

~เมื่อผลตรวจเอชไอวีเป็นลบ (-)~

タイ語



◆ ความหมายของผลตรวจเอชไอวีที่เป็น"ลบ" ◆

เมื่อผลตรวจเลือดของคุณออกมาเป็นลบ นั้นแสดงว่าคุณไม่ได้ติดเชื้อเอชไอวี ซึ่งผลดังกล่าวอาจแสดงว่าคุณไม่มีพฤติกรรม (เช่น พฤติกรรมทางเพศ) ที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อ หรือมีพฤติกรรมเสี่ยงแต่บังเอิญโชคดีที่ไม่ติดเชื้อ

◆ โอกาสในการติดเชื้อและช่วงเวลาตรวจโรค ◆

แม้ว่าจะติดเชื้อเอชไอวีแล้ว แต่ผลการตรวจเลือดจะออกมาเป็น"บวก" ทันที จะต้องทิ้งช่วงระยะเวลาหนึ่งหลังจากติดเชื้อแล้ว ดังนั้นหลังจากมีความเสี่ยงในการติดเชื้อที่เพิ่งเกิดขึ้นไม่นานมานี้ (ส่วนใหญ่จากการมีเพศสัมพันธ์) แม้ผลตรวจเอชไอวีออกมาเป็น "ลบ" ก็ยังยืนยันไม่ได้ว่าคุณไม่ได้ติดเชื้อ หลังจากติดเชื้อเอชไอวีแล้วมาตรวจเลือดภายในประมาณ 4 สัปดาห์ ผลตรวจส่วนใหญ่จะเป็น "บวก" แต่เพราะร่างกายของแต่ละคนแตกต่างกัน การที่จะตัดสินใจให้แน่ชัดว่าไม่ติดเชื้อก็ต่อเมื่อได้ผลตรวจเป็น "ลบ" หลังจากวันที่มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อผ่านมาแล้ว 3 เดือน กรณีที่มีความกังวลว่าอาจจะติดเชื้อ ขอแนะนำให้รับการตรวจ แม้จะเพิ่งผ่านมาไม่นานหลังมีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อแม้ผลตรวจนั้นจะออกมาเป็นลบ เพื่อตรวจสอบให้แน่ใจ แนะนำให้เข้าตรวจซ้ำอีกครั้งหลังจากวันที่มีโอกาสเสี่ยงต่อการติดเชื้อผ่านไปแล้ว 3 เดือน

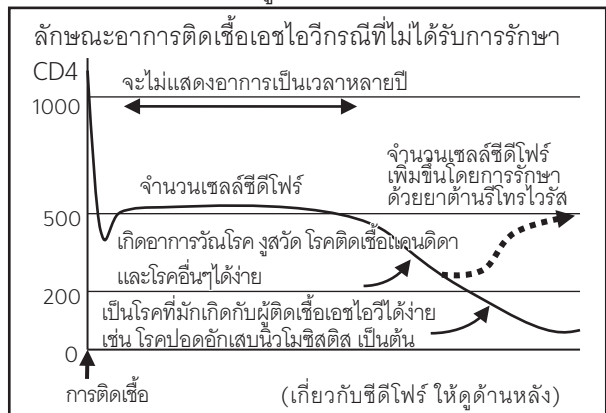


จัดทำและพิมพ์ : องค์กรผู้ไม่แสวงหาผลประโยชน์ ชาร์ม (CHARM)
ติดต่อสอบถาม : <https://www.charmjapan.com/contact/>

