Government of Western Australia
Department of Health

Translated: January 2026

HIV

- **Ang HIV ay isang virus na kadalasang naipapasa sa pamamagitan ng pakikipagtalik nang walang proteksyon o sa pamamagitan ng pagbabahagi ng kagamitan sa pag-inject ng isang taong may HIV, lalo na kung hindi sila sumasailalim sa paggamot para sa HIV at hindi napapanatili ang isang undetectable viral load**
- **Maaaring may HIV ang isang tao at maramdaman nilang malusog sila, at magmukang malusog pa rin, kahit na mayroon silang detectable viral load, ibig sabihin, maaari nilang maipasa ang HIV sa iba.**
- **Ang tanging paraan para malaman kung mayroon kang HIV ay sa pamamagitan ng pagpapa-blood test.**
- **Ang HIV ay maaaring makontrol gamit ang antiretrovial na gamot.**

Ang HIV (human immunodeficiency virus) ay isang virus na nagpapahina sa immune system ng isang tao at nagpapahirap sa paglaban sa mga impeksyon.

Sa kasalukuyan, ang HIV ay maaaring mas epektibong makontrol gamit ang antiretroviral treatment (kilala rin bilang antiretroviral na gamot), na nagbibigay-daan sa isang taong may HIV na mamuhay nang ganap at malusog. Ang mga taong namumuhay na may HIV ay maaaring makipagtalik, magkaanak, magtrabaho, maglaro ng isports at gumawa ng mga plano para sa hinaharap.

Walang lunas para sa HIV ngunit maaari itong makontrol gamit ang antiretroviral na gamot. Ang mga taong may HIV na umiinom ng gamot na antiretroviral ay maaaring mamuhay nang buo at malusog. Kapag hindi nagamot, ang HIV ay maaaring magdulot ng AIDS (acquired immune deficiency syndrome). Nangyayari ang AIDS kapag humina ang immune system ng katawan at hindi nito kayang labanan nang epektibo ang mga impeksyon at karamdaman.

AIDS

Kapag hindi nagamot, ang HIV ay maaaring magdulot ng AIDS (acquired immune deficiency syndrome). Nangyayari ang AIDS kapag humina ang immune system ng katawan at hindi nito kayang labanan nang epektibo ang mga impeksyon at karamdaman.

Mahalagang tandaan na ang HIV ay hindi kapareho ng AIDS. Karamihan sa mga taong may HIV sa Australia na sumasailalim sa epektibong gamutan ay walang AIDS.

Paano ka makakakuha ng HIV?

Naisasalin ang HIV kapag ang mga likido sa katawan na naglalaman ng virus, tulad ng dugo, semilya, likido sa ari, likido sa puwit o gatas ng ina, ay pumapasok sa daluyan ng dugo ng isang taong walang HIV. Maaari itong mangyari sa pamamagitan ng:

- walang proteksyon na pakikipagtalik sa puwit o sa ari
- pagbabahagi ng kagamitan sa pag-inject, lalo na ang mga karayom at hiringgilya
- ang natural na pagpasa ng likido mula sa ina na HIV-positive patungo sa kanyang sanggol sa panahon ng pagbubuntis, panganganak, o pagpapasuso
- hindi isterilisadong pagpapa-piercing at pagpapa-tattoo
- hindi ligtas na mga medikal o dental na pamamaraan (lalo na sa mga bansang walang regulasyon para sa pagsusuri at pag-iwas sa HIV)

Nasa panganib ka rin kung ang iyong karelasyon ay nagbabahagi ng kagamitan sa pag-inject, kahit hindi mo ito ginagawa.

Ang walang proteksyon na oral sex ay maaaring maging panganib kung mayroong anumang mga hiwa o sugat sa loob at paligid ng bibig o ari.

