

เชื้อ (HIV)

ยังเป็นที่รู้จักกันในนามไวรัสภูมิคุ้มกันเสื่อมในมนุษย์ เชื้อ HIV หรือเอดส์ (AIDS)

เชื้อไวรัสภูมิคุ้มกันเสื่อมในมนุษย์ (Human Immunodeficiency Virus - HIV) จะโจมตีระบบภูมิคุ้มกัน ซึ่งทำให้ยากสำหรับร่างกายที่จะต่อสู้กับการติดเชื้อ เชื้อ HIV สามารถติดต่อผ่านสารคัดหลั่งจากร่างกาย (เช่น เลือด น้ำอสุจิ สารคัดหลั่งจากช่องคลอดและทวารหนัก) ของผู้ติดเชื้อ HIV ที่มีปริมาณเชื้อไวรัสที่ตรวจพบได้ ซึ่งมักเกิดจากการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัยหรือการใช้อุปกรณ์เข็มฉีดยาร่วมกัน

ข้อเท็จจริงโดยสังเขป

- เชื้อ HIV พบได้ในเลือด น้ำอสุจิ สารคัดหลั่งจากช่องคลอด เมื่อจากทวารหนัก และในน้ำนมของแม่
- เชื้อ HIV สามารถติดต่อได้ในระหว่างมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัยหรือเมื่อใช้อุปกรณ์เข็มฉีดยาร่วมกัน
- บางคนมีอาการคล้ายไข้หวัดใหญ่ เช่น มีไข้ เจ็บคอ บวมที่ต่อมต่าง ๆ และปวดและเจ็บตามกล้ามเนื้อ
- มีการรักษาที่มีประสิทธิภาพมากเพื่อให้ผู้คนใช้ชีวิตอยู่กับเชื้อ HIV ได้อย่างมีสุขภาพ
- เชื้อ HIV ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ แต่มียาป้องกันการติดเชื้อ HIV สำหรับผู้ที่มีความเสี่ยงสูง (ยา PrEP) และยาสำหรับป้องกันการติดเชื้อหลังจากที่มีความเสี่ยงไปแล้ว (ยา PEP)

โรคนี้คืออะไร? (What is this?)

เชื้อ HIV ไม่เหมือนกับโรคเอดส์ หากปล่อยไว้ไม่รักษา เชื้อ HIV สามารถนำไปสู่โรคเอดส์ได้ อย่างไรก็ตาม ด้วยการรักษา เชื้อ HIV ที่มีประสิทธิภาพสูงในปัจจุบัน โรคเอดส์จึงแทบไม่พบในออสเตรเลีย

คุณติดโรคนี้ได้อย่างไร? (How do you get it?)

คุณสามารถติดเชื้อ HIV ได้หากคุณมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัยหรือใช้อุปกรณ์เข็มฉีดยาร่วมกันกับผู้อื่นที่ได้ตรวจมาแล้วว่ามีผลตรวจเชื้อ HIV เป็นบวก

เชื้อ HIV สามารถติดต่อได้โดย

- การมีเพศสัมพันธ์ทางช่องคลอดหรือทวารหนักโดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย
- การใช้อุปกรณ์เข็มฉีดยาร่วมกัน
- การตั้งครรภ์ การคลอดบุตร หรือการให้นมลูก (หากแม่หรือพ่อแม่ที่ให้นมลูกมีเชื้อ HIV)
- การขาดเลือดจากการถูกเข็มตำ (ส่วนใหญ่เป็นบุคลากรด้านการดูแลสุขภาพ)

เชื้อ HIV มีโอกาสน้อยที่จะติดต่อได้โดย

- การมีเพศสัมพันธ์ทางช่องคลอดหรือทวารหนัก หากใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธี
- การมีเพศสัมพันธ์ทางปากโดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย
- การที่สารคัดหลั่งจากร่างกายของผู้ติดเชื้อ HIV กระเด็นถูกผิวหนัง

เชื้อ HIV ยังไม่เคยได้รับรายงานว่ามีติดต่อได้โดย

- การจูบกันหรือกอดกัน
- การจับมือหรือการสัมผัสทางสังคม
- การใช้มีดและช้อน ถ้วยหรือแก้วน้ำร่วมกัน
- ที่นั่งบนโถส้วม
- ยุงหรือแมลงอื่น ๆ

มีอาการอะไรบ้าง? (What are the symptoms?)

