



Hiv  Aids

ชีวิตเลือดบวก



ถึงคุณผู้อ่าน

แผ่นพับนี้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับการใช้ชีวิตกับเชื้อเอชไอวี ผลิตขึ้นโดยความร่วมมือของคลินิกโรคติดเชื้อของโรงพยาบาลประจำตำบลเฮลซิงกิและอูลีมาและสภาโรคเอดส์ฟินแลนด์





ทำไมต้องเป็นเรา?

ผู้คนต่างมีปฏิกิริยาแตกต่างกันไปเมื่อพวกเขาทราบว่าติดเชื้อเอชไอวี บางคนโทษตัวเอง บางคนโทษคู่นอน หรือแม้แต่โทษโชคชะตา แต่สิ่งที่สำคัญคือคุณต้องเข้าใจว่าคุณไม่ได้ติดเชื้อเอชไอวีด้วยเหตุผลว่า “คุณสมควรติดแล้ว” หรือเพราะคุณได้ประพฤติไม่ถูกต้องตามทำนองคลองธรรม เป็นไปได้ว่าคุณนอนของคุณก็ไม่ได้ทราบว่าเขาเป็นผู้ติดเชื้อ เชื้อเอชไอวี ซึ่งเขาเป็นเพื่อนคู่ชีวิตของคุณ ดังนั้นสิ่งสำคัญที่สุดคือการเรียนรู้และปรับตัวที่จะอยู่กับมัน



เอชไอวีกับโรคเอดส์เป็นสิ่งเดียวกันหรือเปล่า?

เชื้อเอชไอวี หรือ Human Immunodeficiency Virus (“ไวรัสที่ทำให้ภูมิคุ้มกันบกพร่องในมนุษย์”) เป็นเชื้อไวรัสที่สร้างความเสียหายแก่ระบบภูมิคุ้มกันของผู้ที่ติดเชื้อ เชื้อไวรัสจะเข้าโจมตีและทำลายเซลล์เม็ดเลือดขาวบางชนิด เชื้อไวรัสมีความสามารถในการแปลงตัวเองได้อย่างง่ายดาย ซึ่งทำให้ยาทำลายเชื้อไวรัสได้ยาก ระบบภูมิคุ้มกันของผู้ติดเชื้อจะค่อย ๆ อ่อนแอลงทีละน้อย และหากไม่ได้รับการรักษาด้วยยาที่เหมาะสม พวกเขาจะป่วยจากโรคต่าง ๆ ได้มากมาย

หากปราศจากยารักษา การติดเชื้อเอชไอวีจะลุกลามจนกลายเป็นโรคเอดส์ (AIDS หรือ Acquired Immunodeficiency Syndrome หรือ กลุ่มอาการของภูมิคุ้มกันบกพร่องที่เกิดจากการติดเชื้อ) เอชไอวีกับเอดส์จึงไม่ใช่สิ่งเดียวกัน และไม่ใช่ว่าทุกคนที่มีเชื้อเอชไอวีจะกลายเป็นโรคเอดส์ ผู้ป่วยโรคเอดส์จะมีระบบภูมิคุ้มกันที่ถูกทำให้อ่อนแอลงอย่างมากและเกิดการติดเชื้อฉวยโอกาสที่สัมพันธ์กับเชื้อเอชไอวี เช่น ปอดบวม วัณโรค เยื่อหุ้มสมองอักเสบ ไขสันหลังอักเสบ จอประสาทตาอักเสบ หรือหลอดอาหารติดเชื้อรา



เชื้อเอชไอวีติดต่อกันได้อย่างไร?

เชื้อเอชไอวีไม่ได้ติดต่อกันง่าย เชื้อไวรัสจะไม่แพร่กระจายไปในอากาศหรือการสัมผัสพื้นผิว เชื้อไวรัสจำเป็นต้องสัมผัสกับเยื่อเมือกหรือเลือดในการแพร่เชื้อ

วิธีแพร่เชื้อของเอชไอวีได้แก่:

- การมีเพศสัมพันธ์ทางช่องคลอดหรือทวารหนักแบบไม่ป้องกันกับผู้ติดเชื้อเอชไอวี
- การมีเพศสัมพันธ์ทางปากแบบไม่ป้องกันกับผู้ติดเชื้อเอชไอวี (ผู้ที่ได้รับสารคัดหลั่งหลังจากช่องคลอด น้ำเชื้ออสุจิ หรือน้ำหล่อลื่นจากอวัยวะเพศชาย เข้าไปในปากจะมีความเสี่ยงสูงที่สุด)
- การรับเลือดหรือการปลูกถ่ายอวัยวะจากผู้ติดเชื้อเอชไอวี (ในประเทศฟินแลนด์ เลือดและอวัยวะต่าง ๆ ที่รับบริจาคมาจะได้รับการทดสอบ)
- การใช้เข็ม กระบอกฉีดยา หรืออุปกรณ์การแพทย์สำหรับเจาะอวัยวะ ที่มีการปนเปื้อนเชื้อเอชไอวี
- การแพร่เชื้อจากแม่สู่ลูกระหว่างการตั้งครรภ์ การคลอด หรือการให้นมบุตร



อะไรคือการตรวจเอชไอวี?

