

Questionnaire of your health condition

Doctor needs to know your health condition and working environment, so that Doctor will give you proper advice based on these answer. Please kindly fill out the form.

Receptionist No. _____ Year/Month/Day _____ ヨルバ人へのHIV/AIDS予防啓発英語訳調査票

Name: _____ Birthday: Year/Month/Day _____ Age: _____ Sex: Male / female

- ① How long have you been in Japan? Year(), Months()
- ② Do you have health insurance? Yes, I do. No, I do not.
- ③ What is your work? Yes, I do. ↓ No, I do not.
1. Factory 2. Construction sites 3. Restaurants 4. Office work 5. Trading 6. Engineer 7. Grocery Shops 8. Housewife
9. Entertainment 10. Others()
- ④ How is your work environment? Good Fair Bad ↓
1. Dusty 2. Noisy 3. We lift heavy things 4. We stand for a long time 5. Others()
- ⑤ Have you suffered from the following illness? Yes, I have. ↓ No, I have not.
1. Heart disease 2. Stroke 3. High blood pressure 4. Diabetes 5. Anemia 6. Liver disease 7. High cholesterol
8. Gout 9. Kidney disease 10. Glaucoma/Cataract 11. Tuberculosis 12. Cancer 13. Others()
- ⑥ Have you received an operation/a blood transfusion? Yes, I have. No, I have not.
- ⑦ Have somebody of your family suffered from the following illness? Yes ↓ No
1. Heart disease 2. Stroke 3. High blood pressure 4. Diabetes 5. Glaucoma/Cataract 6. Tuberculosis 7. Cancer
8. Others()
- ⑧ Do you have the following symptoms Now? Yes, I do. ↓ No, I do not.
1. Fast heart beat 2. Out of breath 3. Pain in the chest 4. Swelling 5. Dizziness 6. Numbing of the hands and feet
7. I feel thirsty 8. Cough 9. Sputum 10. Lumber pain 11. Insomnia 12. Constipation 13. Fatigue 14. Stomach ache
15. Diarrhea 16. Others()
- ⑨ Do you drink alcohol? Yes, I do. ↓ No, I do not.
- Beer: How many bottles do you drink in a day? ()bottles
- ⑩ Do you smoke? I do not smoke or stopped it. (from years ago)
 I smoke. (less than 20 a day)
 I smoke. (more than 20 a day) (cigaretts / for years)
- ⑪ Can you sleep well? I can sleep well.
 I feel lack of sleep.
 I feel difficulty to fall asleep.
- ⑫ Are you feeling stress ? I am feeling it strongly.
 I am feeling it slightly.
 I am not feeling it.
- ⑬ Have you ever received a health check-up? Yes, I have on the year/the month() No, I have not.
- ⑭ Do you have any illness? Yes, I do. What disease? () No, I do not.
- ⑮ Are you treating the disease? Yes, I do. What medicine? () No, I do not
- ⑯ Are you taking medicine sent from your country? Yes, I am. What medicine? () No, I am not.

→→Please continue to the back page.

1. Which illness are you afraid of contacting? Please choose **3 from below**
1. Diabetes 2. Syphilis 3. Malaria 4. Heart disease 5. Pneumonia 6. HIV/AIDS 7. Stroke 8. Genital herpes 9. Eye disease
10. Cancer 11. High blood pressure 12. Gout 13. Anemia
2. What do you do to prevent from life-style related disease such as diabetes, heart disease, high cholesterol, stroke and high blood pressure etc? (Select one or more.)
1. Do physical exercise 2. Refrain from taking alcohol 3. Control quantity of meals 4. Refrain from taking oily foods
5. Refrain from taking salty foods 6. I do not do anything
3. Do you think that communicable disease like HIV/AIDS is preventable?
1. Yes 2. No 3. I do not know
4. Which do you think are correct answer of HIV/AIDS? (Select one or more.)
1. HIV/AIDS has more risk to get infected if you have sexual infection such as Chlamydia or syphilis.
2. You will infect HIV/AIDS if you just shake hands and kiss on the cheek of HIV/AIDS positives people.
3. There is a great risk if you share clipper with others.
4. Using condom is most effective prevention for HIV virus.
5. You will infect HIV virus if you are bitten by mosquito that had bitten HIV positive person.
6. HIV/AIDS test is only way to find out your infection.
5. How do you know or get about information about HIV/AIDS? (Select one or more.)
1. Sources of internet Nigerian newspaper 2. TV 3. Relatives of Nigeria 4. Nigerian acquaintances in Japan
5. African acquaintances in Japan 6. Spouse 7. Others()
8. I do not have any information of HIV since I am not interested.
6. Which situation do you think will face HIV/AIDS positive person in Nigeria? (Select one or more.)
1. There is no proper medical treatment.
2. Once you are infected, family members or friends never show understanding due to a strong fear.
3. You will be isolated since there are no support groups like NGO, NPO or Peer group.
4. It will cost a lot of money for treatment.
5. It is not very important issue to pay attention in Nigeria.
6. I have never thought of this situation about HIV/AIDS.
7. What will you do if you are worried about HIV/AIDS infection in Japan? (Select one or more.)
1. Test at private clinic 2. Test at public health center 3. Look for telephone consultation services 4. Collect information by internet
5. Consult with relatives 6. I do not do anything. →Why?()
8. If you happened to get infected, who is most person you can rely on? (Select one.)
1. Family members in your country 2. Spouse 3. Friends 4. Religious leader 5. NGO/NPO/Peer groups 6. None
9. Do you know that you can take a free-test of HIV/AIDS confidentially and there is no restriction of your visa status?
1. Yes 2. No
10. Which is most important thing when you take a HIV test? (Select one.)
1. Free 2. Your identity is protected. 3. late evening or weekend 4. Done by English-speaking staff
5. Nearest place from your home 6. Others()
11. What kind of HIV/AIDS information do you want to know? (Select one or more.)
1. Knowledge of HIV/AIDS 2. Knowledge of prevention 3. Testing facility done by English
4. Consultation service done by English 5. Situation of treatment and medical facility in Nigeria
6. treatment expenses and environment in Japan 7. Data of African HIV/AIDS patients in Japan
8. Data of Japanese HIV/AIDS patients 9. NGO/NPO with African interest that you can consult in Japan 10. Others()
12. What do you expect the practices of HIV/AIDS in Japan? (Select one or more.)
1. Proper treatment to Foreign residents without any restriction of visa status 2. Improvement of language barrier at medical facilities
3. Research and innovation of medication 4. Improvement of prejudice toward African residents in Japan
5. Minimize prejudice to HIV/AIDS patient 6. Easy to access medical facilities and receive proper treatment close to your place
7. Focus on prevention program to African residents in Japan 8. Focus on prevention program to Japanese
9. Provide booklets written about prevention and mechanism of HIV/AIDS 10. Others()

