

Λοιμώξεις: κίνδυνοι και προφυλάξεις

Ιωάννης Κοσμίδης

*Καθηγητής Παθολογίας,
Ιατρική Σχολή Πανεπιστημίου Αθηνών*

Tις περισσότερες φορές απευθύνομαι σε ιατρικό ακροατήριο, το οποίο θέλει να μάθει συγκεκριμένα πράγματα για την άσκηση του επαγγέλματός του και προσέρχεται με ενδιαφέρον. Σήμερα όμως απευθύνομαι σ' ένα πιο ευρύ κοινό και θα προσπαθήσω να γίνω κατανοητός.

Το θέμα για το οποίο θα μιλήσω είναι αρκετά ευρύ: οι λοιμώξεις. Οι λοιμώξεις είναι πολλών ειδών. Τι είναι μία λοίμωξη; Είναι μία αρρώστια την οποία προκαλεί κάποιο μικρόβιο, είτε ιός, είτε βακτήριο, είτε μύκητας, είτε κάποιο άλλο παθογόνο ον, το οποίο εισχωρεί στον οργανισμό μας και μας αναστατώνει.

Οι λοιμώξεις έχουν μια ιδιαιτερότητα συγκριτικά με όλες τις άλλες αρρώστιες και είναι πολύ ενδιαφέρουσες γι' αυτούς που ασχολούνται μ' αυτές. Πρώτα απ' όλα η λοίμωξη μπορεί να προκαλέσει τον θάνατο σ' ένα εντελώς υγιές μέχρι εκείνη τη στιγμή άτομο. Αν αυτό το άτομο θα θεραπευτεί ή θα πεθάνει εξαρτάται από τη διάγνωση και την κατάλληλη θεραπεία. Η διαφορά δηλαδή ανάμεσα στα δύο αποτελέσματα είναι ζήτημα μικρού χρόνου.

Άλλες παθήσεις που πλήττουν τον άνθρωπο στην πορεία της ζωής του παρουσιάζουν μία βραδύτερη πορεία εξέλιξης και σχεδόν ποτέ δεν θεραπεύονται τελείως. Συνήθως το άτομο θα λαμβάνει μόνιμα θεραπευτική αγωγή για την πίεση, το ζάχαρο, και οτιδήποτε άλλο.

Στην περίπτωση της λοίμωξης αν γίνει σωστή αντιμετώπιση είτε από τον ίδιο τον ασθενή με τους αμυντικούς μηχανισμούς που διαθέτει, είτε με τη βοήθεια του γιατρού και των φαρμάκων, μπορεί να ιαθεί και να μην έχει μετά κανένα απολύτως πρόβλημα. Αυτό δεν συναντάται σε άλλες νόσους. Η λοίμωξη σε προσβάλλει, μπορεί να προκαλέσει θάνατο, αλλά το πιθανότερο είναι ότι θα γίνεις τελείως καλά και θα έχεις διδαχθεί κάτι.

Υπάρχει μεγάλη ποικιλία λοιμώξεων, που πλήττουν διάφορα συστήματα και όργανα του ανθρώπου. Δεν θα μπω σε πολλές λεπτομέρειες. Προτιμώ ν' αναφερθώ σε περισσότερες λοιμώξεις, για τις οποίες καλό είναι να γνωρίζουμε ορισμένα πράγματα και κυρίως αυτά που χρειάζεται για την προφύλαξη, αλλά και σε περίπτωση επιδείνωσης της κατάστασης.

Οι λοιμώξεις προσβάλλουν διάφορα συστήματα του οργανισμού, σχεδόν όλα. Θα αναφερθώ στις συνηθέστερες.

Ας αρχίσουμε από το αναπνευστικό σύστημα το οποίο διακρίνεται σε ανώτερο, από τον λαιμό και πάνω και σε κατώτερο, από τον λαιμό και κάτω. Το κοινό κρυολόγημα είναι η ελαφρότερη λοίμωξη του αναπνευστικού συστήματος. Αφορά κυρίως την περιοχή του κεφαλιού ψηλά, με ελαφρά συμπτώματα, συνάχι και βουλωμένη μύτη, ρινόρροια ορισμένες φορές και απουσία πυρετού. Συνεπώς δεν χρειάζονται αντιβιοτικά. Πως το αναγνωρίζουμε; Η απουσία πυρετού και τα απλά αυτά συμπτώματα είναι κοινό κρυολόγημα. Η μόνη θεραπεία είναι κάποια παυσίπονα, σταγόνες στη μύτη για να ξεβουλώσει κι αν υπάρχει βήχας κάποιο σιρόπι. Οι περισσότεροι πηγαίνουν στη δουλειά τους και παρόλο που μπορεί να μολύνουν άλλους είναι τόσο ελαφρύ νόσημα που πάντοτε θεραπεύεται. Ξεκούραση χρειάζεται. Δεν είναι τόσο εύκολο να προφυλαχτούμε από το κοινό κρυολόγημα, γιατί μεταδίδεται εύκολα.

