

HIV ➤ เชื้อเอชไอวี โรคติดต่อทางเพศและการท่องเที่ยว

- 6.1 ความเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวีในประเทศบ้านเกิดของท่านเป็นอย่างไร
- 6.2 เชื้อเอชไอวี/โรคเอดส์คืออะไร
- 6.3 เชื้อเอชไอวีแพร่ไปได้ได้อย่างไร
- 6.4 โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่นๆ
- 6.5 การสักและเจาะร่างกาย
- 6.6 การฉีดยาเสพติด

6.1 ความเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวีในประเทศบ้านเกิดของท่านเป็นอย่างไร

ถ้าท่านคิดว่าท่านไม่รู้สักใครเลยในประเทศบ้านเกิดของท่านที่ติดเชื้อเอชไอวี/เป็นโรคเอดส์ และนั่นก็น่าจะเป็นความเสี่ยงเพียงเล็กน้อยที่จะได้รับเชื้อเอชไอวีจากการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกันกับคนในบ้านเกิด

ขอให้คุณคิดใหม่ได้เลย

เชื้อเอชไอวี/โรคเอดส์มีผลกระทบต่อทุกคน ดังนั้นโปรดดูแลตัวเองเมื่อท่องเที่ยว

6.2 เชื้อเอชไอวี/โรคเอดส์คืออะไร

เอชไอวี เป็นตัวย่อของคำว่า ฮิวแมน อิมมูโน เดฟิเซียนซี ไวรัส (Human Immunodeficiency Virus) ไวรัส (Virus) ชนิดนี้สามารถทำให้เกิดโรคเอดส์ (AIDS) ได้

ถ้าท่านติดเชื้อเอชไอวี นี่คือการที่มีเชื้อเอชไอวีอยู่ในตัว ภาษาอังกฤษเรียกว่าเอชไอวี โพลสิทีฟ (HIV Positive)

ครั้งเมื่อเชื้อเอชไอวีเข้าสู่ร่างกายแล้วมันจะโจมตีและทำลายร่างกายลงอย่างช้าๆ ซึ่งปกติระบบภูมิคุ้มกันร่างกายนี้ ป้องกันท่านจากการติดเชื้อโรคและช่วยมิให้กลายเป็นโรคต่างๆ เมื่อเวลาผ่านไประยะหนึ่ง (มักเป็นเวลาหลายปี) ระบบภูมิคุ้มกันก็จะอ่อนลงจนผู้ที่ได้รับเชื้อคนนั้นเกิดเจ็บป่วยขึ้น เฉพาะเพียงเมื่อคนที่ติดเชื้อเอชไอวีได้รับการตรวจวินิจฉัย (Diagnosis) ว่าเป็นโรคหนึ่ง หรือมากกว่าแล้วเท่านั้น จึงจะกล่าวได้ว่าคนนั้นเป็นโรคเอดส์

โรคเอดส์ (AIDS) เป็นตัวย่อของคำว่า แอควาไร์ด อิมมูโน เดฟิเซียนซี ซินโดรม (Acquired Immune Deficiency Syndrome) เมื่อคนเจ็บป่วยลงด้วยโรคแปลกๆ หลายๆ โรคด้วยกันเนื่องจากภูมิคุ้มกันอ่อนแอลง จึงจะกล่าวได้ว่าคนนั้นเป็นโรคเอดส์

เชื้อเอชไอวี/โรคเอดส์ยังไม่มีการรักษาให้หายขาดได้แต่การบำบัดรักษาตั้งแต่เนิ่นๆ ด้วยยาชนิดพิเศษสามารถช่วยให้สุขภาพดีขึ้นได้

6.3 เชื้อเอชไอวีแพร่ไปได้ได้อย่างไร

เชื้อเอชไอวีพบได้ในช่องของเหลวของร่างกายเช่น เลือด น้ำอสุจิของชาย เมื่ออกในช่องคลอดหญิง และนมมารดา การติดเชื้อเอชไอวีจะเกิดขึ้นได้เพียงเมื่อของเหลวจากผู้มีเชื้อได้เข้าสู่กระแสเลือดของอีกคนหนึ่ง เชื้อเอชไอวีแพร่ไปได้โดยวิธีต่อไปนี้เท่านั้น