ไม่ใช่ทุกคนจะแสดงอาการเมื่อพวกเขาติดเชื้อ HIV แล้ว อาการหลายอย่างจะคล้ายกับโรคอื่น ๆ ดังนั้นจึงเป็นเรื่องที่ค่อนข้างยากที่จะทราบว่า คุณติดเชื้อ HIV หรือไม่

อาการต่าง ๆ ได้แก่

- อาการคล้ายไข้หวัดใหญ่ เช่น น้ำมูกไหลหรือคัดจมูก เจ็บคอ ไอ มีไข้
- อ่อนเพลียมากและง่วงนอนอยู่เรื่อย ๆ
- มีไข้ หนาวสั่น และเหงื่อออกตอนกลางคืน
- ความอยากอาหารลดลงและน้ำหนักลดลงอย่างรวดเร็ว
- ต่อมนวมที่คอ ไต้วงแขน หรือที่ขาหนีบ
- ไอถาวรและแห้ง
- ท้องร่วง

หากคุณคิดว่า คุณอาจติดเชื้อ HIV และมีอาการเหล่านี้อย่างใดอย่างหนึ่งหรือมากกว่านั้น ให้ไปพบแพทย์ อาการเหล่านี้มักเกิดขึ้นระหว่างหนึ่งถึงสามสัปดาห์หลังจากที่มีการสัมผัสเชื้อ HIV

คุณจะตรวจโรคนี้ได้อย่างไร? (How do you test for it?)

การตรวจเลือดสามารถบอกได้ว่า คุณติดเชื้อ HIV หรือไม่

การตรวจแบบนี้เรียกว่า *การทดสอบสารภูมิต้านทานเชื้อ HIV* ซึ่งเป็นการตรวจหาว่า ร่างกายของคุณมีการผลิตสารภูมิต้านทานที่จะต่อสู้กับการติดเชื้อหรือไม่

มีเวลาสั้น ๆ ระยะเวลาที่อยู่ระหว่างการสัมผัสเชื้อ HIV กับความสามารถในการทดสอบเพื่อตรวจหาเชื้อ HIV หรือสารภูมิต้านทานได้ ช่วงนี้เรียกว่า ระยะเวลาแฝง และโดยทั่วไปมักจะเป็นเวลาหกสัปดาห์หลังจากการติดเชื้อ ในบางกรณี ระยะเวลาแฝงอาจอยู่ระหว่าง 2 ถึง 12 สัปดาห์หลังจากการติดเชื้อ

ผลการตรวจ (Test results)

ผลการตรวจเชื้อ HIV เป็นลบ

ผลการตรวจเชื้อ HIV เป็นลบ หมายความว่า

- คุณไม่ได้ติดเชื้อ HIV
- คุณเพิ่งติดเชื้อ HIV มาเมื่อเร็ว ๆ นี้ (ภายใน 6 สัปดาห์ที่ผ่านมา) แต่ร่างกายของคุณยังไม่ได้ผลิตสารภูมิคุ้มกันเพื่อต่อสู้กับการติดเชื้อ

ในกรณีที่ร่างกายของคุณยังไม่ได้ผลิตสารภูมิคุ้มกัน คุณน่าจะอยู่ในช่วงระยะแฝงและคุณสามารถไปตรวจโรคได้อีกครั้งในเวลาไม่กี่สัปดาห์ต่อมา

