



# HIV ➤ ผลกระทบเมื่อรับเชื้อ

- 3.1 อะไรคือความแตกต่างระหว่างเชื้อเอชไอวีและโรคเอดส์
- 3.2 เชื้อเอชไอวีแพร่ไปได้อย่างไร
- 3.3 ฉันจะหลีกเลี่ยงการรับเชื้อเอชไอวีได้อย่างไร
- 3.4 เชื้อเอชไอวีทำให้เกิดผลกระทบต่อระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายอย่างไร

## 3.1 อะไรคือความแตกต่างระหว่างเชื้อเอชไอวีและโรคเอดส์

เชื้อเอชไอวี/โรคเอดส์มักถูกเขียนเป็นคำเดียวกัน และมีความหมายอย่างเดียวกัน อย่างไรก็ตาม เชื้อเอชไอวี และโรคเอดส์มีความหมายต่างกัน

เอชไอวีเป็นตัวช่วยของคำว่า ฮิวแมน อิมมิวโนเดฟิเซียนซี ไวรัส (Human Immunodeficiency virus) คนๆหนึ่งสามารถติดเชื้อเอชไอวีได้ (HIV Positive) เมื่อเชื้อไวรัสนี้เข้าสู่กระแสเลือด

เชื้อเอชไอวีเข้าโจมตีระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย ซึ่งระบบภูมิคุ้มกันนี้คอยป้องกันร่างกายจากเชื้อโรคต่างๆ ถ้าระบบภูมิคุ้มกันของคนๆหนึ่งได้รับความเสียหายอย่างรุนแรงจากเชื้อไวรัส เชื้อไวรัสเอชไอวีนี้จะนำไปสู่โรคเอดส์ ที่ย่อมาจาก แอดไควร์ อิมมูน เดฟิเซียนซี ซินโดรม (AIDS-Acquired Immune Deficiency Syndrome) ซึ่งหมายถึงคนๆนั้นมีแนวโน้มที่จะติดเชื้อโรคและเจ็บป่วยได้ง่าย เพราะร่างกายไม่สามารถต่อสู้กับเชื้อโรคต่างๆได้เหมือนปกติ

การที่ได้รับการวินิจฉัยว่าติดเชื้อเอชไอวี ไม่ได้หมายความว่าบุคคลนั้นเป็นโรคเอดส์หรือต้องเสียชีวิต การบำบัดรักษาจะช่วยชะลอความเสียหายของระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย ซึ่งผู้ติดเชื้อเอชไอวีสามารถที่จะดำรงชีวิตได้ปกติ และมีสุขภาพที่สมบูรณ์ แข็งแรงได้

## 3.2 เชื้อเอชไอวีแพร่ไปได้อย่างไร

เชื้อเอชไอวีพบได้ในสารคัดหลั่งในร่างกาย เช่น เลือด น้ำอสุจิ เมื่อกินในช่องคลอด และผ่านทางน้ำนมแม่ การติดเชื้อเกิดขึ้นเมื่อสารคัดหลั่งในร่างกายจากผู้ที่มีเชื้อ ได้เข้าสู่กระแสเลือดของอีกคนหนึ่งเท่านั้น

เชื้อเอชไอวีสามารถแพร่ไปได้โดย ;

- เพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย (เพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย)
- ใช้เข็มฉีดยา อุปกรณ์ฉีดยา และอุปกรณ์อื่นๆ ในการฉีดยาร่วมกัน
- การเจาะและสักร่างกายที่อุปกรณ์ไม่ผ่านการฆ่าเชื้อ
- จากแม่ที่ติดเชื้อสู่ลูกในขณะตั้งครรภ์ ในระหว่างคลอด และโดยผ่านทางน้ำนมแม่

- การถ่ายเลือด และ/หรือผลิตภัณฑ์จากเลือดในบางประเทศ, ในออสเตรเลีย-การถ่ายเลือดและผลิตภัณฑ์จากเลือดมีความปลอดภัย

