**Ngày 11 tháng 12 năm 2023**

**TRUYỀN THÔNG**

**PHÒNG CHỐNG HIV/AIDS TRONG TRƯỜNG HỌC**

**I. HIV/AIDS LÀ GÌ ?**

HIV (Human Immunodeficiency Virus) - tên gọi của một loại virus gây suy giảm miễn dịch. HIV làm cho cơ thể người mất dần sức đề kháng với các vi sinh vật gây bệnh, tạo ra các nhiễm trùng cơ hội và tạo điều kiện phát triển ung thư cũng như nhiều bệnh lý nguy hiểm khác

AIDS là chữ viết tắt của hội chứng suy giảm miễn dịch mắc phải ở người. AIDS là giai đoạn cuối của quá trình nhiễm HIV. Trong giai đoạn này, hệ thống miễn dịch của cơ thể bị suy yếu nên người bệnh dễ mắc các bệnh như: nhiễm khuẩn, ung thư...

**II. TRIỆU CHỨNG**

    **Có  04 giai đoạn nhiễm HIV:**

**1.Giai đoạn sơ nhiễm** (còn gọi là thời kỳ cửa sổ): thời gian kéo dài từ 2 đến 6 tháng virus HIV xâm nhập vào cơ thể, lúc này cơ thể chưa tạo ra kháng thể kháng virus HIV hoặc mới tạo ra một lương nhỏ nên khi xét nghiệm HIV cho kết quả âm tính (vì thế trong giai đoạn này dễ lây bệnh cho người khác nếu quan hệ tình dục không an toàn).

**2. Giai đoạn nhiễm HIV không triệu chứng:** Ở giai đoạn này, người sống chung với HIV có thể không xuất hiện bất cứ triệu chứng nào. Lúc này bạch cầu chỉ bị tiêu diệt một số lượng nhỏ không đáng kể. Nhưng thực chất, virus HIV vẫn tiếp tục phát triển mạnh mẽ, nhìn bề ngoài không ai có thể biết được bệnh nhân đã bị nhiễm HIV, ngay cả chính bản thân người bệnh (nếu chưa xét nghiệm máu). giai đoạn này có thể kéo dài khoảng 10 năm tùy theo thể trạng của từng người.

**3. Giai đoạn cận AIDS**: Người bệnh có thể gặp các triệu chứng như: sút cân nhẹ, loét miệng, phát ban sẩn ngứa, nhiễm herpes zoster, nhiễm khuẩn đường hô hấp trên tái phát, ví dụ như viêm xoang hoặc viêm tai tái diễn. Đây còn gọi là giai đoạn có triệu chứng nhẹ

**4. Giai đoạn AIDS:**

 Đây là **giai đoạn cuối cùng của nhiễm HIV** và cũng là kết thúc bi thảm khó tránh khỏi ở những người bệnh. Biểu hiện lâm sàng của AIDS là các rối loạn liên quan đến suy yếu hệ miễn dịch. Người bệnh bắt đầu nổi hạch toàn thân kèm theo đó là những cơn sốt. Kèm theo là các hiện tượng tiêu chảy kéo dài đến hơn một tháng, sự sút cân mạnh do cơ thể mất đi hàng rào bảo vệ nên bất kỳ vi khuẩn, virus nào cũng có thể dễ dàng tấn công và gây bệnh. Hệ miễn dịch bị tàn phá gần hết, người bệnh dễ dàng tử vong vì các nhiễm trùng cơ hội như viêm màng não, viêm phổi, viêm ruột hoặc ung thư hạch... Giai đoạn này thường kéo dài không quá 2 năm. Khi bệnh tiến triển nặng hơn, cơ thể người bệnh chỉ còn lại “da bọc xương” do sụt cân mạnh, nấm miệng, u phổi phát triển không ngừng... Các bệnh lý về cơ xương khớp hay viêm loét miệng bị hoại tử rất nhanh.

Ở những giai đoạn muộn về sau, khả năng sống sót sẽ thấp dần đi, cơ thể suy nhược, tiều tụy, không sức sống, khả năng tử vong cao.

**III. CÁC CON ĐƯỜNG LÂY TRUYỀN HIV:**

**1. Lây truyền HIV qua đường máu:**

- Dùng chung bơm kim tiêm, nhất là với người tiêm chích ma túy;Dùng chung các loại kim xăm trổ, kim châm cứu, các dụng cụ xăm lông mi, xăm mày, lưỡi dao cạo râu. Dùng chung hoặc dùng khi chưa được tiệt khuẩn đúng cách các dụng cụ phẫu thuật, dụng cụ khám chữa bệnh... có xuyên cắt qua da.

- Lây truyền qua các vật dụng có thể dính máu của người khác trong các trường hợp như dùng chung bàn chải đánh răng. Lây truyền qua các tiếp xúc trực tiếp với máu khác, như bị dính máu của người nhiễm HIV vào nơi có các vết thương hở hoặc da, niêm mạc bị xây xát.

**2. Lây truyền HIV qua đường tình dục:** HIV có nhiều trong dịch tiết đường sinh dục HIV truyền từ người bệnh sang người lành thông qua vết trầy xước ở niêm mạc

**3. Lây truyền HIV từ mẹ sang con**

- [Khi mang thai](https://www.vinmec.com/tin-tuc/thong-tin-suc-khoe/hiv-o-phu-nu-mang-thai-nhung-dieu-can-biet/), [Khi sinh](https://www.vinmec.com/tin-tuc/thong-tin-suc-khoe/thai-phu-viem-gan-b-c-hiv-co-nen-choc-oi-va-sinh-thiet-gai-rau-khong/), [Khi cho con bú](https://www.vinmec.com/tin-tuc/thong-tin-suc-khoe/san-phu-khoa-va-ho-tro-sinh-san/me-nhiem-hiv-co-nen-cho-con-bu/)

**IV. CÁCH PHÒNG, CHỐNG:**

Dựa vào đường lây nhiễm HIV có các biện pháp phòng, chống sau:

**1. Phòng, chống nhiễm HIV/AIDS lây qua đường tình dục:**

- Trong trường hợp quan hệ tình dục với một đối tượng chưa rõ có bị nhiễm HIV không, cần phải thực hiện tình dục an toàn để bảo vệ cho bản thân.

- Phát hiện sớm và chữa trị kịp thời các bệnh lây truyền qua đường tình dục cũng giúp giảm thiểu nguy cơ lây nhiễm HIV/AIDS vì những tổn thương do nhiễm trùng lây truyền qua đường tình dục sẽ là cửa vào lý tưởng cho HIV.

**2. Phòng nhiễm HIV/AIDS lây qua đường máu:**

- Không tiêm chích ma túy, Chỉ truyền máu và các chế phẩm máu khi thật cần thiết

- Chỉ sử dụng bơm kim tiêm vô trùng. Không dùng chung bơm kim tiêm. Sử dụng dụng cụ đã tiệt trùng khi phẫu thuật, xăm, xỏ lỗ, châm cứu...

- Tránh tiếp xúc trực tiếp với các dịch cơ thể của người nhiễm HIV,Dùng riêng đồ dùng cá nhân: dao cạo, bàn chải răng, bấm móng tay,...

**3. Phòng nhiễm HIV/AIDS lây truyền từ mẹ sang con:**

- Người phụ nữ bị nhiễm HIV cần tuân thủ uống thuốc dự phòng lây truyền HIV sang con theo chỉ định của Bác sĩ

- Sau khi đẻ nếu có điều kiện thì nên cho trẻ dùng sữa bò thay thế sữa mẹ.