**HIV: Nguyên nhân, biểu hiện, đường lây truyền, cách điều trị và phòng bệnh**

**SKĐS - HIV là căn bệnh gây nhiều ảnh hưởng nghiêm trọng về sức khỏe và tâm lý cho người bệnh. HIV không có ổ chứa dịch trong tự nhiên, người nhiễm HIV là nguồn truyền nhiễm duy nhất cho những người xung quanh.**

## ****1. Nguyên nhân của bệnh HIV****

[HIV](https://suckhoedoisong.vn/che-do-an-cho-nguoi-nhiem-hiv-169240321132231547.htm) là một hội chứng gây suy giảm miễn dịch ở người do nhiễm phải [virus HIV](https://suckhoedoisong.vn/phat-hien-chung-virus-hiv-moi-sau-20-nam-169165488.htm). Virus gây nên bệnh [HIV](https://suckhoedoisong.vn/che-do-an-cho-nguoi-nhiem-hiv-169240321132231547.htm) thuộc họ Retroviridae.

Khi xâm nhập vào cơ thể, virus nhân lên và tấn công hệ miễn dịch của người bệnh bao gồm các đại thực bào, các lympho bào T.

Kết quả làm suy giảm chức năng miễn dịch, tạo điều kiện cho sự phát triển hoặc xâm nhập của các vi sinh vật gây hại nên HIV còn gọi là bệnh cơ hội.

**2. Đường lây truyền HIV**

* *Lây qua đường máu*: Máu và các chế phẩm của máu có khả năng lây truyền HIV từ người sang người thông qua: Dùng chung bơm kim tiêm hoặc các dụng cụ dùng trong y tế có dính máu của người [nhiễm HIV](https://suckhoedoisong.vn/roi-loan-lo-au-o-nguoi-nhiem-hiv-aids-169231125095414601.htm). Dùng chung dao cạo, kim xăm trổ, xăm lông mày, kim châm cứu,…Có vết thương hở tiếp xúc với máu của người bị nhiễm HIV.
* *Lây qua đường tình dục*: Quan hệ tình dục không an toàn với những người nhiễm HIV tức là bạn có nguy cơ cao bị lây nhiễm HIV. Nguy cơ cao nhất khi quan hệ qua đường hậu môn, sau đó đến đường âm đạo, quan hệ qua đường miệng.
* *Lây từ mẹ sang con*: Virus HIV có thể xâm nhập vào cơ thể trẻ sơ sinh qua 3 con đường:  
  Lây qua nhau thai trong quá trình mang thai.Lây qua nước ối, dịch âm đạo.  
  Máu của mẹ dính vào niêm mạc hoặc vết thương hở của trẻ.

Tuy nhiên vẫn có nhiều trường hợp hiếm gặp là mẹ bị nhiễm HIV nhưng em bé sinh ra lại âm tính với HIV.



*HIV là một hội chứng gây suy giảm miễn dịch ở người do nhiễm phải virus HIV.*

*HIV là một hội chứng gây suy giảm miễn dịch ở người do nhiễm phải virus HIV.*

**3. Biểu hiện khi mắc HIV**

Triệu chứng HIV tương đối giống cúm, nhiều trường hợp không có bất kỳ biểu hiện gì nên thậm chí đã mang virus trong người đến 10 năm vẫn không biết rằng mình đang mắc bệnh.

Tuy nhiên, phần đông người bị HIV sẽ có các triệu chứng sau:

* Người bệnh mệt mỏi hơn rất nhiều do hệ thống miễn dịch của họ đã suy yếu. Điều này cũng khiến cho họ trở nên mất tập trung và tương đối phờ phạc.
* Giảm cân là triệu chứng cho thấy bệnh đã tiến triển nặng hơn, thường là do tiêu chảy kéo dài. Có những trường hợp người bệnh ăn càng ngày càng nhiều nhưng cân nặng vẫn giảm nhanh chóng do hệ miễn dịch đang yếu đi một cách rõ rệt.
* Người bệnh thường sốt khoảng 39 độ C trong thời gian dài đi kèm theo các triệu chứng khác như: đau cổ họng, sưng hạch bạch huyết, mệt mỏi,... do virus đi nhanh vào máu, nhân lên về số lượng khiến hệ miễn dịch sinh ra các phản ứng viêm.

