راه های پیشگیری از ابتلا به بیماری

- **تماس جنسی**
- استفاده از کاندوم خطر ابتلا به بیماری ایدز را تا ۸۰ درصد کاهش می‌دهد.
- **تشخیص و درمان زودهنگام**
- تشخیص زودهنگام بیماری ایدز به درمان سریع و موفق آن نیز در افراد مبتلا به *HIV* بسیار کمک می‌کند. پیشگیری از این بیماری پیش از در معرض قرارگرفتن، با استفاده از دوز معینی از داروی تنوفوویر به همراه یا بدون امتریسیتابین بر روی بعضی از گروه‌ها موثر است.
- **پیشگیری پس از در معرض قرار گرفتن**
- پیشگیری پس از در معرض قرارگرفتن، یعنی استفاده از آنتی رتروویرال که در طول ٤٨ تا ٧٢ ساعت پس از در معرض قرار گرفتن خون یا ترشحات آلوده به *HIV*، تجویز می‌شود.
- **پیشگیری از انتقال بیماری از مادر به فرزند**
- برای پیشگیری از انتقال بیماری از مادر به فرزند، می‌توان از داروهای ضدویروسی به صورت ترکیبی در دوره حاملگی و بعد از زایمان نیز استفاده کرد .البته در این وضعیت مادر نباید به فرزند شیر دهد.
- **انجام واکسیناسیون**
- واکسن کشف شده برای بیماری ایدز، تقریبا ۳۰ درصد خطر انتقال را کاهش می‌دهد.

درمان

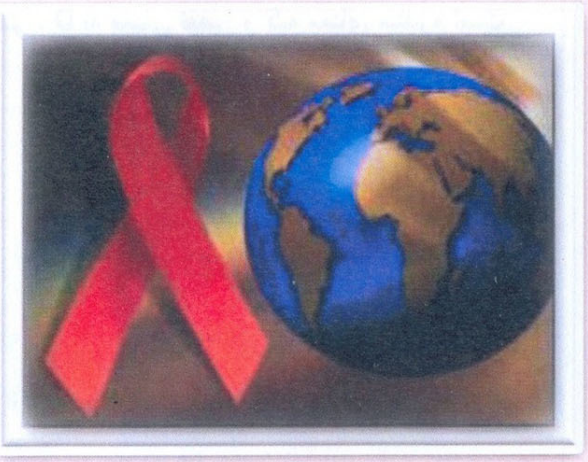
با نـودن واکسـن و درمان قطعی، تلاش برای غلبه بر بیماری مسـری HIV باید روی پیشگیری از آن تمرکز یابد. چه اعمال جنسی باشد، چه مصرف مواد مخدر و چه رفتارهای دیگری که فرد را در معرض خطر ابتلا قرار دهد؛ لازم است مردم از آموزش ها و مهارت های صحیح برای محافظت از خودشان بهره مند گردند.

ایدز

اداره کل آموزش و پرورش شهرتهران

اداره آموزش و پرورش منطقه ۱۵

هنرستان نمونه دولتی بتول آقا محمدی



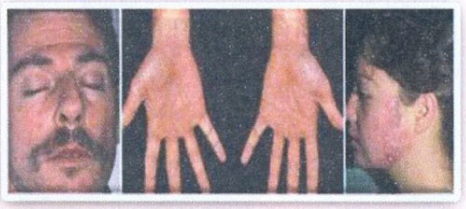
آگاهی و هشدار های هدایت کننده ، کوشش های ملی در زمینه ی کنترل و پیشگیری از ایدز برنامه ی ملی کنترل ایدز است.

سال تحصیلی ۹۷ ـ ۹۶

ایدز چیست؟

ایدز HIV یک بیماری ویروسی است که توسط ویروس اچ آی وی (نقص ایمنی انسانی) منتقل می شود. این ویروس به تدریج سیستم دفاعی بدن را مختل می کند بطوریکه فرد در طی سال ها به انواع عفونت ها و سرطان ها مبتلا شده و در نهایت از پا درمی آید.

