

Điều trị

Phụ nữ và HIV: Các bản hướng dẫn cho phụ nữ về HIV



Làm xét nghiệm HIV



Vừa được chẩn đoán



Chăm sóc bản thân



Việc mang thai và người mẹ



Các dịch vụ và các trang mạng của NSW

Những phương thức điều trị nào đang được ứng dụng

Có những loại thuốc rất hiệu quả trong việc điều trị HIV. Phương thức điều trị căn bản là Antiretroviral Therapy (ART) bao gồm ba hoặc nhiều loại thuốc đặc trị cho HIV. Bạn có thể thấy tên thuốc là ARV (Antiretrovirals), HAART (Highly Active Antiretroviral Therapy) hay cART (Combination Antiretroviral Therapy).

Những loại thuốc này không thể trị dứt HIV nhưng chúng có hiệu lực hạ thấp số lượng siêu vi HIV sinh sản trong cơ thể. Điều này làm giảm bớt sự tổn hại đến hệ thống miễn dịch của bạn và giúp ngăn ngừa bệnh tật.

Theo dõi sức khỏe của bạn

Cho dù rằng bạn đang điều trị hay không, điều nhất thiết là bạn đến gặp bác sĩ của bạn và xét nghiệm máu đều đặn- thông thường mỗi ba tháng một lần.

Bác sĩ sẽ theo dõi xem siêu vi HIV ảnh hưởng thế nào đến hệ thống miễn dịch của bạn bằng hai loại xét nghiệm:

Xét nghiệm về số lượng siêu vi: đo lường số lượng siêu vi HIV trong cơ thể bạn. Khi số siêu vi sụt giảm rất thấp có nghĩa là "không phát hiện được". Điều này không có nghĩa là siêu vi này đã loại ra khỏi cơ thể của bạn.

Xét nghiệm về số lượng tế bào CD4: đo lường số lượng tế bào CD4 cho thấy hệ thống miễn dịch của bạn bị HIV làm tổn hại đến mức độ nào.

Mục đích của các phương thức điều trị nhằm để đạt đến số lượng siêu vi ở mức "không phát hiện được" cũng như cải tiến số lượng CD4 và hệ thống miễn dịch của bạn.

Khởi sự điều trị

Có những cảm nang hướng dẫn thời gian thích hợp để khởi sự điều trị và bác sĩ của bạn sẽ bàn thảo với bạn về lúc nào tốt nhất để tiến hành. Khởi sự điều trị là một quyết định quan trọng do đó bạn cần cùng thảo luận việc này. Chính vì vậy sự liên hệ với bác sĩ là vấn đề thiết yếu.

Hãy tìm hiểu những lựa chọn về các phương thức điều trị và hãy hỏi bác sĩ về tất cả mọi điều mà bạn muốn biết. Bạn cần được cho biết thông tin và cảm thấy an tâm với quyết định của mình.

Sự hợp tác chặt chẽ

Để việc điều trị có hiệu quả phải tuân đúng theo toa bác sĩ. Điều này có nghĩa là "tuân thủ" hoặc "hợp tác chặt chẽ" trong việc uống thuốc:

- Đúng liều lượng
- Đúng giờ giấc
- Theo lời khuyên về thức ăn, thức uống
- Không bỏ qua bất cứ một viên thuốc nào

Phải hiểu rõ lý do tại sao bạn cần uống thuốc.

Những phản ứng phụ

Bạn có thể gặp phải những phản ứng phụ từ các loại thuốc đặc trị. Phần lớn các phản ứng này sẽ chấm dứt sau vài tuần lễ. Trình bày với bác sĩ của bạn cách đối phó với chúng. Không được ngưng thuốc mà không hỏi ý kiến của bác sĩ.

Những phản ứng cấp thời thông thường nhất như:

- Tiêu chảy
- Nhức đầu
- Khó chịu/buồn nôn
- Đau bụng
- Da khô ngứa
- Ngủ mê hoặc có những giấc mơ bất thường

Vài phản ứng phụ chỉ kéo dài có tính cách giai đoạn hoặc xuất hiện sau khi bạn điều trị được một thời gian. Bác sĩ của bạn sẽ theo dõi tình trạng này.

Các trị liệu phụ trợ

Nhiều phụ nữ sử dụng các phương thức trị liệu phụ trợ để:

- Củng cố hệ thống miễn dịch
- Đối phó với các phản ứng phụ
- Chế ngự sự căng thẳng
- Tăng cường thể lực

Những trị liệu này bao gồm:

- Châm cứu
- Thuốc bắc
- Xoa bóp
- Liệu pháp thiên nhiên

Điều quan trọng là bạn cho bác sĩ của bạn biết về loại trị liệu phụ trợ mà bạn đang sử dụng bởi vì một số dược thảo và dược liệu có thể ảnh hưởng đến thuốc HIV bạn đang uống.

Điều trị có tốn kém không?

Đa số các phương thức điều trị HIV được chính phủ tài trợ nếu như bạn có thể Medicare. Điều này có nghĩa là bạn chỉ phải trả một ít chi phí mà thôi.

Nếu bạn có thẻ Chiết giảm y tế Health Care hoặc thẻ Pension card bạn có thể còn được giảm giá thêm.

Nếu bạn lo ngại về tình trạng tài chính của mình bạn nên trình bày cho bác sĩ và nhân viên hỗ trợ của bạn biết. Có những dịch vụ có thể giúp đỡ bạn.

Các dịch vụ

Xin xem thêm các dịch vụ của tiểu bang NSW và bản hướng dẫn trên các trang mạng

Treatments and Client Support Officer ACON
Điện thoại: (02) 9699 8756

BGF (Bobby Goldsmith Foundation) Practical and financial support
www.bgf.org.au

Điện thoại miễn phí: 1800 651 011

Nếu bạn cần thông dịch viên, liên lạc số 131 450

Muốn tìm đọc thêm: xin vào những địa chỉ mạng sau đây hoặc hỏi nhân viên hỗ trợ xin một bản liệt kê các nguồn thông tin.

Getting the best HIV care
<http://treataware.info/files/checklistguide.pdf>

Treat yourself right
http://www.afao.org.au/library_docs/resources/TYR_07.pdf

Điều trị



Phụ nữ và HIV: Các bản hướng dẫn cho phụ nữ về HIV
Cung cấp bởi FPNSW phối hợp với MHAHS, ACON và HHAS tháng Sáu 2009