

ทำความรู้จักเชื้อเอชไอวี (HIV)

(ไวรัสภูมิคุ้มกันบกพร่องในคน)



วันนี้เราจะพูดเกี่ยวกับ



- ✓ ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับเชื้อเอชไอวี: สิ่งที่คุณจำเป็นต้องทราบ
- ✓ การตรวจและการรักษา: การควบคุมสุขภาพของคุณ
- ✓ การป้องกันเชื้อเอชไอวี: ขั้นตอนที่คุณสามารถใช้เพื่อป้องกันตัวเอง
- ✓ การเข้าใจและการทำลายการตีตราเกี่ยวกับเชื้อเอชไอวี
- ✓ การแบ่งปัน สถานะเชื้อเอชไอวีของคุณ: สิ่งที่ต้องพิจารณา
- ✓ การค้นหา ความช่วยเหลือและการสนับสนุนสำหรับเชื้อเอชไอวี

เชื้อเอชไอวี (HIV) คืออะไร?



เชื้อเอชไอวีโจมตีระบบภูมิคุ้มกันของคุณ

ระบบภูมิคุ้มกันปกป้องร่างกายของคุณจากโรคต่าง ๆ

เอชไอวีสามารถนำไปสู่ความเจ็บป่วยรุนแรงได้หาก
ไม่ได้รับการรักษา

เชื้อเอชไอวี (HIV) และโรคเอดส์ (AIDS) คืออย่างเดียวกันหรือไม่?

- ✓ ทั้งสองแตกต่างกัน
- ✓ โรคเอดส์ (AIDS) มาจากคำว่าโรคภูมิคุ้มกันบกพร่อง (Acquired Immune Deficiency Syndrome)
- ✓ โรคเอดส์คือเมื่อระบบภูมิคุ้มกันเสียหายมาก
- ✓ โรคเอดส์ทำให้คุณเจ็บป่วยมาก

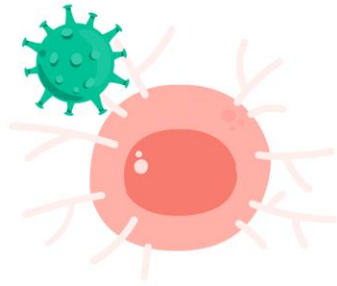
ปราศจากการรักษา เชื้อเอชไอวีอาจทำให้เป็นโรคเอดส์ได้



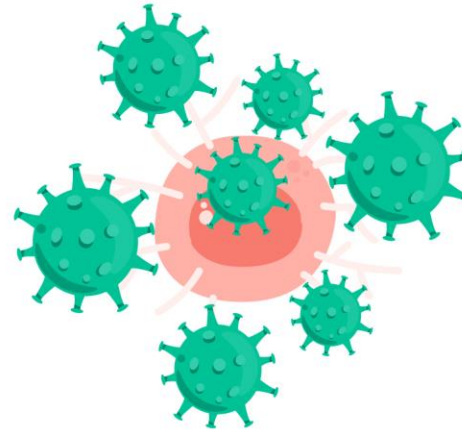
เชื้อเอชไอวีส่งผลกระทบต่อร่างกายของคุณอย่างไร?



ระบบภูมิคุ้มกันของคุณป้องกันคุณจากการติดเชื้อและทำให้คุณมีสุขภาพดี



เชื้อเอชไอวีโจมตีเซลล์ในระบบภูมิคุ้มกันของคุณ (เซลล์ CD4) ซึ่งช่วยต่อสู้เชื้อโรค



หากปราศจากการรักษา เชื้อเอชไอวีจะทำให้ระบบภูมิคุ้มกันอ่อนแอลงและนำไปสู่การเป็นโรคเอดส์ได้



เมื่อได้รับการรักษา เชื้อเอชไอวีจะถูกควบคุมและระบบภูมิคุ้มกันจะแข็งแรง

คุณได้รับเชื้อเอชไอวีมาอย่างไร?

