



ไวรัสเอชไอวีและความสัมพันธ์

เมษายน 2023

ผู้ติดเชื้อไวรัสเอชไอวี (PLHIV) สามารถมีความสัมพันธ์ มีเพศสัมพันธ์ และมีบุตรได้โดยไม่ถ่ายทอดเชื้อไวรัสเอชไอวี

ผู้ติดเชื้อไวรัสเอชไอวีอาจรู้สึกกังวลใจเมื่อเริ่มมีความสัมพันธ์หรือมีเพศสัมพันธ์กับผู้ที่ไม่ติดเชื้อไวรัสเอชไอวี พวกเขาอาจมีความคิดเช่น:

- ฉันควรบอกพวกเขาว่าฉันมีเชื้อไวรัสเอชไอวีเมื่อใด
- พวกเขาจะมีปฏิกิริยาอย่างไร
- ฉันจะอธิบายวิธีป้องกันการถ่ายทอดเชื้อไวรัสเอชไอวีสู่ผู้อื่นอย่างไร

ด้วยข้อมูล การรักษา และการสนับสนุนที่ถูกต้อง ผู้ติดเชื้อไวรัสเอชไอวีสามารถมีเพศสัมพันธ์และความสัมพันธ์ที่ดีได้

การบอกให้ผู้อื่นทราบ

การบอกใครสักคนว่าคุณติดเชื้อไวรัสเอชไอวีเป็นเรื่องที่ควรคิด หากคุณกำลังเริ่มต้นความสัมพันธ์ใหม่

คุณจะต้องตัดสินใจ:

- ว่าคุณต้องบอกพวกเขาหรือไม่
- ว่าคุณพร้อมที่จะบอกพวกเขาหรือไม่
- ว่าจะบอกพวกเขาอย่างไร

หากคุณไม่ได้กำลังมีเพศสัมพันธ์กับพวกเขา คุณอาจตัดสินใจไม่บอกพวกเขาก็ได้

เป็นความคิดที่ดีที่จะพูดคุยกับนักสังคมสงเคราะห์หรือผู้ให้คำปรึกษาหากคุณต้องการบอกคู่ครองของคุณเกี่ยวกับการที่คุณมีเชื้อไวรัสเอชไอวี พวกเขาจะช่วยคุณเตรียมตัวและสนับสนุนให้คุณตัดสินใจว่าจะพูดอะไร จะบอกพวกเขาเมื่อใด และสิ่งที่ควรคาดหวัง

ปริมาณเชื้อไวรัสในระดับที่ไม่สามารถตรวจพบได้ หมายถึง ปริมาณเชื้อไวรัสเอชไอวีในเลือดของคุณต่ำมากจนคุณไม่สามารถถ่ายทอดไปสู่ผู้อื่นได้ ซึ่งไม่ได้หมายความว่าเชื้อไวรัสเอชไอวีจะหมดไปจากร่างกายโดยสิ้นเชิงหรือคุณหายขาดแล้ว แต่หมายความว่าปริมาณเชื้อไวรัสที่เหลืออยู่ นั้นต่ำมากจนไม่สามารถถ่ายทอดได้ด้วยการมีเพศสัมพันธ์ คนส่วนใหญ่อาจมีปริมาณเชื้อไวรัสในระดับที่ไม่สามารถตรวจพบได้หากพวกเขายังคงใช้ยาต้านไวรัสเอชไอวีอย่างต่อเนื่องตามที่แพทย์สั่ง

การบอกให้ผู้อื่นทราบและกฎหมายในรัฐนิวเซาท์เวลส์

หากความสัมพันธ์นั้นเกี่ยวข้องกับการมีเพศสัมพันธ์ คุณไม่จำเป็นต้องบอกบุคคลนั้นทราบทราบใดที่คุณกำลังกระทำการเพื่อไม่ให้ถ่ายทอดเชื้อไวรัสเอชไอวี ภายใต้กฎหมายการกระทำการนี้เรียกว่า 'มาตรการป้องกันที่สมเหตุสมผล'

ซึ่งอาจหมายถึงการใช้ถุงยางอนามัยและ/หรือการใช้ยาตามที่แพทย์สั่ง และการมีปริมาณไวรัสในระดับที่ไม่สามารถตรวจพบได้ (ดูด้านล่าง) แพทย์ของคุณจะบอกคุณว่าคุณต้องทำอะไรบ้างสำหรับเรื่องนี้

สิ่งที่ควรพิจารณาก่อนบอกใคร

- ฉันไวใจบุคคลนี้หรือไม่
- พวกเขาปฏิบัติต่อผู้คนด้วยความเห็นอกเห็นใจและความเคารพหรือไม่
- พวกเขาเป็นห่วงฉันหรือไม่
- ฉันพร้อมที่จะตอบคำถามเช่น 'คุณติดเชื้อไวรัสเอชไอวีมาได้อย่างไร' หรือไม่

