



Kiến Thức Căn Bản Về HIV

Thắc mắc và Trả lời về HIV



Bạn có biết cách ngăn ngừa khỏi bị mắc HIV và AIDS không?

Học hỏi cách giúp bạn sống lành mạnh và ngăn ngừa sự lây lan của HIV.

HIV và AIDS là gì?

- HIV là siêu vi trùng (vi-rút) gây ra bệnh AIDS.
- Bệnh AIDS là giai đoạn cuối của bệnh nhiễm HIV khi hệ miễn dịch bị tổn thương nghiêm trọng.

Có phải ai bị nhiễm HIV đều bị bệnh AIDS không?

- Không. Người ta có thể sống nhiều năm với HIV mà không bị bệnh AIDS, nhất là khi họ được điều trị.
- Đôi khi có nhiều người bị nhiễm HIV từ lâu mà không có dấu hiệu hay triệu chứng gì.

Có chữa lành được không?

- HIV hay AIDS không thể chữa lành, nhưng có nhiều cách (thuốc) điều trị hiệu lực cho bệnh nhiễm HIV.
- Người có HIV có thể được chăm sóc miễn phí hay phải chi phí thấp cho các dịch vụ y tế nhằm giúp họ có một cuộc sống lành mạnh và lâu dài.

HIV lây lan như thế nào?

- Qua máu, tinh dịch, dịch âm đạo, và sữa mẹ.
- Làm tình qua đường âm đạo và hậu môn mà không dùng bao cao su.
- Dùng chung kim tiêm và dụng cụ tiêm chích khi tiêm chích ma túy.
- Tiếp xúc với máu của người khác.
- Phụ nữ có HIV có thể lây HIV cho con mình trước hay trong khi sinh hay khi họ cho con.

HIV và các bệnh khác có liên quan với nhau không?

- Có. Tình dục không an toàn cũng có thể tạo nguy cơ cho bạn bị nhiễm các bệnh lây qua đường tình dục như bệnh lậu, bệnh giang mai, bệnh hoa liễu, bệnh bệnh mụn giộp, và bệnh mồng gà.
- Người có “bệnh lây qua đường tình dục” có thể lây nhiễm HIV một cách dễ dàng hơn người không có bệnh.
- Tiếp xúc với máu của người khác cũng có thể làm lây lan viêm gan loại B và loại C.

HIV có thể lây lan bằng các cách khác không?

- Bạn không thể nhiễm HIV qua những tiếp xúc thông thường như ôm hay bắt tay hay uống chung ly với người có HIV.
- Bạn không thể nhiễm HIV từ người nào đó ho hay hắt hơi.
- Đôi khi HIV có thể lây lan khi làm tình bằng miệng, nhưng đây là nguy cơ thấp.

Tôi có nguy cơ không?

- Bất cứ lúc nào bạn có quan hệ tình dục với một người đàn ông hay phụ nữ hay dùng chung kim tiêm thì quý vị có nguy cơ lây nhiễm HIV.
- Nguy cơ lây nhiễm HIV tăng lên mỗi khi bạn tham gia trong những sinh hoạt như vậy.
- Nếu bạn tình của bạn có quan hệ tình dục hay dùng chung kim tiêm với người khác, điều này sẽ làm tăng nguy cơ cho bạn.

Làm thế nào để tôi làm giảm nguy cơ lây nhiễm HIV của tôi?

Đây là ba cách để làm giảm nguy cơ lây nhiễm HIV của bạn:

- Dùng bao cao su *mỗi khi* bạn quan hệ tình dục.
- Làm tình bằng miệng thay vì qua đường hậu môn hay âm đạo.
- Giảm số lượng bạn tình.

Đây là một số cách khác quý vị có thể làm:

- Biết tình trạng HIV và các bệnh lây truyền qua đường tình dục cũng như mức độ rủi ro của chính bạn và bạn tình của bạn. Điều này có thể giúp bạn có những lựa chọn khôn ngoan về quan hệ tình dục với bạn tình của mình.
- Nếu bạn tình của bạn bị nhiễm HIV, bạn hãy làm những gì có thể làm được để giúp người đó được điều trị và sống lành mạnh.