HIV พบได้ในของเหลวในร่างกาย เช่น เลือด น้ำนม น้ำอสุจิ และของเหลวในช่องคลอด
เชื้อเอชไอวีถูกส่งต่อเมื่อของเหลวในร่างกายจากผู้ติดเชื้อเข้าสู่ร่างกายของคนอีกคนหนึ่ง



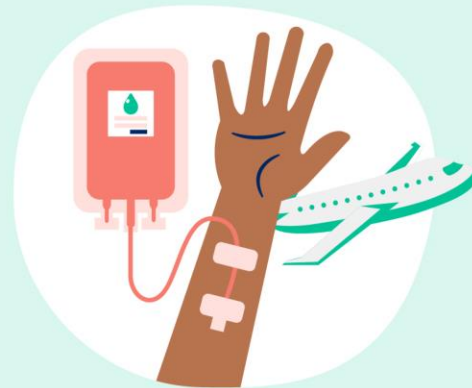
การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่
ปราศจากถุงยาง
อนามัย



การใช้เข็มและอุปกรณ์อย่าง
อื่นที่ใช้ในการฉีดยาร่วมกับ
คนอื่น



การเจาะหรือสักร่างกาย
ด้วยอุปกรณ์ที่ไม่ผ่านการ
ฆ่าเชื้อ



การให้เลือดหรือกระบวนการ
ทางการแพทย์ที่ไม่ผ่านการฆ่า
เชื้อซึ่งกระทำในบางประเทศ



จากมารดาซึ่งเป็นผู้ติดเชื้อเอช
ไอวีไปสู่ลูกระหว่างการ
ตั้งครรภ์ การคลอดหรือการให้
นม

คุณไม่สามารถติด เชื้อเอชไอวีจาก



การไอหรือจาม



การจูบ กอดหรือร้องไห้



การใช้เตียงนอนร่วมกับคนที่ติดเชื้อ
เอชไอวี



การรับประทานอาหารร่วมกับ
คนที่ติดเชื้อเอชไอวี



การใช้ห้องส้วม ห้องน้ำและน้ำฝักบัว
ร่วมกับคนที่ติดเชื้อเอชไอวี



การถูกยุงหรือแมลงอย่างอื่นกัดต่อย

อาการของเชื้อ เอชไอวีเป็น อย่างไร?

คุณอาจไม่มีอาการใด ๆ เมื่อ
คุณแรกติดเชื้อเอชไอวี

อาการเริ่มแรกอาจเหมือนกับไข้หวัดและรวมถึง

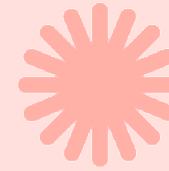
- ✓ คลื่นไส้
- ✓ ความอ่อนเพลีย

อาการต่อมาอาจรวมถึง

- ✓ การเจ็บและปวด
- ✓ มีไข้
- ✓ เหงื่อออกเวลากลางคืน
- ✓ มีผื่นบนผิวหนัง



การตรวจหาเชื้อเอชไอวี



การตรวจเลือด

การตรวจเลือด (แอนติบอดี) หาเชื้อ
เอชไอวี

- ตัวอย่างเลือดเล็กน้อย
- ตัวอย่างถูกส่งไปตรวจในห้องปฏิบัติการ
- ผลการตรวจในเวลา 1-3 วันแสดงว่าคุณติดเชื้อเอชไอวีหรือไม่

แพทย์ของคุณ
คลินิกสุขภาพทางเพศ
ศูนย์วางแผนครอบครัว

การตรวจเลือดจากปลายนิ้ว

การตรวจหาเชื้อ
เอชไอวีแบบรวดเร็ว

- หยดเลือดจากนิ้วที่
พยาบาลเจาะไป
- ผลการตรวจพร้อมใน
เวลา 30 นาที

ที่คลินิก a[TEST]

การตรวจจากหยดเลือดแห้ง
(DBS)

- หยดเลือดจากนิ้วมือของ
คุณบนแผ่นการ์ด
ตัวอย่าง (เจาะเอง)
- ตัวอย่างถูกส่งไปตรวจใน
ห้องปฏิบัติการ
- ผลการตรวจในหนึ่ง
สัปดาห์

ชุดตรวจด้วยตนเองส่ง
ทางออนไลน์และส่งไปที่
ที่อยู่ของคุณ

ชุดตรวจเอชไอวีด้วยตัวเอง
MyTest

- หยดเลือดจากนิ้วมือ
ของคุณบนแผ่นการ์ด
ตัวอย่าง (เจาะเอง)
- ผลการตรวจพร้อมใน
เวลา 15 นาที

ลงทะเบียนทางออนไลน์และรับ
ชุดตรวจได้จากตู้จำหน่ายสินค้า
อัตโนมัติ

ใครควรได้รับการตรวจ?