การอธิบายเกี่ยวกับไวรัสเอชไอวี

คุณอาจไม่มีความรู้เกี่ยวกับเชื้อไวรัสเอชไอวีมากเท่ากับคุณ คุณสามารถช่วยให้พวกเขาเข้าใจสิ่งต่างๆ เช่น

- เอชไอวีคืออะไร
- ไวรัสเอชไอวีมีผลต่อร่างกายอย่างไร
- ยายังยั้งการแพร่กระจายของเชื้อไวรัสเอชไอวีในร่างกายอย่างไร
- ยายังยั้งไม่ให้เชื้อไวรัสเอชไอวีถูกถ่ายทอดไปสู่บุคคลอื่นอย่างไร
- การมีปริมาณเชื้อไวรัสเอชไอวีในร่างกายต่ำจนไม่สามารถถูกถ่ายทอดไปสู่ผู้อื่นหมายความว่าอะไร

คุณอาจต้องการความช่วยเหลือในการพูดคุยกับคุณเกี่ยวกับสิ่งเหล่านี้ แพทย์หรือนักสังคมสงเคราะห์ของคุณสามารถช่วยให้คุณและคุณของคุณเรียนรู้และเข้าใจเกี่ยวกับไวรัสเอชไอวีได้

PrEP (การป้องกันโรคก่อนสัมผัสเชื้อ)

มียาที่เรียกว่าเพรพ (PrEP) ซึ่งผู้ที่ไม่มีเชื้อไวรัสเอชไอวีสามารถรับประทานได้เพื่อให้พวกเขาไม่ติดเชื้อไวรัสเอชไอวี คุณสามารถพูดคุยกับแพทย์เกี่ยวกับการรับประทานยานี้ได้

มีความสุขและสุขภาพดีไปด้วยกัน

เป็นธรรมดาที่จะมีความกังวล การพูดคุยกับผู้ให้คำปรึกษาหรือนักสังคมสงเคราะห์เกี่ยวกับความรู้สึกของคุณอาจเป็นประโยชน์ได้ นอกจากนี้คุณยังสามารถนัดหมายเพื่อพูดคุยกับใครสักคนได้ด้วยหากพวกเขาต้องการ

การรักษาจะได้ผลดีมากหากคุณรับประทานยาตามที่แพทย์สั่ง มีบริการสนับสนุนสำหรับคุณและคุณของคุณ (ดูรายชื่อ) ผู้ติดเชื้อไวรัสเอชไอวีสามารถมีเพศสัมพันธ์ สามารถมีคูครองและความสัมพันธ์ และสามารถมีบุตรได้ ความรักเพศสัมพันธ์ และความสัมพันธ์ล้วนเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตที่มีสุขภาพดีและมีความสุข

ข้อมูลติดต่อที่มีประโยชน์

Pozhet (Heterosexual HIV Service)

ความช่วยเหลือ ข้อมูล การส่งต่อไปยังบริการอื่น ๆ และกิจกรรมสำหรับผู้รักต่างเพศที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อไวรัสเอชไอวี

โทร: 1800 812 404

เว็บไซต์: www.pozhet.org.au

อีเมล: pozhet@pozhet.org.au

Multicultural HIV and Hepatitis Service

ข้อมูลและความช่วยเหลือสำหรับบุคคลและชุมชนที่มาจากภูมิหลังทางวัฒนธรรมที่หลากหลาย

โทร: 1800 108 098

เว็บไซต์: www.mhahs.org.au

อีเมล: info@mhahs.org.au

Positive Life NSW

องค์กรชุมชนสำหรับผู้ติดเชื้อไวรัสเอชไอวี

โทร: 1800 245 677

เว็บไซต์: www.positivelife.org.au

อีเมล: contact@positivelife.org.au

Sexual Health Info Link

พยาบาลด้านสุขภาพทางเพศที่จะตอบคำถามเกี่ยวกับเอชไอวีและสุขภาพทางเพศอย่างเป็นทางการ

โทร: 1800 451 624

เว็บไซต์: www.shil.nsw.gov.au

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

Local Sexual Health Clinic

เยี่ยมชมเว็บไซต์ด้านล่างเพื่อค้นหาบริการสุขภาพทางเพศที่เหมาะสมที่สุด

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

The Albion Centre

บริการตรวจ ให้ความรู้และคำปรึกษาแก่ผู้ติดเชื้อเอชไอวี

โทร: (02) 9332 9600

เว็บไซต์: www.thealbioncentre.org.au

อีเมล: education@thealbioncentre.org.au

The Paediatric HIV Service at Sydney Children's Hospital

การจัดการทางการแพทย์ การสนับสนุนด้านจิตสังคม การวิจัย การให้คำปรึกษาและการศึกษาสำหรับเด็กและครอบครัวที่ติดเชื้อเอชไอวี

โทร: (02) 9382 1508

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

TIS National Translating and Interpreting Service

ให้บริการล่ามกว่า 150 ภาษาผ่านทางโทรศัพท์และสถานที่

โทร: 13 14 50

เว็บไซต์: www.tisnational.gov.au

อีเมล: tis.prebook@homeaffairs.gov.au