Ngoài ra, người bệnh có thể bị phát ban trên da, ra mồ hôi vào ban đêm, đau đầu, đau họng, tiêu chảy kéo dài. Ở giai đoạn đầu của bệnh số đông bệnh nhân thường cảm thấy buồn nôn, nôn, tiêu chảy kéo dài và không đáp ứng với điều trị thông thường.

**4. Các giai đoạn của HIV**

Người nhiễm HIV có các triệu chứng tiến triển khác nhau qua các giai đoạn. Có thể tóm lược các triệu chứng nhiễm HIV qua 3 giai đoạn dưới đây:

* ***Giai đoạn nhiễm trùng tiên phát:***

Là giai đoạn virus vừa xâm nhập vào cơ thể người bệnh, giai đoạn này virus phát triển và nhân lên rất nhanh chóng.

Sau 2 - 4 tuần kể từ khi phơi nhiễm, bệnh nhân có thể sẽ có các triệu chứng: sốt, ho, nổi hạch, phát ban, viêm họng, đau mỏi cơ, có thể đau đầu, buồn nôn, sút cân, sưng gan lách.

Các triệu chứng kéo dài khoảng 1 tuần đến 1 tháng và xuất hiện không rõ ràng nên bệnh nhân thường nhầm lẫn với cảm cúm thông thường.

* ***Giai đoạn mạn tính:***

Giai đoạn này, một lượng lớn virus sẽ bị tác động bởi hệ miễn dịch nên chuyển sang tình trạng nhiễm trùng mạn tính, hay còn gọi là giai đoạn tiềm ẩn.

Thời gian của giai đoạn này kéo dài từ vài tuần đến vài năm, có khi lên đến 20 năm. Bệnh nhân có thể lây bệnh cho người khác trong giai đoạn này.

Trong suốt giai đoạn này, các hạch bạch huyết thường xuyên bị viêm do bắt giữ virus để bảo vệ cơ thể.



*HIV là căn bệnh gây nhiều ảnh hưởng nghiêm trọng về sức khỏe và tâm lý cho người bệnh.*

* ***Giai đoạn AIDS:***

Virus tấn công và làm suy giảm hệ miễn dịch, vô hiệu hóa miễn dịch trung gian qua tế bào và tạo cơ hội cho nhiễm trùng do các vi sinh vật khác gây ra.

Đặc trưng cho sự suy giảm miễn dịch là nhiễm nấm Candida species ở miệng, bệnh lao, viêm phổi do nấm, bùng phát virus herpes gây nên bệnh ung thư hạch bạch huyết, zona thần kinh.

Bệnh nhân bị sút cân không rõ nguyên nhân và dễ mắc phải các nhiễm trùng thông thường. Cuối thời kỳ, bệnh nhân dễ bị tấn công và tử vong do các bệnh nhiễm trùng cơ hội.

## ****5. Phòng bệnh HIV****

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

### *5.1. Phòng nhiễm HIV/AIDS lây qua đường tình dục:*

Cần sống lành mạnh, chung thủy một vợ một chồng và cả hai người đều chưa bị nhiễm HIV. Không quan hệ tình dục bừa bãi.

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 bằng cách sử dụng bao cao su đúng cách.

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](https://suckhoedoisong.vn/viet-nam-da-giam-hon-2-3-ca-nhiem-moi-va-tu-vong-do-aids-so-voi-10-nam-truoc-16923120312244057.htm) vì những tổn thương do nhiễm trùng lây truyền qua đường tình dục sẽ là cửa vào lý tưởng cho HIV

### *5.2. 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, và chỉ nhận máu và các chế phẩm máu đã xét nghiệm HIV. 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,...

