



Trình bày bởi Logan Cochrane

Giới thiệu:

- HIV là gì? Nó là chõo viết tắt của Human Immuno-deficiency Virus : vi-rút gây ra bệnh AIDS

- AIDS là gì? Nó là chõo viết tắt của Acquired Immune Deficiency Syndrome : hoải chõung nhieãm liệt khàng

HIV và AIDS có mối quan hệ chặt chẽ với nhau. HIV là vi-rút tấn công cơ thể người; AIDS là hậu quả của việc tấn công này: khi nào cơ thể người sẽ mất khả năng chống lại các căn bệnh bên ngoài (thông thường gọi là “bệnh cơ hội” vì chúng tấn công cơ thể người khi hệ miễn dịch người này suy yếu bởi HIV). Một người có thể bị HIV tấn công nhưng chưa bị AIDS, bác sĩ gọi những trường hợp này là “HIV dương tính”. Tất cả những người bị AIDS đều mang HIV trong người; một người bị suy yếu miễn dịch hay nhieãm các căn bệnh cơ hội cũng có thể bị AIDS, người này mang HIV (HIV+).

HIV tấn công hệ miễn dịch của cơ thể người; này là hệ thống giúp cơ thể chúng ta chống lại các căn bệnh bên ngoài. Lấy ví dụ, khi một người này bị bệnh, cơ thể anh ta sẽ chống lại các căn bệnh này để sức khỏe người này hồi phục. Vi-rút HIV làm cho hệ miễn dịch này yếu đi và không thể kháng cự lại các loại bệnh này. Vi-rút HIV tấn công cơ thể người dần dần cho đến khi hệ miễn dịch qua yếu đi đến mức này làm các loại bệnh bên ngoài xâm nhập vào cơ thể, lúc này người mang HIV này bị AIDS. Nhìn nghĩa chuyên ngành cho AIDS là: một người bị AIDS khi số lượng tế bào CD4 của anh ta ít hơn 400. Khi một người chết vì AIDS, anh ta không chết vì vi-rút HIV. Thật vậy, HIV làm cơ thể anh ta suy yếu và các căn bệnh cơ hội làm anh ta chết. Anh ta có thể này không chết vì các căn bệnh này, nhưng chính vì HIV làm hệ miễn dịch anh ta suy yếu nên chúng này gây ra các căn bệnh này. Một người mang HIV trong cơ thể không thể này ngay chặn người bắt đầu các căn bệnh này và do này họ chết vì chúng (chúng này như bệnh sốt rét, lao, viêm phổi). Nhiều người này ra vì cơ thể họ này bị suy yếu và không thể này bảo vệ người. Phần lớn các căn bệnh nhân AIDS chết vì HIV và các chõung bệnh bên ngoài.

Xem lại:

HIV là gì?

AIDS là gì?

HIV và AIDS quan hệ với nhau ra sao?

HIV ảnh hưởng đến cơ thể như thế nào?

Vì sao một người bị AIDS lại chết?

Các thông tin truy cập:

