



Ethnic Communities
Council of Queensland

Chương trình về HIV, Viêm gan và Sức khỏe Tinh dịch

Ethnic Communities Council of Queensland (ECCQ)

Hội đồng Các Sắc tộc Tiểu bang Queensland

HIV TẠI ÚC

Ngày quốc tế phòng chống AIDS- ngày 1 tháng 12 hằng năm- là ngày để nâng cao nhận thức, để tưởng niệm những người đã qua đời và cũng cho thấy sự hỗ trợ của chúng ta đối với những người đang chung sống với HIV. Ngày quốc tế phòng chống AIDS cũng để mừng những thành tích đã đạt được trong phương pháp điều trị mới, trong phòng chống và trong gia tăng số người được xét nghiệm và được điều trị.

Năm 2018 có 37.9 triệu người nhiễm HIV trên toàn cầu và 23.3 triệu người trong số này đang được điều trị HIV. Tử vong liên quan đến HIV đã giảm xuống một nửa so với năm 2004 nhờ vào phương pháp điều trị HIV đạt hiệu quả cao.

Tại Úc có khoảng 27,000 người nhiễm HIV, và ước tính tại Queensland có khoảng 5,500 người. Nhìn tổng thể số người nhiễm HIV phát hiện mới đang giảm. Tuy nhiên số người nhiễm HIV phát hiện mới lại gia tăng trong một số nhóm phụ, bao gồm những người sinh ra ở nước ngoài.

Vì người nhiễm HIV thường không có triệu chứng, do vậy điều quan trọng là quý vị cần được làm xét nghiệm HIV nếu chưa được làm trong một thời gian dài.

HIV (VI-RÚT SUY GIẢM MIỄN DỊCH Ở NGƯỜI) LÀ GÌ?

HIV là vi-rút tồn tại trong máu, tinh dịch, dịch âm đạo và trong sữa mẹ. HIV có thể phát tán qua máu, qua quan hệ tình dục và qua bú sữa mẹ. HIV không phát tán qua thức ăn, đồ uống, hôn nhau, ôm nhau, bắt tay, muỗi cắn hay qua các giao tiếp thông thường.

HIV làm suy yếu dần dần hệ thống miễn dịch cơ thể. Vì vậy người nhiễm HIV sau một thời gian dài sẽ dễ bị nhiễm các bệnh khác.

AIDS (HỘI CHỨNG SUY GIẢM MIỄN DỊCH MẮC PHẢI) LÀ GÌ?

AIDS là giai đoạn cuối cùng của quá trình nhiễm HIV kéo dài nhiều năm không được điều trị. Ở giai đoạn này hàng rào bảo vệ cơ thể đã suy yếu, do vậy cơ thể dễ dàng mắc phải nhiều bệnh và nhiều loại nhiễm trùng khác nhau. Lúc này người nhiễm HIV tử vong do các bệnh và các nhiễm trùng mắc phải.

NHIỄM HIV QUA ĐƯỜNG NÀO?

Quý vị có thể bị nhiễm HIV qua:

- Qua đường quan hệ tình dục không an toàn với người nhiễm HIV.
- Qua đường mẹ nhiễm HIV có thể truyền HIV qua con trong giai đoạn mang thai, trong lúc sinh hay trong lúc cho con bú sữa mẹ.
- Qua đường máu. Ví dụ được truyền máu bị nhiễm HIV, các dụng cụ y tế không được tiệt trùng đúng tiêu chuẩn, dùng chung dao cạo râu v.v...

LÀM CÁCH NÀO ĐỂ QUÝ VỊ BIẾT MÌNH CÓ NHIỄM HIV HAY KHÔNG?

Xét nghiệm đặc hiệu HIV là cách duy nhất để khẳng định quý vị có nhiễm HIV hay không. Mọi bác sĩ gia đình (GPs) đều có thể chỉ định làm xét nghiệm này.

NẾU QUÝ VỊ NHIỄM HIV, QUÝ VỊ CÓ ĐƯỢC ĐIỀU TRỊ HAY KHÔNG?

Câu trả lời là có. Việc điều trị HIV rất hiệu quả, làm giảm số lượng HIV trong cơ thể. Rất nhiều người được điều trị HIV và đã đạt được “ngưỡng không phát hiện được vi-rút”. “Ngưỡng không phát hiện được vi-rút” nghĩa là số lượng HIV trong máu rất thấp đến nỗi các xét nghiệm hiện nay không phát hiện được. Người đạt “ngưỡng không phát hiện được vi-rút” sẽ không lây truyền HIV đến bạn tình qua quan hệ tình dục. Tuy nhiên điều quan trọng cần ghi nhớ là cần phải tiếp tục uống thuốc điều trị nếu không HIV sẽ bùng phát trở lại.