Καλό είναι ν' αποφεύγουμε ευαίσθητες κατηγορίες ατόμων, όπως γέρους ή ανθρώπους με χρόνιες, σοβαρές ασθένειες, αν πάσχουμε από κοινό κρυολόγημα. Αυτό μπορεί να τους στοιχίσει τη ζωή. Η πρόληψη επιτυγχάνεται με την αποφυγή επαφής και με το συχνό πλύσιμο των χεριών, γιατί η νόσος μεταδίδεται συχνά, όπως και άλλες, με τη χειραψία.

Άλλη μία λοίμωξη του αναπνευστικού είναι η γρίπη. Είναι σαν κάποιος να είναι ο μισός παγωμένος, ενώ ο άλλος μισός φλέγεται από πυρετό. Το κεφάλι του είναι μέσα σε μία μέγγενη, κρέμονται βαρίδια σε όλο του το σώμα και είναι κυριολεκτικά σε κακό χάλι.

Η γρίπη παρουσιάζει σοβαρά συμπτώματα. Συχνά ο πυρετός φτάνει μέχρι 39-40. Χαρακτηριστικό είναι ότι τα συμπτώματα κατά κανόνα εμφανίζονται απότομα μέσα σε λίγες ώρες. Μερικές φορές παρουσιάζονται επιπλοκές. Μία απ' όλες είναι η πνευμονία. Οι πνευμονίες είναι πολλών ειδών. Ο ίδιος ο ιός της γρίπης μπορεί να προκαλέσει πνευμονία, προσβολή δηλαδή του πνευμονικού ιστού, του παρεγχύματος των πνευμόνων, που αν το άτομο έχει υποκείμενα νοσήματα μπορεί να οδηγηθεί γρήγορα σε πολύ χειρότερες καταστάσεις μέχρι και στον θάνατο.

Μπορεί όμως η πνευμονία να οφείλεται και σε άλλα μικρόβια τα οποία έχουν εισχωρήσει στους πνεύμονες, διάφοροι κόκκοι ή βακτηρίδια, που μπορεί να είναι και ανθεκτικά. Κατά κανόνα δεν είναι, αλλά η κατάχρηση των αντιβιοτικών κάνει τα απλά μικρόβια τα οποία κολλάμε κάθε μέρα ανθεκτικότερα.

Εκτός από την πνευμονία, μπορεί να παρουσιαστούν και άλλες επιπλοκές, όπως ωτίτιδα, παρα-ρινοκολπίτιδες αλλά και εγκεφαλικές επιπλοκές. Μέχρι και ευρήματα εγκεφαλίτιδας ενδέχεται να παρουσιαστούν.

Οπωσδήποτε ο ασθενής πρέπει να επισκεφτεί γιατρό. Αυτός θα δει αν υπάρχουν επιπλοκές. Αυτός θα αποφασίσει αν πρέπει να ληφθούν αντιβιοτικά και όχι ο ασθενής. Ο γιατρός ορίζει την ειδική θεραπεία για τον ιό της γρίπης και επιβεβαιώνει ότι πρόκειται για γρίπη, δηλαδή influenza. Αυτή έρχεται κάθε χρόνο με επιδημίες μικρότερες και μεγαλύτερες. Συνήθως τα πολλά κρούσμα-

τα παρουσιάζονται από Νοέμβριο μέχρι Απρίλιο ή από Ιανουάριο μέχρι Φεβρουάριο. Κάθε χρόνο παρατηρείται έξαρση σ' όλη τη γη εκείνη την εποχή.