沢田 貴志研究分担者成果物に関する説明文

「HIV抗体検査ハンドブック」は、タイ語でVCCTについて説明された冊子で、抗体検査やカウンセリング、HIV感染症とその治療、Window periodなどについてわかりやすく解説している。また、「タイの公的医療証とエイズに関するハンドブック」においてはタイ語でタイの医療制度とその制度で提供されるエイズ治療の説明が記されている。いずれも在日タイ人でHIVに関連する相談を寄せる個人やその支援者、エイズ拠点病院などでタイ人患者の療養支援に関わる医療従事者、HIV抗体検査に関わる自治体保健所の保健師などの活動に資する為、著者から許可を得てタイ国内で配布されているハンドブックを日本国内配布用として印刷製本を行なった。

「SHARE Migrant Health Care Projectパンフレット」は（特活）シェア＝国際保健協力市民の会が在日外国人を対象に実施しているAIDS関連等保健プログラム（電話相談、HIV/AIDS：在日外国人支援ネットワーク、通訳派遣など）を普及する目的で作成した。在日外国人を対象にする出張健康相談会やアウトリーチ活動において外国人を対象に配布をしている。また、外国人支援CBO/NGO、在日外国人の保健医療支援に関わる医療関係者（医療ソーシャルワーカー、看護師など）、相談を寄せる個人や支援者などにも配布している。



คู่มือ
ตรวจสอบเลือด
ต้องสมัครใจ

คู่มือเล่มนี้จัดทำขึ้นเพื่อมุ่งหวังให้ทุกคนได้เข้าใจ และมีแนวทางในการเตรียมตัว เตรียมใจ ตนเองก่อน ไปใช้สิทธิรับบริการปรึกษาหรือบริการตรวจสอบเลือกเพื่อ หากการคิดซื้อเอชไอวี และมุ่งให้ทุกคนเข้าใจความหมาย ที่แท้จริงของคำว่า “ตรวจเลือกโดยสมัครใจ” ซึ่งไม่ใช่ แค่ “การสมัครใจ” แล้วจะเดินเข้าไปตรวจเลือกได้เลย หากแต่ต้องมีความพร้อม มีข้อมูลอย่างรอบด้าน และ เข้าใจโอกาสเสี่ยงที่เกิดขึ้นกับตัวเองก่อน

อย่างไรก็ตาม การให้เวลาตัวเองค่อยๆ คิด ค่อยๆ อ่าน และค่อยๆ ตัดสินใจก่อนไปรับบริการ ตรวจเลือกเป็นเรื่องสำคัญ โดยคู่มือเล่มนี้มีเนื้อหาเป็น ข้อมูลเบื้องต้นสำหรับคุณ นอกจากนี้ คุณยังสามารถ โทรไปขอรับคำปรึกษาทางโทรศัพท์ ทั้งก่อนและหลัง

การตรวจเลือกได้ตามหน่วยบริการที่ใ้ไว้ในท้ายคู่มือเล่มนี้

หวังว่าเมื่อคุณรู้ผลการตรวจเลือกของคุณ ไม่ว่าจะออกมาเป็นอย่างไร คุณจะยังคงดำเนินชีวิตต่อไปได้อย่างมีคุณภาพ อย่างมีเป้าหมาย และอย่างมีพลัง ที่จะต่อสู้กับทุกสิ่งที่เกิดขึ้น



“เชื่อไหมว่าคุณก็มีโอกาสเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี”

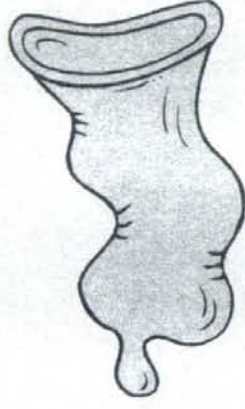
หลายคนอาจส่ายหน้า อาจปฏิเสธ อาจหัวเราะ อยู่ในใจกับคำบอกข้างต้น “ฉันนะเหรอ มีโอกาสเสี่ยง ฉันเนี่ยนะจะเป็นเอดส์”

ก็ต้องบอกว่า “ใช่” หากคุณยังมีเพศสัมพันธ์ โดยไม่ได้ป้องกันกับคู่ที่เราเองก็อาจเดาไม่ออกว่าใครบ้างที่มีเชื้อ หรือยังใช้เข็มฉีดยาเสพติดร่วมกับผู้อื่นอยู่ ทำให้จริงเป็นเช่นนั้น...

