



Пайравӣ ба

ТЗР

Маводи мазкур иқтибос аз Дастурамал барои тренер «Омузиши тренерҳо оид ба пешгирии сироятҳои аз ҷиҳати иҷтимоӣ аҳамиятнок» мебошад, ки аз тарафи ТҶҶ «СФШФ-Тоҷикистон» коркард ва аз тарафи Вазорати тандурустӣ ва ҳифзи иҷтимоии аҳолии Ҷумҳурии Тоҷикистон тасдиқ шудааст.



Вазорати тандурустӣ ва ҳифзи  
иҷтимоии аҳолии  
Ҷумҳурии Тоҷикистон



Интишор, интиқол, паҳн намудан ё нусхабардорӣ намудани ҳар кадом қисми китобча иҷозат дода мешавад ба шарте, ки он бо мақсади ғайрииттиҳоратӣ дар оянда истифода бурда мешавад. Ҳатман аз ташкилоти СФШФ-Тоҷикистон ишора намоед.

**Ройгон паҳн карда мешавад**

© СФШФ- Тоҷикистон  
(AFEW-Tajikistan), соли 2017  
e-mail: [tajikistan@afew.tj](mailto:tajikistan@afew.tj)  
http: [www.afew.tj](http://www.afew.tj)

---

## ПАЙРАВИ БА ТЗР

CD4-лимфоситҳо – хучайраҳои системаи масунияти мо мебошанд, ки моро аз бемориҳои сироятӣ муҳофизат менамоянд.

### Даври ҳаётии ВНМО

**Марҳилаи 1** ВНМО ба CD4-хучайраҳо мечаспад ва ба дарун ворид мегардад.

**Марҳилаи 2** Дар дохили хучайра вирус сохтори худро тағйир медиҳад. Вай барномаи афзоиши худро (КРН, кислотаи рибонуклеидӣ) ба забоне бармегардонад, ки барои барномаи CD4-хучайраҳо (КДН, кислотаи дезоксирибонуклеидӣ) фаҳмо аст.

**Марҳилаи 3** Вирус барномаи худро ба барномаи CD4-хучайраҳо дохил менамояд.

**Марҳилаи 4** CD4-хучайра ба барномаи вирус тобеъ гашта, вирусҳои нави норасоии масунияти одамро ҳосил кардан мегирад.

**Марҳилаи 5** Вирусҳои нав аз хучайраҳои CD4 ба хун мебароянд ва ба дигар CD4-хучайраҳо ворид мегарданд.

- Таҳлил барои муайян намудани миқдори CD4-лимфоситҳо нишон медиҳад, ки дар қатраи хун чӣ қадар чунин хучайраҳо мавҷуданд. Ҳар қадар, ки онҳо зиёдтар бошанд, ҳамон қадар хубтар аст.
- Таҳлил барои тахмили вирусӣ миқдори вирусҳоро дар қатраи хун муайян менамояд. Ҳар қадар, ки онҳо камтар бошанд, ҳамон қадар хубтар аст.

---

Ҳангоми миқдори зиёди CD4-лимфоситҳо таҳмили вирусӣ одатан паст аст.

Ҳангоми миқдори ками CD4-лимфоситҳо таҳмили вирусӣ одатан баланд аст. Ин вазъияти хатарнок мебошад.

**Табобати зиддиретровирусӣ (ТЗР)** – муолиҷаи сирояти ВНМО мебошад. ТЗР миқдори вирусро дар хун (таҳмили вирусиро) кам намуда, барои зиёд намудани миқдори CD4-хучайраҳо кӯмак мерасонад. Ба ин васила, мо системаи масуниятро барқарор менамоем ва саломатии одамро нигоҳ медорем.

Таъсири ҳамаи доруҳои зиддиретровирусӣ ба пешгирӣ намудани сироятнокшавии хучайраҳои нав равона карда шудаанд. Дар ин маврид ҳар яке аз доруҳо ба таври гуногун, яъне марҳилаҳои гуногуни давраи ҳаётии ВНМО-ро муҳосира намуда, таъсир мерасонад. Комбинатсияи иборат аз се дору хучуми ҳаматарафаро ба вирус таъмин менамояд.

### **Дарачаи муайяннашавандаи таҳмили вирусӣ**

Ҳангоми ба дарачае кам будани вирус, ки тест онро «дида наметавонад», ин дарачаи муайяннашавандаи таҳмили вирусӣ номида мешавад. Дарачаи муайяннашавандаи таҳмили вирусӣ чунин маъно надорад, ки ВНМО пурра нест карда шудааст.

**Мақсади ТЗР** – ба даст овардани миқдори минималии (камтарини) ВНМО дар хун, яъне таҳмили вирусии муайяннашаванда мебошад.

---

ТЗР ҳаёти одами ВНМО-мусбатро дароз мекунад ва сифати онро (ҳаётро) беҳтар месозад.

### **Муолиҷаро кай оғоз кардан лозим аст?**

Муолиҷаи сирояти ВНМО-ро зуд баъди ошкор намудани беморӣ сар кардан шарт нест. Ҳама чиз аз он вобастагӣ дорад, ки ба кадом андоза зиёдтар ВНМО системаи масуниятро суст намудааст. Муолиҷаи сирояти ВНМО-ро хангоми 350 ё камтар будани миқдори CD4-хуҷайраҳо сар кардан зарур аст.

