

การณรงค์ประชาสัมพันธ์ให้ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันเอดส์-การป้องกันผู้ติดเชื้อรายใหม่

โพสต์เมื่อ :09 พ.ค. 59

ประชาสัมพันธ์ให้ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันเอดส์ – การป้องกันผู้ติดเชื้อรายใหม่ เมื่อผลเลือดท่านให้ผลบวกต่อเชื้อ HIV แสดงว่าท่านได้รับเชื้อไวรัส HIV ในกระแสเลือดแล้วการที่เลือดให้ผลบวกมิได้หมายความว่าท่านเป็นโรคเอดส์ ผู้ที่ได้รับเชื้อ HIV โดยทั่วไปใช้เวลา 8-10 ปีจึงจะกลายเป็นโรคเอดส์เมื่อท่านมีเชื้อไวรัสในเลือดสิ่งที่ท่านต้องทำคือไม่แพร่เชื้อสู่ผู้อื่น เชื้อ HIV จะอยู่ในเลือด น้ำเหลือง น้ำนม น้ำหล่อลื่นของผู้ชายและผู้หญิงท่านสามารถป้องกันการแพร่เชื้อโดยเมื่อท่านมีเชื้อ HIV, ท่านต้องป้องกันผู้อื่นได้รับเชื้อจากท่าน เช่นเพื่อนร่วมงาน ครอบครัวที่มีเพศสัมพันธ์ ท่านต้องเรียนรู้การมีเพศสัมพันธ์ที่ลดการติดเชื้อกิจกรรมทางเพศชนิดใดที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อสูง กิจกรรมใดที่มีความเสี่ยงต่ำให้สวมถุงยางคุมกำเนิดเมื่อจะร่วมเพศทั้งทางช่องคลอด ทางทวารหนักหรือมีเพศสัมพันธ์ทางปาก ไม่ใช่เข็มฉีดยาร่วมกับผู้อื่นเนื่องจากท่านอาจจะแพร่เชื้อสู่ผู้อื่นแล้วท่านอาจจะได้รับเชื้อตัวใหม่ทำให้อาการของท่านแย่ลง การกอดหรือจูบโดยที่ไม่มีผลการสัมผัสจะไม่แพร่เชื้อ ไม่ใช่แปรงสีฟัน มีดโกนหนวด ที่ตัดเล็มร่วมกันอย่าเลี้ยงลูกด้วยนมตัวเอง ไม่บริจาคเลือดให้แก่ผู้อื่น การใช้โถส้วม การใช้แก้ว ชามร่วมกัน ไม่ทำให้ติดเชื้อสู่ผู้อื่นการดูแลสุขภาพตัวเองให้แข็งแรงซึ่งมีขั้นตอนดังนี้ ขั้นที่1 เล็กกแพทย์และพบแพทย์ตามนัดอย่างสม่ำเสมอเพื่อแพทย์จะได้พิจารณาให้ความรู้และการรักษาแพทย์จะเจาะเลือดท่านเพื่อตรวจดูระยะของโรคโดยจะเจาะหา CD4-T cell และ viral load น้อยจากนั้นแพทย์จะตรวจหาการติดเชื้อฉวยโอกาสเพราะผู้ป่วยจะมีภูมิคุ้มกันลดลงมีโอกาสติดเชื้อฉวยโอกาส เช่นวัณโรคและปรีกษาแพทย์เกี่ยวกับวัคซีนที่ต้องฉีด ขั้นที่ 2 ปรีกษาแพทย์เกี่ยวกับวิธีการรักษาใหม่ๆ ปัจจุบันมียาด้านไวรัส HIV ซึ่งสามารถชะลอการเกิดโรคเอดส์ยาบางชนิดยับยั้งการแบ่งตัวของเชื้อไวรัสทำให้ท่านมีสุขภาพสบายขึ้นปรีกษาแพทย์ว่าท่านควรจะได้รับยาอะไร ท่านจะต้องเรียนรู้โรค HIV การรักษาท่านต้องรู้จักT cells, ระบบภูมิคุ้มกัน(the immune system) และปริมาณเชื้อไวรัส(viral load)เพื่อพิจารณาให้การรักษาเมื่อไรจะเริ่มรักษาเมื่อสมัยก่อนเมื่อเจอเลือดให้ผลบวกก็จะให้ยาหลายขนานแต่ปัจจุบันการพิจารณาว่าจะเริ่มให้ยาเมื่อไรจะพิจารณาจากปริมาณCD4 และปริมาณเชื้อในเลือด (viral load or HIV PCR RNA or HIV bDNA) การเลือกวิธีการรักษา เมื่อผลเลือดบ่งว่ายังไม่จำเป็นต้องรักษาด้วยยาท่านต้องเจาะเลือดทุก 3 เดือนเพื่อติดตามโรคโดยใกล้ชิดหากผลเลือดของท่านมีเซลล์ CD 4ต่ำจำเป็นต้องรักษาขณะนี้มียา 14 ชนิดสำหรับรักษาโดยใช้ยาหลายชนิดรวมกัน(cocktail) เมื่อท่านตัดสินใจรักษาท่านต้องจำไว้ว่าต้องรับประทานยาสม่ำเสมอมิฉะนั้นเชื้อจะคือยาซึ่งจะเป็นผลเสียต่อท่านเรียนรู้ผลข้างเคียงของยา ยาแต่ละชนิดในแต่ละกลุ่มจะมีผลข้างเคียงของยาไม่เหมือนกันส่วนใหญ่มักจะเป็นระยะสั้นโดยมากไม่เกินสัปดาห์แพทย์จะสอนวิธีการกับผลข้างเคียงของยาบางชนิดอาจจะมีผลข้างเคียงมากและอันตรายท่านต้องเฝ้าติดตามหากมีอาการผลข้างเคียงท่านต้องรีบปรึกษาแพทย์ ขั้นที่3 เตรียมข้อมูลก่อนพบแพทย์ผู้ติดเชื้อ HIV ต้องเตรียมข้อมูลก่อนไปพบแพทย์อะไรบ้างในการวางแผนการรักษาแพทย์ต้องทราบรายละเอียดเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้ป่วยเพื่อที่จะทำการรักษาได้เหมาะสมโรคประจำตัวที่เป็นอยู่