บาทกวนและประเมินความเสี่ยงกัน

ลองมาพบทวนกันหน่อยไหมว่า คนเราจะเสี่ยงรับเชื้อเอชไอวีจากอะไรบ้าง

- **ไม่ใช่ทุกอย่างอนามัยเมื่อมีเพศสัมพันธ์แบบสอดใส่**
....แล้วทำไมถึงไม่ใช่ละ....
 - คิดว่าคุณปลอดภัย ฉันซื้อสีย้อมย้อมเชื้อ เราต่าง



ซื้อสีย้อมย้อมกัน ไม่มีใครมีเชื้อเอชไอวีหรอก ไม่ต้องใช้ถุงยางก็ได้

- กลัวคู่จะคิดว่าเรารังเกียจ ไม่ไว้ใจเขา
- ไม่ชอบ เพราะเป็นเรื่องความเชื่อส่วนตัว บางอย่าง เช่น ไม่เป็นธรรมชาติ เป็นสัญลักษณ์ของความไม่ไว้วางใจซึ่งกันและกัน
- คิดว่ารูปแบบการมีเพศสัมพันธ์ที่ทำอยู่ไม่เสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี เช่น การหลังข้างนอก

● ใช้เข็มฉีดยาเสพติดร่วมกับผู้มีเชื้อ

...แล้วทำไมถึงใช้...

- ควบคุมตัวเองไม่ได้จากอาการต้องการใช้ยา จึงไม่ได้ทำความสะอาดเข็มก่อนใช้



- การมีเขมส่วนตนเป็นเรื่องยาก อาจจะช่วยข้อจำกัดด้านสังคมและกฎหมาย

เรารู้กันมานานกว่า 10 ปีแล้วว่า เชื้อเอชไอวีติดต่อและป้องกันได้อย่างไร แต่จนถึงปัจจุบันนี้ สาเหตุหลักของการติดเชื้อเอชไอวียังคงมาจากกรณีเพศสัมพันธ์แบบสอดใส่โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัยกับผู้มีเชื้อเอชไอวี

“แล้วทำไมจึงเป็นอย่างนั้น”
หรือเพราะเราคิดว่า

- เราไม่ได้เที่ยวสถานบริการ
- เราไม่ได้มีคู่นอนหลายคน
- เราไม่ได้ใช้สารเสพติดชนิดฉีด
- เวลาจะมีเพศสัมพันธ์กับใครสักคนก็เลือกแล้ว ว่า...
- คู่ของเราดูสวยหล่อ แข็งแรง สะอาดเรียบร้อย
- คู่ของเราคงไม่เคยมีเพศสัมพันธ์กับใครมาก่อน



- เรามีเราคนเดียว
- เขาอยู่ในสายตาเราตลอดเวลา

ด้วยนานาเหตุผลเหล่านี้ เราจึงไม่ได้คิดหรือไม่ทันคิดที่จะป้องกันตัวเองให้ปลอดภัยจากเอชไอวี

แต่...เราอาจจะลืมกันไปว่า ในวิถีชีวิตของเรา มีโอกาสมีเพศสัมพันธ์ทั้งในแบบที่ตั้งใจและไม่ตั้งใจ อาจจะทำก่อนแต่งหรือหลังแต่ง ที่สำคัญคือเป็นเรื่องยากที่จะพูดถึงประสบการณ์ทางเพศหรืออารมณ์ทางเพศของตนเองให้ใครๆ รู้ เพราะไม่เป็นที่ยอมรับในสังคม อาจรู้สึกสูญเสียคุณค่า อาจเสียสถานภาพทางสังคม หรือเกรงว่าคู่จะรับไม่ได้และนำไปสู่การเลิกา แล้วคู่ของเราล่ะ...อยู่ในวิถีแบบนี้หรือเปล่า

หรือ...ถ้าคู่ของเราเป็นผู้ใช้หรือเคยใช้สารเสพติดชนิดฉีด และด้วยเงื่อนไขบางอย่าง เช่น เป็นสิ่งผิดกฎหมายและสังคมไม่ยอมรับ ทำให้ไม่สามารถใช้เข็มสะอาดซึ่งเป็นโอกาสของการรับเชื้อเอชไอวี รวมถึงการ

ไม่สามารถเปิดผลสถานภาพการใช้สารเสพติดของตนเองได้ ทำให้เราเองก็อาจจะไม่รู้ว่าคุณของเราใช้สารเสพติด และหากมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกันก็เป็นไปได้ที่เราอาจรับเชื้อเอชไอวีจากคู่

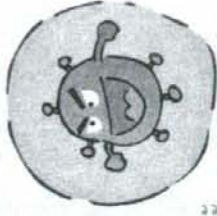
จะเกิดอะไรขึ้น ถ้าเรามีเพศสัมพันธ์แบบสอดใส่โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัยโดยการประเมินว่า เรา...ไม่ใช่เราไม่เสี่ยง เราจึงไม่ได้คิดถึงถึงการป้องกันการรับเชื้อเอชไอวีมาก่อน

ซึ่งผู้มีเชื้อเอชไอวีจำนวนมากไม่เคยคิดเลยว่าตนเองมีโอกาสรับเชื้อ

หรือ เราอยู่ในกลุ่มที่ประเมินว่าตนเองเสี่ยง แต่มีอุปสรรคในการป้องกัน เช่น คิดว่าถุงยางเป็นสัญลักษณ์ของความไม่ไว้วางใจและพฤติกรรมไม่ดี ไม่สามารถคุยให้คู่ใจถุงยางได้ ไม่ได้เตรียมตัวมีเพศสัมพันธ์แต่หยุดไม่ได้ เป็นต้น