****เอชไอวีและโรคเอดส์****

- ◆ ความรู้พื้นฐานเรื่องเอชไอวีและโรคเอดส์ ◆
 - เอชไอวีย่อมาจากคำว่า Human Immunodeficiency Virus (ไวรัสที่ทำให้ระบบภูมิคุ้มกันบกพร่อง) หากผู้ติดเชื้อไม่ได้รับการรักษาและปล่อยให้ทิ้งไว้หลายปีหรือเกินสิบปีขึ้นไปจะทำให้ระบบภูมิคุ้มกันในร่างกายเสื่อมลงอย่างต่อเนื่อง
 - เอดส์ย่อมาจากคำว่า Acquired Immuno Deficiency Syndrome (โรคภูมิคุ้มกันบกพร่อง) เป็นอาการที่ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายอ่อนแอลงจากเชื้อไวรัสเอชไอวี และยังทำให้เกิดโรคติดเชื้อฉวยโอกาสอื่นๆตามมา
 - ภูมิคุ้มกัน คือระบบที่ช่วยยับยั้งการเจริญเติบโตและกำจัดเชื้อโรคที่เข้ามาในร่างกาย
 - โรคติดเชื้อฉวยโอกาส คือโรคที่จะแสดงอาการเฉพาะเวลาที่ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายอ่อนแอลง ตัวอย่างเช่น "โรคปอดอักเสบนิวโมซิสติส (ชื่อเก่า พิชีพี)" มักเกิดกับผู้ที่เป็โรคเอดส์ มีสาเหตุจากเชื้อราในปอด โดยปกติคนส่วนใหญ่มีเชื้อราชนิดนี้อยู่ในปอด ตรวจใดที่ภูมิคุ้มกันยังทำงานไม่บกพร่องเชื้อราดังกล่าวก็จะไม่ทำให้ปอดอักเสบ
 - ให้เข้าใจง่ายๆ "เอชไอวี" คือไวรัสชนิดหนึ่ง ส่วน "เอดส์" คือโรคที่เกิดจากไวรัสเอชไอวี

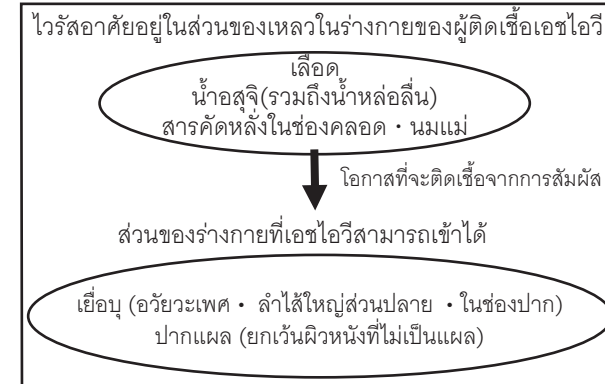
◆ ลักษณะอาการของผู้ติดเชื้อเอชไอวี ◆



จากภาพข้างบน แสดงให้เห็นว่าโรคจะไม่แสดงอาการทันทีหลังจากติดเชื้อเอชไอวีและจะไม่แสดงอาการอยู่หลายปี ถ้าไม่ได้รับการตรวจเลือดหาเชื้อเอชไอวีก็จะไม่ทราบว่าได้ติดเชื้อและมีโอกาสที่จะทำให้ผู้อื่นติดเชื้อไปด้วย เนื่องจากไม่รู้ว่าตัวเองติดเชื้ออยู่

****พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี****

◆ ช่องทางการติดเชื้อเอชไอวี ◆



ติดเชื้อเอชไอวีจากการที่เลือด น้ำอสุจิ สารคัดหลั่งในช่องคลอดสัมผัสกับเยื่อเมือกหรือปากแผลโดยตรงส่วนมากสามารถหลีกเลี่ยงการสัมผัสโดยตรงนี้ได้ โดยการใช้ถุงยางอนามัย เป็นต้น ถ้ามีการอักเสบที่เยื่อเมือกหรือมีแผลเล็ก แผลเปื่อย เอชไอวีก็สามารถเข้าร่างกายได้ง่ายขึ้น

◆ พฤติกรรมทางเพศที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี ◆

(กรณีที่ผู้ติดเชื้อเอชไอวีไม่ได้รับการรักษาที่เหมาะสม)

