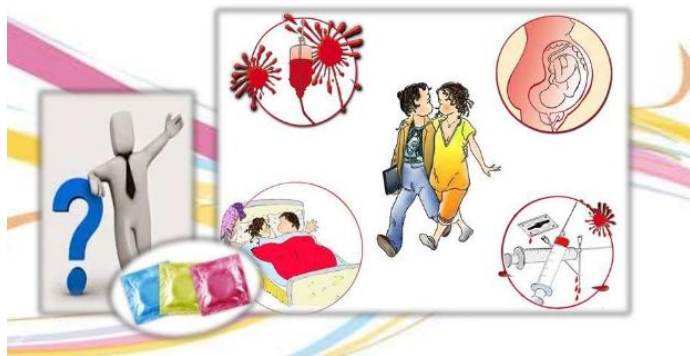


## เอกสารประชาสัมพันธ์การป้องกันการติดเชื้อ HIV



วิธีการป้องกันการติดเชื้อโรคเอดส์ที่ดีที่สุด คือการลดพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อโรคเอดส์ เช่น

การฉีดยาเสพติดเข้าเส้น การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย หากเราปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเหล่านี้ จะสามารถลดการเกิดอัตราติดเชื้อเหมือนกับประเทศไทยประสบผลสำเร็จในการให้ใช้ถุงยาง 100 % เนื่องจากยังไม่มีการรักษาหรือวัคซีนที่ป้องกันโรค ดังนั้นทุกคนจะต้องเรียนรู้วิธีป้องกันโรค



### ใครบ้างที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อ HIV

สมัยก่อนผู้ติดเชื้อมักจะเป็นพวกกรูมเพศ หรือฉีดยาเสพติดเข้าเส้น ปัจจุบันพบว่า การติดเชื้อ HIV พบได้ใน วิทยาลัย คนทำงาน ผู้ที่มีเพศสัมพันธ์กับหญิงอื่น แม่บ้าน คือสามารถพบได้ทั่วไป ดังนั้นทุกคนเสี่ยงต่อการติดเชื้อ HIV หากไม่ป้องกันหรือประมาท โดยเฉพาะผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อ

### การป้องกันการติดเชื้อ HIV จากเพศสัมพันธ์

การติดเชื้อ HIV จะสามารถติดต่อทางเยื่อเมือก (mucous membranes) เช่น ปลายอวัยวะเพศชาย ปาก ทวารหนัก ช่องคลอด หากเยื่อเมือกเหล่านี้ได้รับเชื้อ HIV จาก น้ำอสุจิ น้ำหล่อลื่นของทั้งหญิงและชาย เลือด ทำให้เกิดการติดเชื้อได้

- วิธีป้องกันที่ได้ผลมากที่สุดแต่ทำยากที่สุดคือการไม่มีเพศสัมพันธ์กับผู้อื่น
- ป้องกันตัวเองทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์โดยใช้ถุงยางที่ทำจากยาง latex condom หรือ dental dam หากแพ้ยาง latex ให้ใช้ชนิด polyurethane condoms นอกจากการเลือกใช้ชนิดของถุงยางแล้ว ต้องเรียนรู้วิธีใช้ที่ถูกต้อง ห้ามใช้สารหล่อลื่นที่เป็นไขมันเพราะจะทำให้ถุงยางรั่ว

### กิจกรรมอะไรที่เสี่ยงและไม่เสี่ยงต่อการติดเชื้อ HIV

- การช่วยตัวเอง การกอดรัดเฝ้าโลม การจูบ พวกนี้มีโอกาสการติดเชื้อต่ำ
- การมีเพศสัมพันธ์ทั้งทางทวารและช่องคลอดจะมีโอกาสเสี่ยงต่อการติดเชื้อสูง
- การมีเพศสัมพันธ์ทางปากก็มีความเสี่ยง ดังนั้นต้องใส่ถุงยางป้องกัน

### การป้องกันการติดเชื้อสำหรับผู้ฉีดยาเสพติดเข้าเส้น

เชื้อ HIV สามารถติดต่อผ่านทางเข็มฉีดยาที่ใช้ร่วมกัน เข็มดังกล่าวจะปนเปื้อนเลือด ดังนั้นวิธีป้องกันการติดเชื้อทำได้ดังนี้

- หยุดยาเสพติดและเข้ารับการบำบัดเพื่อหยุดยาเสพติด
- หลีกเลี่ยงการใช้เข็มฉีดยาร่วมกัน ให้ใช้เข็มใหม่ทุกครั้ง
- สำหรับผู้ที่ยังไม่เปลี่ยนพฤติกรรมการใช้เข็มร่วมกัน ก็ให้ล้างเข็มให้สะอาดด้วยน้ำโดยการฉีดล้างกระบอกฉีดยา และแช่เข็มในน้ำยาฆ่าเชื้อ 1 นาที

## การป้องกันการติดเชื้อ HIV ในคนท้อง

เด็กที่คลอดจากแม่ที่มีเชื้อ HIV สามารถรับเชื้อจากแม่ขณะตั้งครรภ์ และการคลอด ปัจจุบันหากทราบว่าคนท้องมีเชื้อ HIV สามารถให้ยา AZT ซึ่งสามารถลดอัตราการติดเชื้อลง

## การป้องกันการติดเชื้อ HIV หลังสัมผัสโรค

ทางการแพทย์มีประสบการณ์เกี่ยวกับการป้องกันการติดเชื้อ HIV หลังสัมผัสโรคโดยศึกษาในเจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่ถูกเข็มตำ พบว่าหากให้ AZT หลังถูกเข็มตำจะสามารถลดอุบัติการณ์ลงได้ร้อยละ 80 จากความรู้นี้สามารถนำมาใช้กับการสัมผัสโรค HIV โดยทางเพศสัมพันธ์ ก็น่าจะให้ยาป้องกันได้ การป้องกันที่ดีที่สุดคือไม่มีเพศสัมพันธ์การใส่ถุงยาง การมีเพศสัมพันธ์แบบ safer sexual practices หลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่เสี่ยง สำหรับผู้ที่มีเพศสัมพันธ์โดยที่ไม่ได้ป้องกันไม่ว่าทางทวารหรือทางปกติ oral sex กับผู้ติดเชื้อ HIV หรือกลุ่มเสี่ยงเช่นผู้ที่ติดยาเสพติด รักร่วมเพศ ควรจะได้รับยาป้องกันภายใน 3 วันหลังสัมผัส และหากท่านทราบว่าตัวเองติดเชื้อ HIV และไปร่วมเพศกับคนที่ไม่ได้ติดเชื้อท่านต้องแจ้งให้คู่ขาทราบภายใน 72 ชั่วโมง เพื่อให้คู่ขาจะได้รับยาป้องกันการติดเชื้อ HIV

การบริจาคเลือด

ผู้ที่ติดเชื้อ HIV ห้ามบริจาคเลือดโดยเด็ดขาด

ด้วยความปรารถนาดีจาก

องค์การบริหารส่วนตำบลโพธิ์หมากแข้ง  
อำเภอบึงโขงหลง จังหวัดบึงกาฬ

