

ความรู้เกี่ยวกับโรคเอดส์

เอดส์หรือโรคเอดส์เป็นโรคที่เกิดจากเชื้อไวรัส ไปทำลายระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายทำให้ร่างกายเสี่ยงต่อการติดเชื้อฉวยโอกาส

ประเทศไทยมีการติดเชื้อ HIV เป็นจำนวนมากแม้ว่าเวลาผ่านไปนานพอสมควร ก็ยังพบผู้ป่วยที่ติดเชื้อเพิ่มขึ้นอยู่ตลอดเวลา เป็นการสมควรที่ทุกคนจะเรียนรู้ถึงโรคและการป้องกัน หากท่านมีผลเลือดบวกแสดงว่าท่านได้รับเชื้อ HIV จากการร่วมเพศกับผู้ติดเชื้อโดยที่ไม่ได้ป้องกัน หรืออาจจะเกิดจากการฉีดยาเสพติด

HIV และ AIDS ต่างกันอย่างไร

เชื้อ Human Immunodeficiency Virus(hiv) เป็นเชื้อไวรัสที่ทำให้เกิดโรคเอดส์เมื่อเชื้อเข้าสู่ร่างกายเชื้อจะแบ่งตัวอย่างมากและมีการเกิดโรคที่อวัยวะต่างๆ เช่นสมอง หัวใจ ไตและที่สำคัญคือจะทำลายระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย ระบบภูมิคุ้มกันนี้จะทำหน้าที่สร้างภูมิเพื่อต่อต้านการติดเชื้อและมะเร็งบางชนิด ในการสร้างภูมิจะต้องอาศัยเซลล์หลายชนิดที่สำคัญได้แก่เซลล์ CD4+ lymphocytes ซึ่งเป็นเซลล์ที่เชื้อ HIV ชอบ เมื่อเซลล์ CD4+ lymphocytes ถูกทำลายโดยเชื้อมากจะทำให้ภูมิของร่างกายอ่อนแอ ดังนั้นปัญหาที่สำคัญของคนติดเชื้อ HIV คือปัญหาของโรคที่เกิดจากภูมิที่อ่อนแอลงเช่นโรคติดเชื้อฉวยโอกาส opportunistic infections เช่นโรคปอดบวมและโรคเยื่อหุ้มสมองอักเสบ และมะเร็งบางชนิด ปัจจุบันพบเชื้อ HIV มี 2 ชนิดคือ

- HIV-1 เป็นชนิดที่แพร่ระบาดทั่วโลก
- HIV-2 พบที่แถบประเทศ Africa
- HIV-1 มี sub-types หลายชนิด

HIV disease คือผู้ป่วยที่ได้รับเชื้อ HIV และยังไม่เกิดอาการจากเชื้อฉวยโอกาสและมีจำนวนเซลล์ CD4+ lymphocytes มากกว่า 200 cells/mm³(ปกติมากกว่า 400 cell/mm) โดยทั่วไปไม่มีอาการเป็นเวลา 5-10 ปีแม้ว่าจะไม่มีอาการเชื้อก็แบ่งตัวและทำลายระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย และเมื่อภูมิถูกทำลายมากจนกระทั่งเกิดโรคที่เกิดจากภูมิบกพร่อง

Acquired Immunodeficiency Syndrome หรือโรคเอดส์ คือผู้ป่วยที่ได้รับเชื้อ HIV และโรคได้ลุกลามจนภูมิคุ้มกันบกพร่อง และอาจจะทำให้เกิดโรคฉวยโอกาสและมะเร็ง ตามองค์การควบคุมโรคติดเชื้อของอเมริกา หมายถึง

- โรคติดเชื้อบางชนิดเช่น Pneumocystis carinii pneumonia (PCP), and cryptococcal meningitis
- มะเร็งบางชนิดเช่น cervical cancer, Kaposi's sarcoma, และมะเร็งต่อมน้ำเหลืองที่ระบบประสาท(central nervous system lymphoma)
- CD4+ count น้อยกว่า 200 cells/mm³(ค่าปกติ 500-1000) หรือ 14 percent of lymphocytes

AIDS ทำลายร่างกายอย่างไร

- ทำลายระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายทำให้มีปัจจัยเสี่ยงต่อการติดเชื้อฉวยโอกาสและมะเร็ง
- สมองถูกทำลายทำให้สมองเสื่อมและความจำเสื่อม
- ทำให้หัวใจวายมีอาการเหนื่อยง่าย บวมเท้าและท้อง
- ทำให้ไตวาย
- ไม่สามารถทำงานประจำวันได้เช่น การขับรถ
- มีการเปลี่ยนแปลงทางน้ำหนักและท้องร่วงเรื้อรัง

