ສິ່ງທີ່ເຈົ້າ ຄວນຮູ້ ເພື່ອຢູ່ດ້ວຍ ຄວາມປອດພັຍ

ເຊື້ອໂຣກ ເອສໄອວີ HIV ແລະ ເຊື້ອໂຣກຕິດຕໍ່ອື່ນໆ ສາມາດ ມີຜົນ ກະທົບ ກະເທືອນ ແກ່ທຸກຄົນ, ບໍ່ວ່າ ຄົນຜູ້ນັ້ນ ຈະມາແຕ່ ໃສ. ຫາກ ເຈົ້າ ຮູ້ກ່ຽວກັບ ເຊື້ອໂຣກຕິດຕໍ່ນີ້ ຫລາຍເທົ່າໃດ, ເຈົ້າ ຈະສາມາດປ້ອງກັນ ເຈົ້າເອງ ແລະ ຄົນອື່ນ ອີກດ້ວຍ.

ມູນຂ່າວ ເພີ້ມ

ບໍຣິການ ສຸຂພາບ ແລະ ຊ່ວຍເຫລືອ ນາໆວັດທະນະທັມ (MHSS) ແມ່ນ ບໍຣິການທີ່ ຟຣີ ແລະ ເປັນທີ່ໄວ້ວ່າງໃຈໄດ້ ສໍາລັບໃຫ້ ຄົນທີ່ມີ ພື້ນຖານແບບ ອົບພະຍົກ ແລະ ລີ້ພັຍ.

ພວກເຮົາຈະຊ່ວຍໄດ້ໂດຍ:

- ຕອບຄໍາຖາມທຸກຢ່າງ ທີ່ເຈົ້າມີ
- ໄປກວດພຍາດ ກັບ ເຈົ້າ
- ຊ່ວຍເຈົ້າ ຊອກຫາ ບໍຣິການສຸຂພາບ
- ຊ່ວຍເຈົ້າ ແລະ ຄອບຄົວຂອງເຈົ້າ ໃຫ້ມີຄວາມ ປອດພັຍ ແລະ ມີສຸຂພາບດີ.

ພະນັກງານຊຸມຊົນ ຂອງພວກເຮົາ ສາມາດໂອ້ລົມນໍາເຈົ້າ ໄດ້ ທາງໂທລະສັບ ຫລື ມາພົບເຈົ້າ ດ້ວຍຕົນເອງ. ເຈົ້າ ສາມາດ ເວົ້ານໍາ ພະນັກງານຍິງຫລື ຊາຍ ຕາມທີ່ເຈົ້າ ເລືອກ.

ຫາກເຈົ້າ ຕ້ອງການ ມູນຂ່າວເພີ້ມ ກະຣຸນາ ໂທລະສັບ ຫລື ເຂົ້າແວບໄຊ ຂອງພວກເຮົາ.

ບໍຣິການ ສຸຂພາບ ແລະ ຊ່ວຍເຫລືອ ນາໆວັດທະນະທັມ
(03) 9342 9725 | enquiries@ceh.org.au

www.ceh.org.au/mhss.aspx

MHSS ເປັນໂຄງການ ຂອງສູນ ເພື່ອ ວັດທະນະທັມ, ຊົນເຜົ່າ ແລະ ສຸຂພາບ. ໜັງສືພິມໂຄສະນານີ້ ແມ່ນໄດ້ຮັບທຶນຈາກ ກົມ ປະຊາສົງເຄາະ ດີເອສແອສ (DHS) .ອອກແບບໂດຍ ຕີແດງ ຄໍ່.

LAO

ຈົ່ງຮັບຮູ້
ຈົ່ງມີຄວາມປອດພັຍ
ຈົ່ງມີສຸຂພາບດີ

ເຊື້ອໂຣກ ເອສໄອວີ HIV | ໂຣກຕັບອັກເສບ ເຮບພະໄທທີ Hepatitis | ໂຣກຕິດຕໍ່ດ້ວຍ ການມະເພດ STI

multicultural health & support service

ເຮສໄອວີ ແລະ ໂຣກເອດ HIV/AIDS ແມນຫຍັງ?

ທຸກຄົນ ມີເຊື້ອຕ້ານ ໃນຮ່າງກາຍ ເພື່ອໃຫ້ມີສຸຂພາບດີ ແລະ ຕໍ່ຕ້ານພັຍພຍາດ. **ເຊື້ອໂຣກເຮສໄອວີ** (HIV) ທຳລາຍເຊື້ອຕ້ານ ໃນຮ່າງກາຍ. **ໂຣກເອສ** (AIDS) ແມ່ນການ ເຈັບ ໄຂ້ ໄດ້ປ່ວຍ ຫລາຍແນ່ວທີ່ເກີດຂຶ້ນ ເມື່ອເວລາ ເຊື້ອຕ້ານ ໃນຮ່າງກາຍ ຖືກເຮັດໃຫ້ອ່ອນເພັຽ ດ້ວຍເຊື້ອໂຣກ ເຮສໄອວີ HIV.