เชื้อเอชไอวีไม่สามารถแพร่ในกรณีต่อไปนี้ :

- ไอ
- จาม
- จูบ
- บ้วนน้ำลาย
- ร้องไห้
- ใช้มีด ส้อม ช้อน และถ้วยชามร่วมกัน
- ผ่านทางผ้าปูที่นอน
- ใช้ที่นั่ง โถส้วมร่วมกัน
- อาบน้ำ/ใช้ห้องอาบน้ำร่วมกัน
- แมง, แมลง เช่น ยุง

### 3.3 ฉันทะหลีกเลี้ยงการรับเชื้อเอชไอวีได้อย่างไร

#### ทางเพศสัมพันธ์

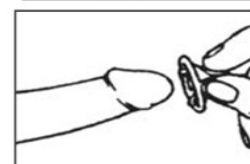
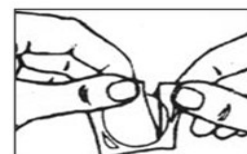
เชื้อเอชไอวีสามารถแพร่ไปได้โดยผ่านทางบาดแผลเล็กๆ หรือแผลถลอกของช่องคลอด อวัยวะเพศชาย หรือทวารหนัก ระหว่างการร่วมเพศที่ไม่มีการป้องกัน (เพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย) กับผู้ที่มีเชื้อเอชไอวี

เพื่อหลีกเลี่ยงการแพร่เชื้อเอชไอวี, ควรฝึกปฏิบัติการมีเพศสัมพันธ์อย่างปลอดภัย

- ใช้ถุงยางอนามัยชิ้นใหม่ และใช้เฉพาะน้ำยาหล่อลื่นที่ใช้น้ำเป็นส่วนผสมหลัก เช่นเค-วาย เจลลี่ (KY-Jelly) หรือ เว็ตสตัฟฟ์ (Wet Stuff) ในทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์ทางทางช่องคลอด หรือทางทวารหนัก นอกจากนี้แล้วยังช่วย ป้องกันคุณจากการติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์อื่นๆ เกือบทุกชนิดอีกด้วย

#### วิธีใช้ถุงยางอนามัยที่ถูกต้อง

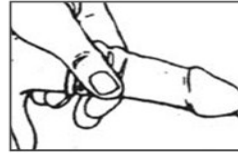
1. เปิดซองถุงยางอนามัยอย่างระมัดระวังเพื่อไม่ให้ถุงยางฉีกขาด
2. บีบจุดของถุงยางอนามัยไว้ด้วยปลายนิ้วและหัวแม่มือเพื่อไล่อากาศออกก่อน แล้วจึงสอดถุงยางลงหุ้มอวัยวะเพศ (สอดหนึ่งหุ้มปลายอวัยวะเพศลงถ้าจำเป็น ก่อนสวมถุงยางอนามัย)



3. เมื่อถุงยางหุ้มถึงโคนอวัยวะเพศแล้วจึงทาน้ำยาหล่อลื่น



4. จับถุงยางอนามัยไว้ที่โคนอวัยวะเพศ เมื่อต้องการถอนตัวออกเพื่อป้องกันไม่ให้หน้าอสุจิ หกออกนอกถุงยางอนามัย



5. ทิ้งถุงยางอนามัยที่ใช้แล้วลงในถังขยะ หรือนำถุงยางอนามัยที่ใช้แล้ว มาใช้อีกเด็ดขาด



### การฉีดยาเสพติด การเจาะและสักร่างกาย

เชื้อเอชไอวีสามารถถูกแพร่โดยการฉีดเข็มฉีดยา และอุปกรณ์ในการฉีดยาร่วมกัน และการเจาะและสักร่างกายโดยใช้เข็มเจาะที่ใช้แล้ว

เพื่อหลีกเลี่ยงการแพร่เชื้อเอชไอวี เมื่อฉีดยาเสพติด ;

- ไม่ใช้เข็มฉีดยา อุปกรณ์ฉีดยา และอุปกรณ์อื่นๆ ในการฉีดยาเสพติดร่วมกัน

เพื่อหลีกเลี่ยงการแพร่เชื้อเอชไอวี เมื่อเจาะและสักร่างกาย ;

