



## ไวรัสภูมิคุ้มกันบกพร่องของมนุษย์ (HIV)

### เชื้อเอชไอวีคืออะไร

HIV ย่อมาจาก Human Immunodeficiency Virus (ฮิวแมน อิมมิวโนเดฟิเซียนซี ไวรัส) เป็นไวรัส ที่ก่อให้เกิดภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่อง เชื้อเอชไอวีสามารถแพร่จากคนสู่คน ระหว่างการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ได้อุปกรณ์ป้องกัน หรือทางทวารหนัก กับผู้ที่มีเชื้อเอชไอวี

การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกัน คือ การที่คุณมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย หรือไม่ได้รับยาป้องกันโรคก่อนสัมผัสเชื้อ (PrEP) ตามที่แพทย์สั่ง PrEP เป็นยาที่ใช้เพื่อป้องกันเชื้อเอชไอวี สำหรับผู้ที่มีความเสี่ยงที่จะติดเชื้อ

เชื้อเอชไอวีสามารถส่งต่อได้จาก:

- แม่สู่ลูกระหว่างตั้งครรภ์ คลอดบุตร หรือให้นมบุตร
- การเจาะผิวหนังด้วยอุปกรณ์ที่ไม่ผ่านการฆ่าเชื้อ (การใช้เข็มและอุปกรณ์ฉีดยาาร่วมกัน และการสัก)

คุณไม่สามารถติดเชื้อเอชไอวีได้จากการจูบ กอด จับมือ ถ่มน้ำลาย ไอ จาม นั่งชักโครก หรือแบ่งปันอาหารหรือเครื่องดื่ม

### ฉันจะรู้ได้อย่างไรว่าฉันติดเชื้อเอชไอวี

ผู้ติดเชื้อเอชไอวีส่วนใหญ่ไม่มีอาการ ดังนั้นคุณอาจไม่ทราบว่าคุณหรือคู่ของคุณมีเชื้อเอชไอวีหรือไม่จนกว่าคุณ จะได้รับการตรวจเอชไอวี

มีอาการหลายอย่างของเอชไอวี ไม่ใช่ทุกคนจะมีอาการเหมือนกัน อาการอาจรวมถึง:

- อาการคล้ายไข้หวัด
- อาการเจ็บคอ
- ต่อมมน้ำเหลืองโต
- มีผื่นขึ้น

อาการเหล่านี้มักเกิดขึ้นภายในไม่กี่สัปดาห์หลังจากติดเชื้อเอชไอวี และอาจเป็นสัญญาณว่าร่างกายของคุณพยายามต่อสู้กับไวรัส หากคุณมีเชื้อเอชไอวีเป็นเวลานานโดยไม่ได้รับการรักษา คุณอาจมีอาการของโรคเอดส์ (AIDS)

เชื้อเอชไอวีทำให้ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายอ่อนแอลง ซึ่งทำให้ร่างกายของคุณต่อสู้กับการติดเชื้อได้ยาก หากไม่ได้รับการรักษาที่เหมาะสม เชื้อเอชไอวีสามารถพัฒนาเป็นโรคเอดส์ได้ เอดส์ AIDS ย่อมาจาก Acquired Immune Deficiency Syndrome (แอกไควร์ อิมมูน เดฟิเซียนซี ซินโดรม) เป็นภาวะที่ร่างกายมีภูมิคุ้มกันบกพร่อง ผู้ติดเชื้อเอชไอวีที่ได้รับการรักษาจะไม่พัฒนาเป็นโรคเอดส์

### ฉันจะป้องกันตัวเองจากเชื้อเอชไอวีได้อย่างไร

- ใช้ถุงยางอนามัยระหว่างมีเพศสัมพันธ์ทางปากและทวารหนัก  
ถุงยางอนามัยจะป้องกันการแพร่เชื้อเอชไอวี คุณต้องเปลี่ยนถุงยางอนามัยใหม่ทุกครั้งระหว่างคู่นอน และใช้เช็ทขั้วทอยส์ร่วมกัน
- ไม่ใช้เข็มฉีดยา กระบอกฉีดยา หรืออุปกรณ์ฉีดยาอื่นๆ ร่วมกัน
- ใช้ยาป้องกันโรคก่อนสัมผัสเชื้อ (PrEP) หากคุณมีความเสี่ยงที่จะติดเชื้อเอชไอวี PrEP เป็นยาที่ใช้เพื่อป้องกันเชื้อ HIV สำหรับผู้ที่มีความเสี่ยงที่จะติดเชื้อ

สำหรับข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับยา PrEP ติดต่อ [Sexual Health Info Link](#) ที่หมายเลข 1800 451 624 (โทรฟรี)

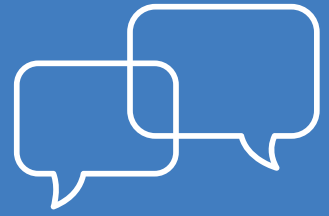
- ใช้ยาป้องกันหลังการสัมผัสเชื้อ (PEP) หากคุณคิดว่าคุณได้รับเชื้อเอชไอวี