Αυτό επειδή είναι αναμενόμενο υπάρχει εμβόλιο, το οποίο είναι κατάλληλο για το είδος του ιού κάθε χρόνο. Αυτό το εμβόλιο φτιάχνεται έγκαιρα επειδή οι επιστήμονες είναι σε θέση να το προβλέψουν, διότι τα πρώτα κρούσματα παρουσιάζονται συνήθως στο Χονγκ Κονγκ και τη Νότια Κίνα, από όπου ξεκίνησε και το ΣΑΡΣ, τα απομονώνουν αμέσως και φτιάχνουν το εμβόλιο.

Κάθε είκοσι, τριάντα ή σαράντα χρόνια ο τύπος του ιού αλλάζει εντελώς. Ο καινούργιος τύπος του ιού βρίσκει ολόκληρη την ανθρωπότητα εντελώς απροστάτευτη. Ελπίζουμε ότι όταν συμβεί αυτό, θα έχουμε ήδη βρεί το εμβόλιο. Όταν δεν υπήρχαν εμβόλια προκαλούνταν μεγάλες πανδημίες, όπως αυτή του 1918, η λεγομένη «ισπανική γρίπη».

Δεν ονομάστηκε έτσι γιατί ξεκίνησε από την Ισπανία, ούτε διότι η Ισπανία υπέφερε περισσότερο, αλλά διότι μέλη της βασιλικής οικογένειας της Ισπανίας νόσησαν. Τότε πέθαναν γύρω στα τριάντα εκατομμύρια άνθρωποι, πολλοί περισσότεροι απ' ότι στον Α΄ Παγκόσμιο Πόλεμο.

Έκτοτε παρουσιάστηκαν κι άλλες επιδημίες και πανδημίες, αλλά δεν ήταν τόσο σοβαρές, γιατί στο μεταξύ είχε προσδεύσει η επιστήμη και βρέθηκαν φάρμακα, τα οποία αντιμετώπιζαν τις επιπλοκές με αντιβιοτικά ή άλλους τρόπους. Έχουμε αρκετό καιρό να δούμε πανδημία και την περιμένουμε χρονιά τη χρονιά. Δεν ξέρουμε πότε θα έρθει, γιατί αλλάζουν και οι επιδημιολογικές συνθήκες.

Το εμβόλιο είναι απαραίτητο σε ορισμένους ανθρώπους. Πρώτα απ' όλα σε άτομα άνω των 65 ετών. Αν και το όριο κατεβαίνει σταδιακά στο 60. Επιπλέον σε όσους πάσχουν, ανεξαρτήτως ηλικίας, από κάποιο χρόνιο νόσημα, όπως χρόνια βρογχίτιδα, βρογχιεκτασίες ή άλλα σοβαρά νοσήματα του αναπνευστικού συστήματος. Επίσης σε χρόνιους καρδιοπαθείς, διαβητικούς, άτομα με ανοσολογική ανεπάρκεια, νεφρική ανεπάρκεια, αιμοσφαιρινοπαθείς κ.λπ. Επίσης οι σύντροφοι αυτών των ατόμων ή αυτοί που τους φροντίζουν οφείλουν να λάβουν το εμβόλιο. Αλλά και τα άτομα που εργάζονται στον χώρο της υγείας.

Οι γιατροί, οι νοσηλευτές, αλλά και όσοι εργάζονται σε γηροκομεία ή γενικότερα σε χώρους όπου φροντίζονται άτομα τα οποία είναι ευαίσθητα.

Το κοινό κρυολόγημα και η γρίπη είναι τα δύο άκρα ενός φάσματος. Το πρώτο είναι το ελαφρότερο και η δεύτερη, η γρίπη το βαρύτερο. Ενδιάμεσα υπάρχουν άλλες ιώσεις μέτριας βαρύτητας.

Κάποιες απ' αυτές προκαλούνται από τον ιό της παραϊνφλουέντζας, αδενοϊούς και διάφορους άλλους ιούς. Ο ασθενής μπορεί να παρουσιάσει πυρετό, να έχει πονόλαιμο, βήχα, αίσθημα θερμότητας στο στήθος και συμπτώματα σε άλλα συστήματα, όπως κοιλόπονο, διάρροιες, εμετούς και άλλα.

Η πρόληψη όλων των ιώσεων επιτυγχάνεται με την αποφυγή των συνωστισμών σε κλειστούς χώρους, που δεν αερίζονται. Η χειρότερη εποχή είναι η χειμερινή, κατά τη διάρκεια της οποίας παρατηρούνται πολλές επιδημίες.