คุณควรได้รับการตรวจ หากคุณ



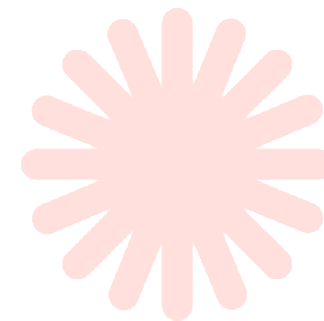
- ✓ เป็นผู้ชายที่มีเพศสัมพันธ์กับผู้ชายคนอื่น
- ✓ เคยมีคู่นอนมากกว่าหนึ่งคนและคุณไม่ใช่ถุงยางอนามัยเสมอ
- ✓ มีคู่อที่มีชีวิตอยู่ร่วมกับเชื้อเอชไอวี
- ✓ มีคู่อที่มีชีวิตอยู่ร่วมกับเชื้อเอชไอวีและต้องการจะมีบุตร
- ✓ เคยใช้เข็มและอุปกรณ์อย่างอื่นที่ใช้ในการฉีดยาหรือสตีयरอยด์ร่วมกับคนอื่น
- ✓ เคยฉีดยา สัก เจาะ มีกระบวนการทางทันตกรรมหรือทางการแพทย์ในต่างประเทศ

อะไรคือการรักษา สำหรับ

การติดเชื้อเอชไอวี

การติดเชื้อเอชไอวีรักษาได้ด้วยยาที่เรียกว่ายาต้านไวรัสเอชไอวี
(ARVs)

การรักษาการติดเชื้อเอชไอวีมีประสิทธิภาพมากและตลอดชีวิต
ยิ่งคุณได้รับการรักษาการติดเชื้อเอชไอวีเร็ว ก็ยิ่งดีสำหรับสุขภาพของคุณ