อาการของโรคติดเชื้อ HIV

อาการของการติดเชื้อ HIV จะมีความหลากหลายขึ้นกับระยะของโรค เนื่องจากเชื้อ HIV เป็นไวรัสชนิดหนึ่ง อาการของการติดเชื้อ HIV จะเหมือนอาการของไข้หวัดคือ มีไข้ ปวดศีรษะ มีผื่น อ่อนเพลีย เราไม่สามารถวินิจฉัยได้จากอาการ แม้ว่าผู้ได้รับเชื้อ HIV จะไม่มีอาการแต่เขาสามารถแพร่เชื้อสู่ผู้อื่นได้ ฉะนั้นผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงควรได้รับ[การเจาะเลือด](#) ในช่วงแรกของการติดเชื้อ HIV คุณอาจจะมีอาการดังต่อไปนี้

- ต่อม้ำเหลืองโต ตับม้ามโต มักจะเป็นอาการอันแรกของการติดเชื้อ
- ท้องร่วง บางคนอาจจะเรื้อรัง
- น้ำหนักลด.
- มีไข้
- ไอและหายใจลำบาก

เมื่อไม่ได้รับการรักษาเชื้อก็จะแบ่งตัวเรื่อยและทำลายระบบภูมิคุ้มกันและกลายเป็นโรคเอดส์ซึ่งจะมีอาการดังนี้

- เหนื่อยออกกลางคืน
- ไข้หนาวสั่น ไข้สูงเรื้อรัง
- ไอเรื้อรังและหายใจลำบาก
- ท้องร่วงเรื้อรัง
- ลื่นเป็นฝ้าขาว
- ปวดศีรษะ
- ตามัวลงหรือเห็นเป็นเส้นลอยไปมา
- น้ำหนักลด
- [การติดเชื้อฉวยโอกาส](#)
- เป็นโรคติดเชื้อทางเดินหายใจบ่อย
- หากเป็นผู้หญิงก็มีอาการตกขาวบ่อย
- เพลียและเหนื่อยง่าย
- บางคนมีผื่นตามตัว

ท่านที่ติดเชื้อ HIV จะมีสุขภาพดีจะต้องทำอย่างไร

ท่านที่ติดเชื้อ HIV สามารถมีสุขภาพดีได้โดยจะต้องปฏิบัติตัวโดยเคร่งครัดดังนี้

- ปรีกษาแพทย์ที่เชี่ยวชาญโรคนี้
- ไปตามที่แพทย์นัด รับประทานยาตามที่แพทย์สั่ง หากมีผลข้างเคียงของยาต้องปรึกษาแพทย์ห้ามหยุดยาเอง
- ฉีดวัคซีนป้องกันโรคปอดบวม
- ให้หยุดสูบบุหรี่
- รับประทานอาหารที่มีคุณภาพ
- ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
- พักผ่อนให้เต็มที่
- รู้จักผ่อนคลาย

การดำเนินของโรค HIV

ผู้ป่วยบางคนที่ได้รับเชื้อ HIV และดำเนินไปสู่โรค AIDS เร็ว บางคนก็ดำเนินช้า ผู้ป่วยที่ดำเนินช้า(A slow progress)อาจจะเนื่องจากพันธุกรรม หรือได้รับเชื้อชนิดที่มีความรุนแรงน้อยซึ่งภูมิของร่างกายสามารถคุมเชื้อได้ และการปฏิบัติตัวที่ดี ส่วนผู้ที่การดำเนินของเชื้อเร็วอาจจะเนื่องจากได้รับสายพันธุ์ที่มีความรุนแรงมาก เชื้อมีการแบ่งตัวมาก อายุมาก ติดยาเสพติด ติดสุรา