Chỉ bác sĩ chuyên khoa hoặc một số bác sĩ gia đình (GPs) đã được huấn luyện mới có thể kê toa thuốc điều trị HIV. Quý vị có thể tra cứu danh sách bác sĩ gia đình (GPs) có thể kê toa thuốc điều trị HIV tại trang www.ashm.org.au

NGĂN NGỪA

Không có vắc-xin ngừa HIV và cũng chưa có thuốc chữa khỏi hẳn HIV. Điều quan trọng là quý vị cần thực hiện những biện pháp sau để bảo vệ bản thân và những người khác.

- Bao cao su

Bao cao su vẫn là cách rẻ nhất và dễ thực hiện nhất để ngăn ngừa lây nhiễm HIV qua đường quan hệ tình dục. Bao cao su cũng giúp ngăn ngừa các bệnh lây truyền qua đường tình dục khác.

- Tránh tiếp xúc trực tiếp với máu
- Dự phòng tiền phơi nhiễm (PrEP hay Pre-exposure prophylaxis)

Dự phòng tiền phơi nhiễm (PrEP): là cách dùng thuốc để ngăn ngừa bị nhiễm HIV cho những người chưa bị nhiễm HIV. Dự phòng tiền phơi nhiễm (PrEP) không phải là vắc-xin. Dự phòng tiền phơi nhiễm (PrEP) chỉ hiệu quả nếu quý vị tiếp tục uống thuốc. Nếu quý vị ngưng uống thuốc, quý vị sẽ không còn được bảo vệ. Thuốc dự phòng tiền phơi nhiễm (PrEP) cũng có một số tác dụng phụ khi uống.

Bác sĩ gia đình có thể kê đơn thuốc dự phòng tiền phơi nhiễm (PrEP) cho quý vị. Quý vị có thể được trợ giá cho thuốc dự phòng tiền phơi nhiễm (PrEP) nếu có thẻ Medicare khi mua tại hiệu thuốc địa phương hoặc mua trực tuyến (online) tại trang www.greencrosspharmacy.online.

- Dự phòng hậu phơi nhiễm (PEP hay Post-exposure prophylaxis)

Dự phòng hậu phơi nhiễm (PEP): là liệu

trình 4 tuần dùng thuốc kháng HIV ngăn ngừa bị nhiễm HIV sau khi đã bị phơi nhiễm HIV. Để đạt được hiệu quả tốt nhất, thuốc dự phòng hậu phơi nhiễm (PEP) cần được uống càng sớm càng tốt sau khi bị phơi nhiễm HIV, tối đa là trong vòng 72 giờ sau khi bị phơi nhiễm.

Thuốc dự phòng hậu phơi nhiễm (PEP) chỉ có thể được kê đơn bởi bác sĩ tại các phòng khám sức khỏe tình dục và tại các khoa cấp cứu của các bệnh viện lớn hay bởi bác sĩ gia đình đã được đào tạo về lĩnh vực HIV.

QUÝ VỊ CÓ THỂ LÀM GÌ TRONG NGÀY QUỐC TẾ PHÒNG CHỐNG AIDS

- Nói chuyện với bạn bè và gia đình về HIV/AIDS
- Tham gia các hoạt động trong ngày quốc tế phòng chống AIDS. Quý vị có thể tra cứu các hoạt động tại trang www.qldworldaidsday.org.au

Quý vị có thể tham dự Hội thảo Cộng đồng đa Văn hóa- Ngày Thế Giới Phòng Chống AIDS do ECCQ tổ chức vào lúc 10:00 AM đến 12:30 PM, thứ Bảy 23/11/2019 tại Acacia Ridge Souths Sports Club. Địa chỉ 174 Mortimer Road, Acacia Ridge QLD 4110.

Nếu quý vị đang chung sống với HIV và quý vị cần sự hỗ trợ, vui lòng liên hệ:

Queensland Positive People (QPP) số 1800 636 241 hoặc số (07) 3013 5555.

Để tìm hiểu thêm thông tin và nhận sự trợ giúp, vui lòng liên lạc:

Điện thoại tiếng Việt:

3844 3122 hoặc 0428 223 052

Email tiếng Việt:

vietnamese@eccq.com.au

Website:

www.eccq.com.au/health

Facebook:

Người Việt Và Gan Abc

Tất cả thông tin quý vị đều được bảo mật

Tại Cairns, quý vị vui lòng liên lạc:

Cairns Sexual Health Service

381 Sheridan St, Cairns North QLD 4870

Điện thoại: 4226 4760

Chương trình Viêm gan, HIV/AIDS và Sức khỏe Tinh dịch thuộc chương trình bệnh Virus lây qua máu và bệnh truyền nhiễm lây qua đường tình dục (BBV&STI), được tài trợ bởi Bộ Y tế Queensland (Queensland Health) để cung cấp thông tin và trợ giúp liên quan đến bệnh virus lây truyền qua máu và bệnh truyền nhiễm lây qua đường tình dục cho người nhập cư và người tị nạn khắp Queensland.