ผลการตรวจเชื้อ HIV เป็นบวก

ผลการตรวจเชื้อ HIV เป็นบวก หมายความว่า มีการตรวจพบสารภูมิคุ้มกันเชื้อ HIV และคุณได้ติดเชื้อ HIV แล้ว

ผลตรวจเป็นบวกอาจทำให้คุณรู้สึกเครียด ตกใจ โกรธ วิดกกังวล และรู้สึกซึมเศร้าได้ เพื่อช่วยให้คุณจัดการกับความเครียด บริการด้านสุขภาพทั้งหมดที่ให้การตรวจหาเชื้อ HIV จะให้คำปรึกษาแก่คุณทั้งก่อนและหลังการตรวจ

ผู้คนที่ติดเชื้อ HIV สามารถใช้ชีวิตอย่างดีได้ในออสเตรเลีย เราสามารถเข้าถึงการรักษาเชื้อ HIV ที่มีประสิทธิภาพมากซึ่งช่วยปรับคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นและมีอายุขัยที่ยืนยาวขึ้นอย่างเห็นได้ชัดสำหรับผู้ติดเชื้อ HIV นอกจากนี้ เรายังมีบริการให้การช่วยเหลือที่หลากหลายกับผู้ติดเชื้อ HIV

ผลการตรวจเชื้อ HIV ที่ไม่สามารถสรุปได้

บางครั้งผลการตรวจไม่ให้ผลบวกหรือผลลบ การตรวจเช่นนี้เรียกว่า *ผลการตรวจเชื้อ HIV ที่ไม่สามารถสรุปได้*

ทุกคนที่ได้รับผลการตรวจที่ไม่สามารถสรุปได้นี้ จะต้องทำการตรวจซ้ำอีกครั้งในการนัดหมายเพื่อทบทวนผลการตรวจ แพทย์หรือพยาบาลของคุณจะจัดให้มีการตรวจซ้ำอีกครั้ง

สำหรับผู้ที่มีความเสี่ยงต่อการสัมผัสเชื้อมาเมื่อเร็ว ๆ นี้ ผลการตรวจที่ไม่สามารถสรุปได้มักหมายความว่า พวกเขากำลังอยู่ในช่วงระยะแฝงของการติดเชื้อ การตรวจซ้ำอีกครั้งในเวลาไม่กี่สัปดาห์จะให้ผลที่บ่งบอกได้ว่าเป็นผลบวกหรือผลลบได้

สำหรับผู้ที่มีความเสี่ยงต่ำต่อเชื้อ HIV ผลการตรวจที่ไม่สามารถสรุปได้มักหมายความว่า เป็น *ผลบวกที่ผิดพลาด* ปัจจัยต่าง ๆ เช่น การตั้งครรภ์ การเปลี่ยนแปลงเลือด การติดเชื้อไวรัส หรือการเป็นโรคแพ้ภูมิตัวเอง อาจเป็นปัจจัยต่อผลการตรวจที่ไม่สามารถสรุปได้

โรคนี้รักษาได้อย่างไร? (How is it treated?)

การรักษาโรคติดเชื้อ HIV เป็นการใช้อย่างป้องกันไม่ให้ไวรัสทวีคูณจำนวนขึ้นมา (ไม่ให้ทำสำเนาตัวเอง) ซึ่งเป็นการลดจำนวนเชื้อไวรัสในร่างกายของผู้ป่วย การรักษาแบบนี้เรียกว่า *การรักษาด้วยยาต้านไวรัส*

การรักษาด้วยยาต้านไวรัสได้แปลงสภาพโรคติดเชื้อ HIV ไปเป็นอาการเรื้อรังที่สามารถจัดการได้ เช่นเดียวกับโรคเบาหวานหรือโรคความดันโลหิตสูง การรักษาช่วยให้คนที่ติดเชื้อไวรัสมีชีวิตที่ยืนยาวและมีสุขภาพดี

