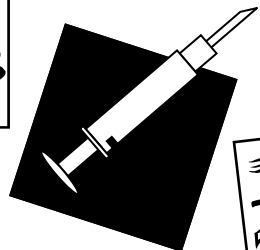


**โรคเอดส์** เป็นโรคติดต่อที่เกิดจากเชื้อไวรัส  
 เชื้อนี้เมื่อเข้าสู่ร่างกายจะไปทำลายเม็ดเลือด  
 ขาวชนิด CD4 ซึ่งเป็นเม็ดเลือดขาวที่สำคัญ  
 ในระบบการสร้างภูมิคุ้มกันของมนุษย์ ทำให้  
 ภูมิคุ้มกันของผู้ติดเชื้อเอชไอวีเสื่อมลง และทำให้  
 เกิดภาวะแทรกซ้อนตามมา คือ โรคมะเร็ง  
 โรคติดเชื้อฉวยโอกาส การดูแลสุขภาพ ทั่วๆไป  
 ผู้ติดเชื้อควรทำกิจกรรมที่มีผลให้ภูมิคุ้มกันดีขึ้น  
 และหลีกเลี่ยงกิจกรรมที่ทำให้ภูมิคุ้มกันลดลง

### เขตที่แพร่กระจายโดย

- ⇒ โโลหิต น้ำอสุจิ น้ำในช่องคลอดประจำเดือน  
 ของผู้ที่มีเชื้อเอดส์
- ⇒ ใช้เข็มฉีดยาร่วมกับคนที่เป็นโรคเอดส์
- ⇒ หญิงตั้งครรภ์ที่เป็นโรคเอดส์สามารถแพร่  
 เชื้อไปยังทารกได้



### ปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้มีโอกาสติดเชื้อมากขึ้น

1. ปริมาณเชื้อเอชไอวีที่ได้รับ หากได้รับเชื้อ  
 จำนวนมาก ก็มีโอกาสติดโรคมามากไปด้วย
2. การมีบาดแผล เพราะเชื้อจะเข้าสู่ร่างกายทาง  
 บาดแผลได้
3. จำนวนครั้งของการรับเชื้อ หากรับเชื้อบ่อยๆก็  
 จะมีโอกาสติดเชื้อมากขึ้นไปด้วย
4. สุขภาพของผู้รับเชื้อ ถ้าได้รับเชื้อเอชไอวี  
 ในขณะที่ร่างกายไม่แข็งแรง ก็มีโอกาสติด  
 เชื้อได้ง่ายขึ้น
5. การติดเชื้ออื่นๆ เช่น การเป็นโรคติดต่อทาง  
 เพศสัมพันธ์ต่างๆ ทำให้มีเม็ดเลือดขาวอยู่ที่  
 แผลจำนวนมาก พร้อมทั้งจะรับเชื้อได้โดยง่าย

### เอดส์ป้องกันได้



1. การไม่มีเพศสัมพันธ์กับผู้ติดเชื้อเอชไอวีหรือ  
 ป่วยเป็นโรเอดส์ หากหลีกเลี่ยงไม่ได้ควรใช้  
 ถุงยางอนามัย อย่างถูกวิธี
2. ไม่ใช้เข็มฉีดยาหรือของมีคมร่วมกับผู้อื่น
3. การตรวจเลือดและขอรับบริการปรึกษาเรื่อง  
 โรคเอดส์ก่อนแต่งงาน และก่อนที่คิดมีบุตร
4. หลีกเลี่ยงการรับเลือดโดยไม่จำเป็น หากมี  
 ความจำเป็น ต้องเป็นเลือดที่ผ่านการทดสอบ  
 ว่าปราศจากเชื้อเอชไอวีแล้วเท่านั้น

### อาการของโรคเอดส์

อาการของโรคเอดส์มี 2 ระยะ ดังนี้

1. **ระยะไม่ปรากฏอาการ** ผู้ติดเชื้อไม่มีอาการ  
 ผิดปกติแต่อย่างใด สุขภาพแข็งแรงเหมือน  
 คนปกติ เลือดจะให้ผลบวกหลังรับเชื้อ  
 6 สัปดาห์ขึ้นไป
2. **ระยะที่มีอาการ** เป็นระยะที่เริ่มแสดงอาการ  
 ภายหลังจากได้รับเชื้อเอดส์ประมาณ 7-8 ปี  
 แบ่งย่อยเป็น 2 ระยะคือ

