

موضوع: حمایت‌های روانی و اجتماعی از بیمارانیکه با اچ آی وی زندگی میکنند

مقدمه

ویروس HIV مرز و کشور و محله نمی‌شناسد، آمار جهانی نشان می‌دهد که درصد افراد بزرگسال (بالای ۱۵ سال) که در دنیا با اچ آی وی و ایدز زندگی می‌کنند از سال ۲۰۰۰ کمتر است. در سال ۲۰۰۷، تعداد ۲۰۷ میلیون نفر به این ویروس مبتلا شده‌اند و ۲ میلیون نفر در اثر بیماری‌های مرتبط با اچ آی وی در گذشته‌اند.

ایدز ارتباط تنگاتنگی با اعتیاد و آسیب‌های دیگر اجتماعی و عدم پایبندی اخلاقی دارد و این عوامل با ارزش‌های مذهبی، اجتماعی و فرهنگی بسیاری از جوامع در تضاد است. به همین دلیل است که افراد مبتلا یا مشکوک، طرد می‌شوند، گناهکار شناخته می‌شوند و علاوه بر محرومیت از تحصیل و اشتغال، از تشکیل خانواده هم باز می‌مانند. از قضا، ننگ و بدنامی ناشی از ایدز، یکی از دلایل عمده شیوع سریع بیماری در جامعه است، زیرا افراد آلوده از ترس بدنامی، بیماری خود را آشکار نمی‌کنند و در نتیجه، هم به خودشان آسیب‌های جدی می‌زنند و هم عامل پنهان آلودگی در جامعه باقی می‌مانند. بیماری ایدز به خاطر معضلات اجتماعی که به همراه دارد و به علت انگ و برچسبی که افراد مبتلا گرفتار آن می‌شوند بسیار حائز اهمیت است.

افراد مبتلا به HIV مثبت بسیار آسیب‌پذیرند و نیازمند حمایت‌های روحی و روانی مناسب از طرف خانواده و جامعه‌اند. حمایت از افراد آلوده و بیمار، نه تنها به عنوان یک فرد بیمار و نیازمند اهمیت دارد، بلکه با کاهش احتمال رفتارهای پرخطر آنها باعث تضمین سلامت جامعه هم خواهد شد. گذشته از مشکلات اقتصادی، که بی‌تردید بخش اعظمی از فکر و تلاش آنان را به خود معطوف می‌کند آنان به سرعت از جمع دوستان طرد می‌شوند و این فشارهای روحی آنانرا تا معرض خودکشی و در کودکان و نوجوانان فرار از مدرسه و منزل میبرد. از آنجائیکه خانواده مهم‌ترین جزو جامعه است و در بسیاری از این کشورها، فرد بیمار در خانواده مورد توجه خاص قرار می‌گیرد تا برای بهبود هر چه سریع‌تر و بازگشت به زندگی عادی حمایت شود، درباره ایدز هنوز این حمایت به اندازه کافی وجود ندارد و در بسیاری از موارد، این افراد از سوی خانواده و جامعه مورد بی‌مهری قرار می‌گیرند، تا آنجا که ممکن است از تماس آنها با اطرافیان و نزدیکان مثل همسر و فرزندان جلوگیری شود. البته شدت تبعیض و طرد افراد با روش ابتلای آنها نیز ارتباط دارد و این موضوع دستاورد ناآگاهی از راه‌های انتقال ایدز است.

افراد مبتلا به HIV مثبت، بسیار آسیب‌پذیرند زیرا:

اینان نیازمند حمایت‌های روحی و روانی مناسب از طرف خانواده و جامعه‌اند. حمایت از افراد آلوده و بیمار، نه تنها به عنوان یک فرد بیمار و نیازمند اهمیت دارد، بلکه با کاهش احتمال رفتارهای پرخطر آنها باعث تضمین سلامت جامعه هم خواهد شد. به این افراد باید در زمینه تامین مسکن و اشتغال و... کمک کرد تا بتوانند با داشتن یک زندگی سالم، از رفتارهای نادرست دور بمانند. در بسیاری از کشورها موفق شده‌اند افراد خانواده را به حمایت از مبتلایان ترغیب کنند و بیماران را در فعالیتهای روزمره مشارکت دهند. اگر بیمار را در خانواده بپذیریم و با او برخورد و رفتار صحیحی داشته باشیم، افرادی که مشکوک به بیماری هستند، برای تشخیص و درمان بهتر و سریع‌تر مراجعه می‌کنند و در نتیجه بیماران بیشتری شناسایی می‌شوند و ویروس، بهتر در جامعه کنترل می‌شود. اما اگر

برخورد جامعه و خانواده با بیماران، منفی باشد و آنها را منزوی کنیم، حالت زیرزمینی و مخفی به خود می‌گیرد و قسمت عمده بیماری در جامعه پنهان خواهد ماند و طبیعی است که روز به روز آمار بیماران مبتلا به ایدز بیشتر خواهد شد.