การวินิจฉัยการติดเชื้อจะทำได้โดยการตรวจหาแอนติบอดีหรือภูมิต้านทานต่อเชื้อเอชไอวี ซึ่งจะตรวจพบได้ในช่วงหนึ่งถึงสามเดือนหลังการติดเชื้อ สามารถทำการตรวจแบบให้ผลเร็วด้วยการเจาะเลือดตรวจจากปลายนิ้วหรือทางหลอดเลือดดำ ในประเทศฟินแลนด์ คุณสามารถรับการตรวจได้ที่หน่วยบริการทางสุขภาพทุกแห่ง ที่สภารอคอดส์ฟินแลนด์ ที่สภากาชาดฟินแลนด์ (SPR) และที่คลินิกต่างๆ ของ A-Clinic Foundation

เป็นเรื่องสำคัญที่คุณควรเข้ารับการตรวจหากเคยอยู่ในสถานการณ์เสี่ยงต่อการติดเชื้อ การติดเชื้อควรได้รับการวินิจฉัยให้เร็วที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ เพราะจะทำให้สามารถเริ่มการรักษาได้ทันเวลา ซึ่งจะเป็นการดูแลสุขภาพตัวคุณเองและผู้อื่นของคุณ



สามารถรักษาการติดเชื้อเอชไอวีให้หายได้หรือไม่?

ในปัจจุบัน ยังไม่มียาที่สามารถรักษาการติดเชื้อเอชไอวีให้หายได้

การติดเชื้อเอชไอวีจัดเป็นโรคเรื้อรังที่จำเป็นต้องได้รับการติดตามเฝ้าระวังและรักษา การติดเชื้อเอชไอวีรักษาได้ด้วยยาต้านไวรัส (antiretroviral medication) ซึ่งมีครอบคลุมยาต้านไวรัสที่แตกต่างกัน ๓ ชนิด ได้แก่ยาที่ขัดขวางการเจริญเติบโตของไวรัสและป้องกันเซลล์ที่ยังไม่ติดเชื้อจากการติดเชื้อ ยาที่ช่วยให้ระบบภูมิคุ้มกันที่อ่อนแอลงฟื้นตัว เพื่อให้สามารถหยุดการลุกลามของโรคได้ ซึ่งหมายความว่า การติดเชื้อจะไม่ลุกลามกลายเป็นระยะเอดส์

การเริ่มให้ยามักกระทำเป็นรายบุคคล ซึ่งขึ้นอยู่กับปริมาณการของแพทย์ และเป็นการรักษาดลอดชีวิต

เนื่องจากยาที่มีใช้อยู่ในปัจจุบันสามารถทำให้ปริมาณไวรัสของผู้ป่วยระยะเอดส์ต่ำลงได้เช่นกัน จึงสามารถทำการรักษาโรคติดเชื้อฉวยโอกาสได้อย่างมีประสิทธิภาพ

เพื่อให้ยายังคงมีประสิทธิภาพอยู่ การรับประทานยาต้องสม่ำเสมอและสอดคล้องกับข้อแนะนำที่ให้ไว้ เช่น ยาบางชนิดควรรับประทานพร้อมกับมื้ออาหารเพื่อรับประทานผลการดูดซึมและประสิทธิภาพของยา ดังนั้น หากคุณลืมรับประทานยา โดยทั่วไปแล้วจึงเป็นการดีกว่าที่จะรับประทานยาสายเมื่อเทียบกับการไม่รับประทานยาเลย หากคุณรับประทานยารักษาเอชไอวีกับยาที่แพทย์สั่งจ่ายอื่น ๆ ยาที่ซื้อหามาเอง หรือผลิตภัณฑ์วิตามินต่าง ๆ การได้พูดคุยกับแพทย์ของคุณเกี่ยวกับความเข้ากันได้ของยาต่าง ๆ มีความสำคัญ เนื่องจากยารักษาเอชไอวีสามารถเพิ่มความเข้มข้นของยาบางชนิดจนอยู่ในระดับเป็นพิษได้ และยาบางชนิดอาจลดประสิทธิภาพของยารักษาเอชไอวี



ผู้ติดเชื้อเอชไอวีจะสามารถมีชีวิตอยู่ได้นานแค่ไหน?