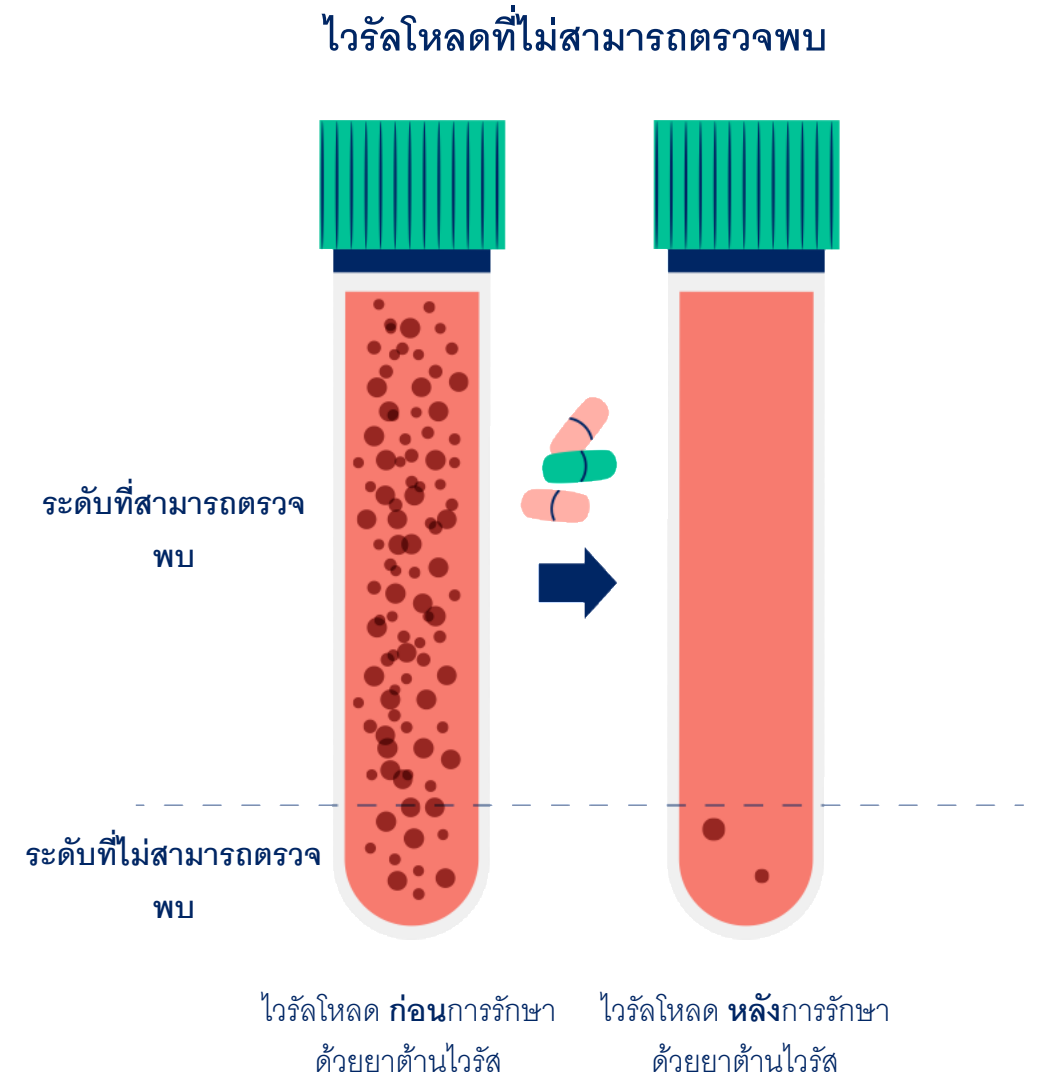


การรักษาการติดเชื้อเอชไอวี ทำงานอย่างไร?

การรักษาการติดเชื้อเอชไอวี

- ✓ หยุดยั้งไวรัสจากการทำลายระบบภูมิคุ้มกันของคุณด้วยการลดปริมาณเชื้อไวรัสในเลือดของคุณ (ไวรัสโหลด)
- ✓ ไวรัสโหลดจะบอกว่าคุณมีเชื้อเอชไอวีในเลือดของคุณมากแค่ไหน
- ✓ คุณจำเป็นต้องได้รับการรักษาอย่างสม่ำเสมอเพื่อลดไวรัสโหลดของคุณ

ไวรัสโหลดที่ตรวจไม่พบหมายความว่าไม่สามารถส่งต่อเชื้อเอชไอวีให้ผู้อื่นได้



คุณสามารถป้องกันตนเองจากการติดเชื้อเอชไอวีได้อย่างไร

- ✓ ถุงยางอนามัย และสารหล่อลื่นสูตรน้ำ - ป้องกันคุณและผู้อื่นจากเชื้อเอชไอวี
- ✓ ยา PrEP (ยาที่ใช้ต้านไวรัสแก่ผู้ที่ยังไม่ติดเชื้อเอชไอวีก่อนมีการสัมผัสที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อ) - การรักษาเชื้อเอชไอวีเพื่อป้องกันตัวคุณเองจากการติดเชื้อเอชไอวี
- ✓ ยา PEP (ยาป้องกันการติดเชื้อไวรัสเอชไอวีที่ทานหลังจากมีความเสี่ยงที่จะติดเชื้อ) – การรักษาเชื้อเอชไอวีที่คุณทานหลังจากที่คุณอาจได้มีการสัมผัสกับเชื้อเอชไอวีมาแล้ว เพื่อช่วยป้องกันไม่ให้คุณติดเชื้อ
- ✓ ใช้อุปกรณ์ที่สะอาดในการฉีดยา (อย่าใช้เข็มฉีดยาร่วมกัน)
- ✓ ตรวจหาเชื้อเอชไอวีอย่างสม่ำเสมอ



การเข้าใจการตีตราเกี่ยวกับเชื้อเอชไอวี



การตีตราส่งผลกระทบต่อผู้อยู่ร่วมกับเชื้อเอชไอวี โดยเฉพาะในความสัมพันธ์ เพศและลักษณะทางเพศ