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

Người phụ nữ bị nhiễm HIV thì không nên có thai vì tỷ lệ lây truyền HIV sang con là 30%, nếu đã có thai thì không nên sinh con. Trường hợp muốn sinh con, cần đến cơ sở y tế để được tư vấn về cách phòng lây nhiễm HIV cho con. Sau khi đẻ nếu có điều kiện thì nên cho trẻ dùng sữa bò thay thế sữa mẹ.

## ****6. Điều trị bệnh HIV****

Hiện nay việc điều trị HIV/AIDS chỉ có thể là điều trị triệu chứng và kéo dài thời gian sống cho người bệnh. Thuốc AntiRetrovirut (ARV) có thể làm hạn chế sự sinh sôi, phát triển của virus HIV, tăng thời gian sống cho người bệnh. Ngoài ra, bạn có thể tham khảo thêm những cách điều trị khác như về tâm lý, điều trị phơi nhiễm...

* ***Điều trị hỗ trợ***

Áp dụng cho mọi người có xét nghiệm HIV dương tính không triệu chứng, không dùng thuốc mà bằng các biện pháp nhằm tăng cường sức đề kháng cho cơ thể, đó là: Giữ tinh thần lạc quan; Dinh dưỡng đúng cách, bổ sung vitamin; Thể dục đều đặn; Có lối sống lành mạnh: không sử dụng rượu, thuốc lá, ma túy, an toàn tình dục...

* ***Điều trị dự phòng phơi nhiễm***

Phơi nhiễm là khi có tiếp xúc trực tiếp với mầm bệnh HIV như bị các vật nhọn đâm gây rách da có chảy máu hay bị dịch tiết, máu bắn vào niêm mạc mắt (thường gặp ở nhân viên y tế) hay do quan hệ tình dục không an toàn...

Điều trị dự phòng phơi nhiễm nhằm ngăn chặn HIV xâm nhập vào tế bào. Thời điểm điều trị tốt nhất là 6 giờ sau khi có tiếp xúc đến tối đa 72 giờ, bằng thuốc kháng sinh (ARV) trong vòng 4 tuần.

* ***Điều trị phòng ngừa lây truyền từ mẹ sang con***

Là điều trị bằng ARV cho phụ nữ mang thai nhiễm HIV và trẻ mới sinh từ mẹ có HIV. Tùy theo tình trạng nhiễm HIV của bà mẹ và thời điểm mang thai sẽ có những chỉ định điều trị thích hợp. Trẻ sinh ra cũng được uống ARV trong 24 giờ đầu sau khi sinh và sau đó được tiếp tục theo dõi tại các bệnh viện Nhi đồng. Việc điều trị này làm giảm đáng kể tỉ lệ trẻ nhiễm HIV từ 30% xuống còn khoảng 6%.

* ***Điều trị nhiễm trùng cơ hội***

Nhiễm trùng cơ hội là những bệnh nhiễm trùng xuất hiện khi cơ thể bị suy giảm miễn dịch do HIV như tiêu chảy, nấm miệng, giời leo, herpes, lao, viêm não...

Người nhiễm HIV/AIDS có thể phòng ngừa các nhiễm trùng cơ hội bằng các biện pháp giữ vệ sinh tối đa trong ăn uống, sinh hoạt hàng ngày, tiêm chủng phòng ngừa các bệnh như viêm gan, viêm não... và điều trị phòng ngừa bằng kháng sinh hay các thuốc đặc trị khác. Nếu có nhiễm trùng cơ hội nên được điều trị sớm theo đúng chỉ định của thầy thuốc.

* ***Điều trị kháng HIV***

Hay còn gọi là điều trị ARV (Anti-Retro Virus), là điều trị phối hợp 3 loại thuốc kháng HIV nhằm mục đích: Ngăn chặn sự phát triển của HIV, giúp tăng sức đề kháng, giảm nguy cơ mắc các bệnh nhiễm trùng cơ hội, từ đó nâng cao chất lượng sống và kéo dài tuổi thọ, giúp người bệnh tiếp tục làm việc, học tập. Làm giảm lượng virus HIV trong cơ thể nên làm giảm lây lan trong cộng đồng.

**BS. Nguyễn Xuân Tùng**