ต้องกินยา PEP ติดต่อกันทุกวันเป็นเวลาหนึ่งเดือน เพื่อลดความเสี่ยงในการติดเชื้อเอชไอวี

สิ่งสำคัญคือต้องเริ่มกินยา PEP ให้เร็วที่สุด หลังจากที่คุณมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกัน และภายใน 72 ชั่วโมง หลังจากสัมผัสเชื้อเอชไอวี

สำหรับข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับ PEP ติดต่อ [NSW PEP hotline](#) ที่หมายเลข 1800 737 669 (โทรฟรี)

- ตรวจสอบการติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์และเอชไอวี ทุก 3-12 เดือน ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญและเสริมสร้างความมั่นใจในการมีเพศสัมพันธ์ที่ดี



## ไวรัสภูมิคุ้มกันบกพร่องของมนุษย์ (HIV)

อีกวิธีในการป้องกันเอชไอวี คือ เมื่อผู้ติดเชื้อเอชไอวีเข้ารับการรักษาเอชไอวี หากรับประทานอย่างถูกต้อง ปริมาณเชื้อไวรัสในเลือดของผู้ติดเชื้อเอชไอวีจะต่ำมาก (ตรวจไม่พบ) และไม่สามารถส่งต่อไปยังผู้อื่นได้

ผู้ติดเชื้อเอชไอวีทุกคนสามารถเข้ารับการรักษาเอชไอวีได้ฟรี

สำหรับข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับการรักษาเอชไอวีและสถานที่รับการรักษา สามารถสอบถามจากแพทย์ของคุณ

หรือโทรไปที่ [Sexual Health Infolink](https://www.health.nsw.gov.au/sexual-health-services/Pages/sexual-health-infocentre.aspx) หมายเลข 1800 451 624 โดยไม่มีค่าใช้จ่าย

### ฉันจะตรวจหาเชื้อเอชไอวีได้อย่างไร

เอชไอวีสามารถวินิจฉัยได้โดยแพทย์

เอชไอวีสามารถตรวจได้โดยการตรวจเลือด การตรวจเอชไอวีไม่ได้ตรวจทุกครั้งที่คุณตรวจเลือด คุณต้องปรึกษาแพทย์เพื่อตรวจหาเชื้อเอชไอวี

นอกจากนี้ยังมีตัวเลือกสำหรับตรวจหาเชื้อเอชไอวี แบบ [rapid HIV tests](#) และ [dried blood spot \(DBS\) tests](#). การตรวจ DBS เป็นวิธีการตรวจหาเชื้อเอชไอวีที่ฟรี ง่าย และเป็นส่วนตัว

การตรวจหาเชื้อเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่น ๆ นั้นไม่เจ็บปวด การตรวจเชื้อเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เป็นเรื่องง่าย เป็นความลับ และไม่มื่ออะไรต้องอาย

### คุณรักษาเอชไอวีอย่างไร

ไม่มีวิธีรักษาเชื้อเอชไอวีให้หายขาดแต่มีการรักษาที่ปลอดภัยและมีประสิทธิภาพ

เอชไอวีรักษาได้ด้วยยาเม็ดหรือยาฉีด

สิ่งนี้จะช่วยปกป้องระบบภูมิคุ้มกันของคุณและป้องกันโรคเอดส์

การรักษาเอชไอวีสามารถช่วยให้คุณมีสุขภาพแข็งแรงและช่วยป้องกันการแพร่เชื้อไปยังผู้อื่น

ยิ่งคุณเริ่มใช้เร็วเท่าไรก็ยิ่งดีเท่านั้น

ผู้ติดเชื้อเอชไอวีที่อยู่ระหว่างการรักษามีชีวิตที่ยืนยาวและมีบุตรได้โดยไม่เสี่ยงต่อการแพร่เชื้อ

ไปยังผู้อื่นหรือครอบครัว

### ฉันจะหาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ได้ที่ไหน

สำหรับข้อมูลและการช่วยเหลือเกี่ยวกับเอชไอวี การติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์อื่นๆ และสุขภาพทางเพศ คุณสามารถติดต่อ [Sexual Health Infolink](#) ได้ที่หมายเลข 1800 451 624 (โทรฟรี) เพื่อพูดคุยกับพยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพทางเพศ ฟรี เป็นความลับ และไม่ตัดสินใคร คุณยังสามารถเข้าไปที่ [International Student Health Hub](#).

หากคุณได้รับการวินิจฉัยว่าติดเชื้อเอชไอวี คุณไม่ได้อยู่คนเดียว บริการเช่น

[ACON](#), [Positive Life](#), [Multicultural HIV and Hepatitis Service \(MHAHS\)](#) และ [Pozhet](#) ให้การสนับสนุนผู้ติดเชื้อเอชไอวี

หากคุณต้องการล่ามเพื่อช่วยให้คุณเข้าถึงบริการหรือข้อมูลด้านสุขภาพ โปรดติดต่อ [Translating and Interpreting Service](#) ที่หมายเลข 131 450

Scan the QR code to find out more about HIV and STIs.