คนจำนวนมากที่อยู่ร่วมกับเชื้อเอชไอวีได้รับผลกระทบจากการตีตราเนื่องจาก

- ✓ การสันนิษฐานว่าพวกเขาติดเชื้อเอชไอวีมาได้อย่างไร
- ✓ พฤติกรรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับเชื้อเอชไอวี

การสันนิษฐานเหล่านี้สามารถมีอิทธิพลต่อความเต็มใจของคนที่จะเปิดเผยเชื้อเอชไอวีของพวกเขาได้

การตีตราก่อให้เกิดอุปสรรคในการดูแลสุขภาพและความช่วยเหลือ

บอกใครและ ไม่บอกใคร

ในนิวเซาท์เวลส์ คุณไม่จำเป็นต้องบอกใครว่าคุณติดเชื้อเอชไอวี
ก่อนมีเพศสัมพันธ์ ตราบเท่าที่คุณมี 'การระมัดระวังตามสมควร'

การระมัดระวังตามสมควรรวมถึง

- ✓ การใช้ถุงยางอนามัย
- ✓ การมีไวรัสโหลดที่ไม่สามารถตรวจพบได้ (จากการได้ทานยารักษาเชื้อเอชไอวี)
- ✓ ทำให้แน่ใจว่าคุณนอนของคุณทานยา PrEP

ถามแพทย์ของคุณเกี่ยวกับ
ขั้นตอนในการป้องกันตัวคุณ
และคู่นอนของคุณ



ไปรับความ ช่วยเหลือได้ที่ ไหน



Multicultural HIV and Hepatitis Service (บริการด้าน HIV และไวรัสตับอักเสบพหุวัฒนธรรม) - www.mhahs.org.au | (02) 9515 1234 | Forest Lodge

ACON - www.acon.org.au | 1800 063 060 | Surry Hills
(02) 4962 7700 | Newcastle | (02) 6622 1555 | Lismore

Positive Life NSW (ชีวิตเชิงบวก นิวเซาท์เวลส์)
www.positivelife.org.au | 1800 245 677 | Surry Hills

Pozhet (Heterosexual HIV Service NSW) (บริการด้านเชื้อเอชไอวีสำหรับรักต่างเพศ
แห่งนิวเซาท์เวลส์) - www.pozhet.org.au | Forest Lodge

Sexual Health InfoLink
www.shil.nsw.gov.au | 1800 451 624

Bobby Goldsmith Foundation มูลนิธิบ็อบบี้ โกลด์สมิท (BGF)
www.bgf.org.au | (02) 9283 8666 | Darlinghurst and Parramatta

HIV/AIDS Legal Centre (HALC) ศูนย์กฎหมายด้านโรคเอชไอวี/เอดส์ (HALC)
www.halc.org.au | (02) 9492 6540 | Surry Hills

Sex Workers Outreach Project | www.swop.org.au | (02) 9184 9466

ความช่วยเหลือเป็นภาษาไทย

หากคุณจำเป็นต้องได้รับความช่วยเหลือเพื่อพูดคุยกับแพทย์หรือผู้ให้บริการด้านสุขภาพเป็นภาษาของคุณ

- ✓ โทรบริการแปลและล่าม (TIS) หมายเลข 13 14 50
- ✓ บริการนี้ให้ฟรีและเป็นความลับ
- ✓ ขอให้พนักงานรับโทรศัพท์จองล่ามฟรีให้คุณ