1. Quan hệ tình dục không an toàn giữa một người mang HIV và một người không có. Nghĩa là, quan hệ tình dục (hậu môn, miệng, âm đạo) không có sử dụng bao cao su (chúng hầu như bao cao su). Bao cao su là biện pháp ngừa thai duy nhất có thể phòng ngừa lây lan của HIV. Tuy vậy, bao cao su chằng mang lại hiệu quả khi sử dụng đúng hướng dẫn, sử dụng bao cao su đúng hướng dẫn và không quá hạn sử dụng. Những bao cao su cũng không hiệu quả 100%, một vài nghiên cứu cho thấy rằng chằng an toàn 93%. Nếu hai người không có HIV quan hệ tình dục không an toàn thì họ vẫn không bị nhiễm – nên ngay cho ta thấy tầm quan trọng của việc biết sử dụng tình trạng sức khỏe của mỗi người và của việc xét nghiệm HIV. Loại vi-rút này chằng lây truyền từ người mang nó sang người không mang nó. Vì vậy, quan hệ tình dục vô tình ít người thì nguy cơ lây nhiễm cao thấp. Nếu một người không tiếp xúc với HIV thì anh ta sẽ không bị HIV+, cho nên rất nhiều phòng cách giải quyết (tổn toàn gia đình, gia đình, phong tục...) nên nên tránh và làm chậm lại lúc biết nên quan hệ tình dục của thanh thiếu niên. Nên quan trọng nên nhớ là 85% ca lây nhiễm HIV lây qua nhiễm tình dục. Hai nhiễm lây nhiễm sử dụng nên cần cũng rất quan trọng những nhiễm nên tránh lây nhiễm nhất.
2. Nhiễm máu. Nghĩa là, máu của một người bị nhiễm HIV truyền lại (hay tiếp xúc với) máu của người không bị nhiễm HIV. Người không mang HIV sẽ bị lây nhiễm nếu sử dụng tiếp xúc máu. Nên ngay có thể xảy ra bằng nhiều nhiễm, ví dụ như kim tiêm dùng chung. Cho nên, tất cả mọi kim tiêm nên cần sử dụng (nếu không có sử dụng thì có thể luộc kim trong nước sôi). Chằng ta có thể hình dung một số dụng cụ gây ra lây nhiễm: dao cạo, dụng cụ xăm mình, nên bấm lỗ tai... một trong những nhiễm hỗ trợ chính của nhiễm lây truyền này là lây truyền máu. Nếu máu không sử dụng xét nghiệm kỹ, có thể nên máu mang HIV sẽ sử dụng truyền cho người khác. Hiện nay, nhiễm lây truyền này không phải là một vấn đề vì máu luôn sử dụng xét nghiệm kỹ cũng những hai nên nên tránh lây nhiễm, nên lây nên luôn trên nên nên truyền Myo.
3. Mẹ truyền sang con. Phụ nữ có HIV đồng tính có thể truyền chằng sang con họ. Nên ngay xảy ra trong quá trình mang thai, sinh nên hay cho con bú. Một số cách ngừa sẽ làm giảm nên nên lây nhiễm này rất nhiều và chằng sử dụng đúng hướng dẫn nên nên nhiều nên. Nên sử dụng phòng ngừa này, người mẹ nên nên biết lây mình có HIV hay không. Người mẹ không mang HIV sẽ không truyền chằng sang con. Người mẹ mang HIV sẽ có nên nên 35% nên nên lây truyền chằng sang con mình.

Hầu như 85% nhiễm lây nhiễm HIV lây qua nhiễm tình dục không an toàn. Những nhiễm lây truyền khác cũng cần sử dụng chằng ta quan

taâm phøng ngöøa, nhöng chuû yeáu laø ñöôøng tình duïc vì nou coù aùnh höôøng roäng nhaát.

Xem laïi:

Con ñöôøng laây truyeàn HIV phoả bieán nhaát laø gì?

Nhöøng caùch naøo coù theá giaùm bôùt/ngaên ngöøa khaù naêng nhieãm HIV qua ñöôøng naøy?

Laây truyeàn qua ñöôøng maàu laø gì?

Nhöøng caùch naøo coù theá giaùm bôùt/ngaên ngöøa khaù naêng nhieãm HIV qua ñöôøng naøy?

Ñöôøng meï truyeàn sang con laø gì?

Nhöøng caùch naøo coù theá giaùm bôùt/ngaên ngöøa khaù naêng nhieãm HIV qua ñöôøng naøy?

Caùch naøo coù theá ngaên ngöøa laây nhieãm HIV töø ba ñöôøng trên?

Taïi sao ta phaûi phøng ngöøa laây nhieãm qua ñöôøng tình duïc laø chuû yeáu?

Söùc khoùe vaø dinh döôøng ñoùng vai troø chuû yeáu quyeaát ñoùng khaù naêng mieãn dòch ñoái vôùi caùc loaïi beánh cuûa chuùng ta. Moät ngöôøi coù theá bò hay khoàng bò HIV+ sau moät laàn tieáp xuùc vôùi HIV. Moät ngöôøi bò HIV chæ sau moät laàn quan heä tình duïc trong khi moät soá ngöôøi khaùc thöôøng xuyeán quan heä thì laïi khoàng bò. Nhieàu ngöôøi tin raêng söùc khoùe quyeaát ñoùng ñieàu naøy. Neáu moät ngöôøi khoùe maïn thì cô theá anh ta coù khaù naêng choáng laïi söï laây truyeàn HIV toát hôn laø moät ngöôøi óám yeáu. Ñaây cuøng laø nguyeán taéc ñoái vôùi beánh lao vaø beánh soát reùt.

