

## เอดส์ ป้องกันได้อย่างไร

ในขณะที่ยังไม่มียาที่สามารถรักษาโรคเอดส์ให้หายขาดได้ การป้องกันจึงเป็นวิธีที่ดีที่สุด โดย

1. ไม่มีเพศสัมพันธ์
2. สำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง เป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่ปลอดภัย
3. ใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์
4. ไม่ใช้สารเสพติดทุกชนิด โดยเฉพาะชนิดฉีดเข้าเส้น

การตรวจเลือดก่อนแต่งงาน ก่อนมีครอบครัว และก่อนตั้งครรภ์ทุกท้อง ช่วยให้รู้ว่าตนเองติดเชื้อเอชไอวีหรือไม่ ถ้าหากคิดไปแล้วจะได้ป้องกันการถ่ายทอดเชื้อเอชไอวีไปสู่คู่รัก ซึ่งจะช่วยลดปัญหาการถ่ายทอดเชื้อเอชไอวีจากแม่สู่ลูกไปได้ อีกทางหนึ่ง

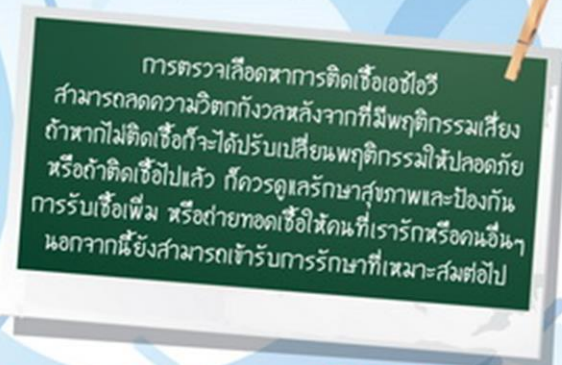


### บริการปรึกษาทางโทรศัพท์

- ☞ มูลนิธิเข้าถึงเอดส์ โทร. 0-2372-2222  
ทุกวัน 10.00-20.00 น.
- ☞ มูลนิธิศูนย์ฮอทไลน์ โทร. 0-2277-7699  
หรือ 0-2277-8811  
จันทร์-ศุกร์ 8.30-18.00 น.
- ☞ กองควบคุมโรคเอดส์ วัณโรค และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ สำนักอนามัย กทม. โทร. 0-2860-8751-6  
ต่อ 400 หรือ 401  
จันทร์-ศุกร์ 8.30-16.30 น.
- ☞ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดทุกแห่ง

### บริการปรึกษาและตรวจเลือดหาการติดเชื้อเอชไอวี

- ☞ คลินิกนรีนาม สภาอากาศไทย โทร. 0-2256-4107-9  
จันทร์-ศุกร์ 7.30-18.00 น.  
เสาร์ 7.30-15.00 น.
- ☞ สถาบันบำราศนราดูร โทร. 0-2590-3737  
จันทร์-ศุกร์ 8.30-16.30 น.
- ☞ กลุ่มโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ สำนักโรคเอดส์ วัณโรค และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โทร. 0-2286-4483  
หรือ 0-2286-0431 ต่อ 40  
จันทร์-ศุกร์ 8.30-16.30 น.
- ☞ โรงพยาบาลของรัฐบลาทุกแห่ง
- ☞ ศูนย์บริการสาธารณสุข กทม. ทุกแห่ง



สิทธิทางเพศ สิทธิด้านเอดส์ คือสิทธิมนุษยชน  
Universal Access and Human Rights





# เอดส์ คืออะไร?

**เอดส์** เป็นโรคติดต่อที่เกิดจากเชื้อไวรัสเอชไอวี เมื่อเข้าสู่ร่างกายแล้วจะมีการฟักตัวอยู่ระยะหนึ่ง อาจกินเวลาหลายปีโดยไม่มีอาการ ต่อมาเชื้อไวรัสจะเพิ่มจำนวนมากขึ้น และทำลายภูมิคุ้มกันของร่างกายทำให้เกิดโรคติดเชื้ออื่นๆ แทรกซ้อนเข้ามาได้ง่าย มักมีอาการรุนแรงกว่าปกติ และอาจเป็นสาเหตุของการเสียชีวิตได้

## เอดส์ ติดต่อได้อย่างไร

1. มีเพศสัมพันธ์กับผู้ติดเชื้อเอชไอวี โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย ในประเทศไทยคิดโดยวิธีนี้ประมาณร้อยละ 84
2. ไร้เข็มและกระบอกฉีดยาร่วมกัน มักพบในกลุ่มผู้ใช้ยาเสพติดชนิดฉีดเข้าเส้น
3. ถ่ายทอดเชื้อเอชไอวีจากแม่สู่ลูก ซึ่งสามารถถ่ายทอดได้ทั้งในขณะตั้งครรภ์ ขณะคลอด และหลังคลอด

