

מגיפת האיידס – מניעה וטיפול¹

סיכום ועריכה: נטע ידיד, מדריכה ארצית ביחידה לחינוך מיני

הערות: ד"ר ינון שנקר, האוניברסיטה העברית

סימה סבג, רכזת הסברה, הוועד למלחמה באיידס

איידס – Acquired Immuno-Deficiency Syndrome (AIDS) או בעברית "תסמונת הכשל החיסוני הנרכש", נגרמת ע"י נגיף Human Immunodeficiency Virus (HIV) הפוגע במערכת החיסונית הטבעית של הגוף. בעקבות פעולת הנגיף, נחשף הגוף למחלות זיהומיות שונות, לגידולים ממאירים ולפגיעה במערכת העצבים ובסופו של דבר למוות. אדם שנדבק בנגיף ה-HIV נקרא "נשא". מיד לאחר ההדבקה העומס הנגיפי (Viral load) עולה באופן דרסטי ומגד המערכת החיסונית יורדת בכמות משמעותית. חשוב לציין כי, בשל העומס הנגיפי הגבוה, בחודשים הראשונים להדבקה, ה"נשא" מדבק **מאוד**. עם חדירת הנגיף למחזור הדם מתחילה מערכת החיסון לייצר נוגדנים אשר "ילחמו" בנגיף ה-HIV, זמן ייצור הנוגדנים בכמות שבדיקת דם לאיידס מזהה, הוא שלושה חודשים, לכן רק לאחר כשלושה חודשים מיום ההדבקה, ניתן לאבחן את הנשאות.

"נשא" יכול לחיות מספר שנים רב ללא הופעת סימני המחלה, תלוי בעמידות המערכת החיסונית שלו. למרות שאין סימנים למחלה, הוא יכול להדביק אנשים אחרים בנגיף אם הוא לא משתמש בקונדום בזמן קיום יחסי מין. ברגע שמופיעים סימני המחלה הופך האדם מנשא HIV לחולה איידס.

למחלה טרם נמצאו תרופות המעלימות את הנגיף או חיסון מונע, הטיפול התרופתי המשולב הניתן לאנשים החיים עם HIV/איידס נקרא "קוקטייל". תפקיד ה"קוקטייל" הוא להאט את קצב התרבות הנגיף ובכך הוא משפר את איכות חייו של החולה ומאריך את תוחלת החיים שלו. חשוב לציין כי הטיפול התרופתי אינו מרפא מאיידס ונראה כי עדיין רחוק הרגע בו יימצא מרפא למחלה. כיום, עיקר ההדבקה היא באמצעות יחסי מין הטרוסקסואלים והומוסקסואלים כאחד, לא מוגנים, ללא קונדום. לפיכך, מניעת הידבקות ומניעה של הדבקות אחרים חייבת להיות בראש מעייניו של כל אדם.

ניתן למנוע הדבקה בנגיף ה-HIV !

¹ החומר מתבסס בחלקו באופן מילולי על מאמר של דר"ד. שם טוב – אתר משרד הבריאות.

היקף המחלה בארץ ובעולם

החולים הראשונים שהתגלו בעולם דווחו בתחילת שנות השמונים. לפי הערכת ארגון הבריאות העולמי יותר מ-60 מיליון איש נדבקו בנגיף בעולם מאז. מהם מתו מעל 12 מיליון. 50% מהנדבקים באיידס ברחבי העולם הם צעירים ובני נוער בגילאי 15 עד 25. 48% מהנשאים הן נשים.

מספר האנשים החיים כיום בעולם עם נגיף האיידס מוערך ב-35.3 מיליון, מרביתם חיים באפריקה. במהלך השנים האחרונות חלה ירידה של 33% בהדבקות חדשות תודות לעלייה בנגישות לטיפול התרופתי וצמצום ההדבקות מהאם ליילוד.

בישראל התגלו משנת 1981 ועד סוף 2012 **7517** מקרים חדשים של נשאי וחולי איידס. במהלך תקופה זו נודע למשרד הבריאות על 1,460 נפטרים או אנשים שעזבו את הארץ. נכון לסוף שנת 2012 רשומים במאגר הנתונים **6057** אנשים החיים עם HIV/איידס בישראל, ישנה הערכה כי כיום חיים בישראל **כ-8363** נשאים או חולי איידס, אך חלקם אינם מודעים לכך.

