

- Sử dụng các ứng dụng như MyLife+ để theo dõi việc dùng thuốc và kết quả xét nghiệm máu của bạn.
- Nhận trợ giúp về các vấn đề khiến bạn khó uống thuốc: sức khỏe tâm thần, rượu bia, ma túy hoặc các vấn đề tài chính

Tôi có thể điều trị HIV nếu tôi đang mang thai không?

Nhiều phương pháp điều trị HIV an toàn khi mang thai. Chúng có thể giữ cho bạn khỏe mạnh và bảo vệ bạn khỏi bị HIV. Nhưng một số cách điều trị không phù hợp khi bạn mang thai. Nếu bạn mang thai, hoặc nếu bạn đang dự định mang thai, điều quan trọng là phải nói chuyện với bác sĩ về phương pháp điều trị tốt nhất để thực hiện.

THÔNG TIN THÊM

Xét nghiệm và Điều trị HIV

Trang mạng của Úc cung cấp thông tin chính xác, cập nhật và dễ hiểu về kiểm soát và điều trị HIV.

www.hivntn.org.au

Điều trị HIV Ngay

Trang mạng cung cấp thông tin về điều trị HIV dành cho nam giới đồng tính và nam giới có quan hệ tình dục với nam giới.

www.treathivnow.org.au

Tương tác thuốc HIV

Trang mạng có chức năng tìm kiếm cho phép bạn kiểm tra tương tác giữa các phương pháp điều trị HIV và các loại thuốc khác, bao gồm cả các chất kích thích giải trí.

www.hiv-druginteractions.org

MyLife+

Ứng dụng giúp bạn theo dõi tình trạng sức khỏe liên quan đến HIV, điều trị, xét nghiệm máu và phúc lợi tổng thể.

www.mylifeplus.com.au

Các Bước Tiếp Theo

Hướng dẫn dành cho những người mới được chẩn đoán nhiễm HIV. Có sẵn dưới dạng tập sách mỏng tại phòng khám HIV hoặc tổ chức cộng đồng HIV hoặc có thể tải xuống từ:

www.hivnextsteps.org.au

Nội dung này được chuyển ngữ và biên tập lại với sự cho phép từ Chương trình Hỗ trợ Người đồng cảnh ngộ (Peer Navigation) thuộc tổ chức Queensland Positive People. Việc thiết kế lại và phát triển nội dung được thực hiện với sự cho phép của Chương trình Nâng cao Sức khỏe thuộc Living Positive Victoria.



Bộ Y Tế Nam Úc (SA Health) đã tài trợ kinh phí cho chương trình này

SỰ THẬT

ĐIỀU TRỊ: ĐÓ LÀ LỰA CHỌN CỦA BẠN

Vietnamese | Tiếng việt

HIV CÓ THỂ ĐIỀU TRỊ ĐƯỢC KHÔNG?

Có những cách điều trị HIV rất hiệu quả. Hầu hết những người được điều trị HIV có thể sống lâu và khỏe mạnh.

Tác dụng của việc điều trị là ngăn chặn HIV nhân lên trong cơ thể và làm tổn hại hệ miễn dịch. Điều trị HIV làm giảm lượng HIV trong máu (tải lượng vi-rút) và tăng số tế bào CD4 (tế bào miễn dịch bị HIV tấn công). Việc điều trị cải thiện sức khỏe và tuổi thọ của bạn. Nó cũng ngăn không cho HIV lây lan qua đường tình dục.

Phương pháp điều trị HIV được gọi là Liệu pháp kháng vi-rút (ART). Có năm nhóm thuốc điều trị HIV ngăn chặn vi-rút HIV theo những cách khác nhau. Ngoài ra còn có các loại thuốc tăng cường làm tăng tác dụng của một số loại thuốc HIV.

Điều trị HIV thường là sự kết hợp của ba loại thuốc khác nhau. Một số phương pháp điều trị mới hơn dựa vào hai nhóm thuốc. Những thuốc này có thể được kết hợp thành một viên thuốc. Một số cách điều trị cũng có sẵn ở dạng thuốc tiêm có tác dụng kéo dài.

Những người có tải lượng vi rút bị ức chế (thấp hơn 200 bản sao/ml), đang dùng thuốc theo chỉ định của bác sĩ, không thể truyền HIV cho bạn tình của họ.

Khi nào thì tôi nên bắt đầu điều trị?