نتایج حاصل از پژوهشهایی که در زمینه ی وجود اختلالات روانی در افراد HIV مثبت صورت گرفته است نشان می‌دهد که بیش از نیمی از مبتلایان به ایدز از اختلالات اضطرابی (ترس مرضی، ترس از فضای باز، اختلال وسواس و اجبار، و فوبیای فردی و اجتماعی)، افسردگی، اختلالات روان پریشی (اسکیزوفرنی) رنج می‌برند. در نتیجه حفظ روحیه در درمان و پیشگیری از ایدز در بیمار و خانواده‌اش نقش اساسی دارد. روحیه فرد می‌تواند در سیر ویروس تاثیرگذار باشد و آن را کنترل کند. از طرفی در پیشگیری هم موثر است، چون وقتی بیمار پذیرش شود و اختلالات روانی پیدا نکند، خود او مقید به پیشگیری از انتقال به دیگران خواهد شد. در غیر این صورت، روحیه انتقام‌جویانه پیدا می‌کند و باعث انتقال ویروس به دیگران خواهد شد. به همین دلیل است که در بررسی سازمان جهانی بهداشت در سال ۲۰۰۱ میلادی، آمده است: «طرد کردن افراد آلوده از سوی خانواده و جامعه باعث محرومیت آنها از فعالیت‌های اجتماعی و کاری و محرومیت از حقوق اولیه بشری می‌شود.» در این بررسی مشخص شده است که این مساله کم و بیش در تمام کشورها وجود دارد و مشکلات فراوانی برای مبتلایان و افراد آلوده در خانه، مدرسه، محیط کار، سفر و حتی دریافت خدمات بهداشتی درمانی به دنبال داشته است. به باور این سازمان، رفتار نادرست خانواده و جامعه با بیماران مبتلا به ایدز، باعث ایجاد احساس گناه، افسردگی، خود کم‌بینی، حقارت و انزوای آنها می‌شود.

در مجمع عمومی سازمان ملل هم اولین قدم برای مبارزه علیه ایدز، شکستن دیوار سکوت و انگ زدن، پذیرش افراد آلوده و بیماران ایدزی در جمع خانواده و حضورشان در جامعه اعلام شده است. حالا دیگر بسیاری از آدم‌ها پذیرفته‌اند که مساله ایدز همان اندازه که یک مشکل بهداشتی است، یک مشکل اجتماعی نیز هست و کنترل اپیدمی ایدز در جهان، همبستگی و حمایت از افراد و خانواده قربانیان را می‌طلبد.

حمایت خانواده از افراد HIV مثبت بسیار مهم است و آنها می‌توانند در ابعاد مختلف به این بیماران کمک کنند. اما از آنجا که نام این بیماری با ترس‌های بزرگی همراه است، قبل از هر چیز خانواده و نزدیکان این افراد باید تحت مشاوره قرار بگیرند. نخست باید دانست که تنها همسر افراد آلوده و کودکان متولد از مادران آلوده، نیازمند انجام آزمایش‌های تشخیصی هستند و لزومی ندارد سایر افراد خانواده مورد آزمایش قرار بگیرند و تنها در صورت رضایت فرد آلوده به ویروس، بقیه خانواده باید مشاوره شوند. خوب است خانواده‌ها بدانند که تمام اطلاعات بیماران و خانواده آنها محرمانه نگهداری می‌شود. جدا شدن همسر افراد آلوده فقط به خاطر آلودگی همسر اصلا توصیه نمی‌شود. یک زوج می‌توانند بدون هیچ واژه‌ای به زندگی مشترکشان ادامه دهند، فقط به شرط آن که در هر بار تماس جنسی از وسایل پیشگیرانه لازم استفاده کنند. فقط باید توجه داشت که همسر بیمار، باید حداقل هر ۳ ماه یکبار آزمایش بدهد.