การรักษา

ตั้งแต่ได้รับเชื้อHIV จนกระทั่งเป็นAIDS ผู้ป่วยส่วนใหญ่จะไม่มีอาการแต่เชื้อกำลังทำลายร่างกายอย่างต่อเนื่องก่อนที่จะมียารักษาโรคหรือป้องกันการไปสู่โรค AIDS หลายคนที่มีปัจจัยเสี่ยงต่อการติดเชื้อ HIV จะไม่ยอมเจาะเลือดเพราะกลัวเจอเชื้อซึ่งยังไม่มีการรักษาแต่ปัจจุบันได้ค้นพบยาหลายชนิด ซึ่งสามารถลดการแย่งตัวของเชื้อทำให้ป้องกันโรค AIDS ได้ หากว่ารู้ว่ติดเชื้อ HIV ตั้งแต่เริ่มแรกการให้ยาป้องกันโรค AIDS จะได้ผลดี

การติดต่อของเชื้อ HIV

เชื้อ HIV สามารถติดต่อได้หลายทางดังต่อไปนี้

๑. ทางเพศสัมพันธ์โดยเฉพาะไม่ได้ใส่ถุงยางคุมกำเนิดเมื่อร่วมเพศกับกลุ่มเสี่ยงต่อการติดเชื้อ(ติดยาเสพติด รักร่วมเพศ ไม่ทราบสถานะของคู่ขา) ไม่ว่าจะเป็นการร่วมเพศระหว่างชายหญิงหรือทางทวารหนัก หรือทางปาก หรือการใช้อุปกรณ์ทางเพศร่วมกันโดยไม่ได้ทำความสะอาด เช่นถุงยางคุมกำเนิด การที่มีการติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์เช่นหนองใน แผลริมอ่อน หรือการใช้ยาฆ่า sperm จะเพิ่มปัจจัยเสี่ยงต่อการติดเชื้อ HIV พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสัมพันธ์
๒. การใช้เข็มร่วมกันสำหรับผู้ป่วยที่ใช้ยาเสพติดท่านควรจะใช้เข็มครั้งเดียวแล้วทิ้ง ไม่ควรใช้ร่วมกับคนอื่น โดยเฉพาะใช้ร่วมกันหลายคนและยังเสี่ยงต่อการติดเชื้อตับอักเสบบี
๓. เจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่ถูกเข็มตำ อัตราการติดเชื้อพบได้ ๓/๑๐๐๐ ราย
๔. ติดต่อโดยการให้เลือดที่มีเชื้อโรค ซึ่งปัจจุบันการตรวจเลือดและการคัดกรองการบริจาคทำให้ปัญหานี้ลดลง
๕. การติดต่อจากแม่ไปลูก เด็กประมาณ๑/๔-๑/๓ของผู้หญิงที่ติดเชื้อ HIV ที่ไม่ได้รับการรักษาจะติดเชื้อ HIV แต่ถ้าหากแม่ได้รับการรักษาโอกาสติดเชื้อจะลดลงโดยเฉพาะหากผ่าตัดทางหน้าท้อง

กิจกรรมที่ไม่ติดต่อ

หลายท่านที่มีเพื่อนหรือญาติเป็นโรค AIDS กังวลจะติดเชื้อจากผู้ป่วย ทำให้ผู้ป่วยเกิดอาการน้อยเนื้อต่ำใจ นำไปสู่การฉีกรักษาท่านไม่สามารถติดเชื้อจาก อากาศ อาหาร น้ำ ยุงหรือแมลงกัด หอน้ำ ช้อนช้อน ท่านสามารถช่วยผู้ป่วยใส่เสื้อผ้า ช่วยป้อนอาหารอาบอาบน้ำโดยไม่ติดเชื้อ กิจกรรมที่ดำเนินตามปกติจะไม่ติดต่อ เช่น

- การจับมือหรือการสัมผัสภายนอก
- การดื่มน้ำแก้วเดียวกัน
- การใช้ถ้วยชามร่วมกัน
- สัมผัสกับเหงื่อหรือน้ำตาที่ไม่ติดต่อ
- การว่ายน้ำในสระเดียวกัน
- การใช้โถส้วมเดียวกัน
- ถูกแมลงหรือยุงกัด
- การจูบกัน
- การบริจาคเลือด

ความสำคัญของการวินิจฉัย

หลายคนที่มีปัจจัยเสี่ยงต่อการติดเชื้อ HIV ไม่กล้าเจาะเลือดเพราะเข้าใจผิดว่าไม่สามารถรักษาหรือป้องกันได้ หากท่านรอจนกระทั่งเกิดโรคติดเชื้อฉวยโอกาสจึงรู้ว่า เป็นโรค aids โอกาสที่จะรักษาและป้องกันก็จะน้อยลง ดังนั้นท่านที่สงสัยว่าจะได้รับเชื้อ HIV เช่น ใช้ยาเสพติดชนิดฉีดเข้าเส้น มีเพศสัมพันธ์กับคู่นอนหลายคนโดยที่ไม่ได้ป้องกัน รกร่วมเพศ จะต้องรีบตรวจหาเชื้อ หากผลเลือดให้ผลบวกจะได้รับยาที่ชะลอการเกิดโรค AIDS และยาที่ลดการติดเชื้อฉวยโอกาสหากท่านไม่เจาะรอจนกระทั่งเป็น AIDS ภูมิของท่านรวมทั้งอวัยวะภายในจะถูกทำลาย