אם נסתכל מה קרה לאורך השנים נראה כי ישנה בישראל עלייה מתונה במספר הנשאים. **אם בכל העולם ניכרת ירידה מתונה במספר הנשאים הרי בישראל המצב הפוך.** בשנת 2006 התגלו 336 נשאי HIV, בשנת 2007 - התגלו 360, בשנת 2008 התגלו 390, בשנת 2009 - 411 ובשנת 2010 - 430 נשאים חדשים ובשנת 2012 - 487 נשאים חדשים. בנוסף מצביעים הנתונים על כך שמספר הנשאים הגדול יותר הוא של גברים. **הממצאים מצביעים על כך שהעלייה בשיעור נשאי ה-HIV הייתה בשנת 2012 בעיקר בקרב מבוגרים בגילאי 31 – 40 שמקיימים יחסים הטרוסקסואלים.**

בין השנים 2008 – 2012 נצפתה עלייה במספר המקרים החדשים המדווחים בקרב אנשים ללא מעמד תושב במדינת ישראל, מ-67 מקרים בשנת 2008 ל-132 מקרים בשנת 2012.

ד"ר זהר מור: "העלייה במספר מקרי האיידס מדאיגה, ועל כל אחד ואחת לגלות אחריות אישית ולהשתמש באמצעי מניעה בעת קיום יחסי מין".

מתוך כלל הנשאים בישראל ישנם כ-150 ילדים אשר נדבקו מאמותיהם בזמן ההריון ו/או הלידה.

סרגל כרונולוגי

- 1981 דיווח ראשון על תסמונת הכשל החיסוני הנרכש בקרב חמישה הומוסקסואלים בארה"ב.
- 1981 דיווח על ביטויים שונים של איידס בקרב מזריקי סמים, חולי המופיליה, מקבלי עירוני דם, תינוקות ומהגרים מהאיטי.
- 1982 בתחילת דרכה, מכונה המחלה GRID (Gay Related Immune Deficiency) לאור הפנים האפידמיולוגים החדשים, מקבלת המחלה את שמה החדש AIDS (Acquired Immune Deficiency Syndrome)
- 1983 מתגלים מקרים ראשונים של הדבקה ביחסי מין הטרוסקסואלים. נפטר חולה האיידס הראשון בארץ. זיהוי נגיף ה-HIV מחולל המחלה.
- 1983/4 פיתוח שיטות לזיהוי נוגדנים ל-HIV.
- 1985 מותו של שחקן הקולנוע רוק הדסון מאיידס, מציב את המחלה בכותרות.
- 1986 זיהוי סוג נוסף של הנגיף HIV-2.
- נמצאה התרופה הראשונה היעילה לעצירת המחלה – AZT.
- 1987 תחילת טיפול תרופתי ב-AZT בחולים.
- הנהלת משרד החינוך דנה לראשונה בנושא האיידס ומקבלת החלטה ללמד את הנושא בחטיבה העליונה.
- האחד בדצמבר, מוכרז לראשונה כ"יום האיידס העולמי".
- 1990 תחילת טיפול תרופתי ב-AZT לנשאים.
- 1991 מג'יק ג'ונסון יוצא בתקשורת בדבר נשאותו בנגיף ה-HIV. פרדי מרקורי, סולן להקת קווין, נפטר ממחלת האיידס.
- 1994-5 טיפול מוצלח בנשאות בהריון למניעת הדבקה העובר בנגיף ה-HIV. איידס הוא גורם המוות מספר אחד בקרב גילאי 25-44 בארה"ב.
- 1996 תוצאות ראשוניות מוצלחות בטיפול תרופתי משולב – "הקוקטיל".