Ένα πολύ επικίνδυνο σκηνικό είναι ένα δωμάτιο στο οποίο κάθονται μερικά άτομα και παίζουν χαρτιά με κλειστά τα παράθυρα καπνίζοντας. Αν ένας έχει τον ιό, θα κολλήσουν όλοι. Δεν μπορούμε να αποφύγουμε τις συγκεντρώσεις. Κάποια άτομα όμως τα οποία είναι ευάλωτα οφείλουν να είναι ιδιαίτερα εκλεκτικά.

Μια άλλη κατηγορία λοιμώξεων είναι οι ουρολοιμώξεις. Είναι αρκετά συχνές και υπάρχουν πολλών ειδών. Είναι σύνθετες φαινόμενο να πλήττονται γυναίκες διαφόρων ηλικιών. Παθαίνουν κυστίτιδα από κάποιο μικρόβιο, παρουσιάζουν κάποια συμπτώματα, παίρνουν αντιβιοτικό και γίνονται καλά. Αυτό μπορεί να επαναληφθεί σε μερικούς μήνες.

Οι ουρολοιμώξεις προσβάλλουν όμως και τους άνδρες: τον προστάτη και τους νεφρούς. Μπορεί να προκαλέσουν πυελονεφρίτιδα, λοίμωξη με ψηλό πυρετό και πόνους στη μέση, η οποία, αν δεν διαγνωστεί και θεραπευτεί έγκαιρα, μπορεί να φέρει ακόμα και τον θάνατο σε ένα μέχρι τότε υγιές άτομο. Δεν πρέπει να την αψηφούμε. Μια ουρολοίμωξη κατά κανόνα δεν απειλεί τη ζωή μας αν δεν παρουσιαστεί πυρετός, αλλά απειλεί ίσως με άλλους τρόπους την υγεία μας. Έχουμε για παράδειγμα τις προστατίτιδες στους άντρες. Ο προστάτης μολύνεται εύκολα και δύσκολα απαλλάσσεται από το μικρόβιο. Μια λοίμω-

ξη μπορεί να μας πλήξει μία φορά και να μην επανέλθει, αλλά μπορεί να γίνει και χρόνια είτε διότι υπάρχει πέτρα ή μια ανατομική ανωμαλία ή κάτι άλλο στο ουροποιητικό σύστημα. Αυτές ονομάζονται υποτροπιάζουσες λοιμώξεις.

Για την αντιμετώπισή τους ένας λοιμωξιολόγος ή παθολόγος ή ουρολόγος είναι απαραίτητος. Ένα καλό εργαλείο στη διάγνωση και την αντιμετώπισή τους είναι οι καλλιέργειες ούρων. Κατά κανόνα πρέπει να χορηγούνται αντιβιοτικά, αλλά πρέπει να ξέρει κανείς ποια πρέπει να είναι η διάρκεια της χορήγησης των αντιβιοτικών, που διαφέρει από περίπτωση σε περίπτωση, το είδος του αντιβιοτικού, ισχυρό ή λιγότερο ισχυρό, αν είναι ενέσιμο ή από το στόμα και κάθε πόσο πρέπει να γίνονται καλλιέργειες για έλεγχο.

Η πρόληψη βασίζεται σε δύο-τρεις βασικές γνώσεις. Καταρχήν η ουρολοίμωξη δεν μεταδίδεται από την τουαλέτα. Ουρολοίμωξη μπορούμε να πάθουμε αν δεν πάμε στην τουαλέτα όταν θέλουμε να ουρήσουμε και κρατάμε τα ούρα μέσα μας. Ειδικά ένα άτομο το οποίο έχει στο ιστορικό του ουρολοιμώξεις, αν βρεθεί έξω από το σπίτι του για κάποιες ώρες και δεν πάει στην τουαλέτα μπορεί να πάθει ουρολοίμωξη.

Μια άλλη κατηγορία λοιμώξεων είναι αυτή των τροφικών δηλητηριάσεων. Πρόκειται για συχνό φαινόμενο και χαρακτηρίζεται από εμετούς ή διάρροιες. Αυτό οφείλεται σε κάποια μικρόβια ή ιούς. Η άσχημη λοίμωξη που προκλήθηκε πρόσφατα σε κρουαζιερόπλοιο και προκάλεσε τον θάνατο σε κάποιους οφειλόταν σε ιό.