Massachusetts Department
of Public Health
Office of HIV/AIDS

www.mass.gov/dph/aids



Những Thắc mắc và Trả Lời về HIV

Nếu bạn tiêm chích thuốc, các bước sau đây có thể giúp bạn giảm nguy cơ lây nhiễm HIV:

- Sử dụng một kim tiêm và ống tiêm mới đã được tiệt trùng mỗi khi tiêm thuốc. Bạn có thể mua kim tiêm mới tại các hiệu thuốc tây trong Tiểu Bang Massachusetts, hay tại các cơ quan trao đổi kim tiêm miễn phí được Tiểu Bang tài trợ.
- Không dùng chung kim tiêm, bông gòn, dụng cụ đun nấu, hay các dụng cụ khác.
- Nếu bạn phải dùng chung, dùng với càng ít người càng tốt. Khử trùng (làm sạch bằng bleach/nước tẩy) kim tiêm và các dụng cụ khác trước khi dùng lại.
- Nếu bạn dùng lại kim tiêm hay ống tiêm, làm sạch (khử trùng) nó trước mỗi lần dùng bằng cách trước tiên dùng nước súc sạch ba lần. Sau đó hút nước tẩy vào, lắc hai phút, bơm nước tẩy ra, rồi làm lại hai lần nữa với nước tẩy mới. Dùng nước súc lại ba lần nữa.



Tôi phải biết điều gì về HIV nếu tôi có thai hay dự định sẽ có thai?

- Phụ nữ có HIV có thể lây truyền HIV cho thai nhi trước hay trong khi sinh hay khi cho con bú.
- Nên biết về tình trạng HIV của mình. Nếu bạn có nguy cơ nhiễm HIV, bạn có thể yêu cầu được xét nghiệm HIV nhiều lần.
- Nếu bạn có HIV và đang có thai, có một số thuốc bạn có thể dùng để làm giảm nguy cơ lây truyền HIV cho con của bạn. Phần lớn trẻ em sinh ra bởi các bà mẹ được điều trị thì không bị nhiễm HIV.
- Nên cho bé bú bình với sữa formula thay vì bú sữa mẹ để tránh lây truyền HIV cho con của bạn.

Tại sao tôi nên xét nghiệm?

- Xét nghiệm là cách duy nhất để biết chắc là mình có HIV không.
- Tất cả các cơ quan xét nghiệm có thể giúp bạn có những chăm sóc y tế cần thiết và các dịch vụ hỗ trợ nhằm giúp bạn có một cuộc sống lành mạnh.
- Vì đôi khi người có HIV có thể lây cho người khác mặc dù họ không có bất kỳ dấu hiệu nào, biết về tình trạng HIV của mình có thể giúp bạn ngăn ngừa việc lây truyền HIV cho bạn tình mình.

Tôi có thể được xét nghiệm HIV ở đâu?

- Bạn có thể được xét nghiệm HIV ở văn phòng bác sĩ của bạn.
- Ngoài ra còn có các địa điểm xét nghiệm trên khắp tiểu bang Massachusetts.
- Bạn có thể được xét nghiệm tại một số địa điểm mà bạn không cần phải kê tên, họ sẽ phát cho bạn một mã số để giúp bảo vệ sự riêng tư của bạn.
- Để tìm ra một địa điểm xét nghiệm gần quý vị, hãy hỏi nhân viên chăm sóc y tế của bạn, gọi 800-235-2331, hay truy cập www.mass.gov/dph/aids.

Tôi cần phải biết gì nữa về xét nghiệm HIV?

- Không ai có thể ép buộc bạn xét nghiệm, mà bạn phải ký đơn chấp thuận và cho phép trước khi xét nghiệm được thực hiện.
- Có nhiều loại xét nghiệm khác nhau. Một số loại xét nghiệm thử máu của bạn, các xét nghiệm khác thì dùng gạc lấy dịch từ miệng bạn. Cũng có loại xét nghiệm nhanh và cho bạn kết quả trong ngày.
- Các địa điểm xét nghiệm thông thường có thêm các xét nghiệm khác cho các bệnh lây truyền qua đường sinh dục và viêm gan.



Tôi có thể lấy thêm thông tin ở đâu?

Đường dây đặc biệt dành riêng tại AIDS ACTION
Tiếng Anh và Tiếng Tây Ban Nha 800-235-2331
Điện thoại cho người khiếm thính
TTY: 617-437-1672
www.aac.org

Đường Dây Thông Tin Trợ Giúp Lạm Dụng
Chất Gây Nghiện Massachusetts
Tiếng Anh và Tiếng Tây Ban Nha: 800-327-5050
Điện thoại cho người khiếm thính
TTY: 617-536-5872

