ኤድስ

AIDS(Acquired Immune Deficiency syndrome)

ኤድስ በሰው ሰውነት ውስጥ በሽታን ለመቋቋም
የሚዋጉ ህዋሳትን የሚገድል በሽታ ነው። በዚህ
በሽታ የተለከፈ ስው ለማንኛውም በሽታ የተጋለ
ጠ ይሆናል። ሰውነት በሽታን የመዋጋት ችሎታ
ውን ያጣል። እንደ ነቀርሳ የመሳሰሉ ከባድ በሽ
ታዎችና ሌሎችም ጥቃቅን በሽታዎችም ይህን በ
ተለከፈ ሰው ላይ ይፀኑና ለሞት ይዳርጋሉ።

ኤድስ እንዴት ይተላለፋል?

- ኤድስ በአብዛኛው የሚተላለፈው በሽታው ከያ
ዘው ሰው ጋር በሚደረገው የግብረ ሥጋ ወይም
ገብረ ሰዶማዊ ግኑኝነት(Anal sex) ነው።
- በዚህ በሽታ የተለከፈ ሰው ደም የህክምና ባለ
ሙያተኞች በሚያደርጉት ስህተት ለሌላው ደም
ፈላጊ ሰው በሚሰጠው የደም እርዳታ
(blood transfusion)፥
- በዚህም በሽታ የተለከፉ፥ የእፅ አመል ያለባቸ
ው ሰዎች የእጽ መወጊያ መርፌን በጋርዮሽ መ
ጠቀም (Needle share)
- ይህ በሽታ ያለባት እርጉዝ እናት በእርግዝናዋ
ሆነ በወሊድ ጊዜ ለልጅዋ በሽታውን ልታስተላል
ፍ ትችላለች።ጡት የምታጠባማ ከሆነ ህጻኑ በቀላ
ሉ በእናቱ በሽታ ይበከላል። በእርግዝናዋ ወቅት
ኤዚቲ (AZT) የተባለውን መድሃኒት የምትወስድ
ከሆነ ህጻኑ በዚህ በሽታ የመያዙ እድል
ዝቅተኛ ነው።

ኤድስ በላቦት፥ በእንባ፥ በማህበራዊ ኑሮ ግኑኝነ
ቶች ማለትም አብሮ በመኖር፥ አብሮ በመብላት
ና በመጠጣት፥ልብስ በጋራ መጠቀምም ሆነ በሽ
ንት ቤት መቀመጫ ከአንዱ ወደ ሌላው ሊተላለ
ፍ እንደማይቻል በጥናት ተደርሶበታል።

በኤድስ የመያዝ ምልክቶች፤

ብዙ ሰዎች በዚህ በሽታ ለመጀመሪያ ጊዜ ሲበከ
ሉ ወዲያውኑ ምንም ምልክት አይታይባቸውም።
የመጀምሪያው ሶስት ወር ውስጥ በምንም ምር
ምር ሊታወቅ አይቻልም።ከስድስት ወራት በላይ
ሲሆንና ጊዜውም እየገፋ ሲሄድ ሰውነቱ ለበሽታ
ው የተቃውሞ ምልክቶችን እየገነባ ለመሆኑ በደ
ም ምርምር ሊደረስ ይቻላል። በዚህ ጊዜ ግን በ
አንዳንድ ሰዎች እንደ ጉንፋን፥ የእራስ ምታትና
ትኩሳትን አስመስሎ የጉሮሮ ውስጥ እጢ እብጠ
ትን አስከትሎ ይመጣል። አንዳንድ የተመጣጠነ
ምግብ በሚመገቡና ስፖርተኛ በሆኑ ግለሰቦች ላ
ይ በሽታው ሰውነታቸው በሚያደርገው ትግል ለ
በሽተኛው ጊዜያዊ ፋታ ሲሰጥ፤ ነገርግን የተመጣ
ጠነ ምግብ የማያገኘው ኢትዮጵያዊ መታመሙ ሳ
ይሰማ ሞቱ ይቀድማል። እንዲያውም አንዳንድ
አሜሪካውያን ይህ በሽታ እያለባቸው ምንም
ምልክት ሳይታይባቸው ከ10 አመት በላይ በሰው
ንታቸው ውስጥ ይኖራል። በዚህ ጊዜ ውስጥ
ቲ4 (T4)የተባሉትን ሰውነት በሽታን ለመከላከል
የሚዋጉ ህዋሳትን ይፈጃል። የህዋሳታት ቁጥር
ከ200 በታች ከሆነ ይህ በበሽታው የመለከፍ ም
ልክት ነው። በዚህም ምክንያት ውስብስብ የሆኑ
ችግሮች በስውነት ውስጥ ይፈጠርና ሰውነት ለሁ
ሉም በሽታዎች የተጋለጠ ይሆናል።
አልፎ ተርፎም፥