| ผู้ติดเชื้อ | ผู้มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อ | มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อ ○ ไม่มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อ × |
|---------------|---|---|
| ปาก | ปาก (จูบ) | × |
| | อวัยวะเพศชาย (การใช้ปาก ลินกับอวัยวะเพศชาย) | × |
| | อวัยวะเพศหญิง (การใช้ปาก ลินกับอวัยวะเพศหญิง) | × |
| อวัยวะเพศชาย | ทวารหนัก (การใช้ปาก ลินกับทวารหนัก) | × |
| | ปาก (การใช้ปาก ลินกับอวัยวะเพศชาย) | ○ |
| | อวัยวะเพศหญิง (ร่วมเพศทางช่องคลอด) | ○ |
| อวัยวะเพศหญิง | ปาก (การใช้ปาก ลินกับอวัยวะเพศหญิง) | ○ |
| | ทวารหนัก (ร่วมเพศทางทวารหนัก) | ○ |
| อวัยวะเพศหญิง | ปาก (การใช้ปาก ลินกับอวัยวะเพศหญิง) | ○ |
| | อวัยวะเพศชาย (ร่วมเพศทางช่องคลอด) | ○ |
| ทวารหนัก | ปาก (การใช้ปาก ลินกับทวารหนัก) | ○ |
| | อวัยวะเพศชาย (ร่วมเพศทางทวารหนัก) | ○ |

~เมื่อผลตรวจเอชไอวีเป็นบวก (+)~

タイ語



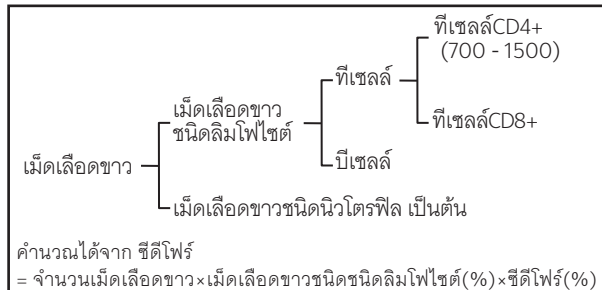
◆ ความหมายของผลตรวจเอชไอวีที่เป็น "บวก" ◆

เมื่อผลตรวจเลือดของคุณออกมาเป็นบวก นั้นแสดงว่าคุณมีเชื้อไวรัสเอชไอวีอยู่ในร่างกาย ถ้าปล่อยทิ้งไว้จะทำให้ระบบภูมิคุ้มกันเสื่อมลงและมีโอกาสเป็นโรคติดเชื้อฉวยโอกาสสูง ในปัจจุบัน สามารถรักษาได้โดยใช้ยาต้านไวรัสเพื่อยับยั้งการเสื่อมของภูมิคุ้มกันและช่วยฟื้นฟูภูมิคุ้มกันที่ลดลงไปให้มีสภาพที่ดีขึ้นได้ เมื่อรู้ว่ามีผลตรวจเลือดเป็น "บวก" แล้วสิ่งสำคัญลำดับต่อไปคือคุณควรรู้ระดับภูมิคุ้มกัน (เช่น ซีดีโฟร์ เป็นต้น) โดยเข้าตรวจรักษาในสถานพยาบาล

◆ รู้ระดับภูมิคุ้มกันของตัวเอง ◆

เมื่อรู้ว่าคุณติดเชื้อเอชไอวีแล้วไปโรงพยาบาล จะได้รับการตรวจเลือดอย่างละเอียด "เม็ดเลือดขาว" ที่อยู่ในเลือดทำหน้าที่เป็นภูมิคุ้มกัน ซึ่งในเม็ดเลือดขาวจะมีเซลล์ที่ควบคุมระบบภูมิคุ้มกัน เรียกว่า "เม็ดเลือดขาวชนิดลิมโฟไซต์ CD4+ = CD4" ตามปกติแล้วจะมีเซลล์ซีดีโฟร์ประมาณ 700 - 1500 ตัวในเลือด 1 ไมโครลิตร หลังจากติดเชื้อเอชไอวีแล้วเซลล์นี้จะมีปริมาณลดน้อยลง เมื่อเหลือน้อยกว่าประมาณ 200 ตัวจะมีโอกาสเป็น "โรคติดเชื้อฉวยโอกาส" ได้ง่าย ซีดีโฟร์เป็นตัวบ่งชี้ที่สำคัญในการบอกให้รู้ระดับภูมิคุ้มกันของคุณในตอนนั้น

