State of California—Health and Human Services Agency
California Department of Public Health

MARK B HORTON, MD, MSPH
Director

ARNOLD SCHWARZENEGGER
Governor

ການປ້ອງກັນຕົວທ່ານເອງກັບລູກອ່ອນຂອງທ່ານ

ຫາກທ່ານຖືພາຢູ່ຫລືຄິດວ່າອາດເປັນໄດ້ທີ່ທ່ານຕັ້ງທ້ອງແລ້ວ ທ່ານຕ້ອງຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບເຊື້ອ HIV ຄືເຊື້ອໄວຣັສທີ່ກໍ່ໃຫ້ເກີດພະຍາດເອັດສ໌.

ເວລາທີ່ຖືພານັບເປັນຊ່ວງເວລາທີ່ທ່ານຄວນເບິ່ງແຍງຕົວເອງໃຫ້ດີແລະຄວນເຂົ້າໄປກວດຮ່າງກາຍຢ່າງສະຫມ່ຳສະເຫມີເພື່ອສຸກຂະພາບຂອງຕົວທ່ານເອງແລະສຸກຂະພາບຂອງລູກອ່ອນຂອງທ່ານ. ຜູ້ຮັກສາສຸກຂະພາບຂອງທ່ານຈະຖາມແລະກວດຄົ້ນເຖິງອາການສຸກຂະພາບຂອງທ່ານ ເພື່ອໃຫ້ສຸກຂະພາບຂອງທ່ານແລະລູກອ່ອນຂອງທ່ານຈະແຂງແຮງເທົ່າທີ່ເປັນໄປໄດ້. ຈະມີການກວດຄົ້ນເຊື້ອ HIV ໃນຕົວທ່ານເປັນສ່ວນນຶ່ງຂອງກິດຈະວັດກວດຮັກສາລະຫວ່າງການຖືພາ ຫລືເມື່ອຕອນທ່ານປວດທ້ອງໃກ້ຈະຄອດ ເວັ້ນໄວ້ແຕ່ທ່ານບໍ່ຍອມໃຫ້ກວດ. ການກວດຄົ້ນເຊື້ອ HIV ລະຫວ່າງການຖືພານັບເປັນທາງເລືອກທີ່ດີທີ່ສຸດສຳລັບແມ່ກັບລູກ.

ເຊື້ອ HIV ແມ່ນຫຍັງ?

ເຊື້ອ HIV (Human Immunodeficiency Virus) ກໍ່ໃຫ້ເກີດພະຍາດຊະນິດນຶ່ງທີ່ເຮັດໃຫ້ລະບົບຕ້ານທານພະຍາດອ່ອນແອລົງ ຊຶ່ງຈະເຮັດໃຫ້ຮ່າງກາຍຕ້ານທານການຕິດເຊື້ອຕ່າງໆ ໄດ້ຍາກ.

ເຊື້ອ HIV ຕິດແປດກັນຢ່າງໃດ?

ເຊື້ອ HIV ແຜ່ຕິດສ່ວນຫລາຍໂດຍການມີເພດສຳພັນຢ່າງບໍ່ປ້ອງກັນຕົວ ຫລືໂດຍການໃຊ້ເຂັມສັກຢາຮ່ວມກັນກັບຜູ້ທີ່ມີເຊື້ອ HIV ຢູ່ແລ້ວ. ຜູ້ຍິງໃນສະຫະລັດສ່ວນຫລາຍຕິດເຊື້ອ HIV ໂດຍການຮ່ວມເພດກັບຜູ້ຊາຍ.

ຜູ້ຍິງທີ່ຖືພາຜູ້ຊຶ່ງຕິດເຊື້ອ HIV ຫລືພະຍາດເອັດສ໌ຢູ່ແລ້ວ ສາມາດເຮັດໃຫ້ລູກອ່ອນຕິດເຊື້ອ HIV ໄດ້ໃນລະຫວ່າງການຖືພາ ການຄອດລູກ ແລະການປ້ອນນ້ຳນົມໃຫ້ລູກກິນ.

ການກວດຄົ້ນເຊື້ອ HIV ຈະຊ່ວຍລູກຂອງຂ້າພະເຈົ້າຢ່າງໃດ?