อายุขัยของผู้ติดเชื้อเอชไอวีนั้นเทียบเท่ากับประชากรทั่วไป อันเนื่องมาจากการพัฒนาต่าง ๆ ในการรักษาด้วยยา

ปราศจากยารักษา ค่าเฉลี่ยของอายุขัยเฉลี่ยของผู้ติดเชื้อจะอยู่ประมาณ 12 ปี

หลังการติดเชื้อ การลุกลามของการติดเชื้อเอชไอวีจะขึ้นกับระยะเวลาระหว่างการติดเชื้อและการวินิจฉัย การรักษา ประเภทของไวรัส ปริมาณไวรัสที่ติดเชื้อมา ภูมิคุ้มกัน อายุ ภาวะและปัจจัยอื่น ๆ อีกมากมาย



การรักษาเอชไอวีในประเทศฟินแลนด์จะมีค่าใช้จ่ายเท่าไร?

ยารักษาเอชไอวีมีค่าใช้จ่ายอยู่ประมาณ 15,000 ยูโรต่อปี ในประเทศฟินแลนด์ สถานที่อาศัยของผู้ติดเชื้อจะเป็นผู้จ่ายค่ายา



การติดเชื้อเอชไอวีจะส่งผลต่อชีวิตอย่างไร?

เชื้อเอชไอวีจะไม่ส่งผลต่อการทำงาน การเรียน หรือการทำงานอดิเรกของคุณ ผู้ติดเชื้อยังสามารถออกแดด แต่งงาน และมีบุตรได้ การใช้ชีวิตอย่างเต็มที่ของคุณจะไม่ถูกหยุดยั้งด้วยการติดเชื้อเอชไอวี

วิธีใช้ชีวิตที่ส่งเสริมการมีสุขภาพดีเป็นสิ่งจำเป็นต่อผู้ติดเชื้อเอชไอวี เนื่องจากจะเป็นการช่วยให้ระบบภูมิคุ้มกันแข็งแรง การได้นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ การออกกำลังกาย และการรับประทานอาหารถูกสุขอนามัยมีความสำคัญ เช่นเดียวกันกับผู้อื่น ผู้ติดเชื้อควรหลีกเลี่ยงการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และสูบบุหรี่



การทำงานและการเรียน

การติดเชื่อเอชไอวีจะไม่ห้ามคุณจากการทำงานหรือการเรียน ทุกคนมีสิทธิตัดสินใจด้วยตนเองว่าจะให้ทำงานหรือโรงเรียนรับทราบเกี่ยวกับการติดเชื่อของเขาหรือไม่ การติดเชื่อเพียงแค่นี้เป็นอุปสรรคกับการประกอบอาชีพบางอย่างเท่านั้น ผู้ติดเชื่อเอชไอวีสามารถทำงานเป็นพยาบาลหรือคนครัวได้ เป็นต้น

เพื่อเป็นการสอดคล้องกับคำแนะนำของสหประชาชาติ การตรวจร่างกายก่อนเข้าทำงานจะไม่มี การตรวจหาการติดเชื่อเอชไอวี และไม่สามารถใช้การติดเชื่อเป็นเหตุผลให้ปฏิเสธการจ้างงานได้ พนักงานไม่ควรถูกเลือกปฏิบัติในลักษณะใดก็ตามเพราะการติดเชื่อเอชไอวีของพวกเขา การเลือกปฏิบัติในสถานที่ทำงานเป็นเรื่องผิดกฎหมาย



ควรจะบอกใครหากติดเชื่อ?

การเลือกที่จะเปิดเผยข้อมูลเกี่ยวกับการติดเชื่อ นั้นเป็นการตัดสินใจของคุณเอง คุณเองของคุณควรทราบเกี่ยวกับการติดเชื่อของคุณเสมอ แต่ไม่มีความจำเป็นในการเปิดเผยข้อมูลนี้กับผู้อื่น เช่น ครอบครัว หรือเพื่อน เว้นเสียแต่ว่าจะเป็นความต้องการของคุณ

การบอกให้คนใกล้ชิดคุณอย่างน้อยหนึ่งคนทราบเกี่ยวกับการติดเชื่ออาจเป็นความคิดที่ดี เนื่องจากเรื่องนี้เป็น





เรื่องสำคัญ และการได้รับกำลังใจจากคนใกล้ชิดนั้นอาจมีความสำคัญ มันอาจรู้สึกลำบากในการบอกคนอื่นว่าคุณเป็นผู้ติดเชื้อ แต่ยังมีการให้ความช่วยเหลือและกำลังใจในการเปิดเผยข้อมูลนี้ เช่น ที่คลินิกปรึกษาโรคเอดส์



ควรแจ้งผู้ดูแลด้านสุขภาพเกี่ยวกับการติดเชื้อหรือไม่?