Paano ka hindi makakakuha ng HIV

Hindi maaaring kumalat ang HIV sa pamamagitan ng pang-araw-araw na pakikisalamuha sa lipunan, tulad ng pakikipagkamay, pagsasalo sa baso, pagkain o inumin, o pagyakap at paghalik. Ang laway, luha, pawis at ihi ay hindi nagdadala ng HIV. Hindi ka mahahawa ng HIV mula sa kagat ng insekto o hayop o sa pamamagitan ng paggamit ng parehong palikuran na ginagamit din ng isang taong may HIV.

Hindi ka nanganganib na magkaroon ng HIV sa karamihan ng mga lugar ng trabaho at paaralan. Pero, kung ang trabaho, pag-aaral, at isport ay may kasamang kontak sa dugo at iba pang likido ng katawan, maaaring may mga panganib. Laging sundin ang pangunahing kalinisan, kabilang ang tamang paghuhugas ng kamay at ligtas na paghawak ng mga likido ng katawan gaya ng natapon na dugo.

Ano ang mga palatandaan at sintomas ng HIV?

Pagkatapos mahawa ng HIV, ang ilang mga tao ay nakakaramdam na para silang may trangkaso, na may mga sintomas tulad ng lagnat, sakit ng ulo, pagkapagod, at pantal.

Gayunpaman, ang ilang mga tao ay maaaring walang anumang sintomas. Maaari kang magkaroon ng HIV at makaramdam at magmukhang malusog. Maraming tao ang hindi nakakaalam na mayroon silang HIV dahil wala silang nakikita o nararamdamang mali nang hindi namamalayan, maaari mong maipasa ang HIV sa iyong mga karelasyon o mga kasama sa pag-inject.

Habang patuloy na inaatake ng virus ang immune system, ang isang tao ay magsisimulang magkaroon ng mga sintomas. Maaaring kabilang dito ang:

- tuloy-tuloy na pagkapagod
- namamagang glands
- mabilis na pagbaba ng timbang
- pagpapawis sa gabi
- pagtatae.

Kapag walang epektibong gamutan, ang mga sintomas na ito ay maaaring lumala hanggang sa punto kung saan ang immune system ay nagiging mahina at madaling kapitan ng AIDS.

Paano ko malalaman kung mayroon akong HIV?

Ang pagpapasuri ng dugo ang tanging paraan upang malaman kung mayroon kang HIV. Gayunpaman, sa loob ng maikling panahon pagkatapos makapasok ang HIV sa katawan, hindi ito maaaring matukoy gamit ang isang pagsusuri. Kaya kung negatibo ang iyong unang resulta, kakailanganin mong sumailalim sa isa pang pagsusuri pagkatapos ng tatlong buwan.

Bago at pagkatapos ng pagsusuri, bibigyan ka ng impormasyon at makakapagtanong, upang matiyak na naiintindihan mo ang ibig sabihin ng positibo at negatibong resulta. Ang lahat ng iyong impormasyon ay mananatiling pribado.

Maghanap ng serbisyo sa pagsusuri (external site)

Kung mayroon kang HIV, lahat ng iyong karelasyon o kasama sa pag-inject ay kailangang kontakin upang makakuha sila ng counselling, pagsusuri, at paggamot kung kinakailangan. Palaging maingat ang paggawa nito, na nirerespeto ang pagiging kumpidensyal ng lahat. Alamin ang higit pa tungkol sa contact tracing.

Paano ako mamumuhay nang malusog at masaya kahit na ako ay may HIV?

Kung mayroon kang HIV, maaari kang mamuhay nang buo at malusog. Sa kasalukuyan ay walang lunas para sa HIV, ngunit tulad ng maraming iba pang mga kondisyon, maaari itong ma-manage sa pamamagitan ng gamot.

