



HIV/AIDS

Walaupun semua usaha telah dilakukan untuk menjamin ketepatan informasi dalam publikasi ini, tetap tidak dapat menggantikan anjuran medis. Silahkan menemui profesional medis bila Anda khawatir akan kesehatan Anda. Dibawah ini adalah daftar beberapa tempat dimana Anda dapat memperoleh informasi lebih lanjut.

Apakah *HIV/AIDS*?

HIV adalah singkatan dari *Human Immunodeficiency Virus*. *HIV* adalah infeksi yang menyerang sistem kekebalan dan melemahkan kemampuan tubuh untuk memerangi infeksi.

Tanpa perawatan, setelah beberapa tahun, seseorang yang mengidap *HIV* tidak dapat melawan beberapa infeksi dan kanker. Tahap *HIV* ini disebut *AIDS (Acquired Immune Deficiency Syndrome)*.

Tidak ada penyembuhan untuk *HIV*. Seorang yang terinfeksi akan menularkan *HIV* kepada orang lain selama sisa hidupnya.

Bagaimana Anda tertular?

Ada tiga cara utama untuk tertular *HIV*:

1. Melakukan seks dubur, vagina atau mulut tanpa pelindung dengan seseorang yang terinfeksi. Seks tanpa pelindung adalah seks tanpa menggunakan kondom atau dam gigi.
2. Ketika darah yang terinfeksi masuk ke aliran darah orang lain.
3. Dari wanita yang terinfeksi kepada bayinya, selama kehamilan atau kelahiran, atau dari menyusui.

Kelakuan yang tidak aman

Risiko tertinggi untuk pria dan wanita adalah seks dubur tanpa pelindung. Seks vaginal tanpa pelindung adalah risiko juga.

Penggunaan bergantian peralatan injeksi, terutama jarum dan semprit, dapat memasukkan *HIV* langsung ke aliran darah Anda.

Anda juga risiko jika pasangan seksual Anda bergantian menggunakan peralatan injeksi, walaupun Anda tidak menggunakannya.

Seks mulut tanpa pelindung juga risiko, terutama bila pada mulut atau kemaluan ada luka teriris.

Tanda-tanda dan gejala

Segera setelah terinfeksi *HIV*, beberapa orang akan merasa mendapat flu: demam, sakit kepala, kelelahan dan ruam-ruam merah. Yang lain mungkin tidak ada gejala. Itulah sebabnya, kalau Anda berisiko, pemeriksaan *HIV* adalah SATU_SATUNYA jalan untuk mengetahui apakah Anda terinfeksi.



HIV/AIDS

Orang dengan *HIV* dapat merasa dan terlihat sehat. Banyak yang tidak tahu bahwa mereka mengidapnya karena mereka tidak melihat atau merasa ada yang salah.. Tanpa mengetahuinya, mereka dapat menularkan *HIV* ke pasangan mereka.

Karena sistem kekebalan terus menerus diserang virus, gejala-gejala dari penyakit ini akan berkembang pada seseorang. Ini termasuk, kelelahan yang terus-menerus, pembengkakan kelenjar, penurunan berat badan yang cepat, berkeringat di malam hari, hilangnya daya ingat dan diare.

Gejala ini dapat berlangsung lama. Ketika sistem kekebalan rusak parah, kanker, infeksi lain dan kerusakan otak dapat terjadi. Ini disebut *AIDS*.

Pemeriksaannya.

Satu-satunya jalan untuk mengetahui apakah Anda terinfeksi *HIV* adalah dengan pemeriksaan darah. Bagaimanapun, untuk waktu yang pendek setelah *HIV* baru saja masuk ke tubuh, pemeriksaan tidak dapat mendeteksinya. Jadi jika hasil pemeriksaan Anda negatif, Anda harus melakukan pemeriksaan lagi setelah tiga bulan.

Kalau Anda menjalani pemeriksaan, Anda akan diberi informasi dan dapat mengajukan pertanyaan sebelum dan sesudahnya, agar Anda mengerti sepenuhnya apa arti hasil yang positif dan negatif.

Dokter akan memberikan hasil pemeriksaan Anda secara langsung, tidak dengan telepon atau surat.

Semua informasi tentang pemeriksaan akan dijaga kerahasiaannya (privasi).

Kalau Anda mengidap *HIV* semua pasangan seks Anda juga harus diperiksa. Hal ini selalu dilakukan dengan hati-hati, menghormati kerahasiaan setiap orang.

Perawatan.

Untuk masa ini, tidak ada pengobatan untuk *HIV*. Bagaimanapun penyakit ini dapat ditangani. Banyak orang dengan *HIV* hidup bertahun-tahun, dengan pengobatan harian. Itulah sebabnya kalau Anda ada risiko, Anda perlu menjalani pemeriksaan lebih dini.

Wanita hamil dapat diobati untuk mengurangi kemungkinan bayinya tertular *HIV* – Anda harus memberitahu dokter Anda bila Anda hamil, dan mengidap *HIV*.

Ada pelayanan untuk orang dengan *HIV* yang memberikan dukungan medis, sosial, emosi dan dukungan lain – beberapa terdaftar di akhir selebaran ini.