**2.1 ระยะปรากฏอาการ** ระยะนี้ผู้ป่วยจะมีอาการ  
 ใดๆอย่างหนึ่งหรือหลายอย่างร่วมกัน เช่น

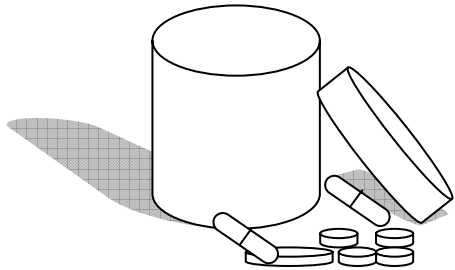
- \* มีเชื้อราในช่องปาก บริเวณกระพุ้งแก้มและ  
 เพดานปาก
- \* ต่อมน้ำเหลืองโต ที่บริเวณคอ รักแร้  
 ขาหนีบ
- \* เป็นงูสวัด หรือมีแผลริมชนิดลูกกลม
- \* มีอาการเรื้อรังนานเกิน 1 เดือน โดย  
 ไม่ทราบสาเหตุ เช่น มีไข้ ท้องเสีย มีตุ่มคัน บริเวณ  
 ผิวหนัง น้ำหนักลด

**2.2 ระยะเอดส์** ระยะนี้ภูมิคุ้มกันของผู้ป่วยถูก  
 ทำลายไปมากทำให้ติดโรคที่มักไม่เป็นในคนปกติ  
 ที่เรียกว่า **"โรคฉวยโอกาส"** ซึ่งมีหลายชนิด แล้วแต่  
 ว่าจะติดเชื้อชนิดใด และเกิดที่ส่วนไหนของร่างกาย

## เอดส์รักษาได้แต่ยังไม่หายขาด

ปัจจุบันยังไม่มียารักษาโรคเอดส์ให้หายขาดได้ และยังไม่มียาป้องกันโรคเอดส์อย่างได้ผล วิธีการรักษาในปัจจุบันเป็นเพียง การใช้ยาต้านไวรัส เพื่อชะลอการทำลายของเซลล์เม็ดเลือดขาวชนิดที่มีหน้าที่หลักในระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย ยานี้จะเข้ามาช่วยลดการแบ่งตัวของเชื้อไวรัสเอชไอวีในร่างกาย ยาต้านไวรัส มี 3 กลุ่ม ซึ่งแต่ละกลุ่มจะออกฤทธิ์ต่อต้านเชื้อไวรัสเอชไอวี

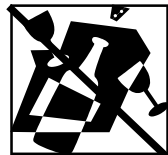
การกินยาต้านไวรัสอย่างสม่ำเสมอ จะยับยั้งไม่ให้เชื้อเอชไอวีเพิ่มจำนวนขึ้นและเพิ่มภูมิคุ้มกัน (CD4) ให้สูงขึ้นกว่าระดับปกติ แต่ถ้ากินยาไม่สม่ำเสมอ จะทำให้การรักษาด้วยยาต้านไวรัส ล้มเหลว เพราะทำให้ระดับยาในเม็ดเลือดต่ำกว่าระดับที่สามารถลดปริมาณเชื้อไวรัสได้



การกินยาที่ถูกต้อง ต่อเนื่องและตรงต่อเวลา เป็นหัวใจสำคัญของการรักษา ด้วยยาต้านไวรัสให้ได้ผล

## ควรปฏิบัติตัวอย่างไร.....เมื่อติดเชื้อเอดส์

- \* รักษาสุขภาพให้แข็งแรงและออกกำลังกายสม่ำเสมอ
- \* มีเพศสัมพันธ์ต้องใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้ง
- \* งดสิ่งเสพติดทุกชนิด
- \* งดบริจาคเลือดและอวัยวะต่างๆ
- \* หลีกเลี่ยงการตั้งครวม เพราะเด็กมีโอกาสถึง 30 % ที่จะรับเชื้อ
- \* หมั่นรักษาสุขภาพในช่องปากและฟัน เช่น แปรงฟันหลังอาหารทุกครั้ง
- \* ทำจิตใจให้สงบ เช่น การฝึกสมาธิ
- \* ควรรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ หลีกเลี่ยงอาหารที่ปรุงจากเนื้อสัตว์บางชนิด เช่น แหนม ลาบ สด หลู้ ปลา ร้า ตลอดจนอาหารหมักดอง หรือเครื่องปรุงที่ทำจากการหมักดอง เช่น ซอสต่างๆ ซีอิ๊ว และผลไม้ดอง



# เอดส์

## เรียนรู้....เข้าใจ และ....ป้องกัน

ใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้ง  
ที่มีเพศสัมพันธ์

ตรวจเลือดก่อน  
แต่งงาน.....



~~ด้วยความปรารถนาดีจาก~~

~~กลุ่มงานสุขศึกษา โรงพยาบาลน่าน~~

~~โทรศัพท์ 054-710138-0 ต่อ 3251,3269~~