การรักษาสามารถลดปริมาณของเชื้อไวรัสในร่างกายของผู้ป่วยให้ถึงระดับต่ำจนไม่สามารถตรวจหาได้เจอ ซึ่งหมายความว่าผู้ป่วยจะไม่สามารถแพร่เชื้อไปให้ผู้อื่นได้อีก

การเริ่มต้นการรักษาโดยเร็วที่สุดหลังจากการวินิจฉัยว่า ผลการตรวจเชื้อ HIV ของคุณเป็นบวก จะทำให้การรักษามีประสิทธิภาพมากขึ้น ซึ่งเป็น การป้องกันสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดีของคุณและช่วยให้คุณให้ปรับปริมาณเชื้อไวรัสให้อยู่ในระดับที่ตรวจหาไม่เจอได้เร็วยิ่งขึ้น

โปรดจำไว้ว่า

- ภายใต้กฎหมายออสเตรเลียและรัฐวิกตอเรีย การเลือกปฏิบัติต่อบุคคลที่ติดเชื้อ HIV เป็นสิ่งที่ผิดกฎหมาย ผลการตรวจจะถือเป็นความลับอย่างเคร่งครัด
- การเปิดเผยข้อมูลใด ๆ เกี่ยวกับบุคคลที่เข้ารับการรักษาหรือบุคคลที่ติดเชื้อ HIV โดยไม่ได้รับอนุญาตจากพวกเขา อย่างชัดเจนนั้นเป็นสิ่งผิดกฎหมาย
- ในรัฐวิกตอเรีย กฎหมายระบุว่า บุคคลใด ๆ จะต้องไม่จงใจหรือมีความประมาทต่อการแพร่เชื้อโรคติดต่อให้ผู้อื่น รวมถึง เชื้อ HIV
- การประกันชีวิตและวีซ่าสำหรับบางประเทศอาจถูกจำกัดสำหรับบุคคลที่ติดเชื้อ HIV

หากไม่ได้รับการรักษาจะมีภาวะแทรกซ้อนใด ๆ หรือไม่? (Are there any complications if not treated?)

หากปล่อยไว้ไม่รักษา เชื้อ HIV สามารถนำไปสู่ โรคเอดส์ได้

อย่างไรก็ตาม ด้วยการรักษาเชื้อ HIV ที่มีประสิทธิภาพสูงในปัจจุบัน โรคเอดส์จึงแทบไม่พบในออสเตรเลีย

โรคนี้อาจกลับมาเป็นอีกหลังจากการรักษาแล้วหรือไม่? (Is it likely to come back after treatment?)

การติดเชื้อ HIV ยังรักษาให้หายขาดไม่ได้ แต่การรักษาด้วยยาต้านไวรัสอย่างมีประสิทธิภาพจะจัดการเชื้อไวรัสได้

ฉันสามารถป้องกันตนเองได้อย่างไร? (How can I protect myself?)

มีหลายวิธีที่จะป้องกันตัวคุณจากเชื้อ HIV คุณต้องหาวิธีป้องกันที่เหมาะสมหรือใช้การผสมผสานของหลายวิธี ซึ่งได้ผลสำหรับคุณและคู่ของคุณ

ถุงยางอนามัย (Condoms)

การใช้ถุงยางอนามัยเป็นวิธีที่ง่ายที่สุดในการป้องกันการติดเชื้อ HIV

ถุงยางอนามัยหาซื้อได้ง่ายและมีขายทั่วไปตามร้านขายยา ซูเปอร์มาร์เก็ต และคลินิกสุขภาพทางเพศหรือคลินิกการวางแผนครอบครัว ถุงยางอนามัยยังมีประโยชน์เพิ่มเติมในการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่น ๆ อีกด้วย

ยา PrEP (PrEP)