HIV/AIDS

Melindungi diri Anda dan pasangan Anda

Cara yang paling aman untuk terlindung dari *HIV* dan infeksi menular seksual (IMS) yang lain adalah:

- Selalu melakukan seks aman. Seks aman berarti menghindari kontak seksual di mana semen, darah atau cairan vagina dari seorang langsung dipindahkan ke tubuh orang yang lain. Coba alternatif lain selain seks penetrasi, dan juga cara mendapat kepuasan seksual, tanpa membuat Anda dan pasangan Anda menanggung risiko.
- Selalu memakai kondom dan dam gigi selama persetubuhan atau seks mulut. Kondom dan dam gigi, bila digunakan dengan benar dengan pelumas berdasar air, mencegah cairan pindah dari satu orang ke orang lain. Selalu memakai kondom dan dam gigi sampai yakin bahwa Anda dan pasangan Anda tidak mengidap IMS
- Jangan menginjeksi narkoba. Bila Anda melakukannya, jangan pernah menggunakan jarum, semprit, penyaring air dan sendok secara bergantian. Cuci tangan atau gosok jari Anda sebelum menyentuh titik injeksi orang lain. Selalu memakai jarum dan semprit yang baru dan bersih. Anda dapat memperolehnya dari apotik, tempat pertukaran jarum dan semprit dan pada rumah sakit daerah diluar jam kerja.
- Batasi pasangan seks Anda. Lebih sedikit orang yang berhubungan seks dengan Anda, lebih sedikit kemungkinan Anda melakukan seks dengan penderita *HIV*. Bina hubungan jangka panjang dimana baik Anda maupun pasangan Anda tidak terinfeksi, dan Anda maupun pasangan Anda tidak mempunyai pasangan lain.
- Sebelum mendapatkan seni tubuh (seperti tato dan tindik) yakinkan bahwa seniman tubuh hanya menggunakan peralatan yang disterilkan, pisau cukur dan jarum yang baru setiap kali.
- Jangan memakai barang kebersihan pribadi seperti pisau cukur, sikat gigi dan flos gigi secara bergantian.
- Lakukan pemeriksaan IMS yang teratur.
- Alkohol dan narkoba dapat mempengaruhi sikap seksual Anda. Bila Anda di bawah pengaruh alkohol atau narkoba lain, lebih baik Anda tidak melakukan seks.

Akan sulit untuk membicarakan IMS, tapi setiap orang yang melakukan seks bersama Anda mempunyai hak untuk mengetahui bila Anda mengidap IMS. Diskusikan sewaktu Anda merasa relaks dan percaya diri, jangan pada saat sebelum melakukan seks. Pasangan Anda akan menghargai kejujuran Anda dan bahwa Anda tidak mau menulari-nya. Anda juga mempunyai hak untuk mengetahui bila iapun terinfeksi.

Dimana saya mendapatkan informasi lebih lanjut?

Pemeriksaan dan perawatan yang dirahasiakan diperoleh dari dokter umum atau dokter pilihan Anda atau Anda dapat mengunjungi pelayanan metropolitan ini. (kebanyakan cuma-cuma; Anda telepon dulu untuk mengetahui apakah Anda memerlukan janji).



HIV/AIDS

- **Royal Perth Hospital Sexual Health Clinic**
☎ 9224 2178
- **Fremantle Hospital Infectious Diseases Department (B2 Clinic)**
☎ 9431 2149
- **FPWA Sexual Health Services**
☎ 9227 6177
www.fpwa.org.au
- **Quarry Health Centre (untuk di bawah umur 25 tahun)**
170 Aberdeen Street, NORTHBRIDGE
☎ 0452 439 704
- **Women's Health and Family Services**
☎ 6330 5400
www.whfs.org.au
- **Derbarl Yerrigan Health Service**
☎ 9421 3888

Dan beberapa Unit Kesehatan Masyarakat daerah dan Pelayanan Kesehatan Terkendali Masyarakat Aborigin

Untuk informasi lebih lanjut hubungi:

- **WA AIDS Council**
☎ (08) 9482 0000
- **AIDSLine**
☎ (08) 9482 0044
- **Men's Line**
☎ (08) 9322 8401 (bagi penelepon di kota besar) atau
☎ 1800 671 130 (penelepon desa- bebas biaya hanya dari suatu telepon darat)
www.waids.com
- **National Association of People Living With HIV/AIDS**
☎ (02) 9557 8825 atau
☎ 1800 259 666 (bebas biaya hanya dari telepon darat)
www.napwa.org.au
- **Communicable Disease Control Directorate**
☎ (08) 9388 4999
www.public.health.wa.gov.au
- **healthdirect Australia**
☎ 1800 022 222



HIV/AIDS

Regional Population Health Units* (Bagian Kesehatan Rakyat Daerah):

North Metro	☎ (08) 9380 7700
South Metro	☎ (08) 9431 0200
Great Southern (Albany)	☎ (08) 9842 7500
Midwest (Geraldton)	☎ (08) 9956 1985 / 9956 1958
Kimberley (Broome)	☎ (08) 9194 1630 / 9194 1646
Goldfields (Kalgoorlie-Boulder)	☎ (08) 9080 8200
Southwest (Bunbury)	☎ (08) 9781 2350
Wheatbelt (Northam)	☎ (08) 9622 4320
Midwest/Gascoyne (Carnarvon)	☎ (08) 9941 0515
Pilbara (South Hedland)	☎ (08) 9158 9222 / 9158 9207

*(Yang dalam **cetak tebal** memberikan pelayanan klinis)

Lihat website dibawah ini untuk rincian kontak:

www.public.health.wa.gov.au/1/64/1/contact_us.pm

atau telepon **healthdirect Australia** 1800 022 222

Dokumen ini bisa didapati dalam format alternatif atas permintaan untuk seseorang penyandang cacat.