ການກວດຄົ້ນເຊື້ອ HIV ຈະຊ່ວຍທ່ານແລະລູກອ່ອນຂອງທ່ານໃນກໍລະນີທີ່ທ່ານມີເຊື້ອ HIV ໂດຍເຕືອນໃຫ້ທ່ານຮູ້ເຖິງຄວາມຈຳເປັນທີ່ຈະຮັບການປິ່ນປົວ. ການປິ່ນປົວລະຫວ່າງການຖືພາ ການປວດທ້ອງຄອດ ແລະການຄອດລູກ ສາມາດຊ່ວຍໃຫ້ຄວາມສ່ຽງທີ່ຈະຖ່າຍທອດເຊື້ອ HIV ເຖິງລູກອ່ອນຂອງທ່ານລົດນ້ອຍລົງໄດ້.

ທາງການແພດມາຮຽນຮູ້ວ່າ ຫາກທ່ານຕິດເຊື້ອ HIV ຢູ່ແລ້ວ ການປິ່ນປົວດ້ວຍຢາທີ່ເຫມາະສົມສາມາດລົດຄວາມສ່ຽງທີ່ທ່ານຈະເຮັດໃຫ້ລູກຂອງທ່ານຕິດເຊື້ອ HIV ໃຫ້ນ້ອຍລົງໄດ້ຢ່າງຍິ່ງ.

ຈະເປັນຢ່າງໃດຖ້າຫາກຂ້າພະເຈົ້າມີເຊື້ອ HIV?

ຫາກທ່ານມີເຊື້ອ HIV ທ່ານຕ້ອງການຈະໄປປຶກສາກັບທ່ານຫມໍຂອງທ່ານເລື້ອງທີ່ວ່າການປິ່ນປົວມີທາງເລືອກອັນໃດແດ່. ທ່ານຫມໍຫນ້າຈະແນະນຳທ່ານກ່ຽວກັບຢາທີ່ຖືວ່າປອດໄພໃຊ້ລະຫວ່າງການຖືພາ. ທ່ານອາດຈະໄດ້ຮັບການສະຫນັບສະຫນູນໃຫ້ໃຊ້ຢາຕໍ່ໄປຫລັງຈາກຄອດລູກແລ້ວຢ່າງຕໍ່ເນື່ອງເພື່ອສຸກຂະພາບຂອງທ່ານເອງ ຊຶ່ງຈະແລ້ວແຕ່ປັດໄຈຕ່າງໆ.

ທ່ານສາມາດປ້ອງກັນຕົວເອງຈາກການຕິດເຊື້ອ HIV ໂດຍ:

- ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ (ສຳລັບຍິງຫລືຊາຍ) ທີ່ປະກອບດ້ວຍ ເລ່ແທັກ (latex) ຫລື ໂພລີຢູຣະເຕນ (polyurethane) ເມື່ອທ່ານຮ່ວມເພດເຖິງແມ່ນວ່າທ່ານຖືພາຢູ່ກໍຕາມ. ໃຫ້ໃຊ້ຂອງມື່ນທີ່ປະກອບດ້ວຍທາດນ້ຳ (water-based lubricant) ເທົ່ານັ້ນ. ສ່ວນຂອງມື່ນທີ່ປະກອບດ້ວຍນ້ຳມັນ ຈະເຮັດໃຫ້ຖົງຢາງອະນາໄມອ່ອນລົງແລະຈະເຮັດໃຫ້ການໃຊ້ໄດ້ຜົນລົດນ້ອຍລົງ.
- ບໍ່ໃຊ້ເຂັມສັກຢາຮ່ວມກັນເພື່ອສັກຢາທົ່ວໄປ, ສັກຢາສະເຕຣອຍດ໌ (steroid), ສັກໄວຕາມິນ, ສັກລາຍ, ຫລືເພື່ອເຈາະຮູຕາມຜິວຫນັງ.

ຄວາມຊ່ວຍເຫລືອທາງອື່ນໆ:

ໃຫ້ໂທຣ໌ໄປຕາມສາຍດ່ວນເລື້ອງ HIV ກັບພະຍາດເອັດສ໌ ຂອງລັດຄາລິຟໍເນັຽ (California) ທີ່ **1-800-367-2437** ເພື່ອຈະໄດ້ຮັບຄວາມຊ່ວຍເຫລືອດ້ານການສົ່ງຕໍ່ແລະການປຶກສາເລື້ອງ HIV ຮ່ວມທັງຜູ້ຊ່ຽວຊານໃນການປິ່ນປົວ HIV ລະຫວ່າງການຖືພາ ຊຶ່ງຢູ່ໃກ້ຄຽງກັບພື້ນທີ່ຂອງທ່ານ.