## อาการของเอดส์เป็นอย่างไร

1. **ระยะไม่มีอาการ** หรือเรียกว่าผู้ติดเชื้อเอชไอวี แต่สามารถถ่ายทอดเชื้อไปสู่ผู้อื่นได้
2. **ระยะมีอาการ** ส่วนใหญ่จะมีอาการหลังจากรับเชื้อประมาณ 7 ปี แบ่งเป็น 2 ระยะ คือ
  - **ระยะเริ่มปรากฏอาการ** นอกจากเลือดให้ผลบวกแล้วยังอาจมีอาการอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือหลายอย่าง เช่น มีไข้ มีเชื้อราในปาก ท้องเสียเรื้อรัง เป็นต้น
  - **ระยะโรคเอดส์** หรือที่เรียกกันว่าผู้ป่วยเอดส์ ภูมิคุ้มกันทานในระยนี้ลดลงมาก ทำให้ติดเชื้อโรคฉวยโอกาส เช่น วัณโรค ปอดบวม เยื่อหุ้มสมองอักเสบ ซึ่งโรคฉวยโอกาสดังกล่าว หากได้รับการรักษาอย่างเหมาะสมและทันที่ทั้งนี้ ก็สามารถรักษาให้หายได้

## เอดส์ ไม่สามารถติดต่อได้ โดยวิธีการดังต่อไปนี้

1. **การถูกขูด** เนื่องจาก
  - เชื้อเอชไอวีไม่สามารถมีชีวิตอยู่ในขูดได้ เมื่อขูดถูกเลือกเข้าไป หลังจากนั้นไม่นานเชื้อเอชไอวีจะตาย ก่อนที่ขูดจะไปกัดคนอื่นต่อไป
  - เชื้อเอชไอวีไม่สามารถแบ่งตัวในขูดได้ เลือกที่ถูกขูดเข้าไปในกระเพาะจึงไม่สามารถแพร่กระจายไปสู่ต่อมน้ำลายของขูดได้ แม้ว่าขณะที่ขูดกัดคนจะมีการบ้วนน้ำลายออกมาก็ไม่มีการติดต่อ
  - ปากขูดมีขนาดเล็กมาก เวลากัดคนมักจะไม่มีเลือดติดอยู่หรือมีก็น้อยมาก ดังนั้นแม้ขูดจะกัดคนหลายคนก็ไม่ทำให้ติดเอดส์
2. **การรับประทานอาหารร่วมกับผู้ติดเชื้อเอชไอวี** เนื่องจากโอกาสที่น้ำลายจะปนเปื้อนมาในอาหารนั้นมีน้อย และปริมาณไวรัสเอชไอวีในน้ำลายก็น้อยมากจนไม่ทำให้ติดเชื้อเอชไอวีได้ แม้จะเล็ดลอดลงไปในกระเพาะอาหาร กรดในกระเพาะก็จะทำลายเชื้อเอชไอวีได้



3. **การสัมผัสหรือถูกเนื้อต้องตัวกับผู้ติดเชื้อเอชไอวี** เนื่องจากผิวหนังที่ไม่มีบาดแผลจะไม่ยอมให้เชื้อเอชไอวีเข้าสู่ร่างกายได้

## ถ้าสงสัยว่าติดเชื้อเอชไอวี ควรตรวจเลือดเมื่อใด

การตรวจเลือดหาการติดเชื้อเอชไอวีนั้นมิใช่การตรวจหาตัวเชื้อเอชไอวี แต่เป็นการตรวจหาปฏิกิริยาที่ร่างกายสร้างขึ้นเพื่อต่อสู้กับเชื้อโรคที่เรียกว่าภูมิคุ้มกัน ซึ่งสามารถตรวจพบได้หลังจากรับเชื้อ 6 สัปดาห์ขึ้นไป ดังนั้นถ้าสงสัยว่าจะติดเชื้อเอชไอวีก็ไม่ควรตรวจเลือดในทันที ควรตรวจภายหลังจากวันที่สงสัยว่าจะไปติดเชื้อมา 6 สัปดาห์ขึ้นไป

**ในกรณีที่ผลเลือดเป็นลบ** อาจมีความเป็นไปได้ 2 กรณี คือ

- หมายถึงบุคคลนั้นยังไม่ได้รับเชื้อเอชไอวี
- หรือบุคคลนั้นอาจมีเชื้อเอชไอวีอยู่ในร่างกายแล้วแต่ยังตรวจไม่พบ เพราะอาจจะยังรับเชื้อมาไม่นานพอที่จะตรวจพบภูมิคุ้มกันต่อเชื้อ ซึ่งในระยะที่ติดเชื้อเอชไอวีแล้ว แต่ยังไม่ตรวจหาการติดเชื้อในเลือดไม่พบนี้เรียกว่าระยะวินโดว์ พีเรียด (Window Period)

คนที่สุขภาพดี อาจจะเป็นผู้ติดเชื้อเอชไอวีได้ เนื่องจากในระยะเริ่มแรกของโรคนี้มักจะไม่มีปรากฏอาการให้เห็น แต่สามารถยืนยันได้จากการตรวจเลือด และที่สำคัญคือแม้จะไม่มีอาการ แต่ก็สามารถถ่ายทอดเชื้อไปสู่ผู้อื่นได้

