



HIV/Bệnh Liệt Kháng

Cho dù chúng tôi đã cố gắng hết sức để đảm bảo thông tin của ấn bản này được chính xác, nó cũng không thể nào thay thế cho sự cố vấn y khoa. Xin hãy đến gặp một chuyên viên y tế nếu có bất cứ sự quan ngại nào về sức khỏe của mình. Bao gồm dưới đây là danh sách các nơi quý vị có thể đến để lấy thêm thông tin.

HIV/Bệnh liệt kháng là gì?

HIV viết tắt cho Human Immunodeficiency Virus tức Vi-rút Làm Hệ thống Miễn dịch Suy giảm. HIV là một tình trạng nhiễm trùng tấn công hệ thống miễn dịch và làm yếu đi khả năng cơ thể chống lại các sự nhiễm trùng.

Nếu không điều trị, sau vài năm một người bị nhiễm HIV không thể chống lại một số bệnh viêm nhiễm và ung thư. Giai đoạn này của sự nhiễm HIV gọi là bệnh liệt kháng (Hội chứng Suy Giảm Miễn Dịch Mắc Phải).

Không có cách chữa khỏi HIV. Một người bị nhiễm HIV có thể truyền nó qua cho những người khác suốt cả đời họ.

Làm thế nào bị nhiễm?

Có ba cách chính mà quý vị có thể bị nhiễm HIV:

1. Bằng cách quan hệ tình dục với một người bị nhiễm mà không có sự bảo vệ bằng đường hậu môn, âm đạo hay miệng. Quan hệ tình dục không có sự bảo vệ là quan hệ tình dục không dùng bao cao su hay tấm bảo vệ miệng
2. Khi máu bị nhiễm lọt vào dòng máu của một người khác
3. Từ một người mẹ bị nhiễm sang con trong lúc mang thai, khi sanh hay khi cho con bú sữa mẹ.

Các hành vi không an toàn

Nguy cơ cao nhất cho cả nam lẫn nữ là quan hệ tình dục đường hậu môn không an toàn. Quan hệ tình dục đường âm đạo không an toàn cũng có nguy cơ.

Dùng chung các dụng cụ chích, đặc biệt là kim và ống chích, có thể đưa HIV vào thẳng dòng máu của mình. Quý vị cũng có nguy cơ bị nhiễm nếu bạn tình của quý vị dùng chung dụng cụ chích, cho dù quý vị thì lại không.

Quan hệ tình dục đường miệng không có sự bảo vệ cũng có nguy cơ, đặc biệt nếu ở miệng hay chỗ bộ phận sinh dục bị đứt.

Các dấu hiệu và triệu chứng

Không lâu sau khi bị nhiễm HIV, một số người cảm thấy như họ đang bị cúm: sốt, nhức đầu, mệt



HIV/Bệnh Liệt Kháng

mỏi và phát ban. Một số khác có thể không bị triệu chứng gì cả. Bởi thế, nếu quý vị có thể có nguy cơ bị nhiễm, xét nghiệm HIV là cách DUY NHẤT để biết là mình có bị nhiễm hay không.

Những người bị nhiễm HIV có thể cảm thấy và trông khỏe. Rất nhiều người không biết là mình bị nhiễm bởi vì họ không thấy hay có cảm giác gì không ổn cả. Không hay biết, họ có thể truyền HIV qua cho các phối ngẫu của họ.

Vi-rút tiếp tục tấn công hệ thống miễn dịch, thì các triệu chứng bệnh sẽ bắt đầu phát triển ở người bệnh. Các triệu chứng này bao gồm luôn thấy mệt mỏi, sưng các tuyến, sụt cân nhanh, toát mồ hôi về đêm, mất trí nhớ và tiêu chảy.

Các triệu chứng này có thể kéo dài thật lâu. Khi hệ thống miễn dịch bị hư hại nhiều, các bệnh ung thư, viêm nhiễm khác, và hư não có thể xảy ra. Tình trạng này gọi là bệnh liệt kháng (AIDS).