Ang paggamot sa HIV ay maaaring humantong sa pagkakaroon ng 'undetectable viral load' ng isang tao. Hindi ito nangangahulugan na wala na ang HIV sa loob ng katawan o na ang tao ay gumaling na, kundi ang dami ng HIV sa dugo ay masyadong maliit para matukoy ng mga pagsusuri. Kapag ang isang taong may HIV at napanatiling angundetectable viral load sa loob ng anim na buwan o higit pa, hindi na nila maaaring maipasa ang HIV sa iba sa pamamagitan ng pakikipagtalik, gayunpaman hindi sila dapat magbahagi ng kagamitan sa pag-inject sa ibang tao.

Ang mga taong may HIV ay maaaring magkaroon ng mga relasyon, kabilang ang pakikipagtalik, at magkaroon ng mga anak kung gugustuhin nila. Gamit ang epektibong paggamot sa HIV ngayon, ang mga taong HIV positive ay maaaring magkaroon ng mga HIV negative na mga anak. Kung ikaw o ang iyong kapareha ay may HIV, mainam na makipag-usap sa iyong doktor tungkol sa mga opsyon para sa pagsasagawa ng mas ligtas

na pakikipagtalik, o para sa pagkakaroon ng mga anak. Ang mga buntis na may HIV ay maaaring makakuha ng paggamot upang mabawasan ang posibilidad na magkaroon ng HIV ang kanilang sanggol magandang ideya na makipag-usap sa iyong doktor, komadrona o healthcare provider.

Paano maiiwasan ang HIV?

Mapoprotektahan mo ang iyong sarili at ang iyong kapareha laban sa HIV at iba pang sexually transmitted infections (STIs) sa pamamagitan ng pagsunod sa payong ito:

- **Magpasuri** at **alamin** ang iyong katayuan sa HIV.
- Maagang magpasuri at magpagamot para sa iba pang mga STI tulad ng chlamydia, gonorrhea o syphilis
- **Gumamit ng condom na may water-based lubricant kapag nakikipagtalik**. Mapoprotektahan ka rin nito mula sa iba pang mga sexually transmitted infections (STIs).
- **Kung magpapalit ka ng sexual partner**, magpasuri nang regular para sa HIV at iba pang mga STI at hikayatin ang iyong mga kapareha na gawin din ito.
- **Kung ikaw ay nasa isang relasyon, siguraduhin na kayo ng iyong kapareha ay nasuri na at alam ang katayuan ng HIV ng bawat isa**. Kung ang isang kapareha ay HIV-positive at ang isa naman ay HIV-negative, ang panganib ng pagkahawa ng HIV ay maaaring mabawasan sa pamamagitan ng:
    - pagtiyak na ang kapareha na HIV-positive ay sumasailalim sa paggamot at may undetectable viral load
    - paggamit ng condom at water-based lubricant
    - paggamit ng PrEP para sa kapareha na HIV-negative. Ang PrEP ay gamot upang maiwasan ang impeksyon ng HIV sa mga taong HIV-negative at patuloy na nanganganib na magkaroon ng HIV.
- **Kung ikaw ay nag-i-inject ng droga, gumamit ng bago, isterilisadong karayom at hiringgilya sa bawat pagkakataon. Huwag magbahagi ng mga karayom, hiringgilya, filter, tubig, kutsara o tourniquet – kahit pa mayroon kang undetectable viral load**.
- Hugasan ang iyong mga kamay o punasan ang iyong mga daliri bago hawakan ang lugar ng pag-inject ng ibang tao.
- **Bago isaalang-alang ang anumang body art** (tulad ng pagpapa-tattoo o pagpapabutas ng balat) siguraduhing ang body artist ay gumagamit lamang ng isterilisadong kagamitan, at mga bagong pang-ahit, tinta at karayom sa bawat pagkakataon.
- **Iwasan** ang **pagbabahagi** ng mga **personal** na **gamit** na maaaring may bakas ng dugo, tulad ng mga pang-ahit.