คุณควรแจ้งผู้ดูแลด้านสุขภาพว่าคุณเป็นผู้ติดเชื้อ มันเป็นความคิดที่ดีสำหรับผู้ติดเชื้อที่จะมีแพทย์ประจำตัวที่ศูนย์ดูแลสุขภาพหรือบริการด้านอาชีวอนามัยต่าง ๆ สำหรับรักษาความเจ็บป่วยอื่น ๆ ดังเช่นผู้ที่ไม่ติดเชื้อมี การที่แพทย์ที่รักษาคุณทราบเกี่ยวกับการรับประทานยาต้านไวรัสเป็น重要的事情 เนื่องจากจะเป็นการช่วยให้แพทย์แน่ใจได้ว่ายาเพิ่มเติมใด ๆ ที่คุณอาจต้องรับประทานนั้นเข้ากันได้กับยาต้านไวรัส ผู้ประกอบวิชาชีพด้านการดูแลสุขภาพและผู้ดูแลด้านอาชีวอนามัยทั้งหมดล้วนปฏิบัติตามที่ภายใต้การเก็บรักษาความลับ

ในบางเมืองจะมีหน่วยดูแลสุขภาพฟันของตนเองสำหรับผู้ติดเชื้อไวรัสตับอักเสบบีหรือเชื้อเอชไอวี แต่ในเมืองส่วนใหญ่ ผู้ติดเชื้อก็ได้รับการรักษาในหน่วยงานเดียวกันกับผู้ป่วยอื่น และท่านอาจใช้บริการดูแลสุขภาพฟันที่เป็นของเอกชนได้



จะบอกลูก ๆ เมื่อไหร่ อย่างไร?

ไม่มีเวลาที่เหมาะสมที่สุดในการบอกลูก ๆ ของคุณว่าคุณเป็นผู้ติดเชื้อ ช่วงเวลาที่เหมาะสมจะขึ้นกับอายุของเด็กและสัมพันธภาพภายในครอบครัว การเปิดเผยข้อมูลเกี่ยวกับการติดเชื้อให้สอดคล้องกับพัฒนาการของเด็กเป็นเรื่องสำคัญ เช่น การเลือกใช้ภาษาที่เข้าใจง่ายเมื่อพูดคุยกับเด็กเล็ก

ผู้ติดเชื้อเอชไอวีบางรายไม่ต้องการบอกลูก ๆ ของพวกเขาว่าพวกเขาเป็นผู้ติดเชื้อ แต่เด็กจะมีความอยากรู้อยากเห็นและอาจเริ่มตั้งคำถามต่าง ๆ เกี่ยวกับยาที่พ่อแม่รับประทาน และการนัดพบแพทย์เมื่อพวกเขาเริ่มโตขึ้น จึงเป็นเหตุผลว่าเพราะเหตุใดการเปิดเผยและบอกกล่าวให้เด็ก ๆ รับรู้มักเป็นการตัดสินใจที่ดีที่สุด คุณอาจรู้สึกลำบากใจในการเปิดเผยเรื่องราวกับลูก ซึ่งที่สภาโรคเอดส์มีการให้ความช่วยเหลือคุณในเรื่องนี้





แล้วจะสามารถมีเพศสัมพันธ์ได้หรือไม่?

ทุกคนมีสิทธิต่อการใช้ชีวิตทางเพศที่น่าพึงพอใจและดีต่อสุขภาพ การติดเชื้อเอชไอวีไม่ได้ทำให้สิทธินี้หายไป ดังนั้น แนนอนที่ผู้ติดเชื้อเอชไอวีจะมีเพศสัมพันธ์ได้ สิ่งที่สำคัญคือการไม่ลืมเกี่ยวกับความปลอดภัย นั่นหมายถึงการใช้ถุงยางอนามัยและรับประทานยาของคุณอย่างสม่ำเสมอ



จะมีวิธีป้องกันคุณอนไม่ให้ติดเชื้อได้อย่างไร?

การให้ยารักษาตามปกติสามารถทำให้ปริมาณ

เชื้อไวรัสเอชไอวีลดลงจนถึงระดับที่ไม่สามารถตรวจพบได้ จนแทบจะไม่มีความเสี่ยงต่อการแพร่เชื้อ

มีอยู่หลายวิธีด้วยกันในการมีเพศสัมพันธ์ และความเสี่ยงต่อการแพร่เชื้อเอชไอวีโดยส่วนใหญ่แล้วสัมพันธ์กับการมีเพศสัมพันธ์ทางช่องคลอดหรือทวารหนักแบบไม่ป้องกัน และยังมีความเสี่ยงเล็กน้อยจากการมีเพศสัมพันธ์ทางปากแบบไม่ป้องกัน