ยา PrEP หรือยาด้านไวรัส HIV ก่อนการสัมผัสเชื้อ (pre-exposure prophylaxis) เป็นยาที่ใช้ทานวันละครั้งสำหรับผู้คนที่
ไม่ติดเชื้อ HIV เพื่อลดความเสี่ยงของพวกเขาจากการติดเชื้อ HIV

i ค้นหาเพิ่มเติมเกี่ยวกับยา PrEP ที่ **StaySTIFree** (staystifree.org.au)

ค้นหาสถานที่ที่คุณจะขอรับยา PrEP ได้ที่ **PAN** (pan.org.au)

ยา PEP (PEP)

ยา PEP หรือยาด้านไวรัส HIV หลังการสัมผัสเชื้อ (post-exposure prophylaxis) เป็นอีกวิธีหนึ่งในการใช้ยาด้านเชื้อ HIV
เพื่อป้องกันเชื้อ HIV ยานี้ใช้ทานหลังจากที่ทราบหรือสงสัยเหตุจากการสัมผัสเชื้อ HIV ยา PEP ใช้ทานเป็นเวลา 28 วันและ
จะต้องเริ่มทานภายใน 72 ชั่วโมงหลังจากการสัมผัสเชื้อ HIV

i ค้นหาเพิ่มเติมเกี่ยวกับยา PEP ที่ **StaySTIFree** (staystifree.org.au)

ค้นหาสถานที่ที่คุณจะขอรับยา PEP ได้ที่ **Get PEP** (getpep.info)

การตรวจโรคเป็นประจำ (Regular testing)

การตรวจโรคติดเชื้อ HIV เป็นประจำ รวมทั้งโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่น ๆ สามารถช่วยค้นหาการติดเชื้อได้แต่เนิ่น ๆ
นั่นหมายความว่า คุณจะได้รับการรักษาการติดเชื้อเร็วยิ่งขึ้นและสามารถป้องกันการติดเชื้อมิให้แพร่ไปสู่ผู้อื่นด้วย

i ค้นหาสถานที่ที่คุณสามารถไปเข้ารับการตรวจได้ที่ **StaySTIFree** (staystifree.org.au)

ปริมาณเชื้อไวรัสที่ตรวจหาไม่เจอ (Undetectable viral load)

หากคุณติดเชื้อ HIV คุณสามารถป้องกันคุณอนของคุณได้ด้วยการใช้ยาด้านไวรัสเพื่อการรักษาได้ทุกวัน

การรักษาสามารถลดปริมาณของเชื้อไวรัสในร่างกายของผู้ป่วยให้ถึงระดับต่ำจนไม่สามารถตรวจหาได้เจอ ซึ่งหมายความว่า
ผู้ป่วยจะไม่สามารถแพร่เชื้อไปให้ผู้อื่นได้อีก

ฉันสามารถขอความช่วยเหลือได้ที่ไหนบ้าง? (Where can I get help?)

- ไปที่ศูนย์บริการสุขภาพทางเพศใกล้บ้านคุณ
- ไปพบแพทย์ประจำท้องถิ่นของคุณ
- ไปที่ศูนย์สุขภาพชุมชนในท้องถิ่นของคุณ

ค้นหาบริการด้านสุขภาพทางเพศได้ที่ **StaySTIFree** (staystifree.org.au)

การปฏิเสธความรับผิดชอบ (DISCLAIMER)

เอกสารข้อมูลสำคัญนี้ ให้ข้อมูลด้านสุขภาพทางเพศทั่วไปและไม่มีจุดประสงค์ที่จะไปทดแทนความจำเป็นของการปรึกษากับแพทย์ของคุณ

หากคุณมีความกังวลเกี่ยวกับสุขภาพ คุณควรขอคำแนะนำจากแพทย์ของคุณ

หากคุณต้องการการดูแลเร่งด่วน คุณควรไปที่แผนกฉุกเฉินที่อยู่ใกล้คุณที่สุด หรือโทรไปที่ 000