



ХДХВ ба Дотно харилцаа

2023 оны 4 сар

ХДХВ-тэй хүмүүс вирусыг цааш дамжуулахгүйгээр бусадтай дотно харилцаатай байх, бэлгийн харьцаанд орох, хүүхэдтэй болох боломжтой.

ХДХВ-тэй хүн ийм вирусын халдваргүй хүнтэй дотно харилцаа эхлүүлэх, бэлгийн харьцаанд орох үедээ хэд хэдэн зүйлд санаа зовж байж болно. Тухайлбал:

- Би ХДХВ-тэй гэдгээ түүнд хэзээ хэлэх вэ?
- Яаж хүлээж авах бол?
- ХДХВ-г бусдад халдварлуулахгүй сэргийлж болох талаар хэрхэн тайлбарлах вэ?

Зөв мэдээлэл, эмчилгээ, тусламж дэмжлэгтэйгээр ХДХВ-тэй хүмүүс бусадтай хэвийн бэлгийн харьцаа болон дотно харилцаатай байх боломжтой.

Бусдад мэдэгдэх

ХДХВ-тэй гэдгээ дөнгөж шинээр харилцаа тогтоох гэж байгаа хамтрагчдаа хэлэхээсээ өмнө сайтар бодох хэрэгтэй.

- Заавал хэлэх хэрэгтэй эсэх
- Хэлэхдээ бэлэн эсэх
- Хэрхэн хэлэх зэргээ бодож шийдвэр гаргах хэрэгтэй

Бэлгийн харилцаанд орохгүй байгаа тохиолдолд, энэ талаар хэлэхгүй байх шийдвэр гаргах боломжтой.

Хамтрагчдаа ХДХВ-тэй гэдгээ хэлмээр байгаа бол нийгмийн ажилтан эсвэл зөвлөгчтэйгөө эхлээд ярилцсан нь зүйтэй. Тэд танд юу гэж хэлэхээ бэлдэх, хэзээ хэлэхээ шийдэх зэрэгт тань болон, ямар хариу хүлээх талаараа бодоход тань тусална.

Илрүүлэх боломжгүй вирусын түвшин гэдэг нь таны цусан дахь ХДХВ-ын хэмжээ бусдад халдварлах боломжгүй бага хэмжээтэй байхыг хэлнэ. Энэ нь та ХДХВ-гүй болсон, эдгэрсэн гэсэн үг биш. Харин энэ нь цусан дахь вирусны хэмжээ бага бөгөөд бэлгийн харьцаагаар бусдад халдварлах боломжгүй гэсэн үг юм. Эмчийн бичиж өгсөн эмийг жорын дагуу уудаг ихэнх хүмүүсийн вирусны түвшин нь илрүүлэх боломжгүй бага түвшинд байх боломжтой юм.

Бусдад мэдэгдэх ба энэ талаарх NSW мужийн хууль

Хэрвээ та ХДХВ-ийн халдвар дамжихгүй байх арга хэмжээ авч байгаа л бол дотно харилцаатай байгаа хүнтэйгээ бэлгийн харьцаанд орсон ч ХДХВ-ийн халдвартай гэдгээ хэлэх албагүй. Хуулийн дагуу үүнийг “боломжийн урьдчилан сэргийлэлт” гэж нэрлэдэг.

Үүнд бэлгэвч хэрэглэх, жорын дагуу эмээ уух болон илрүүлэх боломжгүй вирусын түвшинтэй байх (доорхыг харна уу) зэрэг орно.

Ингэхийн тулд юу хийх хэрэгтэйг эмч тань зөвлөнө.

Хэн нэгэнд хэлэхээс өмнө бодолцох зүйлс

- Би энэ хүнд итгэдэг үү?
- Энэ хүмүүс бусад хүмүүстэй сэтгэлтэй, хүндлэлтэй харьцдаг уу?
- Надад санаа тавьдаг уу?
- Би “Чи яаж ХДХВ-ын халдвар авсан бэ?” гэх мэт асуултанд хариулахдаа бэлэн үү?

ХДХВ-г тайлбарлах нь

Таны хамтрагч ХДХВ-ын тухай тань шиг сайн мэддэггүй байж болно. Та түүнд дараах зүйлсийг ойлгоход туслах боломжтой:

- ХДХВ хүний биед хэрхэн нөлөөлдөг
- Эм хэрхэн ХДХВ хүний биеэр тархахыг зогсоодог
- Эм хэрхэн ХДХВ-г бусдад халдахаас зогсоодог
- ХДХВ-ийн цусан дах түвшин бусдад халдварлах боломжгүй бага хэмжээтэй байна гэдэг нь юу гэсэн үг болох талаар

Хамтрагчтайгаа эдгээр сэдвээр ярилцахын тулд танд тусламж хэрэгтэй санагдаж магадгүй. Таны эмч эсвэл нийгмийн ажилтан та болон таны хамтрагчийг энэ талаар ойлголт, мэдлэгтэй болоход туслах боломжтой.