Τα μικρόβια πολλαπλασιάζονται πάνω σε τρόφιμα τα οποία ευνοούν την ανάπτυξή τους. Στο τυρί ή στις πατάτες πουρέ για παράδειγμα αναπτύσσονται σαφυλόκοκκοι, ενώ στο κρέας κολοβακτηρίδια, ακόμη και σαλμονέλες.

Κατά κανόνα τέτοιες λοιμώξεις εύκολα θεραπεύονται χωρίς καμιά ιδιαίτερη φροντίδα. Αν τα συμπτώματα γίνουν πιο σοβαρά απαιτείται αντιβιοτική θεραπεία.

Κάποια προληπτικά μέτρα κατά των τροφικών δηλητηριάσεων είναι το σωστό μαγείρεμα και η φροντίδα του τροφίμου. Τρόφιμο το οποίο βγαίνει από

το ψυγείο και το αγγίζουμε πρέπει να καταναλωθεί αμέσως. Αν μπαينوβαίνει στο ψυγείο τότε αναπτύσσονται ευκολότερα μικρόβια. Μετά το μαγείρεμα κι αφού κρυώσει λίγο, το φαγητό πρέπει να καταναλίσκεται ή να μπαίνει στο ψυγείο αμέσως. Τα μικρόβια δεν μεταφέρονται στα τρόφιμα μόνο με τις μύγες, αλλά και με τον αέρα ή το μαχαίρι. Γι' αυτό δεν πρέπει να το βάζουμε στο στόμα. Επίσης κατά το μαγείρεμα πρέπει να πλένουμε συχνά τα χέρια μας.

Υπάρχουν ακόμα οι λοιμώξεις του δέρματος. Κι αυτές είναι συνηθισμένες: σπυράκια, καλόγεροι, ακμή. Υπάρχουν βέβαια και σοβαρότερες λοιμώξεις του δέρματος, ακόμα και θανατηφόρες τις οποίες δεν θα περιγράψω τώρα.

Η πιο συνήθης θεραπεία τους είναι τα αντιβιοτικά, σε χάπια ή ενέσεις ή κρέμα για τοπική θεραπεία. Κυρίως όμως είναι η πρόληψη. Για παράδειγμα το λεγόμενο ερυσίπελας, που πλήπει τα πόδια αλλά και το πρόσωπο, προκαλείται σε άτομα παχύσαρκα, κυρίως γυναίκες μεγάλης ηλικίας, οι οποίες φορούν σφιχτές κάλτσες και δεν κυκλοφορούν καλά το αίμα και η λέμφος. Αν ξύσουν τις πληγές ή τους τσιμπήσει έντομο δημιουργείται μια πύλη εισόδου μικροβίων, κυρίως σταφυλόκοκκων. Με λίγα αντιβιοτικά θεραπεύεται αλλά αν αφαιρεθεί ένα ερυσίπελας μπορεί να οδηγήσει και στον θάνατο. Ένα άτομο το οποίο έχει πάθει μία φορά ερυσίπελας πρέπει να φροντίζει να μην είναι παχύσαρκο ή να χάσει βάρος. Αν ωστόσο κάποιος είναι παχύσαρκος ας μην φοράει σφιχτές κάλτσες, ας μην ξύνεται, ας μην φοράει ρούχα τα οποία γδέρνουν το δέρμα ή παπούτσια σφιχτά. Όλη η περιοχή πρέπει να είναι χαλαρή και να γίνονται ελαφρές εντριβές, ώστε να βελτιώνεται η κυκλοφορία.

Ο μελταιός πυρετός είναι μια σπάνια λοίμωξη που στην Ελλάδα συναντάται αρκετά, ιδίως σε περιοχές όπου υπάρχουν αιγοπρόβατα, όπως τη Θεσσαλία, την Αιτωλοακαρνανία και την Κρήτη. Οφείλεται σε ένα μικρόβιο που λέγεται βρουκέλα και μεταδίδεται από κατσίκια, πρόβατα και αγελάδες, που πάσχουν απ' αυτή τη νόσο, μέσω του γάλατός τους. Αν το πιούμε άβραστο κινδυνεύουμε. Κάποτε θεωρούνταν καλύτερο για το παιδί. Είναι όμως επικίνδυνο, όπως και το χλωρό τυρί. Το τυρί γενικότερα δεν πρέπει να βγαίνει στην κατανώση πριν περάσουν κάποιοι μήνες από την πήξη του.