- የአቅም ማጣትን
- ክሳትን
- ላቦት፥ ትኩሳትና የራስ ምታትን
- የሴቶች የብልት መጥፎ ጠረንን
- የቆዳ መድረቅና ሽፍታን
- የማስተዋል ችሎታ ማጣትን
- የተለያዩ የአባለዘር በሽታዎችን
- ሳልና የስትንፋስ እጥረትን
- የራስ ሚዛንን ያለመቆጣጠርን (ማዞር)
- ተቅማጥን
- አይን የመግለጥ ድክመትን
- ትውከትን የመሳሰሉትን ያስከትላል።

በዚህ በሽታ የተለከፉ ሰዎች በቀላሉ ለተለያዩ የ
ነቀርሳ በሽታዎች ይጋለጣሉ። ኤድስ በሽታም ሰ
ውነት ከበሽታ ለመከላከል የሚዋጉ ህዋሳትን አድ
ክሞ በመጨረሱ ምክንያት የደከመን ሰውነት ያገ
ኘ የነቀርሳም በሽታ ማዳኛም የለውም።

የኤድስ በሽታ ሰውነቱን ሳያሰለስለው ቀደም ብ
ሎ የተመረመረና በወቅቱ እርዳታ ያገኘው ወዲያ
ውኑ ካልተረዳው በሽተኛ ጋር ሲወዳደር በወቅቱ
እርዳታ የተደረገለት ሰው እድሜው በመጠኑ ረ
ጅም ነው። በዚህ በሽታ የተለከፈች እርጉዝ እና
ት ያጋጣሚ ሆኖ ጤናማ ህጻን ልትወልድ ትችላ
ለች።

መከላከያው፤

ይህ በሽታ ለመጀመሪያ ጊዜ ሲደረስበት የሰው
ፍጡር ይህንን በሽታ ለመከላከል ምንም መድሃኒ
ት አልነበረውም።ቀስ በቀስ ንክሊዮሳአይድ አናሎ
ግስ የመዲሃኒት ዘሮች አነ ኤዚትና ዝዲቪ
(Nucleoside Analogs AZT ZDV)
የተባሉ መድሃኒቶች ተፈለስፉ ሆኖም በሽታው ባ
ፋጣኝ በተለከፈው ሰው ላይ እንዳይራባ ረዱ እ
ንጂ መፈወሻ ሊሆኑ እስካሁን አልቻሉም። በሽታ
ው እያደረ እየዋለም ለመዳቸው። ይህ በሽታ በ
ቅጽበት በሰውነት ውስጥ እንዳይራባ የሚያደርግ
ፕሮትኤስ ኢንሂቢቶርስ (Protease inhibitors)
የተባሉ የብዙ መድሃኒቶች ቅልቅል የሆነ መድሃኒ
ት በሁለተኛ ደረጃ ተሻሽሎ ተፈለሰፈ። ሆኖም
በሽታው እንዳይራባ ጋብ አደረገ እንጂ የሚያድ
ን መድሃኒት እስካሁን አልተገኘም።

እራሰን ከዚህ በሽታ መጠበቅ የሚቻለው ከሚከተሉት ተግባሮች በመቆጠብ ነው።

1. አደገኛ ከሆኑ ባህርያት ማለትም ከእጽ መጠ
በቅ፥ ዝሙትና ከሚያካሂዱ ሰዎች ጋር የግብ
ረ ሥጋ ግኑኝነት ያለማድረግ፤ በማንኛውም
የግብረ ሥጋ ግኑኝነት ሚደረግበት ወቅት ኮን
ዶም መጠቀም ነው። ነገር ግን ዋስትና የሌ
ውም።
2. በደም ንኪኪ በመርፌ ከአንዱ ወደ ሌላው እ
ንዳይጋባ እራስን መጠበቅ።
3. እራስን አስጸያፊ ከሆነው የግብረ ሰዶማዊ
ግኑኝነት (Anal and Oral) መቆጠብ።