ลองประเมินดูซิว่า คุณมีโอกาสรับเชื้อเอชไอวีหรือเปล่า ทั้งในอดีต ปัจจุบัน และอนาคต

สิ่งที่ทุกคนควรรู้เกี่ยวกับเอชไอวี/เอดส์



เอชไอวีทำอะไรกับร่างกาย

เมื่อเชื้อเอชไอวีเข้าไปในร่างกายจะ

ค่อยๆ ทำลายภูมิคุ้มกันไปเรื่อยๆ โดยจะ

ไม่ทำให้เราป่วยในทันทีหรือเรียกได้ว่ามีภาวะ

สุขภาพเหมือนเดิม ซึ่งเรียกว่า **ผู้ติดเชื้อเอชไอวี** และ

เมื่อภูมิคุ้มกันต่ำลงจนมีโอกาสเป็นโรคติดเชื้อฉวย

โอกาสที่รุนแรง จึงเรียกว่า **ผู้ป่วยเอดส์** ซึ่งอัตราเฉลี่ย

ของผู้ติดเชื้อในประเทศไทยจะใช้เวลา 7-10 ปีตั้งแต่รับ

เชื้อ จึงเริ่มป่วยด้วยโรคติดเชื้อฉวยโอกาส

อย่างไรก็ตาม **“เอดส์ รักษาได้ เชื้อเอชไอวี สามารถควบคุมได้”**

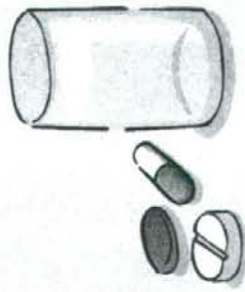
โรคติดเชื้อฉวยโอกาสทุกโรคสามารถรักษาได้

บางโรคสามารถกินยาเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดหรือกลับมา

เป็นซ้ำ ถ้าเข้าสู่ระบบการรักษาอย่างเหมาะสมตาม

ภาวะสุขภาพ





ส่วนเชื้อเอชไอวี ก็สามารถควบคุมได้ด้วยยา
กินต้านไวรัส จนภาวะภูมิคุ้มกันกลับมาอยู่ในระดับ
ปกติได้

การรักษาโรคติดเชื้อฉวยโอกาส และการรักษา
ด้วยยาต้านไวรัสเอชไอวี อยู่ในชุดสิทธิประโยชน์ใน
ระบบหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ และโรงพยาบาล
ส่วนใหญ่ทั่วประเทศมีศักยภาพในการรักษาและจ่ายยา
ต้านไวรัสฯ ซึ่งหมายความว่า ผู้ติดเชื้อทุกคนที่จำเป็น
ต้องการใช้ยา ทั้งยารักษาโรคติดเชื้อฉวยโอกาส หรือ
ยาต้านไวรัสเอชไอวีสามารถรับการรักษาได้ตามชุด
สิทธิประโยชน์ในบัตรทอง หรือในระบบประกันสังคม

ประมาณการว่าปัจจุบันประเทศไทยมีผู้ติดเชื้อ
1 ล้านคน และรักษาด้วยยาต้านฯ 1.3 แสนคน

อย่างไรก็ตาม การอยู่ร่วมกันในการใช้ชีวิต
ประจำวัน เช่น การรับประทานอาหารร่วมกัน การใช้
ห้องน้ำร่วมกัน การตัดผมในร้านเดียวกัน ไม่สามารถ
ทำให้คนอื่นรับเชื้อเอชไอวีได้

เรารู้ได้อย่างไรว่ามีเชื้อเอชไอวี หรือเปล่า?

ถ้า มีเพศสัมพันธ์แบบสอดใส่โดยไม่ใช้ถุงยาง
อนามัยกับผู้มีเชื้อเอชไอวี (ซึ่งเรารู้ไม่
ออก) = ความเสี่ยง

หรือ ใช้เข็มฉีดยาสารเสพติดร่วมกับคนอื่น =
ความเสี่ยง

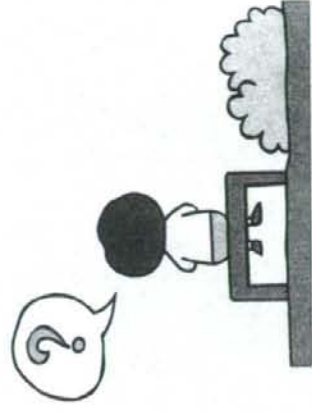
และเราไม่สามารถรู้ได้ว่าเราติดเชื้อเอชไอวีด้วย
การดูจากอาการหลังรับเชื้อ เพราะไม่มีอาการใดที่บ่งชี้



เมื่อตัดสินใจไปตรวจเลือด เมื่อตัดสินใจไปตรวจเลือด

เมื่อคุณประเมินตนเองแล้วว่าพร้อมและตัดสินใจที่จะไปตรวจเลือดหาการติดเชื้อเอชไอวี คุณสามารถเข้ารับบริการได้ที่ทั้งโรงพยาบาลของรัฐและเอกชน คลินิก นิรนาม หรือคลินิกเอกชน ที่มีความพร้อม โดยต้องมีบริการให้การปรึกษาก่อนและหลังการตรวจเลือด ซึ่งเป็นบริการสำคัญที่จะช่วยให้คุณเข้าใจผลการตรวจ และช่วยกันวางแผนต่างๆ เพื่อรับมือกับผลเลือดที่จะตามมา

โดยทั่วไปบริการตรวจเลือดของทุกสถานบริการจะคล้ายกัน เทคโนโลยีการตรวจ ณ ปัจจุบันเรียกได้ว่ามีมาตรฐานมากพอและเชื่อถือได้ จากการสำรวจข้อมูลคุณภาพบริการรักษาก่อนและหลังตรวจเลือดในช่วง พ.ย.-ธ.ค.2547 จากการสุ่มตัวอย่างสถานบริการทั่วประเทศ โดยเครือข่ายผู้ติดเชื้อเอชไอวี/เอดส์ประเทศไทย พบว่า โรงพยาบาลรัฐมีแนวทางให้ข้อมูลการ