ເຊື້ອໂຣກ ເຮສໄອວີ HIV ຈະຕິດຕໍ່ ຈາກຄົນນຶ່ງ ໄປຫາ ອີກຄົນ ນຶ່ງໄດ້ ດ້ວຍນ້ຳໃນໂຕ ແລະ ເລືອດ. ວິທີ ທີ່ຄົນສາມາດ ຕິດເຊື້ອ ໂຣກ ເຮສໄອວີ HIV ໄດ້ ແມ່ນມາຈາກ:

- ການຮ່ວມເພດ ໂດຍບໍ່ປ້ອງກັນ (ບໍ່ໃຊ້ ຄອນດອມ)
- ການຮ່ວມໃຊ້ ເຂັມສັກ ເມື່ອເວລາ ສັກຢາເສບຕິດ
- ແມ່ ຕິດເຊື້ອໂຣກໃຫ້ ລູກ ເວລາຄອດລູກ ຫລື ເວລາ ປ້ອນນົມລູກ ດ້ວຍນົມແມ່

ເຈົ້າ ຈະບໍ່ສາມາດ ຕິດເຊື້ອໂຣກນີ້ໄດ້ ຈາກ ການຈູບກັນ, ຍຸງກັດ ຫລື ໃຊ້ບ່ວງຊ້ອມ ຮ່ວມກັນ ຫລື ກິນອາຫານຮ່ວມກັນ.

ໂຣກຕິດຕໍ່ດ້ວຍ ກາມະເພດ ແມ່ນຫຍັງ?

ໂຣກຕິດຕໍ່ດ້ວຍ ກາມະເພດ (STI) ແມ່ນຕິດຕໍ່ກັນໄດ້ ຈາກຄົນ ນຶ່ງ ໄປຫາ ອີກຄົນນຶ່ງ ໃນເວລາຮ່ວມເພດກັນ, ໃຊ້ປາກຮ່ວມ ເພດ ຫລື ບາງເທື່ອກໍຈາກ ການສຳຜັດ ອະວັຍວະສືບພັນ. ຫາກບໍ່ປິ່ນປົວ, ມັນຈະເຮັດໃຫ້ຄັນ ແລະ ເຈັບປວດ ແລະ ມັນຈະເຮັດໃຫ້ ທັງຜູ້ຊາຍ ແລະ ຜູ້ຍິງ ມີລູກໄດ້ຍາກ.

ອາການ ຂອງ ໂຣກຕິດຕໍ່ດ້ວຍ ກາມະເພດ (STI)

- ເຈັບປວດ, ເປັນເມັດໂພງ ຫລື ເຮັດໃຫ້ຄັນ ຢູ່ທີ່ອະວັຍ ວະສືບພັນ
- ມີນ້ຳ ແບບຜິດປົກກະຕິ ອອກຈາກ ອະວັຍວະເພດ ຂອງຜູ້ຊາຍ ແລະ ອະວັຍວະເພດ ຂອງຜູ້ຍິງ
- ເຈັບປວດ ຢູ່ຕາມທ້ອງນ້ອຍ ຫລື ທ້ຳ (ຜູ້ຊາຍ)
- ເຈັບປວດ ຫລື ເລືອດອອກ ແບບຜິດປົກກະຕິ ຫລັງຈາກ ການຮ່ວມເພດກັນ (ຜູ້ຍິງ)

ບາງເທື່ອ ຄົນຜູ້ນຶ່ງ ອາດຈະມີເຊື້ອໂຣກ STI ແຕ່ວ່າ ມັນອາດ ຈະ ບໍ່ມີ ອາການຫຍັງເລີຍ ກໍມີ.

ໂຣກຕັບອັກເສບ ເຮບພະໄທທິສ Hepatitis ແມນຫຍັງ ?

ເຮບພະໄທທິສ ແມ່ນເຊື້ອໂຣກ ທີ່ສາມາດ ທຳລາຍຕັບໄດ້. ເຮບພະໄທທິສ ມີຫລາຍສນິດ, ແຕ່ວ່າມັນສາມາດ ທຳໃຫ້ເຈັບ ປ່ວຍສາຫັດ ຫາກບໍ່ປິ່ນປົວ.