اگر بیمار را در خانواده بپذیریم و با او برخورد و رفتار صحیحی داشته باشیم، افرادی که مشکوک به بیماری هستند، برای تشخیص و درمان بهتر و سریع‌تر مراجعه می‌کنند. از آنجا که افراد آلوده به HIV نیازمند مشاوره‌های تخصصی، معاینات بالینی و آزمایش‌های تشخیصی هستند و باید در مراکز مخصوص پرونده تشکیل دهند، برای ادامه روند درمان و کنترل بیماری‌شان، همراهی خانواده می‌تواند کمک مهمی باشد. همانقدر که انجام منظم این مشاوره‌ها و آزمایش‌ها به سلامت روحی و جسمی آنها کمک می‌کند و باعث می‌شود یک زندگی خوب و عادی داشته باشند، بی‌توجهی و طرد خانواده می‌تواند انگیزه‌های آنها را در ادامه این روند از بین ببرد و خطر ساز شود. بعلاوه، مهم‌ترین شیوه‌ای که در سراسر دنیا برای کنترل ایدز در جامعه اتخاذ شده، حمایت از افراد آلوده و خانواده‌های آنها و فرزندان به جا مانده از والدین آلوده است.

حق کار و درس خواندن

در برخورد با بیماران مبتلا به ایدز، نباید فراموش کنیم که بسیاری از آنها ناخواسته گرفتار شده‌اند و بخصوص کودکان، حتی اراده‌ای در مراقبت از خود و دور ماندن از خطر نداشته‌اند. سازمان جهانی بهداشت (WHO) می‌گوید: «متأسفانه کودکان مبتلا به ایدز یا کودکانی که در خانواده آنها عضوی مبتلاست، به خاطر خود یا اولیایشان انگ می‌خورند، در حالی که محروم کردن یک کودک از آموزش و تحصیل به این دلیل، نادیده گرفتن حقوق اولیه اوست، از همین رو در برخی کشورها دانش‌آموزان مبتلا به ایدز بعد از مشاوره‌ای که با اولیا و مسوولان مدرسه صورت گرفت، مورد پذیرش واقع شدند. تاکنون هیچ گزارشی مبنی بر سرایت HIV از کودکان مبتلا به دیگر همکلاسان فرد بر اثر تماس‌های غیرجنسی به دست نیامده است. کارمندانی که مبتلا به عفونت ایدز هستند، هرگز با تماس‌های غیرجنسی باعث ابتلای افراد دیگر نخواهند شد. به همین دلیل سازمان بین‌المللی کار (ILO) اعلام کرده که پیامد طرد کردن مبتلایان به ایدز و به کار نگرفتن آنها در مشاغل مختلف نه تنها از مشارکت عده‌ای از نیروهای جوان و کارآمد در رشد اقتصادی جامعه جلوگیری می‌کند، بلکه باعث می‌شود این افراد از کسب درآمد برای امرار معاش خود و خانواده‌شان محروم بمانند و در نتیجه با فقر و تنگدستی، مشکلاتشان بیشتر شود. افراد HIV مثبت، مثل دیگران از حقوق اجتماعی برخوردارند و هیچ قانونی برای محروم شدن آنها از حقوق اجتماعی مثل اشتغال، تحصیل و... وجود ندارد.

توصیه‌های کوتاه برای حمایت از بیمار در خانواده

اگر فرد مبتلا به ایدز در خانه دارید، علاقه خود را به او حفظ و ابراز کنید.

- او را مانند گذشته در فعالیت‌های خانوادگی شرکت دهید.

- وقتی در مورد خود و احساساتش صحبت می‌کند، به حرف‌های او گوش کنید.

- در فعالیت‌های روزمره مثل خرید، نظافت و گردش به او کمک کنید.

- محرم راز او باشید و بیماری او را برای دیگران فاش نکنید.

- جایگزینی «شرم» با «همبستگی و همیاری» و «ترس با امید» را تجربه کنید.