◆ เม็ดเลือดขาว · เม็ดเลือดขาวชนิดลิมโฟไซต์ · ซีดีโฟร์ ◆



****การรักษาโรคติดเชื้อเอชไอวี****

◆ ยาด้านรีโทรไวรัส ◆

หลังปีค.ศ.1996 ได้มีการคิดค้นยาด้านรีโทรไวรัสที่มีประสิทธิภาพในการยับยั้งการเพิ่มจำนวนของเชื้อเอชไอวีในร่างกาย รักษาโดยให้ผู้ป่วยทานยา 3-4 ชนิด เรียกว่า "การรักษาโดยใช้ยาหลายชนิดรวมกัน" ซึ่งจะช่วยลดอัตราการเป็นโรคเอดส์และอัตราการเสียชีวิตให้ลดน้อยลงได้มาก คนที่ติดเชื้อเอชไอวีสามารถมีอายุยืนยาวได้ไม่แตกต่างจากคนที่ไม่ได้ติดเชื้อ ปัจจุบัน ส่วนมากจะรักษาด้วยการใช้ยาต้านรีโทรไวรัสที่มีประสิทธิภาพเพียงพอในการรักษา โดยทานวันละ 1 ครั้ง ครั้งละ 1 เม็ด

◆ เวลาที่จะเริ่มรับการรักษาด้วยยาต้านรีโทรไวรัส ◆

ปัจจุบันจะแนะนำให้เข้ารับการรักษาโดยเร็วที่สุดเมื่อรู้ว่าติดเชื้อเอชไอวี เหตุผลก็คือการรักษาแต่เนิ่นๆไม่เพียงช่วยลดความเสี่ยงที่จะเป็นโรคที่เกี่ยวข้องกับเอชไอวี แต่ยังสามารถลดความเสี่ยงของโรคอื่นๆที่ไม่เกี่ยวข้องโดยตรงกับเอชไอวีด้วย อีกทั้งได้มีการคิดค้นยาที่มีผลข้างเคียงน้อยลงทำให้ทานง่ายขึ้น จึงเป็นที่รู้แน่ชัดแล้วว่าการรักษานี้ส่งผลถึงการป้องกันการติดเชื้อได้

◆ ถ้ารักษาแล้วจะไม่ทำให้ผู้อื่นติดเชื้อ (U=U) ◆

(U=U) (ยู=ยู) เป็นตัวย่อ ยู ตัวแรกคือ Undetectable (ค่าต่ำจนเครื่องตรวจไม่พบ) ยู ตัวหลังคือ Untransmittable (ไม่ติดต่อ) เป็นที่แน่ชัดแล้วว่าการรักษาที่มีประสิทธิภาพจะทำให้จำนวนเชื้อไวรัสเอชไอวีในเลือดอยู่ในระดับต่ำจนเครื่องตรวจไม่พบได้อย่างต่อเนื่อง แม้ว่าจะมีเพศสัมพันธ์ก็ไม่ทำให้ผู้อื่นติดเชื้อได้

◆ โรงพยาบาลที่สามารถเข้ารับการรักษาเอชไอวี ◆

มีการกำหนดให้มี "โรงพยาบาลที่สามารถเข้ารับการรักษา" ได้ 380 แห่งทั่วประเทศ, มี "โรงพยาบาลศูนย์กลางของจังหวัด" ในทุกจังหวัด และมี "โรงพยาบาลศูนย์กลางของภูมิภาค" ใน 8 เขตภูมิภาค โรงพยาบาลเหล่านี้มีมาตรฐานการรักษาพยาบาลสูงเหมือนกันทุกที่

◆ ค่ารักษาพยาบาล ◆

ในเบื้องต้น จะเป็นการเข้ารับการรักษาโดยใช้ประกันสุขภาพ โดยทั่วไปผู้ป่วยจะต้องเสียค่าใช้จ่าย 30% ของค่ารักษาพยาบาลตามปกติของระบบ เมื่อเริ่มรักษาโดยใช้ยาต้านรีโทรไวรัสก็จะทำเรื่องขอรับรองการเป็นผู้พิการ (ระบบภูมิคุ้มกันบกพร่อง) ก็จะสามารถใช้ระบบช่วยเหลือค่ารักษาพยาบาลในการลดค่าใช้จ่ายได้ โดยค่าใช้จ่ายจะขึ้นอยู่กับรายได้ของแต่ละครัวเรือนสามารถปรึกษากับนักสังคมสงเคราะห์ (MSW) ซึ่งมีมีประจำอยู่ในโรงพยาบาลที่รักษาเอชไอวีส่วนใหญ่ ผู้ป่วยไม่ต้องกังวลว่าข้อมูลส่วนตัวจะถูกเผยแพร่เนื่องจากใช้ประกันสุขภาพหรือ