ӨөУС (Өртөлтийн өмнөх Урьдчилан Сэргийлэлт)

ХДХВ-ын халдваргүй хүмүүс уг вирус халдвар авахаас урьдчилан сэргийлэх зорилгоор хэрэглэж болдог ӨөУС буюу PrEP гэх эм байдаг. Энэ эмийг уувал зохих эсэх талаар эмчтэйгээ ярилцаарай.

Хамтдаа эрүүл бас аз жаргалтай байх нь

Санаа зовох нь энгийн үзэгдэл. Нийгмийн ажилтан болон зөвлөхтэйгээ өөрийнхөө юу мэдэрч байгаагаа ярихыг танд зөвлөж байна. Хамтрагч тань ч мөн хэн нэгэнтэй ярилцах хэрэгтэй үедээ цаг аваад ярилцах боломжтой.

Та эмээ эмчийн жорын дагуу уувал эмчилгээний үр дүн маш өндөр байдаг. Та болон таны хамтрагчид дэмжлэг үзүүлэх боломжтой байгууллага, үйлчилгээнүүд бий (жагсаалтаас харна уу). ХДХВ-тэй хүн бэлгийн харьцаанд орж, хамтрагчтай байж, мөн хүүхэдтэй болох боломжтой. Хайр дурлал, бэлгийн харьцаа, дотно харилцаа нь эрүүл, аз жаргалтай амьдралын хэсэг билээ.

Хэрэгтэй холбоосууд:

Pozhet (Heterosexual HIV Service)

ХДХВ-ийн халдвартай эсвэл өртөх эрсдэлтэй гетеросексуал хүмүүст зориулсан дэмжлэг, мэдээлэл, нэмэлт эмчилгээ үйлчилгээнд илгээх болон арга хэмжээ зохиодог

Phone: 1800 812 404

Website: www.pozhet.org.au

Email: pozhet@pozhet.org.au

Multicultural HIV and Hepatitis Service

Соёлын хувьд ялгаатай хувь хүмүүс болон нийгмийн бүлгүүдэд зориулсан мэдээлэл, дэмжлэг тусалцаа өгдөг

Phone: 1800 108 098

Website: www.mhahs.org.au

Email: info@mhahs.org.au

Positive Life NSW

ХДХВ-ийн халдвартай хүмүүст зориулсан олон нийтийн байгууллага

Phone: 1800 245 677

Website: www.positivelife.org.au

Email: contact@positivelife.org.au

Sexual Health Info Link

ХДХВ болон бэлгийн эрүүл мэндийн талаар мэдээллийн нууцлалыг хангасан мэргэжлийн зөвлөгөө өгөх шугам

Phone: 1800 451 624

Website: www.shil.nsw.gov.au

Email: seslhd-shilmail@health.nsw.gov.au

Local Sexual Health Clinic

Доорх цахим хуудсаар орж өөрт ойр байрлах бэлгийн эрүүл мэндийн үйлчилгээний талаар мэдээлэл авна уу

Website: www.health.nsw.gov.au/sexualhealth/Pages/sexual-health-clinics.aspx

The Albion Centre

ХДХВ-ийн халдвартай хүмүүсийг шинжилгээнд хамруулах, боловсрол олгох, зөвлөгөө өгнө.

Phone: (02) 9332 9600

Website: www.thealbioncentre.org.au

Email: education@thealbioncentre.org.au

The Paediatric HIV Service at Sydney Children's Hospital

ХДХВ-ийн халдвартай хүүхэд, гэр бүлд зориулсан эрүүл мэндийн менежмент, сэтгэл зүй-нийгмийн дэмжлэг, судалгаа, зөвлөгөө, боловсрол олгоно

Phone: (02) 9382 1508

Website: www.schn.health.nsw.gov.au/find-a-service/health-medical-services/immune-deficiency-and-hiv/sch

TIS National Translating and Interpreting Service

150 гаруй хэл дээр орчуулгын үйлчилгээг газар дээр нь болон утсаар үзүүлэх боломжтой

Phone: 13 14 50

Website: www.tisnational.gov.au

Email: tis.prebook@homeaffairs.gov.au