- **Ang alkohol at iba pang droga ay maaaring makaapekto sa iyong mga kakayahan sa paggawa ng desisyon at pati na rin sa iyong sekswal na pag-uugali**. Kung ikaw ay nasa impluwensya ng alkohol o iba pang droga, maaaring mas ligtas na iwasan ang pakikipagtalik.
- **Kung ikaw ay may HIV, uminom ng iyong iniresetang paggamot sa HIV at panatilihin ang isang undetectable viral load.** Ang pananatiling undetectable ay nangangahulugan na hindi mo na maaaring maipasa ang HIV sa iba sa pamamagitan ng pakikipagtalik nang walang proteksyon. Gayunpaman, mahalaga na huwag kang magbahagi ng kagamitan sa pag-inject sa iba.
- Kung sa tingin mo ikaw ay na expose saHIV kamakailan lamang, maaaring kwalipikado ka para sa **post-exposure prophylaxis (PEP)**. Ang PEP ay isang iniresetang gamot, na dapat inumin sa lalong madaling panahon at sa loob ng 72 oras (3 araw) mula sa pagkakalantad sa HIV.
- Para sa karagdagang impormasyon, tawagan ang 24-oras na PEP Line sa 1300 767 161

Pag-uusap tungkol sa HIV

Maaring mahirap pag-usapan ang HIVHindi kailangan sapilitang ibunyag ang iyong status sa HIV sa iyong sexual partner; gayunpaman, ang isang taong positibo sa HIV ay dapat sundin ang tamang hakbang upang maiwasan ang paglipat ng HIV sa kanilang sekswal at/o kapareha sa pag-iiniksyon. Ang paggamit ng condom na may water-based na lubricant, pagsunod sa paggamot at pagpapanatili ng undetectable viral load ang pinakamahusay na paraan upang maiwasan ang paglipat ng HIV. Kung nag-i-inject ng droga, huwag kailanman magbahagi ng mga karayom at hiringgilya o iba pang kagamitan sa pag-inject.

Para sa mga taong nag-i-inject ng droga

Kung ang isang tao ay gumagamit ng kagamitan sa pag-inject na ginamit ng isang taong may HIV, mataas ang posibilidad na magkaroon sila ng HIV, kahit na ang tao ay may undetectable viral load. Ito ay dahil ang mga karayom, hiringgilya, o iba pang kagamitan sa pag-inject ay maaaring may dugo, at ang dugong iyon ay maaaring magdala ng HIV.

Upang maiwasan mahawa sa HIV, gumamit ng freshie sa bawat oras na mag-iiniksyon ng droga.

Huwag kailanman magbahagi ng mga karayom o hiringgilya, kahit na sa mga kaibigan o pamilya. Gumamit din ng sarili mong kutsara, mga pamunas, mga pansala, isterilisadong tubig, at mga tourniquet.

Makakakuha ka ng mga freshie mula sa mga programa ng karayom at hiringgilya o needle and syringe programs (NSP). Gamitin ang mapa sa ibaba upang mahanap ang pinakamalapit na NSP sa iyo. Karamihan sa mga botika ay nagbebenta ng mga fit pack, ngunit maraming iba pang mga lugar kung saan makakakuha ka ng mga bagong karayom at hiringgilya nang libre.

Ang mga taong nag-iiniksyon ng droga ay nasa panganib din na magkaroon ng hepatitis C at hepatitis B kung magbabahagi sila ng kagamitan sa pag-iiniksyon.

Pag-uusap tungkol sa HIV

Mahirap pagusapan ang patungkol sa HIV. Hindi kailangan sapilitang ibunyag ang iyong status sa HIV sa iyong sexual partner; gayunpaman, ang isang taong alam na mayroon silang HIV ay dapat gumawa ng mga makatwirang pag-iingat upang maiwasan ang pagkalat ng HIV sa kanilang mga sekswal at/o kapareha sa pag-iniksyon. Ang paggamit ng condom na may water-based na lubricant, pagsunod sa paggamot at pagpapanatili ng undetectable viral load ang pinakamahusay na paraan upang maiwasan ang pagkalat ng HIV. Kung nag-i-inject ng droga, huwag kailanman magbahagi ng mga karayom at hiringgilya o iba pang kagamitan sa pag-inject.