- การมีเพศสัมพันธ์ (ทางทวารหนักหรือช่องคลอด และโดยใช้ปาก)
- การใช้เข็มฉีดยา กระบอกฉีดยาและอุปกรณ์อื่นๆ ในการฉีดยาร่วมกัน
- การเจาะและสักร่างกาย (ด้วยเครื่องมือที่ไม่ได้รับการฆ่าเชื้ออย่างถูกวิธี)
- จากมารดาสู่ทารกเมื่อคลอดและการให้นมมารดาแก่ทารก
- การรับ การให้เลือดและ/หรือผลิตภัณฑ์จากเลือด (ผลิตภัณฑ์จากเลือดในออสเตรเลียได้รับการตรวจหาเชื้อเอชไอวีมาตั้งแต่ปี ค.ศ. 1985)

เชื้อเอชไอวีไม่สามารถแพร่ไปได้ในกรณีต่อไปนี้

ไอ

จาม

ถ่มน้ำลาย

จูบ/หอม

ร้องไห้

ใช้ภาชนะในการรับประทานอาหารร่วมกัน

ผ้าปูที่นอน

ห้องส้วม ห้องอาบน้ำฝักบัว หรือรูปแบบใดๆ ในการติดต่อกันทางสัมผัสภายนอก

แมลงเช่นยุงไม่แพร่เชื้อเอชไอวี

6.4 โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่นๆ

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ หรือ เอสทีดี (STD มาจาก Sexually Transmissible Diseases) มีอีกชื่อหนึ่งคือ กามโรค

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เช่น เริม หูดที่อวัยวะเพศ โรคซิฟิลิส โรคคลาไมเดีย หนองใน และโรคตับอักเสบบี มีปรากฏอยู่ใน
ทุกๆ สังคม

และ ถ้าท่านมีอาการดังต่อไปนี้

- คัน
- ตุ่มน้ำใส
- มีของเหลวไหลออกมาอย่างผิดปกติ เช่น ตกขาว หนองไหล
- แสบร้อนเวลาขับปัสสาวะ
- เจ็บระหว่างมีเพศสัมพันธ์ท่านอาจจะเป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อย่างใดอย่างหนึ่ง ฉะนั้นท่านควรพบแพทย์
ที่สำคัญกว่านั้น คือ ถ้าคุณมีเพศสัมพันธ์อยู่อย่างไม่ปลอดภัย (ไม่ใช้ถุงยางอนามัยป้องกัน) ท่านอาจเป็นโรคติดต่อทาง
เพศสัมพันธ์โดยไม่มีอาการใดๆ เลย

ปราศจากการบำบัดรักษาแล้วโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ธรรมดาๆ เช่น โรคคางทูม และโรคหนองใน อาจส่งผลทำให้มีบุตรยากทั้งในผู้ชายและผู้หญิง

ข้อเตือนใจ

เชื้อเอชไอวี และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ต่างๆ ส่วนใหญ่แล้วแพร่จากคนหนึ่งไปสู่อีกคนหนึ่งได้โดยการมีเพศสัมพันธ์ทางช่องคลอด ทวารหนักและทางปาก

โรคบางชนิด (ตัวอย่างเช่น เริม) ยังสามารถแพร่ได้ด้วยการสัมผัสทางผิวหนังด้วย เชื้อเอชไอวีและโรคตับอักเสบบี (รวมทั้งโรคตับอักเสบซี) ยังสามารถแพร่ได้ทางเลือดจากการใช้กระบอกฉีดยาที่ใช้แล้วหรือจากอุปกรณ์เจาะสักร่างกายที่ไม่ผ่านการฆ่าเชื้ออย่างถูกวิธี

การใช้ถุงยางอนามัย (ร่วมกับหล่อน้ำที่ใช้น้ำเป็นส่วนประกอบหลัก) ยังคงเป็นวิธีที่ดีที่สุดในการป้องกันเชื้อเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่นๆ จากการมีเพศสัมพันธ์ทางช่องคลอด ทวารหนักและทางปาก

ถุงยางอนามัย

ถุงยางอนามัยควรร่วมกับหล่อน้ำที่ใช้น้ำเป็นส่วนประกอบหลัก อย่างเช่น ยีห้อ เควาย เยลลี่ (KY Jelly) หรือ ยีห้อเวตสตัฟ (Wetstuff) ถุงยางอนามัยเป็นวิธีคุมกำเนิดวิธีเดียวที่ลดความเสี่ยงของการแพร่เชื้อเอชไอวี และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