እስካሁን ድረስ ሃያ ስምንት በላይ የተለያዩ
የክትባት አይነቶች በሰዎች ላይ ተሞክረዋል ነገር
ግን የሚፈለገውን ውጤት ስላላመጡ ምርምሩ እ
ንደቀጠለ ነው።

በአፍሪካ አህጉር ጦርነት ከሚገድለው የኤድስ በ
ሽታ ኅርፍ የሚወስደው የህዝብ ብዛት እጅግ ከ
ፍተኛ ሆኖ ተገኝቷል።በአለም ላይ 25 ሚሊዮን
በላይ የሆኑ ህጻናት በኤድስ በሽታ ወላጆቻቸውን
አጥተዋል።ከዚሁ ወላጅ አልባ ከሆኑት ውስጥ ከ
መቶ ዘጠናው እጅ አፍሪካውያን ህጻናት ናቸው።
በአውሮፓ አቆጣጠር 2010 አፍሪካውያን ህጻናት
ከሶቱ ውስጥ አንዱ እናትና አባት አይኖረውም።
በተለይም በናሚቢያ፥ በዝምባብዌ፥ በኡጋንዳ፥ ኮ
ንጎ፥ ደቡብ አፍሪካና ኢትዮጵያ ካሁኑ ጥንቃቄ
ካልተደረገለት ከፍተኛ የሰው ዘር ውድመት ላይ
ይወድቃሉ። በእራብና በጦርነት ችግሮች ላይ የወ
ደቁ ታዳጊ አገሮች ከ44 ሚሊዮን በላይ ህጻናት
ከወላጆቻቸው አንዳቸውን የሚያጡ ሲሆኑ 30 ሚ
ሊዮኑ የሚሞተው በዚሁ በሽታ ነው።የኢትዮጵያ
ህዝብ ከመቶ 25 እጅ በላይ በዚህ ተውሳክ ተበ
ክለዋል።ጎልማሳውማ በትንሹ ከሰባት ሚሊዮን
በላዩ በዚህ በሽታ ተለክፈዋል።ከ15 አመት በታች
የሆኑ ህጻናት በሽታው ያለባቸው ከ250 ሺህ በላ
ይ ናቸው።በ1999 ይህ በሽታ የሰለባቸው ሲቆጥሩ
ከ280 ሺህ በላይ ናቸው።

በጠቅላላ ከአለም ህዝብ ሲገመት ከመቶ 75 እጅ
በላይ የኤድስ በሽታ ያለው ከአለም ህዝብ ከመ
ቶ አስር እጅ በሆነው የአፍሪካ አህጉር ነዋሪ ላ
ይ ነው። የአፍሪካ አህጉር ልዩ ዘመቻ እስካላደረ
ገ ድረስ ህዝቡ እንደ ቅጠል እየረገፈ ነው የጋ
ራ የሕይወት አድን ዘመቻን የሚያስፈልግበት ወ
ቅት ላይ ደርሰናል። ከሕክምና ባለሙያተኞች
ውጭ የአገር ሆኑ የሐይማኖት መሪዎች
ተቆርቋሪ ዜጎችም ሆኑ እያንዳንዱ ግለሰብ የዚህን
በሽታ ጠንቀኝት ተረድተን ወገንን የማስተማር
ሐላፊነት አለብን።

ኢትዮጵያ አሜሪካውያን

ማሕበረሰብ አንዱን ከሌላው በጎሳ ሳያበላልጥ፥ አንዱን ሃይማኖት ከአንዱ ሳይለይና ሁሉንም የእድሜ ክልል በእኩልነት የሚያገለግል የጋራ ቤት ነው። ድርጅታችን ይበልጥ ተጠናክሮ ለመንቀሳቀስ የነደፋቸው እቅዶች ቀጥለው ሰፍረዋል።

የድርጅቱ ተቀዳሚ ዓላማዎች፤-

- ትምህርታዊ ፕሮግራሞችን በማዘጋጀትና በማሰራጨት ኢትዮጵያውያን እውቀታቸውን አዳብረው ከአካባቢው ጋር እራሳቸውን አዛምደው ወጣቱ ወደ ትምህርት፥የአዛውንቱ ሥራው ሆነ ኑሮው እንዲቃና ማበረታታት።