Isinaling impormasyon tungkol sa HIV

- Bisitahin ang all good (external site).

Saan makakahingi ng tulong

May mga kumpidensyal na pagsusuri at paggamot na makukuha mula sa iyong GP o isang doktor na iyong napili, o maaari kang bumisita sa isa sa mga serbisyong pangkalusugan sa metropolitan na ito.

(Karamihan ay libre. Mangyaring tumawag muna upang malaman kung kailangan mo ng appointment):

Organisasyon

WAAC (dating WA AIDS Council) (external site)

Linya ng impormasyon tungkol sa HIV

WA PEP Line

M Clinic (para sa mga lalaking nakikipagtalik sa mga lalaki) (external site)

Organisasyong Magenta-Sex worker (external site)

healthdirect

Telepono

(08) 9482 0000 o 1800 671 130 (mga tumatawag sa country area)

1300 56 52 57

1300 767 161 (24-oras na payo at referral)

(08) 9227 0734

(08) 9328 1387 o (08) 9227 9606

1800 022 222

Organisasyon

WAAC (dating WA AIDS Council) (external site)

Linya ng impormasyon tungkol sa HIV

WA PEP Line

M Clinic (para sa mga lalaking nakikipagtalik sa mga lalaki) (external site)

Organisasyong Magenta-Sex worker (external site)

healthdirect

Telepono

(08) 9482 0000 o 1800 671 130 (mga tumatawag sa country area)

1300 56 52 57

1300 767 161 (24-oras na payo at referral)

(08) 9227 0734

(08) 9328 1387 o (08) 9227 9606

1800 022 222

Karagdagang impormasyon

May mga kumpidensyal na pagsusuri at paggamot na makukuha mula sa iyong doktor o doktor na iyong napili, o maaari kang bumisita sa isa sa mga metropolitan at regional na health services.

Organisasyon sa Metro

Royal Perth Hospital, Sexual Health Clinic (external site)

Royal Perth Hospital Immunology Triage Nurse (external site)

Fremantle Hospital, South Terrace Clinic (external site)

Fiona Stanley Hospital, Department of Infection and Immunity (external site)

Sexual Health Quarters WA (external site)

Sexual Health Help Line

Peer Based Harm Reduction WA (external site)

Luma (Women's Health and Family Services) (external site)

Northbridge at Joondalup

Derbarl Yerrigan Health Service (external site)

East Perth

Telepono

(08) 9224 2178

(08) 9224 2899

(08) 9431 2149

(08) 6152 4055

(08) 9227 6177

(08) 9227 6177 o 1800 198 205 (mga tumatawag sa bansa)

(08) 9325 8387

(08) 6330 5400

1800 998 399

info@luma.org.au

1300 420 272

Mga Yunit ng Kalusugan ng Populasyon sa Rehiyon*:

*(Ang mga **naka-bold** ay nagbibigay ng mga serbisyong klinikal)

Albany

Broome

Bunbury

Carnarvon

Geraldton

Kalgoorlie-Boulder

Northam

Pilbara

(08) 9842 7500

(08) 9194 1630

(08) 9781 2350

(08) 9941 0500

(08) 9956 1985

(08) 9080 8200

(08) 9690 1720

(08) 9174 1660

This document can be made available in alternative formats on request for a person with disability.

© Department of Health 2025

Copyright to this material is vested in the State of Western Australia unless otherwise indicated. Apart from any fair dealing for the purposes of private study, research, criticism or review, as permitted under the provisions of the Copyright Act 1968, no part may be reproduced or re-used for any purposes whatsoever without written permission of the State of Western Australia.

health.wa.gov.au

Classification: Official