### **ТАЪСИРОТИ ИЛОВАГӢ**

Таъсири иловагӣ – ин ақсуламали номусоиди организм ба истеъмоли намудани маводи доруворӣ мебошад.

### **Таъсири иловагии кӯтоҳмуддат**

Метавонад дар оғози беморӣ пайдо шавад. Баъди якчанд ҳафта онҳо одатан бартараф мешаванд. Аксаран онҳо инҳо буда метавонанд:

1. Диарея (фазлаи обакии зиёда аз се бор дар як шабонарӯз);
2. Дилбеҳузурӣ;
3. Доначасорӣ;
4. Хоби ноором;
5. Мондашавӣ.

Одатан дорухоеро интиҳоб намудан мумкин аст, ки барои бартараф намудани ин аломатҳо имконият медиҳанд.

### **Таъсири иловагии дарозмуддат**

Бо гузашти вақт зохир мегардад. Гоҳ-гоҳ дучор мешавад. Аксаран инҳо буда метавонанд:

- 
1. Мушкilotи гурдаҳо;
  2. Мушкilotи чигар;
  3. Липодистрофия;
  4. Осебёбии нӯгҳои асаб (бо хала ё шахшавии соқи по, панҷаҳои по, гоҳо дастон зоҳир мегардад);
  5. Тағйирёбии метаболизм (мубодилаи моддаҳо).

Аломатҳои вайроншавии мубодилаи моддаҳо хангоми истифода бурдани ТЗР:

- Мондашавӣ;
- Чарх задани сар (аз сабаби фишори баланди хун);
- Вайроншавии равона намудани диққат;
- Тез-тез пешобкунӣ;
- Ташнагӣ.

Омилҳои, ки таъсири иловагиро пурзӯр месозанд:

- Тамокукашӣ;
- Вазни барзиёд;
- Истеъмоли машруботи спиртӣ ва/ё маводи нашъаовар.

Мунтазам муоина намудани чигар ва гурдаҳо, супоридани таҳлилҳо барои муайян намудани дараҷаи холестерин ва глюкоза лозим аст. Дар бораи ҳар як таъсири иловагӣ ба табиби муолиҷакунанда гуфтан зарур аст. Табиб усули бартараф намудани онҳоро меёбад. Таъсири иловагии доруҳои нисбатан паҳншудаи зиддиретровирусӣ одатан хеле кам ҳастанд. Таъсири иловагӣ – боиси қатъ намудани муолиҷа шуда наметавонад.

---

ТЗР пурра ВНМО-ро нест карда наметавонад, аз ин сабаб дорухо ро ҳар рӯз, доимо, бе таъхир, яъне тамоми ҳаёт истеъмол намудан лозим аст. Ҳангоми вайрон намудани речаи истеъмоли дорухо муолича бесамар мегардад ва муқовиматпазирӣ (устуворӣ нисбати дорухо) инкишоф меёбад.

**Муқовиматпазирӣ** – ин устувории вирус ба дорухо мебошад. Дар ин вазъият табобат дигар ба вирус таъсир намерасонад ва кӯмак карда наметавонад. Барои пешгири намудани инкишофи муқовиматпазирӣ пайравӣ ба муолича муҳим аст.

**Пайравӣ ба муолича** чунин маъно дорад:

1. Сари вақт, бе таъхир истеъмол намудани дорухо;
2. Бо вояҳои таъиншуда истеъмол намудани дорухо;
3. Риоя намудани тавсияҳо оид ба ғизо.

Муҳим аст, ки пайравӣ садфоиза бошад. Чӣ қадаре ки пайравӣ зиёдтар бошад, ҳамон қадар эҳтимолияти инкишофи муқовиматпазирӣ камтар ва эҳтимолияти мувафакқияти муолича бештар мегардад.

Пеш аз оғози муолича ниёзманд бояд аз табиб дар бораи муолича ҳамаи иттилооти заруриро гирад:

- Доруҳое, ки ниёзманд истеъмол менамояд, чӣ ном доранд?
- Чӣ қадар ҳабро истеъмол намудани вай зарур аст?

- 
- Онҳоро чӣ гуна дуруст нигоҳ доштан лозим аст?
  - Тавсияҳо оид ба гизо чӣ гунаанд?
  - Вақти истеъмоли доруҳоро ба кадом андоза дақиқ риоя кардан лозим аст?
  - Кадом таъсири иловагӣ имкон дорад ва дар ҳолати пайдо шудани онҳо ба кучо мурочиат кардан лозим аст?
  - Барои кӯмаки тиббӣ ва психологӣ ниёзманд ба кучо мурочиат карда метавонад?

### **Сабабҳои, ки ба ташаккули пайравӣ мусоидат мекунанд:**

- Хоҳиши бемор ба табобат.
- Маълумот оиди табобат, аз он ҷумла оиди эҳтимоли таъсири иловагӣ ва усулҳои кам намудани онҳо.
- Мавҷудияти тартиботи дастгирӣ аз тарафи шахси наздик, психологҳо, машваратчиёни баробар, гурӯҳҳои худёрирасон.
- Муносибати шарикона бо табиби муолиҷакунанда.
- Нақшаи ТЗР мувофиқ барои бемор (маротибаи камтарини қабули доруҳо дар як рӯз, дар як қабул миқдори камтарини доруҳо, имконияти таъини доруҳо новобаста аз қабули хӯрок).