Cô theá chuùng ta caàn boán loaïi dinh döôøng chính: thöù nhaát, proteâin ( coù trong thòt, söõa, tröùng hoaëc ñaàu) giuùp phaùt trieán cô vaø taêng cöôøng heä mieãn dòch. Tuy nhieân, chæ haáp thuï proteâin thoài cuøng khoàng theá taêng cöôøng heä mieãn dòch chuùng ta moät caùch hoaøn haùo, caù boán loaïi döôøng chaát ñeàu caàn thieát cho moät cô theá khoùe maïn. Thöù nhì laø chaát beùo ( coù trong daàu, thòt, rau vaø nhieàu loaïi thöùc aên khaùc), nou giuùp döï tröø naêng löôïng vaø baùo veä cô theá chuùng ta. Thöù ba, hydrat cacbon cung caáp naêng löôïng cho cô theá ( coù trong nguõ coác, baùn mì, ñöôøng, traùi caây...). Vaø cuoái cuøng, cô theá chuùng ta caàn coù nöôøc tinh khaùc.

Moät nhaân toá khaùc lieán quan ñeán söùc khoùe, nou laø veä sinh. Giöõ gìn cô theá luoán saïch seõ, sieáng naêng taém goãi vaø chöõa trò caùc veát thöông ñuùng caùch cuøng vô cuøng quan troïng. Nhö ñaõ nou ôu trên, HIV/AIDS laøm cô theá chuùng ta yeáu ñi, taïo ñieàu kieán cho caùc loaïi beánh khaùc xaâm nhaäp. Chính vì theá, tìm kieám caùch chöõa trò cho moï loaïi beánh dòch laø raát quan troïng.

Taïi sao soá tröôøng hôïp laây hieãm HIV laïi lieán tuïc taêng cao: yeáu toá xaõ hoãi ( sö löôïc):

Choái boù raêng :”nou seõ khoàng xaùy ñeán vôùi toái ñaàu”, caùch suy nghó nhö vaây thaät söï laø moät vaán ñeà löu.

Giòuì tính: laim dưng tình dục, sõi phui thuoc cuia phui nõõ, giai caáp xaõ hoãi vaø cheanh leäch veà kinh teá, nhõõng nhaân toá sinh hoïc.

Giaòu duc: thieáu taõi lieäu höõùng daãn, quan nieãm sai leäch, caám caùn vieäc giaòu duc ( veà giòuì tính).

Phõõng tieãn truyeàn thoâng: sõi phoả bieán cuia sex treân caùc phõõng tieãn truyeàn thoâng toaøn caàu, khoâng chuù troĩng ñeán tình duc an toaøn.

Dòch vui y teá: ñaét ñoũ, soá löõõng ít, khoâng ñõõõc phoả bieán roãng, phaũi chõõ ñõõi laâu, thieáu dưng cuĩ chuyeãn moãn vaø thuoc men chõõa trò.

Neàn vaên hoùa: vì sõi baát bình ñaúng, vieäc baõn luaãn veà giòuì tính hay tình duc an toaøn vaãn laø sõi caám kí.

Kinh teá – xaõ hoãi: sõi thieáu aên, caùch soáng, chí phí chõõa beãnh hay khaùm söüc khoue.

Caùc beãnh laây truyeàn qua ñõõõng tình duc: nhõõng caên beãnh naõy laøm cho sõi laây nhieãm HIV trõu neãn deã daõng hôn.

Chieán tranh: laim dưng tình duc, sõi di daãn ( phaàn töũ noãi daãy, quaãn ñõõi, ngõõõi di cõ).

#### HIV/AIDS trong caùc nhìn toaøn caàu:

UNAIDS ( baòu caàu thaùng 12/2005) öõüc luõõng coù khoaùng 40 trieäu ngõõõi ñang soáng chung võũ HIV/AIDS vaø khoaùng 25 trieäu ngõõõi ñaõ cheát vì caên beãnh naõy. Khoaùng 90% nhõõng ngõõõi naõy khoâng coù kieán thõüc veà AIDS vaø ñang soáng õu nhõõng nõõõc ñang phaùt trieãn. Thanh thieáu nieãn coù khaũ naêng bò laây nhieãm cao nhaát ( duõ õu moĩ löõa tuoãi, ngõõõi ta ñeàu coù theã bò laây nhieãm). Trong naêm 2005, treãn 50% nhõõng ngõõõi mõi bò HIV õu vaøo khoaùng 15-24. Moĩ ngaõy coù treãn 8000 ngõõõi cheát vì AIDS vaø 14000 ngõõõi bò laây nhieãm. Khoaùng 250 ( hay cao hôn, khoaùng 2000) treũ sõ sinh trong soá naõy bò nhieãm HIV trong quaũ trình ñõõõc sinh ra vaø cho bù. Ngoaõi vieäc gaãy töũ vong cho nhieàu ngõõõi, HIV/AIDS coøn gaãy aũnh höõùng lõùn ñeán xaõ hoãi. Khoaùng 14000000 treũ em röi vaøo caũnh moà coãi böũ cha meĩ chùng ñaõ cheát do AIDS. Trong soá caùc naãn nhaân cheát do AIDS coù 7000000 ngõõõi laø noãng daãn – con soá naõy theo döi tính seõ taêng leãn 16000000 trõõõc 2020. nhõõng caùc cheát gaãy ra böũ AIDS laøm aũnh höõùng ñeán giaòu vieãn ( 85% soá ca töũ vong õu Nam Phi laø do AIDS) vaø caùc dòch vui y teá: khoâng ñõõõc trang bò ñaãy ñõũ, khoâng ñõõõc taõi trõi, vaø quaũ taũ ( khoaùng 50 – 80% soá giõõõng õu beãnh vieãn chæ daõnh rieãn cho ngõõõi bò nhieãm HIV/AIDS).