****เอชไอวีกับการดำเนินชีวิต****

ไม่มีความจำเป็นต้องเปลี่ยนแปลงวิถีการดำเนินชีวิต

◆ การงาน และอื่นๆ ◆

ไม่ใช่ว่าติดเชื้อเอชไอวีแล้วจะทำอะไรไม่ได้ คนที่รู้ว่าติดเชื้อส่วนใหญ่ไม่ได้เปลี่ยนแปลงการดำเนินชีวิตไปจากเดิม ไม่ว่าการทำงานหรือการเรียน แม้ว่ามีบางคนที่เปิดเผยว่าตัวเองติดเชื้อเอชไอวีให้คนที่ทำงานหรือที่โรงเรียนทราบ แต่ก็ได้เป็นเรื่องบังค้วว่าจะต้องเปิดเผยว่าติดเชื้อเอชไอวีอยู่

◆ จะบอกให้ใครรู้ ◆

ขอให้คิดให้ดีก่อนตัดสินใจบอกผลตรวจเอชไอวีที่เป็นบวกกับใครและเมื่อไร มีความจำเป็นที่จะต้องบอกผลตรวจเอชไอวีให้คู่ของคุณทราบและแนะนำให้คู่ของคุณได้รับการตรวจเช่นกันแต่ไม่ต้องรีบร้อนแต่อย่างใด การบอกให้ผู้อื่นที่ไว้ใจได้ทราบและรับความช่วยเหลือนั้นเป็นสิ่งสำคัญ แต่ถึงอย่างไรก็ตามก็ยังไม่สายเกินไปที่คุณจะทำความเข้าใจเกี่ยวกับเอชไอวีอย่างถูกต้องเหมาะสม ก่อนตัดสินใจ

◆ เพศสัมพันธ์ ◆

กรณีที่ไม่ได้รับการรักษาอย่างต่อเนื่อง มีโอกาสที่จะแพร่เชื้อให้ผู้อื่นได้จากการมีเพศสัมพันธ์ ถ้าได้รับการรักษาโดยสามารถควบคุมปริมาณเชื้อไวรัสอย่างต่อเนื่อง ถึงแม้จะมีเพศสัมพันธ์กับคู่ของคุณก็并不会ทำให้คู่ของคุณติดเชื้อ แต่ถึงกระนั้น คุณก็ยังมีโอกาสที่จะติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศอื่นๆจากการมีเพศสัมพันธ์ เพื่อป้องกันการติดเชื้อที่จะเกิดขึ้นได้ ควรทำความเข้าใจว่าโรคติดต่อทางเพศติดต่อกันได้อย่างไรและสิ่งสำคัญคือเราจะมีการป้องกันได้อย่างไร เช่น การใช้ถุงยางอนามัย เป็นต้น

◆ การให้คำปรึกษา ◆

ในบางโรงพยาบาลจะมีนักจิตวิทยาการปรึกษาที่ให้คำปรึกษาเฉพาะทางเรื่องเอชไอวีประจำอยู่ แต่หากโรงพยาบาลที่คุณได้รับการรักษาอยู่ไม่มีนักจิตวิทยาการปรึกษา คุณสามารถใช้บริการ "ระบบจัดหานักจิตวิทยาการปรึกษา" ที่มีอยู่ในแต่ละจังหวัดโดยไม่เสียค่าใช้จ่าย หากอยากทราบว่า "การให้คำปรึกษา" หมายถึงอะไร กรุณาสอบถามจากแพทย์ที่ดูแลรักษาเอชไอวีของคุณอยู่

◆ การให้ความช่วยเหลือผู้ติดเชื้อเอชไอวี ◆

มีหน่วยงานและโทรศัพท์ที่ให้คำปรึกษาแก่ผู้ติดเชื้อเอชไอวี อีกทั้งมีการรวมกลุ่มของผู้ติดเชื้อ และมีองค์กรที่ให้ความช่วยเหลือผู้ติดเชื้อด้วย กรุณาติดต่อปรึกษาได้จากลิงค์ที่อยู่ข้างล่างนี้

<https://www.hivkensa.com/soudan/>