- በማኅበራዊው ኑሮ ሆነ በፖለቲካው መስክ ኅብረተሰባችን ዲሞክራሲያዊ መብቱንና ግዴታውን አውቆ እንዲገኝ ማስተማር፣

- የትምህርት፥ የጤና፥ የኢሚግሬሽንና ሌሎች ሕግ ነክ ጥያቄዎች ላላቸው ኢትዮጵያውያን ምክርና ጥቆማ ማድረግ፥

- የወደፊት የኑሮ እቅድ በማውጠንጠን ረገድ ጥያቄ ላላቸው ግለሰቦች ተገቢውን ምክር የሚሰጡ በሙያው የሰለጠኑ ኢትዮጵያውያን አቅርበን ምክር እንዲሰጡ እናስደርጋለን። ወላጆች ስለ ልጆቻቸው የትምህርት ግስጋሴ እውቀት የሚያገበዩበትና ከትምህርት ቤቶች ጋር እንዴት እንደሚሰሩ ትምህርትና ምክር መስጠት፣

- መጻፍና ማንበብ ለማይችሉ ኢትዮጵያውያን ትምህርት እድል መፍጠርና ተጨማሪ የትምህርት እርዳታ ለሚፈልጉ ተማሪዎች የሚቻለውን እርዳታ ለማድረግ ጥረት እናደርጋለን።

ስለ ኤድስ ምን ያህል አውቃለሁ ?

እውነት ወይም ሐሰት።

1. ኤድስ የተባለው መድሃኒት ያልተገኘለት በሽታ ዋና መሰራጫ መንገዱ ጥንቃቄ በጎደለው መልኩ ከተያዘው የደም ንኪኪ ወይም በመርፌና በዝሙተኛነት ነው።
2. በኤድስ የተለከፈ ሰው ከአመት ባነሰ ጊዜ ውስጥ የበሽታው ምልክቶች ሊታዩበት ይችላሉ።
3. በበሽታው የተለከፈች እርጉዝ ሴት በየጊዜው የሚሰጠውን መድሃኒት ብትከታተልና ብትወስደው በሽታው ወደ ህጻኑ የማይተላለፍበት አጋጣሚ ሊኖር ይችላል።
4. ኤድስ በላቦት ሊተላለፍ አይችልም።
5. ለኤድስ በሽታ መስጋት ያለባቸው የግብረ ሰዶም ግኑኝነት የሚያደርጉ ሰዎች ብቻ ናቸው።
6. አብሮ በመብላትና በመጠጣት ባለው ግኑኝነት በሽታው ሊተላለፍ አይችልም።
7. ኮንዶም መጠቀሙ የበሽታውን ከአንዱ ሰው ወደ ሌላው መተላለፉን ሊቀንስ ይችላል።
8. ሴቶች የውልጃ መቆጣጠሪያ መድሃኒት የሚወስዱ ከሆነ በሽታውን ለወንድ ሊያጋቡ አይችሉም።
9. የኢትዮጵያ ወጣት ከሰባቱ ሶስቱ በዚህ በሽታ ተለክፈዋል።
10. ጥንቃቄ ካልተደረገበት በሚቀጥለው ሃያ አመታት የኢትዮጵያ ወጣት ቁጥር ከመቶው በ90 እጅ ይቀነሳል።

ይህ ጽሁፍ የተዘጋጀው
በኢትዮጵያ አሜሪካውያን ማሕበረሰብ
የጤና ትምህርት ክፍል ነው።
ትርጉም በአበበ ወዛ።

abebew@yahoo.com
San Diego, California

ኤድስን አጥብቀን እንዋጋ!

ይህ በሽታ የእያንዳንዳችን ቤት
እስኪያንኳኳ ድረስ መጠበቅ የለብንም።

በዚህ በሽታ ላይ የጠለቀ ዕውቀት
ለማግኘት የምትፈልጉ
http://www.cdc.gov ይጐብኙ

ጤናም ሕብረተሰብ አምራች ኃይል ነው!

ይህ ጽሑፍ በአንድ ገጽ ላይ ፊትና ጀርባ መታተም ስለሚችል ለማንበብ ዕድል ያገኛችሁ ሁሉ ለሌላው በማስተላላፍ ወገናችሁን አስተምሩ!

> አስቀድመን በቋንቋችን ያልተለመዱ አነጋገሮች በዚህ ጽሑፍ ውስጥ ስላሉ ይቅርታ እንጠይቃለን፤ ከእውነት መራቅ ያልቻልንና ትምህርታዊ ጽሁፍም ስለሆነ ተገደን ነው።