รักษาที่ถูกต้อง ทันสมัย มากกว่าสถานบริการเอกชน

ปัจจุบันสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ กำหนดชุดสิทธิประโยชน์ ครอบคลุมบริการให้คำปรึกษา และตรวจเลือดโดยสมัครใจ ให้กับคนไทยทุกสิทธิการรักษา ทั้งหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า (บัตรทอง) สิทธิการรักษาฟรี ประกันสังคม และสิทธิการรักษาอื่นๆ โดยสามารถรับบริการได้ที่หน่วยบริการตามบัตรทอง หรือ โรงพยาบาลในระบบหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า ทั้งของรัฐและเอกชน ทุกแห่ง

แต่หากไม่ต้องการใช้สิทธิข้างต้น สามารถเลือกรับบริการได้โดยเสียค่าใช้จ่ายเอง โดยภาครัฐราคาตกอยู่ประมาณ 80-300 บาท หากเป็นภาคเอกชน ราคาประมาณ 300-800 บาท

ถ้าวันนี้เราไม่มีเชื้อเอชไอวี จะทำให้พล
เลือดของเราเป็นลบตลอดไปได้อย่างไร

เราได้ประเมินกันตั้งแต่ต้นแล้วว่า เราเสี่ยงต่อ
การรับเชื้อเอชไอวีจากทางไหนบ้าง
บางคนเสี่ยงจากการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ได้อ
ป้องกัน

บางคนเสี่ยงจากการใช้เข็มฉีดยาร่วมกัน
แต่ทุกความเสี่ยงของคุณสามารถป้องกันและลด
โอกาสที่จะรับเชื้อเอชไอวีได้

หากคุณคิดว่าคุณเสี่ยงต่อการรับเชื้อเอชไอวีจาก
การมีเพศสัมพันธ์ ฤงยงอนมาย้อยเป็นทางเลือกหนึ่ง
ที่ช่วยป้องกันได้ หรือหากคุณไม่สะดวกใจ มีปัญหาใน
การใช้ถุงยาง แต่อยากลดความเสี่ยงในการรับเชื้อ การ
มีเพศสัมพันธ์แบบไม่สอดใส่ ก็เป็นอีกทางเลือกที่ช่วย

คุณได้

หากคุณมีความเสี่ยงจากการใช้เข็มฉีดยาร่วมติด
ร่วมนกัน คุณอาจต้องหามาใช้ส่วนตัวหรือหากจำเป็นต้อง
ใช้ร่วมกับผู้อื่น ก็ควรทำความสะอาดเข็มก่อนใช้ทุกครั้ง
ด้วยการสุบและฉีดล้างเข็มรวมทั้งกระบอกฉีดยาด้วย
น้ำสะอาดหลาย ๆ ครั้งในกรณีที่ไม่มียาฆ่าเชื้อหรือ
สบู่ หากมีน้ำยาล้างเชื้อหรือน้ำสบู่ควรใช้ทำความสะอาด
ร่วมด้วย **ที่สำคัญคือต้องล้างเข็มและกระบอกฉีด**

การประเมินความต้องการหรืออากาศที่ต้องใช้ยา
รวมทั้งหากสามารถวางแผนการใช้ยาไว้ล่วงหน้าได้ ก็
จะช่วยให้เราไม่เกิดอาการต้องการยาขึ้นรุนแรงจนต้อง
ใช้เข็มร่วมกับผู้อื่น



แล้วถ้าผลเลือดออกมาเป็นบวก เราจะจัดการตัวเอง
อย่างไร

หลายคนเมื่อรู้ว่าตัวเองติดเชื้อเอชไอวีแล้ว รู้สึก

ว่าตัวเองเป็นคนไม่ดี อยา หรือรู้สึกว่าตัวเองหมดหวัง บางคนก็อาจกังวลเมื่อมีอาการเจ็บป่วยเพียงเล็กน้อย ทั้งที่ยังไม่ทราบผลเลือดแต่ก็คิดว่าอาการเจ็บป่วยดังกล่าวเป็นอาการของการติดเชื้อเอชไอวี หลายนคนหวาดวิตกว่าหากเป็นผู้ป่วยเอดส์แล้วจะเสียชีวิตเร็ว จะอยู่ร่วมกับคนอื่นไม่ได้ สังคมจะรังเกียจ

ความรู้สึกเหล่านี้นี้อาจเกิดขึ้นได้ แต่ก็สามารถคลี่คลายหรือบรรเทาได้ด้วยการพูดคุยเพื่อหาข้อมูลและแนวทางในการอยู่ร่วมกับเชื้อเอชไอวี โดยอาจจะเลือกคุยกับคนที่เราไว้วางใจหรืออาจจะโทรศัพท์พูดคุยกับสายบริการสุขภาพเอดส์ของหน่วยงานต่างๆ ตามเบอร์โทรศัพท์ในท้ายเล่มนี้ก็ได้

อย่างไรก็ตาม ต้องบอกว่าการติดเชื้อเอชไอวีไม่ได้หมายความว่าคนเป็นคนไม่ดี คุณเพียงแต่ไม่สบายด้วยโรคๆ หนึ่งซึ่งสามารถรักษาให้หายได้