HIV، مخفف کلمه H به معنی انسان ، I به معنی دفاع سیستم ایمنی و V به معنی ویروس می باشد. AIDS(ایدز) ، A به معنای اکتسابی، I به معنای ایمنی، D به معنای نقص و Sبه معنای سندرم است



زندگی با اچ آی وی و ایدز

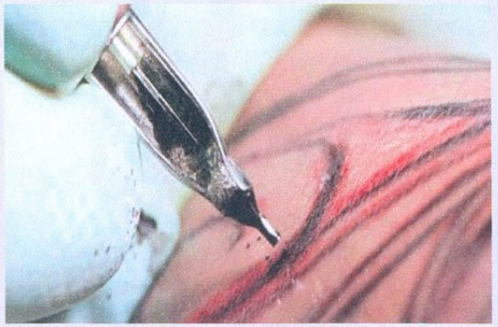
اولین مورد تایید شده ایدز در سال ۱۹۸۱ بود. از آن زمان به بعد حدود ۳۵ میلیون نفر از بیماری های مرتبط با این بیماری جان باختند. در حال حاضر، درمان های ترکیبی دارویی، ایدز را به یک بیماری طولانی مدت تبدیل می کند. در پایان سال ۲۰۱۵، حدود ۳۷ میلیون نفر مبتلا به HIV بودند، که این رقم شامل ۲ میلیون کودک بود.

راه تشخیص بیماری چیست؟

آلودگی به ویروس فقط از طریق آزمایش خون مشخص می شود. از زمانیکه فرد با ویروس تماس پیدا می کند تا زمانیکه آلودگی در آزمایش خون مشاهده گردد ممکن است چند ماه طول بکشد.

ویروس چگونه وارد بدن می شود؟

- تماس خونی از طریق استفاده مشترک از وسایل تیز و برنده مانند: تیغ ، سوزن ، خالکوبی ، قیچی ، سرنگ و سرسوزن .
- تماس جنسی کنترل نشده با افراد آلوده .



- از طریق خون و فرآورده های خونی.
- از مادر آلوده به نوزاد درطی بارداری، زایمان و شیردهی.

نکات

۱. مرحله ی بیماری قبل ازایدز را مرحله ی HIV مثبت می گویند که شخص فقط ناقل ویروس است و علایم بالینی ندارد.

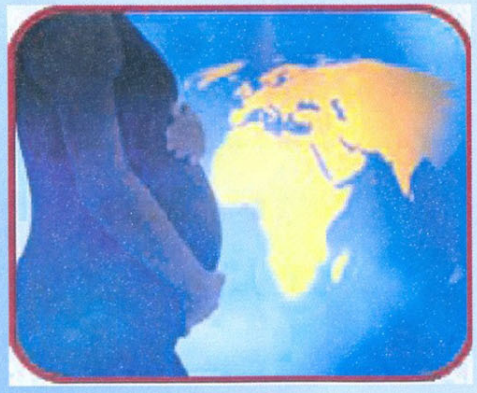
۱.دوره کمون ایدز متغییر بین ۱ تا ۳ ماه پس از ورود ویروس به بدن می باشد. فاصله ی بین عفونت ناشی از HIV و تشخیص ایدز ۲ تا ۱۰ سال می باشد.

۲.ایدز از طریق مدفوع و ادرار، انتقال بوسیله ی نیش حشرات، تماس تصادفی (مانند لمس، دست دادن و...) انتقال نمی یابد.

۳.حرارت و خشکی در نابودی ویروس ایدز می تواند موثر باشد.

انتقال HIV از مادر به نوزاد :

- حین بارداری
- حین زایمان
- حین شیردهی



مواد مخدر

تریاک

تهیه و تنظیم : شقایق ذاکری

یازدهم حسابداری

تریاک قدیمی‌ترین و مشهورترین ماده اعتیادآور و مخدری است که بسیار اعتیادآور بوده و چون در کشور ما نسبت به سایر مواد از شیوع مصرف بالاتری برخوردار است ، باید مورد توجه ویژه قرار بگیرد.

تریاک خام هم به صورت دود کردن و هم خوراکی مصرف می‌شود اما نمی‌توانند آن را تزریق کنند ، چون هنوز مملو از باکتری و قارچ‌های مختلف می‌باشد. تریاک خام پس از پرورده شدن ، پاک و تصفیه می‌گردد که از آن فراورده‌ها و داروهای مختلف (چه قانونی مثل مرفین ، کدئین و ... و چه غیر قانونی مثل تریاک یا هروئین) تهیه می‌گردد. تریاک پرورده به ابعاد و اشکال متفاوت مانند حبه ، لول ، کیک و ... در بازار قاچاق مواد یافت می شود.