1997	הכנסת ה" קוקטייל " לטיפול בישראל , והכללתו בסל התרופות בעקבות מאבק ציבורי שניהל הוועד למלחמה באיידס.
1998	האיידס מוכרז כגורם המוות הרביעי בעולם.
2000	הנער נקוסי ג'קסון, בן 11, שנדבק מאימו בנגיף האיידס מעלה למודעות את היתמות מאיידס.
	התבססות המושג "הגל הבא" של איידס – התפשטות המחלה באתיופיה, ניגריה, הודו, סין ורוסיה.
2001	מוכח חד- משמעית ומדעית שהקונדומים יעילים במניעת איידס.
2004	מאושרת בארה"ב בדיקה מהירה (20 דקות) לגילוי איידס.
2008	יום האיידס העולמי מצויין ב-1 בדצמבר זו הפעם ה- 30.

התפתחות המחלה

מחלת האיידס "מכה" בחשאי. לא ניתן לדעת אם אדם נידבק במחלה, אלא ע"י בדיקת דם מיוחדת בלבד. הסימנים הקליניים לאחר ההדבקות אינם חד-משמעיים. לאחר חדירת נגיף ה-HIV לתא המאחסן אותו בגוף (T4) נגיף ה-HIV לא נותן ביטוי קליני (חיצוני) במשך שנים, כל עוד המערכת החיסונית ממשיכה לתפקד (הנשא אינו יודע שהוא נשא ללא בדיקה מתאימה, מפני שאין סימנים למחלה עד רגע התפרצותה). כשהמערכת החיסונית קורסת, מופיעים בעיקר שני סוגים של תופעות: התפתחות של מחלות זיהומיות שונות כמו דלקת קרום המוח חיידקית, דלקת ריאות ו/או התפתחות של גידולים ממאירים. תופעות קליניות נוספות בשלב התפרצות המחלה: ירידה דרסטית במשקל, הפרעות נפשיות ונוירולוגיות.

טיפול

למרות ההתקדמות הרבה בטיפול במחלת האיידס, עדיין אין ריפוי או חיסון מונע למחלה. כיום ניתן שילוב של מספר תרופות הנקראות "קוקטייל". ה"קוקטייל" משפר את איכות החיים של האנשים החיים עם HIV/איידס ומאריך את תוחלת חייהם.

נשא, הצורך את ה"קוקטייל", נוטל מידי יום מגוון כדורים אשר גורמים, אצל חלק מן החולים, לתופעות לוואי קשות, בעיקר בשלבים הראשונים של נטילתם. ההצלחה הטיפולית של הקוקטייל נטעה תקוות לריפוי המחלה, אך מנגד התברר שנגיף ה-HIV מפתח לעיתים עמידות לטיפול התרופתי. לכן אדם החי עם HIV/אייДС חייב להימצא במעקב רפואי דו-חודשי. במידה ונמצא בבדיקות שהוא עמיד לתרופות שניתנו לו, הרופא המטפל משנה את הרכב הכדורים.

טיפול באיידס בישראל

בישראל קיימים שבעה מרכזי איידס אזוריים, בני נוער עד גיל 18 יכולים לערוך בדיקות איידס בחינם ללא יידוע ההורים רק באחד מהמרכזים הללו. (ראה נספח - מרכזי איידס - לבדיקות HIV).

בכל מרכז ישנה מרפאת איידס ומעבדה לגילוי נגיפי HIV. צוות המרפאה כולל רופא, אחות ועובדת סוציאלית. תפקידם ללוות את הנשא מרגע גילוי הנשאות הן בהסברים והן בתמיכה נפשית וחברתית. אבחון האיידס, הטיפול בו והמעקב הרפואי אחר החולה, נכללים בסל השירותים ולכן ניתנים חינם במסגרת חוק בטוח בריאות ממלכתי. על פי החוק במדינת ישראל, חל איסור מוחלט לציין את שמות נשאי האיידס או חולי האיידס. בדיקות האיידס נערכות תוך שמירה על סודיות רפואית מוחלטת.

בדיקת דם לגילוי נוגדנים ל-HIV היא בדיקת דם רגילה, חסויה וללא תשלום. בוגרים, מעל גיל 18, יכולים לבצע אותה בכל מרפאה בקהילה או באחד משבעת בתי החולים בהם קיימות מרפאות איידס.

קטינים עד גיל 18 יכולים לערוך את הבדיקה רק באחד מן המרכזים הרפואיים אשר אושרו לשם כך ע"י שר הבריאות, גם ללא אשור הוריהם או האפוטרופוס שלהם. (ראה חוזר מנכ"ל 3/10(א)).