- ถ้าจะสักผิวหนังหรือเจาะร่างกาย ควรไปยังสถานที่ ที่มีใบอนุญาตซึ่ง ใช้เข็มและอุปกรณ์อื่นๆ ที่ได้รับการฆ่าเชื้อโรคอย่างถูกต้อง หรือใช้อุปกรณ์ชนิดใช้แล้วทิ้งเลย การปฏิบัติเช่นนี้ยังช่วยป้องกันเชื้อไวรัสอื่นๆ เช่นโรคตับอักเสบบี และโรคตับอักเสบบี อีกรด้วย

### จากแม่สู่ลูก

หากไม่ได้รับการบำบัดรักษาที่มีประสิทธิภาพ เชื้อเอชไอวีสามารถถูกส่งผ่านจากแม่ที่ติดเชื้อสู่ลูกในขณะตั้งครรภ์ ในระหว่างคลอด หรือโดยผ่านทางน้ำนมแม่ ในประเทศออสเตรเลีย, การบำบัดรักษาเอชไอวีสามารถเข้าถึงได้ง่ายและแม่ที่ติดเชื้อเอชไอวีคลอดลูกโดยวิธีผ่าตัดคลอดทางหน้าท้อง ซึ่งพบได้น้อยมากที่แม่จะแพร่เชื้อเอชไอวีสู่ลูก

ถ้าคุณมีเชื้อเอชไอวี และกำลังตั้งครรภ์ หรือวางแผนที่จะมีบุตร เป็นสิ่งสำคัญมากที่คุณควรปรึกษาแพทย์อย่างเร่งด่วน

แม่ที่มีเชื้อเอชไอวีไม่ควรให้นมลูกจากน้ำนมแม่เอง ปรึกษากับแพทย์ของคุณเกี่ยวกับวิธีอื่นๆในการให้นมลูก

### การถ่ายเลือดและหรือผลิตภัณฑ์จากเลือด

ในประเทศออสเตรเลีย การถ่ายเลือดมีความปลอดภัย เลือดจากการบริจาคและผลิตภัณฑ์จากเลือดได้ถูกตรวจสอบว่าปราศจากเชื้อเอชไอวี และผู้ติดเชื้อเอชไอวีไม่สามารถบริจาคเลือดได้ อย่างไรก็ตามการถ่ายเลือดในบางประเทศอาจยังไม่มีความปลอดภัย

### 3.1 เชื้อไวรัสเอชไอวีทำให้เกิดผลกระทบต่อระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายอย่างไร

เอชไอวีคือเชื้อไวรัสชนิดหนึ่ง, เชื้อไวรัสเป็นสิ่งมีชีวิตที่มีขนาดเล็กมาก ซึ่งสามารถเข้าสู่ร่างกายและก่อให้เกิดโรคได้ มีไวรัสหลายชนิดแพร่กระจายได้ในหลายๆวิธีและก่อให้เกิดโรคหลายๆโรค เช่นใช้หวัดแพร่กระจายผ่านทางอากาศ, โรคเริมแพร่กระจายผ่านการสัมผัสทางร่างกาย และโปลิโอแพร่กระจายผ่านการดื่มน้ำที่ไม่บริสุทธิ์ อย่างไรก็ตาม เชื้อเอชไอวีแพร่จากคนที่ติดเชื้อเอชไอวีเข้าสู่กระแสเลือดของอีกคนหนึ่งเท่านั้น

#### ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายคุณ

ระบบภูมิคุ้มกันคือระบบป้องกันโดยธรรมชาติของร่างกาย ซึ่งป้องกันร่างกายจากการติดเชื้อและโรคต่าง ๆ ระบบภูมิคุ้มกันประกอบด้วยเซลล์แบบต่าง ๆ ซึ่งทำงานร่วมกันในการติดตามและทำลายเชื้อไวรัส เชื้อแบคทีเรียและเชื้อโรคอื่นๆ ที่ก่อให้เกิดการติดเชื้อ และเชื้อโรค, เซลล์เม็ดเลือดขาว (เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ซีดีโฟร์ ที-เซลล์, CD4 T-cells) เป็นเซลล์ระบบภูมิคุ้มกันที่มีความสำคัญในการประสานงานในระบบภูมิคุ้มกันของคุณ