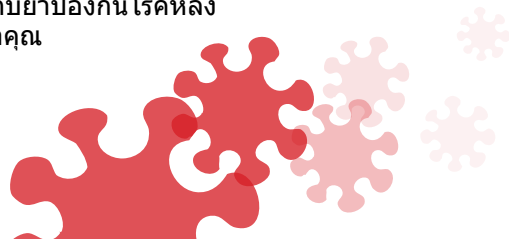
เมื่อใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธี จะสามารถป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่น ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ การหาถุงยางประเภทที่เหมาะสมกับตัวคุณเองและคุณอนของคุณจึงมีความสำคัญ ซึ่งคุณต้องทดลองเท่านั้น ถุงยางอนามัยที่มีขนาดใหญ่เกินไปอาจจะเลื่อนหลุดออกได้ หรือถุงยางอนามัยที่มีขนาดเล็กเกินไปก็อาจฉีกขาดได้ง่ายดายขึ้นในระหว่างการใช้งาน ร้านค้าและร้านขายของออนไลน์ รวมถึงร้านขายยาจะมีถุงยางหลากหลายทั้งขนาด รูปทรง และรสชาติขาย

ควรใช้ถุงยางอนามัยกับผลิตภัณฑ์หล่อลื่นสูตรน้ำหรือซิลิโคน ซึ่งจะเพิ่มความเพลิดเพลินและช่วยให้เยื่อเมือกและถุงยางอนามัยไม่ให้ถูกทำลาย เมื่อใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธีแล้วจะเป็นวิธีป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่น ๆ ระหว่างการมีเพศสัมพันธ์ได้ดีและเชื่อถือได้มากที่สุด

นอกจากนั้นแล้วการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่น ๆ ระหว่างการมีเพศสัมพันธ์ทางปากก็ยังมีความสำคัญ คุณสามารถใช้ถุงยางอนามัยเพื่อเป็นการป้องกันเมื่อใช้ปากมีเพศสัมพันธ์กับองคชาติ แผ่นยางอนามัยก็เป็นตัวเลือกที่ดีสำหรับการป้องกันการติดเชื้อสำหรับการใช้ปากมีเพศสัมพันธ์กับช่องคลอดหรือรูทวาร ซึ่งสามารถหาซื้อได้ตามร้านค้า

คุณสามารถเปลี่ยนถุงยางอนามัยให้กลายเป็นแผ่นยางอนามัยได้โดย 1) ใช้กรรไกรตัดปลายถุงยางอนามัยออก 2) สอดกรรไกรผ่านทางรูที่ตัดและตัดด้านข้างของถุงยางอนามัย 3) คลี่ถุงยางอนามัยออกเป็นแผ่นสี่เหลี่ยมผืนผ้า 4) วางแผ่นยางอนามัยที่ได้ลงบนช่องคลอดหรือรูทวาร หนีกระหว่างการมีเพศสัมพันธ์ด้วยปาก

ความเสี่ยงของการติดเชื้อจะเพิ่มขึ้นหากถุงยางอนามัยฉีกขาดหรือหลุดออกระหว่างการมีเพศสัมพันธ์ หากเกิดเหตุการณ์นี้ขึ้น คุณอาจรับประทานยาเพื่อเป็นการป้องกันโรคหลังการสัมผัสเชื้อ การให้ยาป้องกันแก่คู่นอนของผู้ติดเชื้อมีเป้าหมายในการป้องกันการติดเชื้อไวรัสไม่ให้แพร่ไปยังผู้ที่ไม่ได้ติดเชื้อ ยาสำหรับป้องกันโรคหลังการสัมผัสเชื้อไม่ได้เป็นการทดแทนการใช้ถุงยางอนามัยและการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย และไม่ได้เป็นการรักษาเอชไอวี ควรมีการให้ยาป้องกันโรคหลังการสัมผัสเชื้อให้เร็วที่สุดเท่าที่เป็นไปได้อย่างน้อย 48 ชั่วโมงหลังการสัมผัสเชื้อ โดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านโรคติดเชื้อจะเป็นผู้ตัดสินใจเริ่มให้ยา ซึ่งจะไม่มีการค่าใช้จ่ายเกิดขึ้นกับผู้ป่วย แต่ก็ไม่สามารถหาซื้อยาได้เองเช่นเดียวกัน หากต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับยาป้องกันโรคหลังการสัมผัสเชื้อ โปรดปรึกษาแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านโรคติดเชื้อที่ให้การรักษาคุณ



วิธีการใช้ถุงยางอนามัย:

1.

ตรวจสอบอายุการใช้งาน



2.

เปิดห่อถุงยางอนามัยด้วยความระมัดระวังตามภาพตัวอย่าง ดูให้แน่ใจว่าคุณคลี่ถุงยางออกในทิศทางที่ถูกต้อง



3.