โรคติดเชื้อ HIV และระบบภูมิคุ้มกัน

เมื่อเชื้อไวรัส Human Immunodeficiency Virus (HIV) เข้ากระแสเลือดเชื้อจะเข้าไปทำลายระบบภูมิคุ้มกัน การทำลายภูมิคุ้มกันจะเร็วต่างกันในแต่ละคน บางคนทำลายเร็วไม่กี่ปีก็เป็นโรคเอดส์ แต่ส่วนใหญ่ใช้เวลา ๑๐ ปี จึงจะกลายเป็นโรคเอดส์ แต่อย่างไรก็ตามมีข้อเท็จจริงที่ควรทราบดังนี้

- การเจาะเลือดหาปริมาณเชื้อ HIV ในเลือด (viral load) จะสามารถคาดการณ์ได้ว่าเชื้อจะทำลายระบบภูมิคุ้มกันเร็วแค่ไหน ถ้าเชื้อมีปริมาณมาก จะทำลายภูมิคุ้มกันของร่างกายเร็ว ยาต้านไวรัส HIV ที่ดีจะสามารถยับยั้งการแบ่งตัวของเชื้อ ทำให้หยุดยั้งการดำเนินของโรค
- การเจาะเลือดหาเซลล์ CD-๔ จะบ่งบอกสภาพภูมิคุ้มกันของร่างกาย เซลล์ CD-๔ ยิ่งต่ำภูมียิ่งบกพร่องมากขึ้นเท่านั้น
- หากไม่ได้รับการเชื้อ HIV จะทำลายระบบภูมิคุ้มกันอย่างมากทำให้ร่างกายติดเชื้อฉวยโอกาส โดยเฉพาะปริมาณเซลล์ CD-๔ น้อยกว่า ๓๐๐ ถ้าหากต่ำกว่า ๑๐๐ จะมีการติดเชื้อรุนแรง

ใครควรที่จะต้องเจาะเลือดหาเชื้อ HIV

- ผู้ที่ได้รับเลือดและหรือ น้ำเหลืองก่อนปี คศ.๑๙๗๐-๑๙๘๐

- รกร่วมเพศ
- ผู้ที่มีเพศสัมพันธ์กับคนอื่นโดยไม่ได้ป้องกัน
- ผู้ที่มีเพศสัมพันธ์กับคนที่มีเชื้อ HIV
- มีเพศสัมพันธ์กับผู้ฉีดยาเสพติดเข้าเส้น
- ผู้ที่มีคู่มากหลายคน
- ผู้ที่เป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เช่นซิฟิลิส หนองใน
- ผู้ติดยาเสพติดเข้าเส้น
- คนท้อง

คนท้องกับโรคAIDS

คนท้องทุกคนควรได้รับการตรวจเลือดหาเชื้อ HIV โดยเฉพาะผู้ที่มีปัจจัยเสี่ยงต่อการติดเชื้อ หากผลเลือดบวกก็ควรจะได้รับยา antiretrovirals เพื่อป้องกันเชื้อถ่ายทอดจากแม่ไปสู่ลูก และไม่ควรเลี้ยงลูกด้วยนมตัวเอง

การตรวจหาการติดเชื้อ

เป็นการเจาะเลือดเพื่อตรวจหาภูมิของโรค

- เจาะเลือดตรวจหาภูมิโดยวิธี enzyme-linked immunoabsorbent assay (ELISA) ถ้าให้ผลบวกต้องยืนยันการวินิจฉัยโดยวิธีการ Western Blot แต่มีข้อเสียคือไม่สามารถให้การวินิจฉัยได้เร็วคือหลังจากได้รับเชื้อประมาณ ๖ เดือนจึงให้ผลบวก
- การตรวจ HIV PCR เป็นการตรวจหาตัวเชื้อหลังจากสัมผัสโรคโดยที่ภูมิยังไม่ขึ้น