Hãy kiểm tra

Cách duy nhất để biết là quý vị có bị nhiễm HIV hay không là làm một xét nghiệm máu. Tuy nhiên, trong một thời gian ngắn ngay sau khi HIV lọt vào cơ thể, nó không thể phát hiện được bằng một xét nghiệm. Vì vậy nếu kết quả xét nghiệm là âm tính quý vị sẽ cần làm lại xét nghiệm này ba tháng sau.

Nếu làm xét nghiệm, quý vị sẽ được cung cấp thông tin và quý vị có thể hỏi những gì mình thắc mắc và để đảm bảo quý vị đã hoàn toàn hiểu cả kết quả xét nghiệm dương tính và âm tính có ý nghĩa gì.

Bác sĩ sẽ cho quý vị biết kết quả qua sự gặp mặt trực tiếp chứ không phải qua điện thoại hay thư. Tất cả chi tiết về cuộc xét nghiệm sẽ được giữ kín đáo (riêng tư).

Nếu bị nhiễm HIV, tất cả bạn tình của quý vị cũng sẽ cần được kiểm tra. Việc này luôn được thực hiện một cách cẩn thận, tôn trọng sự giữ kín đáo cho tất cả mọi người.

Điều trị

Hiện tại, không có cách chữa khỏi HIV. Tuy vậy, bệnh có thể quản lý được. Rất nhiều người bị nhiễm HIV sống được nhiều năm, với sự điều trị hàng ngày. Vì lý do này, nếu quý vị có nguy cơ, quý vị cần nên đi kiểm tra sớm.

Các phụ nữ đang có thai có thể được điều trị để giảm cơ hội em bé bị nhiễm HIV – quý vị phải cho bác sĩ mình biết nếu quý vị có thai và bị nhiễm HIV.

Có các dịch vụ cho người bị nhiễm HIV cung cấp sự hỗ trợ y khoa, xã hội, cảm xúc và các hỗ trợ khác – một số dịch vụ được liệt kê ở phần cuối của tờ dữ kiện này.



HIV/Bệnh Liệt Kháng

Bảo vệ bản thân và phối ngẫu của mình

Các cách an toàn nhất để phòng chống HIV và các bệnh nhiễm khác lây qua đường tình dục (STIs) là:

- Luôn luôn có thói quen quan hệ tình dục an toàn. Quan hệ tình dục an toàn có nghĩa là tránh sự tiếp xúc tình dục mà tinh dịch, máu hay dịch âm đạo của một người truyền trực tiếp qua cơ thể của một người khác. Hãy thử các cách khác không phải quan hệ tình dục có thâm nhập và các cách vui sướng với quan hệ tình dục, mà không đặt bản thân mình hay bạn tình vào tình thế có nguy cơ
- Luôn dùng bao cao su hay tấm bảo vệ miệng khi giao hợp và quan hệ tình dục đường miệng. Bao cao su và tấm bảo vệ miệng, nếu dùng đúng cách có chất bôi trơn, giúp ngăn cản chất dịch truyền từ người này sang người khác. Luôn luôn dùng bao cao su và tấm bảo vệ miệng khi quan hệ tình dục cho đến khi nào quý vị hoàn toàn chắc là cả mình lẫn bạn tình không mắc một bệnh nhiễm lây qua đường tình dục.
- Đừng chích ma túy. Nếu có, Đừng bao giờ dùng chung kim chích, ống chích, đồ lọc, nước hay muối. Rửa sạch hay dùng miếng gạc lau các ngón tay trước khi sờ chỗ chích của một người khác. Luôn luôn dùng các cây kim và ống chích sạch. Quý vị có thể lấy những thứ này tại hầu hết các cửa hàng thuốc tây, các phòng trao đổi ống chích và kim, và tại các bệnh viện vùng quê sau giờ làm việc
- Hạn chế có nhiều bạn tình. Quý vị quan hệ tình dục với càng ít người, thì cơ hội quan hệ tình dục với một người bị nhiễm HIV càng thấp. Có một mối quan hệ lâu dài mà cả hai không bị nhiễm, và cả hai không có các bạn tình khác
- Trước khi làm hình nghệ thuật trên thân (như xăm hay xỏ) đảm bảo là chuyên viên nghệ thuật chỉ dùng dụng cụ vô trùng, và các dao cạo và kim mới mỗi lần làm
- Đừng dùng chung các đồ dùng cá nhân như dao cạo, bàn chải đánh răng và tơ làm sạch răng
- Kiểm tra thường xuyên cho các bệnh nhiễm lây qua đường tình dục
- Rượu và các chất ma túy khác có thể ảnh hưởng đến hành vi tình dục của quý vị. Nếu đang bị ảnh hưởng của rượu hay các loại ma túy khác, tốt nhất là nên tránh quan hệ tình dục.