จับให้หนังหุ้มปลายองคชาติเลื่อนไปด้านหลัง ใช้นิ้วมือบีบไล่ฟองอากาศออกจากกระเปาะตรงปลายถุงยาง รูดถุงยางอนามัยลงสวมอวัยวะเพศที่แข็งตัวแล้ว ห้ามสวมถุงยางอนามัย 2 ถุงพร้อมกัน



4.

ใช้เจลหล่อลื่นชนิดน้ำหรือซิลิโคน หากจำเป็น นี่เป็นสิ่งที่ต้องทำโดยเฉพาะอย่างยิ่งในการมีเพศสัมพันธ์ทางทวารหนัก



5.

สวมถุงยางอนามัยตลอดระยะเวลาที่มีเพศสัมพันธ์ และห้ามนำกลับมาใช้ซ้ำ

6.

เลื่อนอวัยวะเพศออกทันทีหลังจากการหลั่งน้ำเชื้อ จับถุงยางอนามัยไว้ขณะเลื่อนอวัยวะเพศออกเพื่อป้องกันถุงยางหลุด ซึ่งจะทำให้น้ำเชื้อเข้าสู่ร่างกายของคุณอนได้



7.

ทิ้งถุงยางอนามัยพร้อมกับขยะภายในบ้านได้ตามปกติ อย่าทิ้งถุงยางลงในถังชักโครก







โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่นจะส่งผลต่อการแพร่เชื้อเอชไอวีในขณะมีเพศสัมพันธ์แบบไม่ป้องกันหรือไม่?

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์มากมาย เช่น เริม หนองใน หรือซิฟิลิส อาจเพิ่มปริมาณไวรัสเอชไอวีของผู้ติดเชื้อ ซึ่งจะเป็นการเพิ่มความเสี่ยงในการแพร่เชื้อเอชไอวีระหว่างการมีเพศสัมพันธ์แบบไม่ป้องกัน

หากคุณอนที่ ไม่ได้เป็นผู้ติดเชื้อป่วยด้วยโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่น ๆ ความเสี่ยงของการแพร่เชื้อเอชไอวีก็น่าจะสูงขึ้นด้วย



คุณสามารถมีบุตรได้หรือไม่?

เชื้อเอชไอวีไม่ได้เป็นข้อจำกัดใด ๆ ต่อการมีบุตร ผู้ติดเชื้อเอชไอวีสามารถมีครอบครัวได้เช่นเดียวกับกับบุคคลอื่น ความหวังและสิทธิต่าง ๆ ที่ผู้ติดเชื้อมีเกี่ยวกับการมีครอบครัวก็ไม่ได้แตกต่างจากของผู้ที่ไม่ติดเชื้อ หากคุณวางแผนการตั้งครรภ์ การพูดคุยกับแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านโรคติดต่อเกี่ยวกับประเด็นดังกล่าวแต่แรกนั้นมีความสำคัญ

ควรมีการเลือกยารักษาสำหรับผู้ติดเชื้อหญิงที่สามารถมีบุตรได้ในกรณีที่เป็นไปได้ว่าจะเกิดการตั้งครรภ์เสมอ หากฝ่ายหญิงเป็นผู้ติดเชื้อในขณะที่ฝ่ายชายไม่ได้ติดเชื้อ อาจใช้การคุมกำเนิดด้วยวิธี “การผสมน้ำเชื้อที่บ้าน” ซึ่งเป็นการนำเชื้ออสุจิจากถ้วยหรือถุงยางอนามัยฉีดเข้าไปในช่องคลอดด้วยกระบอกฉีดยาระหว่างช่วงตกไข่ ด้วยวิธีนี้ ฝ่ายหญิงจะสามารถตั้งครรภ์ได้โดยไม่เสี่ยงต่อการติดเชื้อฝ่ายชาย

หากฝ่ายชายเป็นผู้ติดเชื้อและฝ่ายหญิงไม่ได้ติดเชื้อ สามารถมีการปฏิสนธิได้ผ่านการมีเพศสัมพันธ์ ซึ่งหากฝ่ายชายรับประทานยาต้านไวรัสเอชไอวีอยู่ จะสามารถทำให้ความเสี่ยงของการแพร่เชื้อต่ำลงได้อย่างมาก เนื่องจากยาจะลดปริมาณไวรัสในน้ำเชื้อลง และยังสามารถลดความเสี่ยงของการติดเชื้อโดยการให้ยาป้องกันแก่ฝ่ายหญิงที่ไม่ได้ติดเชื้อเมื่อพยายามที่จะตั้งครรภ์ ทารกจะ