แนวทางปฏิบัติด้านสุขภาพ

พัฒนาการในการดูแลสุขภาพของผู้ติดเชื้อและ

การรักษาผู้ป่วยเอดส์มีความก้าวหน้าไปมาก ปัจจุบันถือว่าเอดส์เป็นเพียงโรคเรื้อรังที่สามารถควบคุมและรักษาได้ ผู้ติดเชื้อเอชไอวีสามารถมีชีวิตยืนยาวและดำเนินชีวิตในสังคมได้หากได้รับการรักษาที่เหมาะสม

การที่คุณรู้ผลการติดเชื้อเอชไอวีก่อนที่จะมีอาการป่วย นับว่าเป็นจังหวะเวลาที่จะช่วยให้คุณมีโอกาสตรวจสุขภาพทั่วไปและตรวจเลือดประเมินระดับภูมิคุ้มกัน (ตรวจวัดระดับซีดี4)

เพื่อนำไปสู่การวางแผนเข้ารับ

การรักษาอย่างต่อเนื่อง

และเฝ้าระวังระดับภูมิคุ้มกัน

เพื่อการรักษาตัวเองด้วย

ยาต้านไวรัสในช่วงเวลา

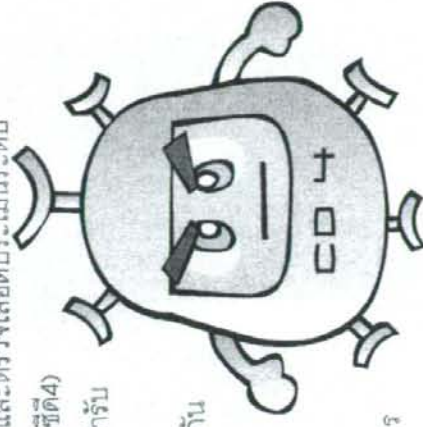
ที่เหมาะสม

แต่หากคุณมีอาการ

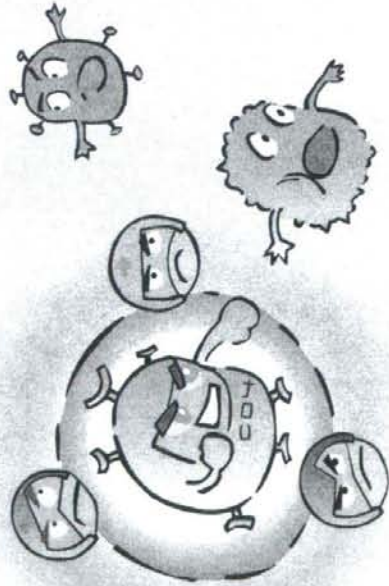
เจ็บป่วยจากโรคติดเชื้อ

ฉวยโอกาสต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นกับ

ผู้ติดเชื้อเอชไอวีนั้นก็สามารถรักษาให้หายได้



แต่จำเป็นต้องได้รับการรักษาที่เหมาะสมและมีคุณภาพ ทั้งยังต้องรับรักษาและรักษาอย่างต่อเนื่อง ซึ่งโรงพยาบาลของรัฐทุกระดับ ทุกแห่ง สามารถให้บริการรักษาได้ และเมื่อภูมิคุ้มกันต่ำลงจนอยู่ในเกณฑ์ที่ต้องรักษาด้วยยาต้านไวรัส ผู้ป่วยสามารถใช้สิทธิการรักษา อากาเรป้วยจากโรคติดเชื้อฉวยโอกาสต่าง ๆ และรักษาด้วยยาต้านไวรัสได้ตามสิทธิการรักษาที่มีอยู่ในระบบหลักประกันสุขภาพต่าง ๆ ทั้งสิทธิของผู้ประกันตนในระบบประกันสังคม สิทธิสวัสดิการข้าราชการ และสิทธิของคนไทยทุกคนในระบบหลักประกัน



คุณภาพตัวหน้า

สำหรับผู้ที่ตรวจเลือดแล้วพบว่าติดเชื้อเอชไอวี สามารถขอรับบริการตรวจซีดี4 ทุก 6 เดือน บริการตรวจวินิจฉัย ป้องกัน รักษาโรคติดเชื้อฉวยโอกาส ได้ รับยาต้านไวรัสเมื่ออยู่ในเกณฑ์ที่ต้องได้ เมื่อได้รับยาต้านไวรัสแล้วจะได้รับบริการตรวจซีดี 4 เพื่อติดตามผลการรักษาด้วยยาต้านไวรัสทุก 6 เดือน บริการตรวจไวรัสโกลด์เมื่อครบ 1 ปี หลังเริ่มกินยาด้านไวรัส บริการตรวจหาเชื้อตื้อยา บริการตรวจอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น ตรวจการทำงานของตับ ความเข้มข้นของเลือด บริการปรึกษาและแจกถุงยางอนามัยเพื่อการป้องกัน

ผู้ที่รู้ผลการติดเชื้อเอชไอวียังคงมีความรู้สึกทางเพศ และการมีเพศสัมพันธ์เป็นสิ่งทำได้ แต่อาจจะต้องคิดถึงผลต่างๆ ที่จะตามมาและหาวิธีป้องกันล่วงหน้า เช่น ถ้าคู่ยังไม่เข้าจะป้องกันคู่อย่างไร ถ้าคู่ติดเชื้อแล้วจะป้องกันไม่ให้เกิดผลกระทบต่อสุขภาพซึ่งกันและกันได้อย่างไร

บางทีถุงยางอนามัยอาจช่วยได้...ถ้าใช่

บริการ “ตรวจเลือดต้องสมัครใจ”
(Voluntary Confidential counseling and Testing : VCCT)
หมายถึง บริการที่ช่วยให้ ผู้รับบริการ
มีข้อมูลมากพอที่จะช่วยให้เข้าใจว่า
“เอดส์รักษาได้ เอดส์ป้องกันได้”
และเป็นการให้คำปรึกษาที่ช่วยให้ประเมินความเสี่ยง
ต่อการติดเชื้อเอชไอวีได้
และถ้าตัดสินใจตรวจเลือดต้องได้รับบริการปรึกษาทั้งก่อนและ
หลังการตรวจ และสามารถได้รับบริการต่อเนื่องที่เหมาะสม



ส่งสัยต้องการข้อมูลหรือปรึกษาปัญหาเอดส์ได้ที่

มูลนิธิเข้าถึงเอดส์ โทร. 0-2372-2222 ทุกวัน
ตั้งแต่เวลา 10.00-20.00 น.