อาการของโรคที่เกิดขึ้นใหม่ วันที่ได้รับการวินิจฉัยว่าติดเชื้อ HIV ระยะเวลาที่เป็นโรค HIV ปกติผู้ที่ได้รับเชื้อ HIV จะกลายเป็นโรคเอดส์ใช้เวลา 9-11 ปี ปัจจุบันรับประทานยาอะไร ประวัติการป่วยเป็นวัณโรค โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ระดับอักเสบ การได้รับเลือด ผู้ที่เคยเป็นวัณโรค หากไม่ได้รับยาป้องกันอาจจะทำให้เป็นวัณโรคซ้ำ เคยได้รับการรักษาโรคเอดส์มาก่อนหรือไม่ ชื่อยาอะไรรักษาเมื่อไร นานแค่ไหน มีผลข้างเคียงอะไร ประวัติการฉีดวัคซีนเช่นป้องกันตับอักเสบ วัคซีนป้องกันโรคปอดบวม ประวัติการแพ้ยา ประวัติพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ เช่นการใช้ยาเสพติดการมีเพศสัมพันธ์โดยที่ไม่ได้ป้องกัน การทำงาน ฐานะ ชั้นที่ 4 การเฝ้ามองสุขภาพโรคเอดส์ก็เหมือนกับโรคทั่วไปก็จะมีอาการเตือนถ้าหากท่านมีอาการดังต่อไปนี้ โปรดไปปรึกษาแพทย์เพื่อรักษาอาการดังกล่าวอาจจะไม่ใช่อาการของเอดส์ แต่จำเป็นต้องรักษา มีก้อนที่คอ รักแร้ขาหนีบ ฝ้าขาวในปากหรือลิ้น รอยขีดข่วนที่ผิวหนัง ไข้และท้องร่วง น้ำหนักลดไอและหายใจหอบ เหนื่อยออกกลางคืน ปวดศีรษะอย่างแรง ตกขาวไม่หาย ชั้นที่ 5 ดูแลสุขภาพตัวเอง รับประทานอาหารที่มีคุณภาพ ปรึกษาแพทย์ว่าอาหารที่ควรและไม่ควรรับประทานพักผ่อนให้เต็มที่ งดสุราและบุหรี่เพราะจะทำให้ท่านมีภูมิคุ้มกันที่แย่งออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ให้ทำจิตใจให้ผ่องใส