#### เชื้อไวรัสเอชไอวีทำอะไร

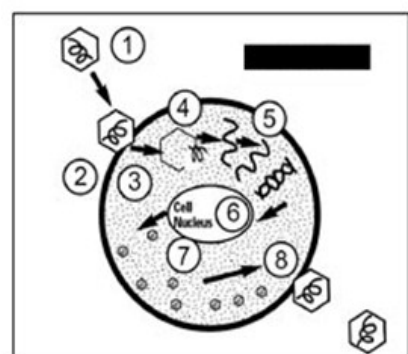
เชื้อไวรัสเอชไอวีเข้าโจมตีเซลล์ระบบภูมิคุ้มกัน ซึ่งจำเพาะเจาะจงให้ซีดีโฟร์ เซลล์ติดเชื้อและใช้เป็นแหล่งแพร่พันธุ์และทำลายซีดีโฟร์ เซลล์ไปในขั้นตอนนั้นด้วย ยิ่งซีดีโฟร์ เซลล์ถูกทำลายไปมากเท่าไร ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายก็ยิ่งอ่อนแอลงเท่านั้น เมื่อระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายอ่อนแอลง เมื่อนั้นความเสี่ยงในการติดเชื้อและเจ็บป่วยยิ่งมีสูงขึ้น เมื่อปล่อยไว้เป็นเวลานานโดยไม่ได้รับการบำบัดรักษา จำนวนซีดีโฟร์ เซลล์จะเหลือน้อยถึงขั้นอันตรายได้และกลายเป็นโรคเอดส์ในที่สุด

#### การตอบสนองในร่างกายคุณ

เพื่อต่อสู้กับเชื้อเอชไอวี ร่างกายจะผลิตสารต่อต้านเชื้อโรค อย่างไรก็ตามสารต่อต้านเชื้อโรคไม่สามารถต่อสู้กับปริมาณไวรัสที่ทวีคูณขึ้นเรื่อยๆ การเข้ารับบำบัดรักษาช่วยให้ร่างกายของคุณต่อสู้กับเชื้อไวรัสได้อย่างมีประสิทธิภาพ

#### วงจรชีวิตของเชื้อเอชไอวี

1. เชื้อไวรัสเอชไอวีเข้าสู่กระแสเลือด
2. & 3. เชื้อไวรัสเอชไอวีนี้กตัวและเข้าสู่ซีดีโฟร์ – เซลล์
4. เชื้อไวรัสเอชไอวีปล่อยข้อมูลทางพันธุกรรมของมันเข้าสู่เซลล์



5. กระบวนการพิเศษนี้สามารถทำให้ข้อมูลทางพันธุกรรมของเชื้อไวรัสกลายเป็นส่วนหนึ่งของ ซีดีโฟร์ – เซลล์ แล้วเข้าสู่นิวเคลียสของเซลล์
6. ตอนนี้อยู่ที่ซีดีโฟร์ – เซลล์ได้ติดเชื้อไวรัสเอาไว้เรียบร้อยแล้ว
7. เชื้อไวรัสเริ่มเพิ่มจำนวนตัวมันเองในซีดีโฟร์ – เซลล์
8. ในที่สุดซีดีโฟร์ – เซลล์จะปริแตกออก แล้วเชื้อไวรัสก็แตกตัวกระจาย สร้างและเพิ่มจำนวนตัวมันเองในเลือด ผนังตัวและเข้าสู่ซีดีโฟร์ – เซลล์ เพิ่มจำนวนตัวมันเองในซีดีโฟร์ – เซลล์ และเป็นกระบวนการซ้ำๆเช่นนี้ไม่มีที่สิ้นสุด