Οι βρουκέλες καταστρέφονται είτε με το βράσιμο, είτε με την πάροδο κάποιων μηνών στο τυρί. Καμιά φορά πηγαίνοντας σε κάποιο χωριό τρώμε φρέσκο τυρί και μετά από ένα διάστημα μερικών βδομάδων ή μερών παρουσιάζουμε πόνους στα κόκκαλα και πυρετό. Πρέπει να γίνει διάγνωση από γιατρό με συγκεκριμένες εξετάσεις, γιατί ενδέχεται ο μελιταίος να γίνει χρόνιος, να δημιουργήσει ακόμα και εγκεφαλικά προβλήματα. Αν δεν θεραπευτεί μπορεί να είναι και θανατηφόρος.

Η βρουκέλωση ονομάζεται επίσημα μελιταίος πυρετός. Μελίτη είναι το ελληνικό όνομα της Νήσου Μάλτας. Στη Μάλτα πρώτη φορά περιγράφηκε το μικρόβιο από τον Μπρους έναν Σκοτσέζο γιατρό. Από το όνομά του βγήκε η λέξη βρουκέλα. Το μικρόβιο μεταδίδεται εκτός από το γάλα και το τυρί και με τις επαφές με τα αιγοπρόβατα. Καλό θα ήταν να αποφεύγονται.

Τέλος υπάρχουν και τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, όπως το AIDS. Όπως το λέει και ο όρος, μεταδίδονται με τη σεξουαλική επαφή, αλλά και με άλλου είδους στενή επαφή. Είναι δυσάρεστα νοσήματα και για λόγους ταλαιπωρίας του ασθενή, αλλά και για κοινωνικούς λόγους. Είναι ντροπή ένα τέτοιο νόσημα.

Τα κυριότερα είναι η ηπατίτιδα Β και η ηπατίτιδα C και τέλος το AIDS για το οποίο θα πούμε λίγα λόγια και θα κλείσουμε.

Το AIDS οφείλεται σε έναν ιό. Αυτός ο ιός όταν μπει μέσα στον οργανισμό μας, καταλαμβάνει τα φρούρια, τους αμυντικούς μηχανισμούς. Ο άνθρωπος διαθέτει πολλών ειδών αμυντικούς μηχανισμούς. Το AIDS καταστρέφει μία μεγάλη κατηγορία απ' αυτούς, τους οποίους χρειάζεται ο άνθρωπος όταν τον προσβάλλει ένα μικρόβιο ή ένας ιός. Τα πολυμορφοπύρνηνα, για παράδειγμα, είναι τα κύτταρα εκείνα του αίματος, τα οποία έχουν την ικανότητα να σκοτώνουν μικρόβια και τα οποία δεν καταστρέφει το AIDS.

Όμως άλλες πυχές του αμυντικού συστήματος καταστρέφονται, με αποτέλεσμα να έχουμε άλλες λοιμώξεις. Επίσης δημιουργούνται διάφορα νεοπλάσματα, κακοήθεις νόσοι και άλλα. Παλιότερα οι άνθρωποι με AIDS πέθαιναν μέσα σε λίγα χρόνια. Σήμερα δεν ισχύει πια αυτό.

Το AIDS είναι βέβαια ένα ιατρικό πρόβλημα, το οποίο χρειάζεται να διαγνώσουμε και να αντιμετωπίσουμε σωστά. Είναι όμως περισσότερο ένα κοινωνικό πρόβλημα. Θεωρείται ότι όποιος έχει προσβληθεί από AIDS έχει κάνει κάτι κακό: είτε έχει ομοφυλοφιλικές ερωτικές σχέσεις ή έχει απατήσει τη σύζυγο ή τον σύζυγο ή ότι έχει πάρει ναρκωτικά. Δεν είναι όμως έτσι. Το AIDS μας αφορά όλους. Ο καθένας μπορεί να το πάθει. Το κοινωνικό πρόβλημα ξεκίνησε από τις διακρίσεις απέναντι σε ένα άτομο με AIDS, παρά το ότι οι γιατροί διαβεβαίωναν ότι δεν υπάρχει κίνδυνος μέσω της απλής κοινωνικής επαφής.

Παρατηρείται, σε μέρη όπου η ενημέρωση απουσιάζει, ένας φόβος προς άτομα που πιθανόν να έχουν AIDS, επειδή είναι για παράδειγμα ομοφυλόφιλοι. Μερικές φορές αν υπάρχει ένα άτομο με AIDS σε μια πολυκατοικία θέλουν να διωχθεί.