این که وقتی پریشان، سر در گم و عصبانی هستید یا نیاز دارید با کسی حرف بزنید، دوست نزدیکی داشته باشید که بتوانید به او اعتماد کنید، خیلی خوب است. شاید دوستی داشته باشید که بتوانید به او اعتماد کنید و بگویید که مبتلا به HIV هستید و از او درخواست حمایت کنید، اما باید درباره این موضوع فکر کنید. به دلیل گفتن این موضوع به دوست یا دوستانتان فکر کنید. تأثیر احتمالی گفتن این موضوع را بر رابطه دوستی‌تان در نظر بگیرید. در مورد این که آنها بعد از مطلع شدن چه واکنشی نشان خواهند داد و همین‌طور در مورد این که اگر آنها از منبعی غیر از خودتان از این موضوع آگاه شوند، چه عکس‌العملی نشان می‌دهند، فکر کنید. دوستانتان ممکن است در جمع‌های دوستانه در مورد شما صحبت کنند. به طور واضح به آنها بگویید اطلاعات شما را برای کسی فاش نکنند. اگر در گفتگو درباره دادن آزمایش HIV با همسران وقت زیادی صرف کرده‌اید، ممکن است بدانید عکس‌العمل او چیست. اگر در این زمینه صحبت نکرده‌اید، پس در مورد امکان پذیر بودن مطلع کردن او از وضعیت بیماری‌تان و این که واکنش او چگونه خواهد بود، فکر کنید. وضعیت HIV شما رابطه انکارناپذیری با سلامتی او دارد. همسران ممکن است شگفت‌انگیزترین منبع عشق و حمایت برایتان باشد. رک و صریح بودن در گفتن مبتلا بودن به HIV می‌تواند

به طور کلی به نفع سلامت شما باشد. بررسی‌ها نشان داده افرادی که به نزدیکانشان بگویند مبتلا به ایدز هستند، از سیستم ایمنی قوی‌تری برخوردارند. البته در نظر داشته باشید اعلام کردن این موضوع می‌تواند به رابطه تان استرس وارد کند. در اغلب موارد لزومی ندارد که لازم باشد کارفرما بداند شما مبتلا به ایدز هستید، حتی اگر نیاز به ساعت مرخصی استعلاجی داشته باشید، هیچ نیازی نیست که کارفرمای شما بداند علت آن HIV است.

افراد کلیدی و مسئولین چه می‌توانند بکنند؟

۱_ سکوت را بشکنند: ایدز یک خطر است و تاثیر بر خانواده‌ها و جامعه می‌تواند بسیار مخرب باشد.

۲_ اطلاع‌رسانی و آموزش در جهت جلوگیری از غفلت و ترس بی‌مورد از بیماری: مسئولین بایستی اجازه آموزش عمومی و اختصاصی را بدهند خصوصاً با بروز نشانه‌های موج سوم بیماری در جوانان

۳_ جلوی تعصب و رزی، تبعیض و بدنامی بیماری را بگیرند. پیشگام باشید خودتان یک الگوی ضد تبعیض باشید. حقوق انسانی افراد مبتلا را حفظ نمایید.

۴_ سازماندهی فعالیت‌ها، تشکیلات جلسات مکرر

۵_ در حوزه مسئولیت خود کمیته پیگیری مسائل ایدز تشکیل دهید.

۶_ طرح‌هایی برای پیشگیری از ایدز در حوزه مسئولیت خود ارائه دهید.

۷_ به گروه‌های پرخطر و در معرض خطر توجه ویژه نمائید (افراد با سوء مصرف مواد)

۸_ از آموزش، مشاوره و آزمایش داوطلبانه ایدز حمایت نمائید.

۹_ از خدمات پیشگیرانه (توزیع سرنگ، توزیع کاندوم و...) حمایت نمائید.

۱۰_ یکی از علل مهم گسترش ایدز در جوامع فقیر و محرومیت است.

اگر چه هیچ درمان قطعی برای ایدز نداریم، میدانیم که سیاستهای مداوم و شجاعانه می‌توانند شیوع بیماری را متوقف سازند و این امکان را برای افراد مبتلا به HIV/AIDS فراهم سازند که زندگی عادی و مطلوبی داشته باشند. برای دستیابی به این اهداف فعالیتهای ما باید در برگیرنده چهار رکن اساسی باشد.

افراد مبتلا به عفونت HIV/AIDS حقوق انسانی مشابه بقیه مردم دارند و مانند همه شهروندان دیگر دارای حقوقی همچون حفاظت در برابر تبعیض به هر شکلی هستند.

ترس از افراد مبتلا به عفونت HIV/AIDS، سبب گسترش همه‌گیری می‌شود.

در همه جا، همه را به اندیشه صحیح فراخوانیم. از تمام کارمندان دولتی بخواهید به منظور انجام مسئولیتهای خود بدون تبعیض به افراد مبتلا در بیمارستانها، مدارس و ادارات خدمت ارائه دهند

مبارزه با ایدز یک آزمایش بزرگ برای ماست . آزمایش مدیریت جامعه ، در صورت مدیریت صحیح، می توانیم بر گسترش آن فائق آئیم .

منابع

- ۱- مجمع متخصصین ایران (www.expert.ir)
- ۲- امداد ایدز (www.medical_low.ir)

وحیده سمیعی

کارشناس مشاوره