Bắt đầu điều trị càng sớm càng tốt sau khi bạn được chẩn đoán sẽ:

- Giảm tải lượng vi-rút, lượng HIV trong máu của bạn
- Giảm tác động của HIV lên cơ thể bạn
- Cải thiện sức khỏe
- Cải thiện tuổi thọ của bạn

Sau khi bạn bắt đầu điều trị, điều quan trọng là bạn phải tiếp tục điều trị. Điều quan trọng là suy nghĩ xem bạn đã sẵn sàng điều trị hay chưa. Nếu không chắc chắn, bạn hãy nói chuyện với bác sĩ hoặc người hỗ trợ đồng cảnh ngộ. Nếu bạn đã được chẩn đoán mắc bệnh AIDS, nếu bạn có lượng tế bào CD4 rất thấp hoặc nếu bạn đang mang thai, bạn nên bắt đầu điều trị ngay lập tức. Bác sĩ sẽ thảo luận điều này với bạn.

Những tác dụng phụ thì sao?

Việc điều trị HIV có thể có những tác dụng phụ. Nhiều phương pháp điều trị HIV hiện đại chỉ có những tác dụng phụ nhẹ. Tuy nhiên, các tác dụng phụ có thể gây ra vấn đề. Một số tác dụng phụ chỉ kéo dài vài ngày hoặc vài tuần đầu của đợt điều trị. Số khác có thể xuất hiện theo thời gian. Hãy nói chuyện với bác sĩ về những tác dụng phụ có thể xảy ra khi bắt đầu điều trị.

Bác sĩ có thể thực hiện những xét nghiệm để theo dõi những tác dụng phụ của thuốc.

Hãy nói chuyện với bác sĩ nếu bạn gặp khó khăn với những tác dụng phụ. Có thể bạn cần phải đổi thuốc hoặc họ có thể cho bạn thuốc để giảm tác dụng phụ.

Liệu việc điều trị HIV có tương tác với các loại thuốc khác của tôi không?

Một số phương pháp điều trị HIV có thể tương tác với các loại thuốc khác mà bạn có thể đang dùng. Bác sĩ sẽ hỏi bạn về các loại thuốc khác, thuốc giải trí và chất bổ sung mà bạn đang dùng để giúp họ lựa chọn phương pháp điều trị HIV phù hợp. Điều quan trọng là bạn cho họ biết là bạn đang dùng những gì để họ có thể kê toa điều trị tốt nhất cho bạn.

Tôi cần phải điều trị bao lâu?

Không có cách chữa khỏi HIV. Một khi bạn bắt đầu điều trị thì bạn sẽ cần điều trị suốt đời. Điều này có nghĩa là uống thuốc mỗi ngày hoặc tiêm thuốc điều trị đúng giờ.

Thực hiện việc điều trị của tôi

Điều quan trọng là dùng thuốc theo toa của bác sĩ. Quên thuốc hoặc ngừng điều trị có thể làm suy yếu hệ miễn dịch và gây hại cho sức khỏe của bạn. Điều này cũng có thể gây ra tình trạng kháng thuốc và cách điều trị của bạn sẽ không hiệu quả nữa. Nếu bạn bị kháng thuốc, bạn sẽ cần phải đổi thuốc, và loại thuốc mới có thể kém hiệu quả hơn và có nhiều tác dụng phụ hơn loại điều trị mà bạn đã sử dụng. Nếu bạn quên uống thuốc điều trị HIV vào giờ thường lệ, hãy uống thuốc khi nhớ ra và sau đó quay lại giờ giắc uống thuốc thông thường. Nếu bạn nhận ra mình đã quên uống thuốc ngay vào lúc sắp uống liều tiếp theo, đừng uống gấp đôi. Nếu bạn lỡ hẹn điều trị, hãy đặt cuộc hẹn mới càng sớm càng tốt.

NHỮNG GỢI Ý ĐỂ GIÚP BẠN ĐIỀU TRỊ

- Sử dụng hộp thuốc có các ngăn chia nhỏ để bạn có thể nhìn vào hộp và biết mình đã uống thuốc hay chưa
- Làm cho việc điều trị của bạn trở thành một phần của thói quen hàng ngày của bạn, chẳng hạn như đánh răng.
- Sử dụng báo thức trên điện thoại để giúp bạn nhớ uống thuốc
- Hãy nhờ bác sĩ, y tá chuyên khoa HIV hoặc Điều phối viên Đồng đẳng của SAMESH hỗ trợ nếu bạn thường xuyên quên hoặc bỏ lỡ việc dùng thuốc điều trị.
- Cố gắng giữ một khoản dự trữ nhỏ cho các thuốc điều trị HIV để bạn không bị hết thuốc. Dự trữ sớm, đặc biệt nếu bạn đang đi du lịch hoặc đi nghỉ
- Sắp xếp để nhà thuốc của bạn gửi tin nhắn SMS nhắc bạn đến lấy thuốc