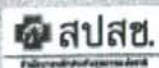
สำนักงานหลักประกันสุขภาพ สายด่วน 1330

คลินิกนิรนาม โทร 0-2256-4107-9 กต 1

จันทร์-ศุกร์ ตั้งแต่เวลา 08.00-19.00 น.

วันเสาร์ ตั้งแต่เวลา 08.00-16.00 น.

คู่มือ
การใช้สิทธิประโยชน์
เรื่องเอชไอวี/เอดส์
ในระบบหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ



การป้องกันไว้ก่อน โรคฉวยโอกาสหลายโรคป้องกันก่อนป่วย
ได้ หรือหากป่วย โรคฉวยโอกาสทุกชนิด รักษาได้ หากได้รับการ
การตรวจรักษาที่มีมาตรฐานและทันเวลาที่

และยังมีอีกวิธี คือ การรักษาด้วยยาต้านไวรัสเอชไอวี
ที่จะไปช่วยกดเชื้อไวรัสเอชไอวีไม่ให้เพิ่มจำนวนและเข้าไป
ทำลายภูมิคุ้มกันแทนได้ จึงไม่ต้องรอให้ป่วย ค่อยรักษา
ประกอบกับ การรักษาสุขภาพด้วยวิธีทางเลือกอื่นๆ
ที่เหมาะสมกับวิถีชีวิตของแต่ละคน

เอ็ดส์ จึงเป็นโรคเรื้อรัง ที่ควบคุมได้ รักษาได้ ป้องกัน
ได้ หากทุกคนได้มีข้อมูลที่ถูกต้อง และได้รับการรักษาที่ได้
มาตรฐาน ตามแนวทางการรักษาของประเทศ (มีรายละเอียด
เรื่องการดูแลรักษาโรคฉวยโอกาส และยาต้านไวรัส ในคู่มือ
“รู้จัก รักษาได้”)

สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ จึงได้ประกาศ
ให้สิทธิประโยชน์ ครอบคลุมในเรื่องเอชไอวี/เอดส์ ตั้งแต่ 1
ตุลาคม 2548 เพื่อให้ทุกคน ได้รับการบริการในเรื่องเอชไอวี ที่
ครบถ้วน รอบด้าน

คำนำ

“เอ็ดส์ รักษาได้”

หลายคนได้ยินคำนี้ อาจนึกสงสัย ไม่นั่นใจ เพราะติด
กับสิ่งที่ได้รับรู้เรื่องเอดส์มาตั้งแต่ต้น

เมื่อคนได้รับเชื้อเอชไอวีเข้าไปในร่างกาย เชื้อจะเข้าไป
ทำลายภูมิคุ้มกันแทน ซึ่งจะค่อยเป็นค่อยไป บางคนจะไม่มี
อาการป่วยเลยเป็นเวลาหลายปี ในประเทศไทยเรา บางคน
อาจใช้เวลาประมาณ 7-10 ปี ภูมิคุ้มกันตนจึงจะเริ่มลดลง
ซึ่งเป็นสาเหตุให้เกิดอาการป่วยด้วยโรคฉวยโอกาส ผู้ที่อยู่ใน
ระยะที่ภูมิคุ้มกันทางยังปกติอยู่นี้ เราเรียกว่า “ผู้ติดเชื้อ
เอชไอวี” แล้วเมื่อผู้ติดเชื้อที่ภูมิคุ้มกันต่ำลง จนกระทั่งมี
ภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่องหรือเกิดอาการป่วยด้วยโรคฉวย
โอกาส จึงเรียกว่า “ผู้ป่วยเอดส์”

ในปัจจุบัน มีหลายวิธีที่จะทำให้เรา ไม่ต้องป่วย โดย

สิทธิประโยชน์ในเรื่องเอชไอวี/เอดส์ ที่เพิ่มเติมจาก
สิทธิประโยชน์ในหลักประกันสุขภาพเดิม ครอบคลุม
เรื่องอะไรบ้าง

สิ่งที่จะครอบคลุมเมื่อมารับบริการ

- สำหรับผู้ที่ยังไม่รู้ว่าคุณเองติดเชื้อหรือไม่
ผู้ที่ไม่รู้ผลเลือดตัวเอง และมีความกังวลใจ สงสัยว่า
ตนเองมีความเสี่ยงต่อการรับเชื้อเอชไอวี สามารถขอรับ
บริการให้คำปรึกษาและการตรวจเลือดหาการติดเชื้อเอชไอวี
ได้

การตรวจหาการติดเชื้อฯ ไม่ครอบคลุมในกรณี เพื่อ
นำไปสมัครเข้าทำงาน การสมัครเข้ารับการศึกษา การบวช
พระ การตรวจสุขภาพประจำปี การตรวจเลือดเพื่อทำประกัน
ชีวิต

- สำหรับผู้ตรวจเลือดแล้วพบว่า ติดเชื้อเอชไอวี
สามารถรับการตรวจหาจำนวนภูมิต้านทาน(CD4) เพื่อ
ประเมินภาวะสุขภาพและเข้ารับการรักษาที่เหมาะสม
เมื่อมีโรคฉวยโอกาส หรือภูมิคุ้มกันต่ำลง จะได้
รับ การตรวจวินิจฉัย การป้องกัน/ดูแลรักษาโรคฉวยโอกาส

และ ถ้าอยู่ในเกณฑ์ การรักษาด้วยยาต้านฯ มีสิทธิที่จะได้
รับการรักษาด้วยยาด้านฯ

การรักษาโรคฉวยโอกาสทุกชนิด อยู่ในสิทธิประโยชน์

‘ใครที่จำเป็นต้องกินยาด้านไวรัส....’