تریاک چه مدت در بدن مصرف کننده باقی می‌ماند؟

آلکالوئیدها یا مواد قلیایی موجود در تریاک پس از ورود به سیستم بدن فرد مصرف کننده حدود ۲۴ تا ۴۸ ساعت باقی می‌مانند اما اثرات ظاهری این مواد روی بدن و احساسات خوشایندی که به دنبال مصرف آن به فرد دست می‌دهد ، تنها حدود چهار ساعت دوام می‌یابند .

آیا مصرف تریاک ممکن است به اعتیاد به آن منجر شود؟

بله ، مصرف تریاک بسیار اعتیادآور است. تریاک می‌تواندحساس لذت سریع و شدیدی ایجاد کند که پس از آن احساس رخوت و آرامش به فرد مصرف کننده دست می‌دهد. این مسئله باعث

می‌شود که فرد بارها و بارها برای تجربه این حالات به مصرف تریاک بپردازد و لذا سیستم‌های مغزی او سریعاً به مصرف ماده وابسته می‌شوند و اعتیاد به تریاک شکل می‌گیرد.

آیا مصرف تریاک می‌تواند مصرف سایر مواد را در پی داشته باشد؟

تریاک از خانواده افیون‌ها بوده و ماده اصلی تشکیل دهنده آن مرفین می‌باشد (از هر ده کیلوگرم تریاک ، یک کیلوگرم مرفین به‌دست می‌آید). چون سلول‌های مغز به سرعت نسبت به این مواد شیمیایی تحمل پیدا می‌کنند ، فرد ناچار است هربار به مصرف بیشتری از این مواد بپردازد تا بتواند به احساس خوشایند قلبی برسد و رفته رفته ممکن است به انواع قوی‌تری افیون‌ها که مرفین بیشتری دارند (مثل هروئین) کشیده شود.

برخی از باروهای غلط درباره تریاک

آیا مصرف تریاک برای افراد مبتلا به دیابت مفید است؟!

برخی افراد مبتلا به دیابت معتقدند که مصرف تریاک با افزایش سوخت و ساز سلول‌ها ، باعث پایین آمدن قند خون آن‌ها می‌شود. اما باید دانست که تریاک نه تنها دیابت را کنترل نمی‌کند بلکه چون مانع ترشح انسولین از پانکراس می‌شود ، ممکن است باعث وخیم‌تر شدن بیماری نیز بشود. همچنین دیابت و تریاک اثر توأم روی یکدیگر داشته و هر کدام به تنهایی می‌توانند آستانه درد را در فرد افزایش دهند ، به طوری که اگر یک فرد دیابتی که تریاک مصرف کرده باشد در معرض خطر سکته قلبی و یا دردی مثل آپاندیسیت قرار بگیرد ، ممکن است متوجه دردها و علائم هشدار دهنده آن نشود، تا جایی که احتمالاً راه نجاتی برای بیمار وجود

نداشته باشد.

آیا مصرف تریاک انسان را از غم و غصه نجات می‌دهد؟!

یکی از دلایل گرایش به اغلب مواد مخدر از جمله تریاک ، این است که تصور می شود مواد می‌توانند انسان را از لحاظ روانشناختی به آرامش رسانده و احساس خوشی و لذت به فرد بدهند. اما در واقع این حالات که پس از مصرف مواد ایجاد می‌شوند بسیار زودگذر و سطحی هستند و مصرف طولانی مدت مواد نه تنها نمی‌تواند ضامن شادی و آرامش روانی فرد باشد ، بلکه به مشکلات عدیده روانشناختی از جمله افسردگی ، خلق ناپایدار ، بی‌قراری و پرخاشگری در افراد نیز منتهی می‌گردد.

مواد مخدر

هروئین

تهیه و تنظیم : الهام کاظمی

یازدهم حسابداری

هروئین چیست؟

هروئین یکی از مواد غیر قانونی است که از خانواده افیون‌ها یا اپیوئیدها (شامل تریاک، مرفین، کدئین و سایر داروهای افیونی) می‌باشد که قوی‌تر از همه آن‌ها بوده و سریع‌تر نیز عمل می‌کند. هروئین که نام شیمیایی آن "دی استیل-مرفین" است، یکی از مشتقات نیمه مصنوعی مرفین می‌باشد که با عمل تقطیر از مرفین تهیه می‌گردد؛ و مرفین نیز یک ماده طبیعی است که از عصاره دانه‌های درون تخمدان انواع خاصی از گیاه خشخاش استخراج می‌شود. از یک کیلوگرم مرفین تقریباً یک کیلوگرم هروئین به‌دست می‌آید و برای تهیه یک کیلوگرم هروئین، حدود ده کیلوگرم تریاک مورد نیاز است. یک تغییر شیمیایی جزئی در مولکول مرفین باعث می‌شود که هروئین بسیار قدرتمندتر از مرفین شود، زیرا سریع‌تر در چربی حل