Αλλά το πρόβλημα είναι και οικονομικό, γιατί η νοσηλεία των ατόμων αυτών στοιχίζει πολύ, αφού οι θεραπείες αυτές είναι πανάκριβες και επιβαρύνουν τις οικονομίες των κρατών.

Το πρόβλημα όμως είναι ακόμα μεγαλύτερο στις φτωχές χώρες. Η Αφρική έχει τα πρωτεία στο AIDS. Οι ασθενείς υπολογίζονται γύρω στα 30 εκατομμύρια από τα 400 περίπου εκατομμύρια που είναι συνολικά οι κάτοικοι της Αφρικής. Και όλοι αυτοί οι άνθρωποι έχουν ανάγκη φροντίδας και δεν υπάρχουν τα χρήματα.

Ας δούμε πως μεταδίδεται το AIDS. Μεταδίδεται με τρεις τρόπους και μόνο με αυτούς. Ο πρώτος είναι η χωρίς προφύλαξη σεξουαλική επαφή είτε είναι κατά φύση, ή παρά φύση ή από το στόμα. Ο δεύτερος είναι η μετάγγιση αίματος από πάσχοντα σε μη πάσχοντα. Σήμερα είναι πρακτικά αδύνατον, διότι ελέγχονται όλες οι φιάλες αίματος πριν δοθούν σε μετάγγιση. Παραμένει μια ελάχιστη πιθανότητα, αυτό που λέμε καμιά φορά «το παράθυρο», ένας απίθανος συνδυασμός παραγόντων. Θεωρείται ότι πρόκειται για μία πιθανότητα στο εκατομμύριο να μεταδοθεί έτσι. Και ο τρίτος τρόπος είναι η χρήση κοινής σύριγγας από άτομα που κάνουν συνήθως ενδοφλέβια χρήση ναρκωτικών. Υπάρχει βέβαια και η μετάδοση από τη μητέρα στο παιδί, όταν αυτή έχει τον ιό και γεν-

νήσει ένα παιδί. Τότε υπάρχουν μεγάλες πιθανότητες το παιδί να πάρει τη νόσο.

Μόνο μ' αυτούς τους τρόπους μεταδίδεται. Δεν μεταδίδεται με τη χειραψία ούτε με τα ποτήρια, τα μαχαίρια, τα πιρούνια, τα πιάτα.

Τα συμπτώματα είναι πολλά και ποικίλα, όπως διάφορες λοιμώξεις, διάφορα νεοπλάσματα, βλάβες στο δέρμα και άλλα πολλά. Σήμερα όμως δεν τα βλέπουμε, γιατί υπάρχει αποτελεσματική, ως ένα βαθμό, θεραπεία. Υπάρχουν φάρμακα, τα λεγόμενα κοκτέιλ, τα οποία όποιος παίρνει παύει να έχει κλινικά προβλήματα, απλά συνεχίζει να φέρει τον ιό. Δημιουργείται δηλαδή μια κατάσταση ισορροπίας ανάμεσα στον οργανισμό και τον ιό. Σ' αυτές τις περιπτώσεις πρέπει ο πάσχων να παίρνει συνέχεια φάρμακα και να παρακολουθείται από τον γιατρό. Μπορεί να παρουσιαστούν επιπλοκές από τα φάρμακα, αλλά σε γενικές γραμμές ο ασθενής επιβιώνει και δεν έχει συμπτώματα. Κατά τη θεραπεία δίνονται τουλάχιστον τρία φάρμακα. Σήμερα γίνονται προσπάθειες για δόσεις μικρότερες με το ίδιο αποτέλεσμα.

Η πρόληψη βέβαια είναι η καλύτερη θεραπεία. Να αποφεύγεται η σεξουαλική επαφή με άγνωστα άτομα. Αλλά και κάθε σεξουαλική επαφή πρέπει να γίνεται με προφυλακτικό, όσο και αν φαίνεται αυτό περίεργο. Η απόλυτη και διπλή μονογαμία είναι η βάση, αλλά δεν μπορείτε να είστε 100% σίγουροι για τον σύντροφό σας. Γιατί όταν κάνετε σεξ με έναν άνθρωπο, τότε κάνετε σεξ και με όλους εκείνους με τους οποίους αυτός ο άνθρωπος έχει κάνει σεξ.