การดูแลรักษาด้วยยาด้านไวรัสเอชไอวี เป็นแนวทางการ
รักษาที่สำคัญที่จะช่วยให้ผู้ติดเชื้อเอชไอวี/ผู้ป่วยเอดส์มีสุขภาพ
ที่ดีขึ้นได้ ผู้ติดเชื้อเอชไอวีที่มีจำนวนภูมิต้านทาน (ซีดี 4) เริ่ม
ต่ำลง จะมีโอกาสเกิดโรคติดเชื้อฉวยโอกาสต่างๆ ได้ ซึ่งหาก
ไม่ได้รับการรักษาที่ถูกต้องก็อาจเสียชีวิตได้

ยาด้านไวรัส เป็นยาที่ใช้เพื่อป้องกันการเพิ่มจำนวนเชื้อ
ไวรัสเอชไอวีในกระแสเลือด เมื่อจำนวนเชื้อไวรัสลดลงจะมี
ผลให้ร่างกายสามารถสร้างภูมิต้านทานมากขึ้นได้ ทำให้ลด
การเจ็บป่วยด้วยโรคฉวยโอกาสต่างๆ

เกณฑ์การเริ่มยาด้านไวรัส สำหรับผู้ใหญ่

- 1) ผู้ติดเชื้อที่มีโรคฉวยโอกาส เช่น เชื้อราเยื่อหุ้มสมอง
ฉีในสมอง ปอดอักเสบจากเชื้อพีพีพี วัณโรคนอกปอด MAC

CMV

2) ผู้ติดเชื่อที่มีอาการ หรือโรคฉวยโอกาส เช่น เชื้อราในปาก หลอดอาหาร วัณโรคปอด พิพีอี ท้องเสียเรื้อรัง เป็นต้น และมี ซีดี 4 น้อยกว่า 250

3) ผู้ติดเชื่อที่ไม่มีอาการหรือโรคฉวยโอกาส แต่ ซีดี 4 น้อยกว่า 200

หากใครที่มีข้อใดข้อหนึ่ง ถือว่าอยู่ในเกณฑ์ที่จำเป็นต้องได้รับการรักษาด้วยยาต้านไวรัส

ดังนั้นจึงไม่ใช่ว่าผู้ติดเชื่อทุกคนที่จำเป็นต้องกินยาด้านไวรัส

อย่างไรก็ตาม การกินยาด้านไวรัสก็มีหลายอย่างที่ผู้ติดเชื่อต้องเผชิญ และต้องเป็นคนพิจารณาและตัดสินใจเองว่าพร้อมที่จะรับยาด้านหรือยัง เช่น การกินยาด้านต้องเคร่งครัดเรื่องการกินตรงเวลา กินต่อเนื่องตลอดชีวิต กินๆ หยุดๆ ไม่ได้ เพราะจะเกิดการดื้อยาได้ ผู้ติดเชื่อบางคน เมื่อกินยาด้านอาจมีโรคฉวยโอกาสเกิดขึ้นหรืออาจมีอาการข้างเคียงได้ (การแพ้ยา และอาการข้างเคียง สามารถจัดการได้)

“การกินยาที่ถูกต้อง ต่อเนื่อง และตรงเวลา เป็นหัวใจสำคัญของการรักษาด้วยยาด้านไวรัสให้ได้ผล”

ยาด้าน จะครอบคลุม

ทั้งสูตรพื้นฐานและสูตรสำรองนี่คือยา
ทั้งเคยกินยาด้านมาก่อนและไม่เคย

“ดังนั้น คนที่กินยาอยู่แล้ว หรือเคยกินยามาก่อน ควรจะบอกข้อมูลกับแพทย์ทั้งหมด เพื่อจะได้หาสูตรยาที่เหมาะสม
ได้ (การปิดบังว่าเคยกินยามาก่อน อาจส่งผลให้ไม่ได้รับสูตรยาที่เหมาะสม ทำให้การรักษาไม่ได้ผล)”

สูตรพื้นฐานกรณีผู้ใหญ่ ประกอบด้วย

1) สูตรพื้นฐานกลุ่ม ก.

- ตีฟิรที (d4T) + สามทีซี (3TC) + เนวีราปีน (NVP) หรือ
- ตีฟิรที (d4T) + สามทีซี (3TC) + เอฟฟาไวเรนซ์ (EFV) หรือ
- เอแซดที (AZT) + สามทีซี (3TC) + เนวีราปีน (NVP) หรือ
- เอแซดที (AZT) + สามทีซี (3TC) + เอฟฟาไวเรนซ์ (EFV)

2) สูตรพื้นฐานกลุ่ม ข. เมื่อไม่สามารถทนผลข้างเคียงหรือแพ้ยาสูตรพื้นฐานกลุ่ม ก.

- ตีฟิรที (d4T) + สามทีซี (3TC) + อินดินาเวียร์ริโทรนาเวียร์ (IDV/r)
- เอแซดที (AZT) + สามทีซี (3TC) + อินดินาเวียร์ริโทรนาเวียร์ (IDV/r)