می‌شود و زودتر و به‌صورت متراکم‌تر به مغز می‌رسد. از این‌رو هروین از لحاظ اعتیادزایی، ماده بسیار خطرناکی است و وابستگی و اعتیاد شدیدی ایجاد می‌کند. مضرات هروئین تنها به اعتیاد محدود نمی‌شود و از آن‌جایی که تزریق، شایع‌ترین روش مصرف آن است، یکی از مهم‌ترین علل ابتلا و گسترش ویروس HIVو ایدز در کشور را تشکیل می‌دهد.

چرا افراد به مصرف هروئین روی می‌آورند؟

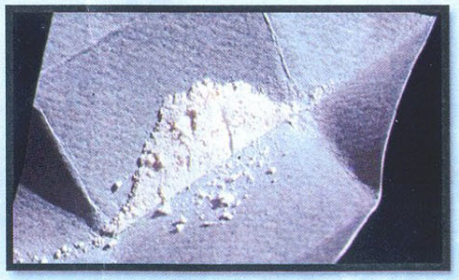
افراد مستعد در موقعیت‌های متعددی به مصرف هروئین کشیده می‌شوند. یکی از این الگوها، مصرف تفریحی یا آزمایشی هروین به خاطر اصرار دیگران و اغلب، گروه هم‌سال است. اولین بار یک دوست یا افراد دیگری که خود مصرف‌کننده هروین هستند، این ماده را

به فرد معرفی و یا او را به سمت آن ترغیب می‌کنند. فردی که به دلایل گوناگون یک‌بار مصرف هروئین را تجربه می‌کند، ممکن است بارها و بارها به منظور تجربه احساسات خوشایند اولیه، به شکل وسواسی و بی‌اختیار آن را مصرف کند. در این حالت فرد به هروئین معتاد شده و چون بدنش دیگر تحمل نبود مواد را ندارد، ممکن است به سه یا چهار مصرف در روز نیاز پیدا کند.

هروئین چه اثراتی روی مغز می‌گذارد؟

در فاصله اندکی پس از مصرف هروین، این ماده از سدهای خونی، مغزی عبور می‌کند. هروین در مغز به سرعت به مرفین تبدیل شده و به گیرنده‌های افیونی که مسئول کنترل درد هستند،

می‌چسبد و نواحی خاصی در مغز که مسئول ایجاد احساسات خوشایند هستند را فعال می‌سازد. هروئین به‌ویژه به این دلیل اعتیادآور است که به سرعت وارد مغز می‌شود و جایگزین اپیوئیدهای طبیعی مغز می‌گردد و بدین ترتیب مصرف مکرر آن باعث شکل‌گیری وابستگی جسمانی به حضور مداوم این ماده می‌گردد. زمانی که وابستگی جسمانی به هروئین شکل می‌گیرد، بدن با حضور دائمی مواد انطباق یافته و نرسیدن مواد به مغز باعث بروز سریع و ناگهانی علائم محرومیت از مواد در فرد می‌شود.



در صورت مصرف هروئین چه اتفاقی می‌افتد؟

پس از مصرف هروئین برای مدتی که اثر دارو در فرد وجود دارد، احساس اضطراب، خصومت و پرخاشگری کاهش می‌یابند و احساس آرامش موقتی جایگزین آن‌ها می‌شود. برخی از این علائم عبارتند از:

۱. آب‌ریزش شدید بینی و اشک ریزش

۲. احساس سرما و لرز

۳. خمیازه کشیدن‌های شدید و پی‌درپی

۴. گرفتگی و دردهای عضلانی

۵. از دست دادن اشتها

۶. بی‌خوابی

۷. بی‌قراری

۸. اسهال

هشدار درباره ی مواد مخدر جدید گل

تهیه و تنظیم : هانیه همنی

یازدهم حسابداری

به مخدر گل اگرچه در دنیا به چشم دارو نگاه می‌شود اما از ۹-۸ سال قبل توسط فردی با نام مستعار آرتا به ایران آورده شد و حالا در شیراز کشت می‌شود. گل که در باور عمومی حتی کم خطرتر از حشیش و ماریجوانا و علف معرفی شده است، می‌تواند آنقدر خطرناک باشد که با یک بار مصرف، برای همیشه باعث اعتیاد شود. چون به طور مستقیم بخش‌های مسئول آرامش بخشی را در مغز فلج کرده و خودش جایگزین آن می‌شود. بنابراین با مصرف نکردن گل، فرد دچار اظطراب شدید، بیقراری، وحشت زدگی، تپش قلب شدید و... می‌شود. اعتیادی که دکتر یزدان نیاز آن را غیرقابل ترک می‌داند.

گیاه شاهدانه‌ای که به آن «کوش افغان» هم گفته می‌شد، از افغانستان به امریکا برده شد و این شروع پیدایش »گل «بود. گیاهی که از تولیدش زمان زیادی نمی‌گذرد اما به خاطر تاثیرات درمانی‌اش در پزشکی جای

خود را باز کرد.

با استفاده از کوش افغان، ماریجوانای جدیدی کشت شد که خواصی متفاوت از ماریجوانای سنتی داشت و به آن (مدیکال ماریجوانا) گفته می‌شد. ماری جوانا گیاهی است که هم نوع نر آن وجود دارد و هم نوع ماده. نوع نر ۳درصد و نوع ماده ۸درصد مخدر دارد. اتفاقا اعتیاد به ماریجوانا بسیار دیر ایجاد می‌شود و خیلی راحت هم قابل ترک است؛ اما گیاه جدیدی که با تغییرات ژنتیکی تولید شد، دو جنسیتی بود و برخلاف ماریجوانای طبیعی که گل‌های کمی دارد، بسیار پر گل است. در این گل‌ها ۷ برابر بیشتر از ماریجوانا ماده مخدر وجود دارد. آنقدر که اگر از کنار آن عبور کنید یا شب بالای سرتان باشد، دچار توهم می‌شوید.

گل خطرناک‌ترین مخدر امروز است و با یک بار استفاده، ممکن است فرد به مدت ۶ماه تا یک سال دچار توهم عصرگاهی شود. جالب اینکه مخدر گل روی گروه‌های خونی A+و O+ اثر توهم زایی بیشتری دارد.

یک هشدار جدی سن مصرف گل به دبیرستان‌ها رسیده است. خانواده‌ها اطلاع دقیقی درباره این مخدر ندارند و جوان‌ها تصور می‌کنند گیاهی طبیعی و بی‌ضرر است. در واقع ضعف اطلاع رسانی درباره این مخدر باعث شده که خیلی از جوانان تصور کنند می‌توانند خیلی راحت مصرف گل را کنار بگذارند. تصوری که به هیچ وجه درست نیست.

دلیل گرایش جوان ها به سمت مخدر گل چیست؟

گل یک مخدر جدید نیست، در واقع همان »ماری جوانا «است که فروشندگان مواد برای سود بیشتر، برای آن اسم جدید و وسوسه کننده ای انتخاب کرده اند تا جوان ها را به سمت این ماده بکشانند. سودجویان فکر می کنند اگر به جای »ماری جوانا «از کلماتی مانند »گل «استفاده کنند تمایل مصرف کنندگان برای دنبال کردن این ماده بیشتر می شود که متاسفانه در واقعیت هم همینطور است.

چون آنها دنبال یک سرخوشی کاذب هستند که فکر می کنند با مصرف گل یا مواد مخدر دیگر به دست می آورند در حالی که این حس فقط به روزهای اول استفاده از این مواد برمی گردد و بعد از آن دیگر هیچ خبری از سرخوشی نیست.

البته نباید از این مسئله چشمپوشی کرد که خیلی از جوانان واقعا نمی دانند که این مواد، مخدر هستند و نباید آنها را استفاده کرد. یکی از دلایل مصرف بی رویه این ماده، ناآگاهی است.

تاثیرات مخدر گل بر بدن

۱. اضطراب
۲. حملات همراه با وحشت‌زدگی
۳. خنده‌های بی‌مورد
۴. خشکی دهان
۵. توهم شدید
۶. ضربان قلب بالا
۷. فراموشکاری
۸. اشتهای سیری ناپذیر