במרפאות אלה נדרשים פרטים מזהים. הצוות הרפואי מצווה לשמור על חסיון מלא של פרטים אלה. הרופא המטפל יוכל לשתף את ההורים בדבר מצבו הרפואי של ילדם רק אם הקטין התיר לו לעשות כן.

בדיקת ה - HIV

בדיקת HIV למעשה בודקת קיומם של נוגדנים ל-HIV בדם. נוגדנים ל-HIV מופיעים בדם תוך חודשיים מיום ההדבקות. לכן, יש לערוך את הבדיקה לפחות חודשיים אחרי המגע המיני האחרון הבלתי מוגן (ללא קונדום).

כיצד נדבקים בנגיף האיידס?

עיקר ההדבקות ב-HIV (98%) מתרחשות בקיום יחסי מין לא מוגנים, ללא קונדום. הנגיף עובר מאדם לאדם באמצעות נוזלי הגוף כגון: דם, נוזל הזרע הזרע והטיפות המקדימות pre cum, נוזלי הנרתיק וחלב אם.

1. ביחסי מין הכוללים חדירה (ואגינלים, אנאליים) ללא קונדום.
2. ביחסי מין אוראליים כאשר הצד הנמצא בחשש להדבקה הוא הצד שמעניק את המין האוראלי. לגבי הצד שמקבל מין אוראלי – קיים חשש להדבקה רק במצב בו קיימים חתכים פתוחים בחלל הפה.
3. באמצעות מגע ישיר של דם נגוע בנגיף החודר ישירות למחזור הדם.
4. באמצעות שימוש במזרקים משותפים.
5. ע"י שימוש במכשירי קעקוע ופירסינג בלתי מחוטאים.
6. באמצעות העברה מאם נשאית או חולת איידס לעובר במהלך ההריון, הלידה ו/או ההנקה.

כיצד לא נדבקים בנגיף האיידס?

1. נגיף האיידס אינו עובר בלחיצת יד – משום שהנגיף אינו חי באוויר או על העור.
2. נגיף האיידס אינו עובר בנשיקה – משום שנגיף ה-HIV אינו חי ברוק.
3. נגיף האיידס אינו עובר בשתייה מכוס משותפת – משום שהוא אינו חי ברוק.
4. נגיף האיידס אינו עובר בישיבה על אסלה משותפת – משום שאינו חי באוויר.
5. נגיף האיידס אינו עובר בעקיצת יתוש – משום שהיתוש, כמו בעלי חיים אחרים, אינו יכול לשאת נגיף HIV אנושי.
6. נגיף האיידס אינו עובר ביחסי מין מלאים עם קונדום – משום שבעת שימוש נכון הקונדום מונע בכמעט כל המקרים מעבר של נוזלי גוף מדבקים.

כיצד נשמרים מאיידס?

1. איידס היא מחלה המועברת בקיום יחסי מין. יש לשקול היטב מהו הגיל המתאים לתחילת קיום יחסי- מין ומי הוא הפרטנר המתאים.
2. דחיית גיל קיום יחסי- מין הוכחה כדרך יעילה לצמצום הסיכוי להדבק בנגיף ביחסי- מין.
3. הקונדום הוא אמצעי מניעה יעיל למניעת הידבקות באיידס. סכנת הידבקות קיימת אפילו כתוצאה ממגע מיני חד-פעמי ללא קונדום. יש להשתמש בקונדום בכל מגע מיני הכולל חדירה וגינאלית או אנאלית. רצוי להגיע להבנה על שימוש בקונדום טרם קיום יחסי המין. במערכת יחסים זוגית קבועה, מומלץ כי שני בני הזוג יבצעו בדיקת איידס. עד לקבלת תשובה השוללת את קיום הנגיף יש להמשיך ולהשתמש בקונדום ולהימנע ממגע מיני אוראלי. יש להשתמש בכל פעם בקונדום חדש.