ไม่สามารถติดเชื่อได้หากฝ่ายหญิงไม่ได้ติดเชื่อ

ความเป็นไปได้ตามหลักสากลอีกอย่างคือการล้างน้ำเชื้อ ซึ่งในปัจจุบันไม่มีวิธีนี้ในประเทศฟินแลนด์ แต่สหพันธ์ครอบครัวแห่งฟินแลนด์จะช่วยเหลือคุณในการค้นหาบริการในต่างประเทศ โดยคุณเป็นผู้ออกค่าใช้จ่ายเอง



สิทธิและความรับผิดชอบต่าง ๆ

ทุกคนมีความรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง และในความสัมพันธ์ด้านเพศ กฎหมายที่ว่าด้วยการเปิดเผยข้อมูลการติดเชื่อเอชไอวีของคุณ การทำให้ผู้อื่นเสี่ยงต่อการติดเชื่อเอชไอวี และการแพร่เชื้อเอชไอวีมีความแตกต่างกันไปในแต่ละประเทศ ผู้ติดเชื่อจึงควรแจ้งให้คู่นอนของตนรับทราบถึงการติดเชื่อของตนก่อนการมีเพศสัมพันธ์เพื่อเป็นการช่วยให้คู่นอนสามารถตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องดังกล่าวได้ด้วยคามมีสติ

เพื่อเป็นการสอดคล้องกับการตีความประมวลกฎหมายอาญาในประเทศฟินแลนด์ ผู้ติดเชื่อเอชไอวีต้องบอกคู่นอนของตนให้ทราบเกี่ยวกับการติดเชื่อก่อนการมีเพศสัมพันธ์ การใช้ถุงยางอนามัยไม่ได้เป็นการปลดเปลื้องหน้าที่นี้ การตีความกฎหมายอาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ในอนาคตอันใกล้

การเป็นผู้ติดเชื่อเอชไอวีจะไม่ส่งผลต่อโอกาสในการได้รับใบอนุญาตให้พำนักรในประเทศฟินแลนด์ ซึ่งหมายความว่า คุณจะ不会被ปฏิเสธหรืออนุมัติใบอนุญาตให้พำนักรด้วยเหตุผลจากปัจจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับเชื้อเอชไอวี



จะขอความช่วยเหลือและการสนับสนุนได้ที่ไหน?

สภาโรคเอดส์ฟินแลนด์

สภาโรคเอดส์ฟินแลนด์คือหน่วยงานระดับมืออาชีพที่ทำงานเพื่อป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี สภาจะเสนอบริการต่าง ๆ แก่ผู้ที่ติดเชื้อเอชไอวี ผู้ใกล้ชิดผู้ติดเชื้อ และผู้ที่มีความกังวลว่าจะเป็นผู้ติดเชื้อ บริการขั้นพื้นฐานที่สภาโรคเอดส์ให้บริการได้แก่ การตรวจหาการติดเชื้อเอชไอ

วิธีแบบทราบผลเร็วและการให้คำแนะนำทางโทรศัพท์หรือออนไลน์ คุณสามารถตรวจหาการติดเชื้อเอชไอวีได้ที่สถานที่ตั้งสภาทุกแห่งโดยจองการนัดหมายทางโทรศัพท์

- Puhelinneuvonta toimii ma-to klo 10.00–15.30 numerossa 0207 465 705
- บริการทางโทรศัพท์ในวันจันทร์-วันพฤหัสบดี ตั้งแต่เวลา 10.00 น. ถึง 15.30 น. หมายเลข +358 20 7465 705
- บริการออนไลน์ที่ www.aidsCouncil.fi / www.hivtukikeskus.fi

และสภาโรคเอดส์ยังให้บริการพูดคุยช่วยเหลือเมื่อเกิดภาวะวิกฤติและการช่วยเหลือฉันทมิตร บริการทั้งหมดของสภาโรคเอดส์ไม่มีค่าใช้จ่าย ให้บริการในลักษณะนิรนามและเป็นความลับ มีบริการให้ทั้งในภาษาฟินแลนด์ รัสเซีย โซมาลี และภาษาอังกฤษ ซึ่งผู้ใช้บริการสามารถร้องขอให้ใช้สามได้

สำนักงานสภานโยบายเอดส์ตั้งอยู่ในนครเฮลซิงกิ ตัมเปเร ตูร์กุ และโอวลู

Peer support group and adaptation training courses at the AIDS Council

กลุ่มช่วยเหลือฉันที่มีมิตรและหลักสูตรการฝึกอบรมการปรับตัวเสนอโอกาสในการพบปะกับผู้ติดเชื้อรายอื่น ๆ และผู้ใกล้ชิดผู้ติดเชื้อ หากต้องการข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับกลุ่มและหลักสูตรต่าง ๆ โปรดติดต่อสภานโยบายเอดส์

องค์กรอื่นๆ:

- การให้ความช่วยเหลือฉันที่มีมิตรและองค์กรปกป้องผลประโยชน์เพื่อผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ใกล้ชิด และองค์กรผู้ช่วยสำหรับผู้ติดเชื้อเอชไอวีและผู้ป่วยเอดส์ Positiiviset ry +358 9692 5441, www.positiiviset.fi
- Suomen Punaisen Ristin (SPR) hiv-neuvontapuhelin +358 2032 7000 Mon–Thu between 5.00 p.m and 8.00 p.m.
- The Finnish Red Cross Pluspiste locations in Jyväskylä, Joensuu, Kuopio and Seinäjoki
- Helsinki Deaconess Institute HIV services (Munkkisaarencatu 16 00150 Helsinki) and mobile health counseling unit, +358 50 502 7582

ปทานุกรมศัพท์

เอชไอวีไวรัสโหลด (ปริมาณเชื้อไวรัสเอชไอวี) = ปริมาณเชื้อไวรัสเอชไอวีบ่งถึงจำนวนไวรัสในเลือดหนึ่งมิลลิลิตร ณ ขณะตรวจ ในการมีเพศสัมพันธ์แบบไม่ป้องกัน ความเสี่ยงในการแพร่เชื้อเอชไอวีจะสัมพันธ์กับปริมาณของไวรัสที่มีอยู่ในเลือดขณะนั้น เมื่อปริมาณเชื้อต่ำ ความเสี่ยงของการติดเชื้อเอชไอวีก็ต่ำลงด้วย

สถานการณ์เสี่ยง = คือสถานการณ์ที่มีความเป็นไปได้ว่าจะเกิดการแพร่เชื้อเอชไอวีหรือโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่น ๆ เช่น การมีเพศสัมพันธ์ หรือการมีออร์แกสม์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย หรือการสัมผัสกับเลือดที่ติดเชื้อ

การตรวจคัดกรองให้ผลเร็ว = คุณสามารถรับผลการตรวจได้ภายใน 1-20 นาทีด้วยการตรวจหาการติดเชื้อเอชไอวีแบบให้ผลเร็ว ทั้งนี้จะขึ้นกับการทดสอบที่ใช้ ซึ่งมีการตรวจหาเอชไอวีแอนติบอดี (HivAb) หรือเอชไอวีแอนติเจนและแอนติบอดี (HivAgAb) การให้ผลผลจากการตรวจแบบให้ผลเร็วนั้นจะเชื่อถือได้อย่างแน่นอนหลังจากสามเดือนจากสถานการณ์ที่อาจเกิดการแพร่เชื้อ

แอนติบอดี = การวินิจฉัยการติดเชื้อเอชไอวีมักจะเป็นการตรวจหาแอนติบอดีต่อเชื้อเอชไอวี ร่างกายจะเริ่มสร้างแอนติบอดีต่อเชื้อเอชไอวีในทันทีหลังจากการติดเชื้อ ซึ่งสามารถตรวจพบในเลือดได้ช้าที่สุดสามเดือนหลังจากการแพร่เชื้อ

เซลล์ CD4 = เซลล์ T4 (เซลล์ผู้ช่วย) ควบคุมระบบภูมิคุ้มกันโดยการจดจำสิ่งแปลกปลอมและช่วยให้ลิมโฟไซต์อื่น ๆ ทำลายสารก่อโรค ซึ่งเชื้อเอชไอวีจะทำการโจมตีเซลล์ CD4 เหล่านี้ จำนวนของเซลล์เหล่านี้ในร่างกายจากผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการจะสามารถใช้กำหนดการลุกลามของเชื้อเอชไอวีในร่างกาย

การตรวจ PCR = หรือปฏิกิริยาลูกโซ่โพลีเมอเรส (Polymerase Chain Reaction) เป็นวิธีที่ใช้วัดปริมาณของวัสดุทางพันธุกรรมของเชื้อเอชไอวีในเลือด เช่น จำนวนไวรัส ซึ่งจะมีการใช้การทดสอบนี้ก่อนการเริ่มให้ยารักษา เพื่อติดตามการให้ยารักษา และตรวจดูว่ามีการดื้อยาของไวรัสหรือไม่ เป็นวิธีที่สำคัญในการติดตามประสิทธิภาพของยารักษาเอชไอวี ในกรณีพิเศษ สามารถใช้การตรวจ PCR ในการวินิจฉัยการติดเชื้อเอชไอวี



THE FINNISH AIDS COUNCIL

เบอร์โทรศัพท์ให้ข้อมูลของสภาโรคเอดส์และจงการนัดหมายเพื่อตรวจการติดเชื้อ
เอชไอวี +358 20 7465 705
(จ.-พฤ. ตั้งแต่เวลา 10.00 น. ถึง 15.30 น.)

www.hivtukikeskus.fi www.aidsCouncil.fi

