجام ورزش های محدود و ساده بازوها، دستها، ران ها و ساق پاها از محدودیت حرکتی یا خشکی مفاصل جلوگیری کند.

مددجوی گرامی:

این مطالب به منظور آشنایی با بیماری ایدز و مراقبت‌های لازم بعد از آن تهیه شده است. امید است با مطالعه آن قادر باشید دوره درمان خود را به خوبی مدیریت نمایید.

منزل یکی از بهترین مکان‌ها جهت مراقبت از بیماران مبتلا به ایدز است، چرا که بیمار توسط افرادی که بیش از دیگران به او علاقه دارند، پرستاری می‌شود اما لازم است برای مراقبت در منزل نکاتی را در مورد این بیماری و راه انتقال آن بدانید:

بیماری ایدز از چه راهی منتقل می‌شود؟

ویروس از طریق تماس جنسی حفاظت نشده، تزریق خون و فرآورده خونی، استفاده مشترک از تیغ، مسواک و ناخن‌گیر آغشته به خون، استفاده از سرنگ یا سوزن مشترک با فرد آلوده و شیر مادر منتقل می‌شود.

بیماری ایدز از چه راه‌هایی منتقل نمی‌شود؟

این بیماری از راه هوا، غذا، آب، حشرات، ظروف بیمار، توالت و خلاصه هر چیز دیگری که با خون، ترشحات واژن، منی و شیر مادر مبتلا آلوده نباشد، منتقل نمی‌گردد.

ویروس از راه مدفوع، ترشحات بینی، بزاق دهان، اشک، ادرار و یا استفراغ منتقل نمی‌شود، مگر اینکه با خون بیمار مخلوط شده باشند.

شما می‌توانید به بیمار خود در غذا خوردن، لباس پوشیدن، حتی حمام رفتن بدون ترس از آلوده شدن کمک کنید به



شرط آن که تمام شرایط "حفاظت از خود" را رعایت کنید.

روش‌های حفاظت از خود:

* شستشو البسه:

لباس و ملحفه بیماران مبتلا به ایدز را همراه با البسه سایر افراد خانواده و با شوینده‌های معمولی می‌توان شست اما اگر به خون یا سایر مایعات ناقل آغشته شده باشند، باید قبل از دست زدن به آن‌ها دستکش بپوشید و چنانچه فوراً نمی‌توانید به شست و شوی آن‌ها اقدام کنید، آن‌ها را در یک کیسه پلاستیکی غیرقابل نفوذ گذاشته و سپس آن‌ها را جهت لکه‌گیری مدتی در آب سرد قرار داده و یا از مواد سفید کننده استفاده کنید و آن‌گاه آن‌ها را بشوئید.



* تماس جنسی:

در بیماران متاهل توصیه می‌شود چنانچه تصمیم به تماس جنسی دارند، حتماً از کاندوم استفاده کنند. استفاده از کاندوم می‌تواند تا حدودی از ابتلا به بیماری ایدز جلوگیری کند.

* دستکش:

- در صورتی که ناگزیر به تماس با خون، ترشحات جنسی، شیر، زخم یا بریدگی پوست بیمار هستید، حتماً از دستکش استفاده کنید.



- هنگام تعویض پوشک، لباس زیر، نوار بهداشتی یا ظروف مربوط به جمع‌آوری ادرار و مدفوع بیمار از دستکش استفاده کنید و در صورتی که پوست شما دچار زخم، بریدگی و قرمزی است حتماً موضع را با بانداز بپوشانید و سپس دستکش بپوشید.

- هرگز از دستکش‌های لاتکس بیش‌تر از یک بار استفاده نکنید و قبل از مصرف مطمئن شوید که دستکش سالم است. - دستکش را باید طوری درآورید که سطح خارجی آن در داخل قرار گیرد (پشت و رو شود) چرا که این امر موجب می‌شود، آلودگی از سطح خارجی دستکش به دست شما یا دیگران اصابت نکند.

- چنانچه بیمار خون‌ریزی شدید دارد از پیش‌بند پلاستیکی استفاده کنید و پزشک را نیز حتماً مطلع سازید و هرچه سریع‌تر محل آغشته شده به خون را (پس از پوشیدن دستکش) از روی سطح با روزنامه و یا یک پارچه غیرقابل نفوذ پاک نموده و سپس محل را با آب و مواد ضدعفونی کننده پاک نمایید.

* سرنگ و سوزن:

بیمار شما ممکن است جهت مداوای بیماری و یا سایر مشکلاتش مثل دیابت و ... ناگزیر به استفاده از سرنگ باشد و ممکن است به کمک شما نیز نیاز داشته باشد، در این صورت حتماً مراقب باشید تا سوزن به پوست شما اصابت نکند. از هر سرنگ و سوزن فقط برای یک بار استفاده شود.