วันนี้เราเรียนรู้อะไรบ้าง

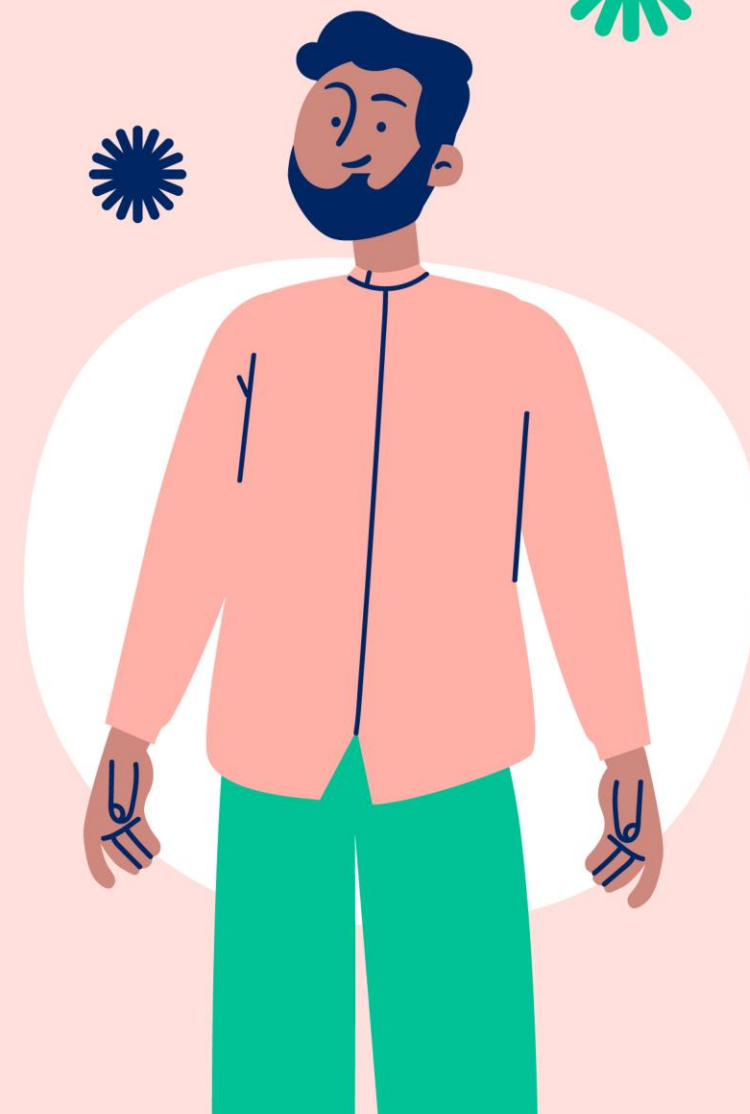
ถูกหรือผิด

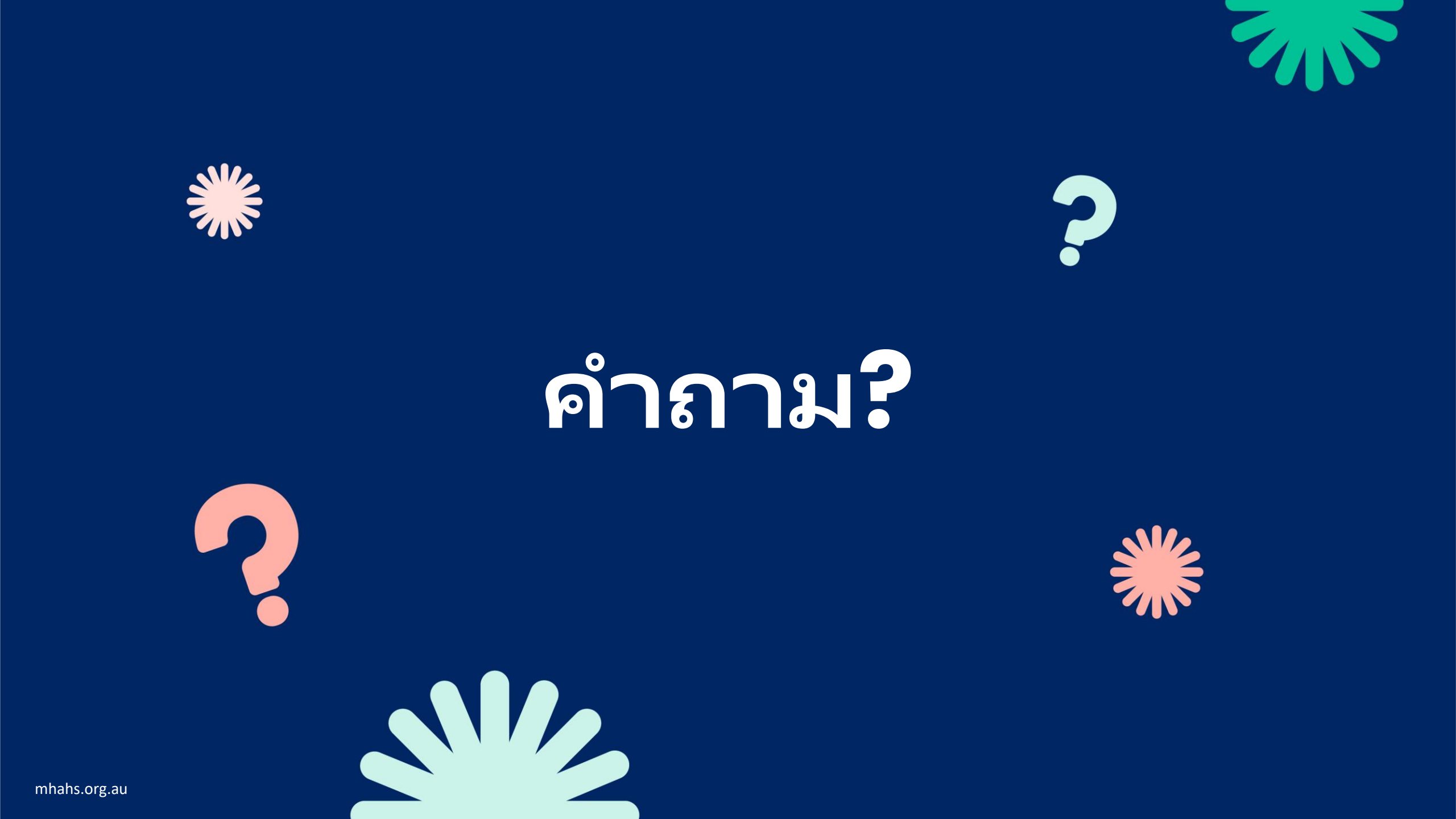
1. คุณสามารถติดเชื้อเอชไอวีได้จากการใช้ห้องส้วมร่วมกับคนที่มีเชื้อเอชไอวี
2. คุณสามารถติดเชื้อเอชไอวีได้จากการถูกยุงกัด
3. คนที่มีเชื้อเอชไอวีที่ไม่สามารถตรวจพบไวรัสไหลไม่สามารถส่งต่อไวรัสเอชไอวีให้คนอื่นได้
4. คุณสามารถติดเชื้อเอชไอวีได้จากการจูบคนที่มีเชื้อเอชไอวีเป็นบวก
5. คนที่มีเชื้อเอชไอวีที่ได้รับการรักษาสามารถมีชีวิตอยู่ได้ยืนยาวและมีสุขภาพดี
6. เราสามารถป้องกันเชื้อเอชไอวีได้โดยการใช้ถุงยางอนามัยหรือทานยา PrEP



ข้อความสำคัญสำหรับนำ กลับไป

- ✓ วิธีเดียวที่จะทราบว่าเรามีเชื้อเอชไอวีหรือไม่คือโดยการตรวจ
- ✓ การตรวจหาเชื้อเอชไอวีอย่างสม่ำเสมอเป็นสิ่งสำคัญ
- ✓ เชื้อเอชไอวีสามารถจัดการได้อย่างมีประสิทธิภาพด้วยการรักษา
- ✓ การเริ่มต้นการรักษาแต่เนิ่น ๆ เป็นสิ่งสำคัญมากสำหรับสุขภาพของคุณ
- ✓ ปฏิบัติตามการรักษาของคุณให้ตรงตามที่กำหนดไว้อย่างเคร่งครัด
- ✓ หากคุณต้องการความช่วยเหลือหรือเผชิญกับการเลือกปฏิบัติ ให้แสวงหาบริการให้คำแนะนำและความช่วยเหลือทางกฎหมาย





คำถาม?

August 2025



พัฒนาโดย
หน่วยบริการหลากหลาย
วัฒนธรรมด้านเชื้อเอชไอ
วีและโรคตับอักเสบ
(MHAHS) แห่งนิวเซาท์เวลส์
(MHAHS) mhahs.org.au