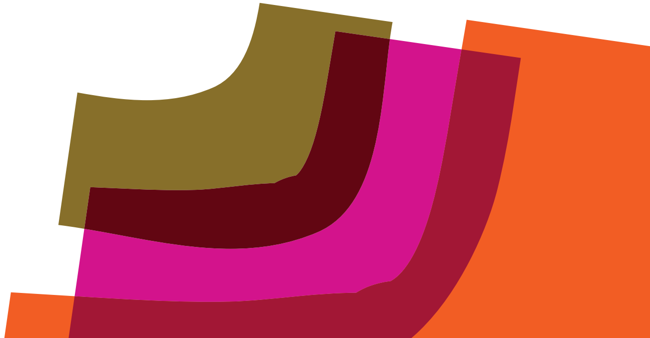
Hepatitis A ຕິດແຜ່ມານຳ ອາຫານ ຫລື ນ້ຳ ທີ່ບໍ່ສະອາດ.
Hepatitis B ຕິດແຜ່ມານຳ ການຮ່ວມເພດກັນ, ເລືອດທີ່ມີ ເຊື້ອໂຣກ ຫລື ແມ່ ຕິດເຊື້ອໂຣກໃຫ້ ລູກ ເວລາຄອດລູກ.
Hepatitis C ຕິດແຜ່ມານຳ ເລືອດທີ່ມີເຊື້ອໂຣກ, ຕົວຢ່າງ ແມ່ນ ການຮ່ວມໃຊ້ ເຂັມສັກຢາເສບຕິດ, ມີດແຖໜວດ, ແປງຖູແຂ້ວ ຫລື ຈາກອຸປະກອນ ສັກລາຍ ແລະ ບ່ອງໂຕ

ເຈົ້າ ສາມາດ ສັກຢາປ້ອງກັນເຊື້ອໂຣກ Hepatitis A ແລະ B ໄດ້, ແຕ່ວ່າ ບໍ່ມີຢາສັກ ປ້ອງກັນເຊື້ອໂຣກ Hepatitis C ໄດ້.

ຂ້ອຍ ຈະປ້ອງກັນ ຂ້ອຍເອງໄດ້ ແບບໃດ?

ມີວິທີງ່າຍໆ ທີ່ ຈະປ້ອງກັນເຈົ້າເອງ ແລະ ຜູ້ອື່ນໆໄດ້ ຈາກ ການຕິດເຊື້ອໂຣກນີ້.

- ບໍ່ຮ່ວມເພດກັນ (ການບັງຄັບໃຈໂຕເອງ) ແມ່ນວິທີ ທີ່ດີ ທີ່ສຸດ ທີ່ຈະປ້ອງກັນເຈົ້າ ຈາກເຊື້ອໂຣກ HIV ແລະ STI, ແຕ່ວ່າ ວິທີນີ້ ຈະເປັນໄປບໍ່ໄດ້ ຕລອດ.
- ຫາກເຈົ້າ ຈະຮ່ວມເພດກັນ, ຄວນໃຊ້ ຄອນດອມ ທຸກຄັ້ງ. ຄອນດອມ ແມ່ນກົງຢາງ ທີ່ປ້ອງກັນ ອະວັຍວະຊາຍ ແລະ ບໍ່ໃຫ້ນ້ຳເຊື້ອໂຣກ ໄປຕິດຕໍ່ ຈາກຄົນນຶ່ງ ໄປຫາ ອີກຄົນນຶ່ງໄດ້. ຄອນດອມ ສາມາດ ປ້ອງກັນເຈົ້າ ຈາກ HIV, Hepatitis B ແລະ STI ໄດ້ ຫລາຍສນິດ.
- ຫ້າມໃຊ້ ເຂັມສັກຢາ ຮ່ວມກັນ, ຫ້າມໃຊ້ອຸປະກອນ ສັກລາຍ ຫລື ບ່ອງໂຕ, ມີດແຖໜວດ, ແປງຖູແຂ້ວ ຫລື ເຄື່ອງໃຊ້ສ່ວນຕົວອື່ນໆ ຮ່ວມກັບຜູ້ອື່ນ.

ຂ້ອຍ ຄວນຈະໄປ ກວດບໍ່ ?

ມີຫລາຍບ່ອນ ທີ່ເຈົ້າ ສາມາດ ໄປກວດໄດ້, ຫາກເຈົ້າ ຄິດວ່າ ເຈົ້າ ມີການຕິດເຊື້ອໂຣກນີ້. ວິທີກວດຫາ HIV, Hepatitis ແລະ ເປັນວິທີງ່າຍໆ, ບໍ່ເຈັບບໍ່ປວດ ແລະ ກໍຟຣີ.
ຫາກເຈົ້າ ມີການຕິດເຊື້ອໂຣກນີ້, ເມື່ອເວລາເຈົ້າ ໄປກວດ ເຈົ້າ ຈະສາມາດໄດ້ຮັບ ການປິ່ນປົວ ແລະ ປ້ອງກັນເຈົ້າເອງ ຈາກ ການຕິດເຊື້ອໂຣກ ໃຫ້ແກ່ຜູ້ອື່ນ.