Nói chuyện về bệnh nhiễm lây qua đường tình dục có thể khó khăn, nhưng bất cứ một người nào mà quý vị có quan hệ tình dục với họ, họ được quyền biết nếu quý vị có mắc bệnh nhiễm lây qua đường tình dục hay không. Hãy bàn vấn đề này trong lúc quý vị cảm thấy thoải mái và tự tin, chứ không chỉ trước khi quan hệ tình dục. Bạn tình sẽ cảm nhận sự thành thật của quý vị và rằng quý vị không muốn lây bệnh cho họ. Cũng vậy, quý vị được quyền biết nếu họ bị nhiễm.

Tôi có thể đến đâu tìm thêm thông tin

Các xét nghiệm và điều trị được thực hiện kín đáo tại phòng mạch bác sĩ gia đình hay bác sĩ do quý vị chọn hoặc quý vị có thể đến một trong các dịch vụ nội thành dưới đây



HIV/Bệnh Liệt Kháng

(Đa số các dịch vụ đều miễn phí; hãy gọi trước để xem quý vị có cần một cuộc hẹn hay không):

- **Phòng khám Sức khỏe Tình dục của Bệnh viện (Royal Perth)**
☎ (08) 9224 2178
- **Bệnh viện Fremantle – Khu Bệnh Lây Nhiễm (Phòng khám B2)**
☎ (08) 9431 2149
- **Các Dịch vụ Sức khỏe Tình dục FPWA**
☎ (08) 9227 6177
www.fpwa.org.au
- **Trung tâm Y tế Quarry (dành cho người dưới 25 tuổi)**
170 Aberdeen Street, NORTHBRIDGE
☎ 0452 439 704
www.fpwa.org.au/our-services/quarry
- **Các Dịch vụ Sức khỏe và Gia đình dành cho Phụ nữ**
☎ (08) 6330 5400
www.whfs.org.au
- **Dịch vụ Y tế Derbarl Yerrigan**
☎ (08) 9421 3888

và một số các Đơn vị Sức khỏe Dân số và Dịch vụ Kiểm soát Sức khỏe Cộng đồng Thổ Dân

Để có thêm thông tin hãy liên lạc:

- **WA AIDS Council (Hội Đồng Bệnh Liệt Kháng WA)**
☎ (08) 9482 0000
- **AIDSLine**
☎ (08) 9482 0044
- **Men's Line**
☎ (08) 9322 8401 (dành cho người gọi điện trong nội thành) hay
☎ 1800 671 130 (người gọi điện tại vùng nông thôn – gọi miễn phí nếu gọi bằng điện thoại bàn)
www.waaid.com
- **Hiệp hội Quốc gia của Những Người Sống với HIV/AIDS**
☎ (02) 9557 8825 hay
☎ 1800 259 666 (gọi miễn phí nếu gọi bằng điện thoại bàn)
www.napwa.org.au
- **Ban Giám Đốc Kiểm soát Bệnh Lây Nhiễm**
☎ (08) 9388 4999
www.public.health.wa.gov.au
- **healthdirect Australia (Sức khỏe Trực tiếp)**
☎ 1800 022 222



HIV/Bệnh Liệt Kháng

Toán Sức Khỏe Dân số Tỉnh lý*:

Bắc Metro	☎ (08) 9380 7700
Nam 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

*(Những nơi chữ đậm nét cung cấp các dịch vụ lâm sàng)

Vào trang mạng dưới đây để tìm chi tiết liên lạc:

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

hoặc gọi Health Direct qua số - 1800 022 222

Nếu có yêu cầu, tài liệu này có thể được cung cấp theo dạng khác để cho người khuyết tật sử dụng.

Phát hành bởi **Ban Giám Đốc Kiểm soát Bệnh Lây Nhiễm**
Bộ Y tế, Tây Úc Tháng tư 2013