Xem laĩ:

Dinh dưỡng đóng vai trò gì trong việc phòng ngừa HIV/AIDS?  
Tại sao việc chữa trị lại quan trọng?  
Tại sao HIV/AIDS tiếp tục lan rộng?  
Có nguyên do nào khiến cho lây lan ra sẽ lan rộng trên?  
Những nhân tố nào liên quan trọng nhất ( nói trong 1 vòng )?  
Những nhân tố nào cần chú ý nhất trong vấn đề này?  
Những ảnh hưởng ngay lập tức của HIV/AIDS?  
Những ảnh hưởng lâu dài của HIV/AIDS?

### Cách phòng trừ:

Những người hiện sống chung với HIV/AIDS có thể nhờ giúp bằng một số cách: (1) khám sinh, tuy nhiên đây không phải là thuốc trừ HIV, (2) tăng cường hệ miễn dịch và (3) chữa trị các căn bệnh cơ thể.

Khám sinh không phải là một loại thuốc chữa trị, không có thuốc chữa cho HIV/AIDS. Nó giúp tăng cường hệ miễn dịch và làm chậm lại quá trình phát triển của HIV/AIDS. Nó giúp kéo dài cuộc sống của người bệnh HIV/AIDS. Khám sinh nhờ cậy vì phần lớn sức khỏe người bệnh nhờ cậy hoàn phục chớ sau hai tháng chữa trị.

Khám sinh cũng có mặt hạn chế của nó. Nó rất đắt tiền. Nếu mà tìm mua nhờ cậy loại thuốc này ở những quốc gia đang phát triển và nó có tác dụng phụ ( 20 – 30% số người bệnh HIV/AIDS ở Mỹ không dùng nhờ cậy loại thuốc này). Khám sinh cũng trở nên kém hiệu quả khi vi-rút đã lây nhiễm.

Khám sinh có thể giúp một người bệnh nặng hoàn phục sức khỏe nhờ cậy không phải là thuốc chữa. Hệ thống miễn dịch chớ nhờ cậy tăng cường khi sức khỏe và chế độ dinh dưỡng nhờ cậy năm ba.

Nhờ cậy này cần, sẽ tốt hơn gây ra bởi HIV/AIDS lây do các căn bệnh cơ thể xâm nhập vào cơ thể khi hệ miễn dịch suy yếu. Vì thế, việc chữa trị các căn bệnh cơ thể này là vô cùng quan trọng nói với người bệnh HIV/AIDS. Tìm nhờ cậy thuốc chữa cho các căn bệnh này có thể giúp kéo dài cuộc sống của người bệnh HIV/AIDS.

### Phòng tránh nhiễm trùng truyền từ mẹ sang con:

Phụ nữ có HIV trong người mang thai có 35% khả năng lây truyền loại vi-rút này cho con. Nhờ cậy này cần, một số nhờ cậy liệu có thể ngăn ngừa nhiều nguy cơ xảy ra. Nevirapine có thể nhờ cậy dùng trước và sau khi sinh nhờ cậy giảm thiểu khả năng lây nhiễm với giá phải chăng ( khoảng 4 USD). Loại thuốc này thông dụng nhờ cậy vì nó rẻ và dễ phân phối. Nhờ cậy quan trọng cho các bà mẹ và em bé lây bệnh HIV của mình nhờ cậy từ mẹ có cách chữa trị hiệu quả.