โปรดจำไว้ว่า ในบางประเทศถุงยางอนามัยอาจจะหาซื้อได้ยากกว่าในออสเตรเลีย ดังนั้นจะเป็นการดีที่ท่านอาจจะนำถุงยางอนามัยติดกระเป๋าไปด้วยทุกครั้งก่อนเดินทาง

6.5 การสักและเจาะร่างกาย

หลายคนเดินทางต่างประเทศแล้วก็จะทำอะไรที่ตัวเองคิดไว้ก่อนแล้วว่าอยากจะทำ เช่น สักหรือเจาะร่างกาย แต่เชื้อเอชไอวี โรคตับอักเสบบี และโรคตับอักเสบซี อาจจะแพร่ได้โดยง่ายจากอุปกรณ์ที่ไม่ได้รับการฆ่าเชื้ออย่างถูกวิธี

ฉะนั้น โปรดคิดให้ดี แต่ถ้าท่านยังต้องการจะสักหรือเจาะร่างกาย ก็ควรตรวจสอบให้แน่ใจว่าอุปกรณ์ที่ใช้ได้รับการฆ่าเชื้อโรคอย่างถูกวิธีและที่ดีกว่าคือ เป็นอุปกรณ์ที่ใช้กับท่านเป็นครั้งแรกและครั้งเดียวเท่านั้น

- อย่าเจาะหรือสักร่างกายอย่างฉับพลัน
- จงคิดว่ารอไว้จนกว่าจะกลับไปออสเตรเลีย

6.6 การฉีดยาเสพติด

อีกอย่างหนึ่ง ท่านอาจไม่คิดว่าจะทำก็คือการใช้ยาเสพติด นี่ไม่ได้เป็นการรณรงค์ให้ใช้ยาเสพติด แต่บางคราวมันก็สะท้อนวิถีชีวิตจริงของคนเรา

การฉีดเข้าร่างกายมีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อไวรัสที่อาศัยอยู่ในกระแสเลือด อย่างเช่นเชื้อเอชไอวี และเชื้อโรคตับอักเสบบี และซี รวมทั้งการติดเชื้อแบคทีเรีย

มีวิธีอื่นๆ ที่ปลอดภัยกว่าเช่นการกลืน การสูดดม การเหน็บ (ทางทวารหนัก) หรือการสูบ

ถ้าใช้วิธีฉีด ทุกครั้งที่ฉีดยาควรจะใช้อุปกรณ์ใหม่ที่ได้รับการฆ่าเชื้ออย่างถูกวิธี (โครงการเข็มและกระบอกฉีดยาแจก อุปกรณ์เหล่านี้ฟรีในออสเตรเลีย)

ถ้าคุณไม่สามารถหาเข็มฉีดยาใหม่ได้เลย ควรกลับไปใช้เข็มฉีดยาเก่าของตัวเองและไม่ใช้อุปกรณ์การฉีดยา (รวมทั้งสายรัดแขน) ร่วมกับผู้อื่นโดยเด็ดขาด

ในกรณีที่จำเป็นต้องทำความสะอาดเข็มฉีดยาอันเก่าของคุณเอง

1. ล้างด้วยน้ำเย็นที่สะอาด 2 ครั้ง
2. เติมน้ำยาฆ่าเชื้อ (บลิซ) และเขย่าเป็นเวลา 30 วินาที
3. ทำซ้ำอีกครั้งด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อ (บลิซ) อันใหม่
4. ล้างด้วยน้ำเย็นที่สะอาดอีก 2 ครั้ง

น้ำที่ใช้ล้างแล้วให้ผลดีที่สุดคือ การใช้น้ำบริสุทธิ์ (น้ำที่ผ่านการฆ่าเชื้อโรคแล้ว, sterile water)

ถ้าคุณไม่สามารถหาน้ำบริสุทธิ์ที่ผ่านการฆ่าเชื้อได้เลย สิ่งสุดท้ายที่จะใช้ได้คือ น้ำต้มจากน้ำที่บรรจุขายในขวด แต่ต้องมั่นใจว่าฝาขวดได้ถูกปิดผนึกเป็นอย่างดีในตอนที่คุณซื้อ