

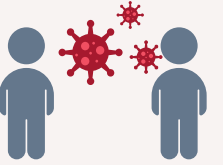
HIV ဆိုတာ ဘာလဲ။

(ခုခံအား ကျဆင်းစေသော ရောဂါပိုး)



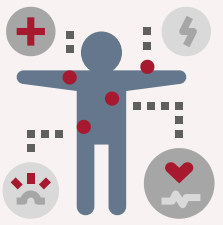
1 ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်း

- မကြာခဏ ဆေးစစ်မှု ခံယူပါ။
- ဆေးထိုးအပ်ကို အခြားသူများနှင့် မျှမသုံးပါနှင့်။
- ဘေးကင်းစိတ်ချရသော လိင်ဆက်ဆံမှုကို အလေ့အကျင့်လုပ်ပါ။
- PrEP (ရောဂါမဖြစ်မီ ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်း) ဆေးညွှန်းပေးဆေးဝါး အကြောင်း ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုပေးသူထံ မေးမြန်းပါ



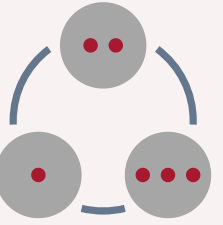
2 ရောဂါကူးစက်ခြင်း

- လိင်ဆက်ဆံခြင်း
 - မိခင်မှရင်သွေးထံ ကူးခြင်း
 - ဆေးထိုးအပ် မျှသုံးခြင်း
- စသည်ဖြင့်...



3 ရောဂါလက္ခဏာများ

- ရောဂါကူးစက်ခံရပြီး 2 ပတ်မှ 4 ပတ်အတွင်း ဖျားခြင်း၊ ချမ်းခြင်း၊ အရေပြားတွင် အနီကွက်ထခြင်း၊ ညဘက်ချွေးထွက်ခြင်း၊ ကြွက်သား ကိုက်ခဲခြင်း၊ လည်ချောင်းနာခြင်း၊ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း၊ ပြန်ရည်အဖု ငယ်များ ရောင်ရမ်းခြင်းနှင့် ခံတွင်းပြည်တည်နာများ အပါအဝင် တုပ် ကွေးကဲ့သို့ ရောဂါလက္ခဏာများ စတင်ဖြစ်ပေါ်သည်။
- လူအချို့တွင် ဤကာလအတွင်း မည်သည့်ရောဂါလက္ခဏာမျှ မခံစား ရနိုင်ပါ



4 အဆင့်များ

အဆင့် 1- နာတာရှည်မဟုတ်သော HIV ကူးစက်မှု

- ဤအချိန်တွင် ရောဂါလက္ခဏာများ ပေါ်လာနိုင်သည်။
- ပဋိဇာတ်/ပဋိပစ္စည်း စစ်ဆေးခြင်းဖြင့် ရောဂါရှာဖွေတွေ့ရှိသည်

အဆင့် 2- နာတာရှည် HIV ကူးစက်မှု

- HIV သည် အလွန်နှေးကွေးသော အဆင့်များဖြင့် မျိုးပွားသည်။
- ဤအဆင့်တွင် ရောဂါလက္ခဏာများ ပြခြင်း သို့မဟုတ် ဖျားနာခြင်းတို့ မရှိ နိုင်ပါ။
- HIV ကူးစက်နိုင်ခြေ ရှိပါသေးသည်
- ဆေးဝါးများသည် တိုးတက်မှုကို နှေးကွေးစေပြီး သွေးတွင်း ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး ပမာဏကို မတွေ့နိုင်ဘဲရှိတတ်သည်

အဆင့် 3- AIDS (ခုခံအားကျဆင်းမှု ကူးစက်ရောဂါလက္ခဏာစု)

- အပြင်းထန်ဆုံးအဆင့်
- CD4 ဆဲလ်အရေအတွက်သည် 200 ဆဲလ်/မီလီမီတာအောက် ကျဆင်းသွား သည် သို့မဟုတ် ရောဂါကူးစက်နိုင်ခြေ တိုးလာသည်
- ဗိုင်းရပ်စ်ပမာဏ မြင့်မားပြီး အလွန်ကူးစက်လွယ်သည်



5 ကုသမှု

- HIV ပျောက်ကင်းအောင် ကုသရန် ဆေးမရှိသော်လည်း ART (antiretroviral ကု ထုံး) ဆေးဝါးကိုသုံးခြင်းဖြင့် လူနာသည် ပိုမို အသက်ရှည်ကျန်းမာစွာ နေထိုင်နိုင် ပါသည်
- ကုသမှုသည် သွေးတွင်း HIV (<200/mL) ဗိုင်းရပ်စ်ပမာဏကို လျော့နည်းစေသော ကြောင့် ဆေးစစ်ရာတွင် မတွေ့ရှိနိုင်ပါ
- ဗိုင်းရပ်စ်ပမာဏကို ရှာမတွေ့သောကြောင့် အခြားသူများထံ HIV ကူးစက်နိုင်ခြေမ ရှိအောင် ထိရောက်စွာ ကာကွယ်ပေးသည်
- ကုသမှု နှောင့်နှေးပါက HIV သည် သင်၏ ခုခံအားစနစ်ကို ထိခိုက်စေပြီး AIDS နှင့် ကူးစက်ရောဂါများ ဖြစ်ပွားနိုင်ခြေ တိုးလာကာ အခြားသူများထံ HIV ကူးစက် နိုင်ခြေ ပိုမိုမြင့်မားစေမည်ဖြစ်သည်။



Source: <https://www.cdc.gov/hiv/basics/whatishiv.html>