### Xem lai:

Ba sõi lĩa choïn cho ngöôøi bò nhieãm HIV/AIDS laø gì?

Khaùng sinh laø gì?

Khaùng sinh coù theá giuùp gì cho ngöôøi beãnh?

Coù thuoác chõõa cho HIV/AIDS khoâng?

Maët haïn cheá cuõa khaùng sinh laø gì?

Nhöõng vaán ñeà toàøn taiï laø gì?

Theá naøo laø laây truyeàn töø meï sang con?

Nevirapine laø gì?

Phõõng thõuc choáng laây truyeàn HIV laø gì?

### Giõuï tĩnh

HIV/AIDS coù theá bò nhieãm bõuï caù hai giõuï, tuy nhieãn gaàn ñaây soá phuï nõõ bò nhieãm HIV taêng leãn. Trong naêm 2005, treãn 50% nhõõng ngöôøi mõi bò nhieãm beãnh laø phuï nõõ. Ñieàu naøy coù lieãn quan töuï ñaëc ñieãm sinh hoïc, kinh teá – xaõ hoãï vaø vò trí cuõa phuï nõõ. Trong trõõõng hoïp cuõanam giõuï, phaàn lõùn sõi laây truyeàn laø qua quan heã tình duïc khaùc giõuï. Trong vaøï naêm trõu laiï ñaây, mõi naêm soá phuï nõõ mang HIV laiï taêng gaáp ñõõ. Trung bình cõu khoaùng 20 giaây, moät phuï nõõ õu quoaéc gia ñang phaùt trieãn laiï bò HIV+. Bõn phaãn phaũï chaêm lo cho gia ñĩnh cuõa phuï nõõ, ñaëc bieät neáu hoï coù HIV, laøm giaùm cõ hoãï ñõõic chaêm lo cho sõuc khoẽ cuõa hoï. Nguy cõ bò laây nhieãm HIV cuõa nõõ ngaøy caõng taêng cao coù lieãn quan töuï:

1. Ñaëc ñieãm sinh hoïc: khi quan heã tình duïc khaùc giõuï, phuï nõõ laø ngöôøi tieáp nhaãn. Cõ theá cuõa hoï coù nhieàu bõ phaãn tieáp nhaãn hõn ñaõn õng. Do ñõu khi quan heã tình duïc, hoï coù nguy cõ bò laây HIV cao. Theãm vaøo ñõu, quaù trình sinh ñeù cuõng coù theá laây HIV cho con cuõa hoï.
2. xaõ hoãï/vaên hoùa: phuï nõõ phaũï chõu leã thuoác trong quan heã tình duïc vì vò trí xaõ hoãï cuõa hoï thaáp hõn ñaõn õng, thõõõng laø do caùc giaù trõ vaên hoùa. Sõi leã thuoác naøy xaũy ra döõuï hình thõuc bò eùp buoác phaũï quan heã hay bò laiïm ñuĩng/ baõo haõnh tình duïc – töuc laø bò cõõõng eùp hoaëc do quan heã võuï nhieàu ngöôøi (maũĩ daãm). Ngoaøï ra, moät soá phuï nõõ caũm thaáy raẽng mình khoâng coù quyeàn hay khoâng theá trao ñõõ veà tình duïc vaø caùc bieãn phaùp an toaõn tình duïc.
3. kinh teá: phuï nõõ thõõõng bò ñaãy vaøo con ñõõõng mua baùn thaãn xaùc khi hoï khoâng ñõõic pheùp laøm vieác, hay hoï phuï thuoác veà maët kinh teá vaøo ngöôøi ñaõn õng ñaõ röõï bõu gia ñĩnh ( cheát hay ly hoãn ), hoaëc cuõng coù theá vì hoï khoâng coù cõ hoãï ñõõic laøm vieác trong xaõ hoãï. Nhõõng cõ gaũ treũ quyeãn ruõ caùc ngöôøi ñaõn õng giaõu coù lõùn tuoãï ñõn thuaàn chæ vì tieãn hay ñõa vò xaõ hoãï. Taát caù nhõõng nhaãn toá treãn laøm taêng theãm sõi leã thuoác trong kĩa caĩnh tình duïc cuõa ngöôøi phuï nõõ trong xaõ hoãï/ neãn vaên hoùa.
4. tieáp maũu: nhieàu phuï nõõ caãn ñõõic tieáp maũu trong quaù trình sinh ñeù vaø vì theá coù nguy cõ laây nhieãm cao hõn ñaõn õng.