4. יש לטפל בכל אדם מדמם רק תוך נקיטת אמצעי הגנה נאותים: אין לגעת ישירות בדם טרי אלא באמצעות כפפות או שקיות ניילון .
- בארצות שבהן עדיין לא מבוצעת בדיקה לכל מוצרי הדם, קיימת סכנת הדבקות בזמן קבלת תרומת דם. ישראל כמוכן, אינה נכללת ברשימת ארצות אלו.
5. אין להשתמש במחטים ובכלים חדים ללא חיטוי. מי שהחליט לעשות קעקוע או פירסינג, חייב לפנות למקומות מוסדרים אשר נמצאים תחת מעקב ופיקוח. יש לדרוש לבדוק את המחטים והכלים החדים טרם ביצוע הפעולה.
6. אבחון מוקדם של נשאות האם, ימנע הדבקה מיותרת. מתן טיפול לאם במשך ההיריון, ניתוח קיסרי במקום לידה רגילה, וטיפול רפואי מתאים לאם ולתינוק לאחר לידתו, מצמצמים לכ- 2% את הסיכון שהילוד יידבק ויפתח את מחלת האיידס.
- אישה החיה עם HIV/אייידס לא יכולה להניק את תינוקה אלא עליה להשתמש בתחליף חלב אם כדי למנוע את הדבקת התינוק.
7. אין להשתמש בסמים, ודאי לא בהזרקה!
8. בד"כ קיום אורח חיים בריא (ללא עישון, ללא שתייה אלכוהולית מופרזת, תוך פעילות גופנית ושמירה על תזונה נאותה) מגביר את תפקודה התקין של מערכת החיסון.

נקודות עיקריות לתשומת לב:

- 1 . מחלת האיידס קיימת בכל המגזרים: נשים, גברים, צעירים ומבוגרים. מי שלא נוקט במשנה זהירות ואינו משתמש בקונדום מסכן את עצמו. לא ניתן לקבוע מיהם נושאי הנגיף על ידי התבוננות
- 2 . נגיף האיידס מועבר דרך נוזלי הגוף (דם, נוזל הזרע, הטיפות המקדימות, נוזלי הנרתיק וחלב אם). אין הוכחה לכך שהוא מצוי בהפרשות גוף אחרות כמו: קיא, נזלת, דמעות ושתן ולכן מגעים יום יומיים אינם מהווים חשש להדבקה.
- 3 . אין כל חשש להידבקות במחלה בבית הספר במגע יום-יומי רגיל (כולל משחקי ספורט) בין תלמידים (או מורים) .
- 4 . הרוק של נשאי HIV אינו מדבק.
- 5 . הדרך העיקרית לפי שעה, לעצירת התפשטות המחלה, היא באמצעות אימוץ הרגלי חיים בריאים ומכאן חשיבות התנהגות מינית אחראית ונבונה, כמו גם הימנעות מוחלטת משימוש בסמים (ודאי בהזרקה). זאת משום שהטיפול התרופתי הקיים היום, אינו יכול לרפא אדם שנדבק בנגיף HIV אלא רק לשפר את איכות חייו ואת תוחלת חייו.
- 6 . יחסי מין הינם חלק בלתי נפרד מהחיים. יש לקיים יחסי מין באופן שלא יסכן את בריאותו של אדם. הדרך הטובה ביותר כיום למניעת הדבקה ב-HIV אצל אנשים המקיימים יחסי מין, היא שימוש בקונדום. רצוי לשקול דחיית גיל תחילת קיום יחסי מין מלאים, כאחד מאמצעי המניעה.
- 7 . מניעה יעילה לוקחת בחשבון "שכולנו נשאים פוטנציאליים". האחריות מוטלת על כל אחד מאתנו - נשים וגברים כאחד - לקיים יחסי מין בטוחים ללא נטילת סיכון.

ביבליוגרפיה:

- 1 . אתר משרד הבריאות – מחלות מין – איידס. – www.Health.Gov.il
- 2 . דר" דניאל שם טוב: HIV and AIDS. המאמר נמצא באתר משרד הבריאות – מחלות מין – איידס. מתוך העיתון: (2004) *International Journal of STD & AIDS*; 15:691-6
- 3 . הוועד למלחמה באיידס: "בגובה העיניים – כל האמת על סקס, איידס ועל קונדומים", מהדורה שנייה