02. ផលវិបាកនៃមេរោគហេចអាយវីនិងជមឺអែដស៍

2.1 តើមេរោគហេចអាយវីនិងជមឺអែដស៍ខុសគ្នាដូចម្តេច?

2.2 តើមេរោគហេចអាយវីឆ្លងតាមរបៀបណា?

2.3 តើមេរោគហេចអាយវី ប៉ះពាល់ប្រព័ន្ធការពារប្រឆាំង មេរោគ របស់យើងរបៀបណា?

2.1 តើមេរោគហេចអាយវីនិងជមឺអែដស៍ខុសគ្នាដូចម្តេច?

ជារឿយៗគេច្រើនប្រើពាក្យ HIV និង AIDS ចូលគ្នា ហើយយល់ថា ពាក្យទាំងនេះមានន័យ តែមួយ។ ប៉ុន្តែ HIV និង AIDS គឺមានន័យពីរខុសគ្នា។ HIV គឺមកពីពាក្យមេរោគធ្វើ ឱ្យភាពស៊ាំនឹងជម្ងឺក្នុងខ្លួនប្រាណរបស់មនុស្សទន់ខ្សោយ។ HIV គឺជាមេរោគវីរ៉ុស (Virus) ដែលអាចបណ្តាលឱ្យកើត ជម្ងឺ AIDS ។ បើសិនជាអ្នកបានឆ្លងមេរោគ HIV (Infected with HIV) នោះអ្នកមានមេរោគ HIV វិជ្ជមានក្នុងខ្លួន។ នេះមានន័យថា មេរោគ HIV បានចូលក្នុងប្រព័ន្ធឈាមរបស់អ្នក។ នៅពេលនោះ គ្មានវិធីព្យាបាលទេ ហើយមេរោគនឹង នៅក្នុងឈាមអ្នកជារៀងរហូត។ យ៉ាងណាមិញ គឺជាការសំខាន់ដែលអ្នកត្រូវចងចាំថា មានមនុស្សជាច្រើន ដែលមានមេរោគ HIV វិជ្ជមាន តែមានសុខភាពល្អធម្មតា។

AIDS មានសញ្ញាខ្វះខាតនូវភាពស៊ាំនឹងជម្ងឺក្នុងខ្លួន (Aquire Immune Deficiency Syndrone)។ រោគសញ្ញាជម្ងឺ AIDS មិនមែនជាជម្ងឺមួយមុខទេ តែវាជាជម្ងឺច្រើនមុខ ដែលផ្តុំឡើងជាក្រុម ពីព្រោះខ្លួនរបស់មនុស្សដែលមានជម្ងឺអែដស ពុំអាចទប់ទល់ប្រឆាំងនឹងមេរោគបានដូចសព្វដង។ នៅពេលដែលមេរោគ HIV បានជ្រាបចូលក្នុងឈាម ប្រព័ន្ធការពារប្រឆាំងនឹងមេរោគ (Immune system) ដែលសំរាប់ទប់ទល់ប្រឆាំង នឹងជំងឺផ្តាសាយ និង មេរោគនានា របស់មនុស្សនោះត្រូវខូចខាត។ ជាច្រើនឆ្នាំក្រោយមក ប្រព័ន្ធការពារជម្ងឺអាចខូចទៅៗ។ បើអ្នកមានមេរោគ HIVហើយត្រូវបានគេពិនិត្យ ឬរោគវិនិច្ឆ័យឃើញ (Diagnosed) មានជម្ងឺម្យ៉ាងឬច្រើននោះ ទើបគេសន្និដ្ឋានថា អ្នកមានជម្ងឺ AIDS ។

មេរោគ HIV គឺជាមេរោគដែលឆ្លងពីមនុស្សម្នាក់ ទៅម្នាក់ទៀតបានបើសិនជា មេរោគនោះចូលទៅក្នុងប្រព័ន្ធឈាម។ ជម្ងឺ AIDS គឺជាជម្ងឺដែលកើតក្នុងរយៈពេល យូរបន្ទាប់ពីបានឆ្លងមេរោគ HIV។ ជម្ងឺ AIDS មិនអាចឆ្លងឬក៏ចម្លង ពីមនុស្សម្នាក់ ទៅមនុស្សម្នាក់បានទេ ប៉ុន្តែមេរោគ HIV អាចចម្លងបាន។ បើសិនជាអ្នកត្រូវបាន គេប្រាប់ថា អ្នកមានមេរោគ HIV វិជ្ជមាននោះ មានន័យថា អ្នកមានមេរោគ HIV។ វាគឺមិនមានន័យថាអ្នកមានជម្ងឺ AIDS នោះទេ។ ពុំទាន់មានវិធីព្យាបាលទេ នៅពេលដែលអ្នកមានមេរោគ HIV ប៉ុន្តែគេអាចជួយពន្យារពេល ក្នុងការកើត AIDS ។

2.2 តើមេរោគហេចអាយវីឆ្លងតាមរបៀបណា?

មេរោគ HIV ត្រូវបានគេរកឃើញនៅក្នុងវត្ថុរាវក្នុងខ្លួនដូចជា ឈាម ទឹកកាមបុរស (Semen) ទឹករំអិលក្នុងប្រដាប់បន្តពូជស្ត្រី (Vaginal Fluids) ហើយនិងទឹកដោះម្តាយ។ ការឆ្លងនៃមេរោគ HIV អាចកើតមានឡើង នៅពេលដែលវត្ថុរាវទាំងនេះរបស់អ្នក មានមេរោគ HIV ចូលទៅក្នុងប្រព័ន្ធឈាមនៃមនុស្សម្នាក់ទៀត។

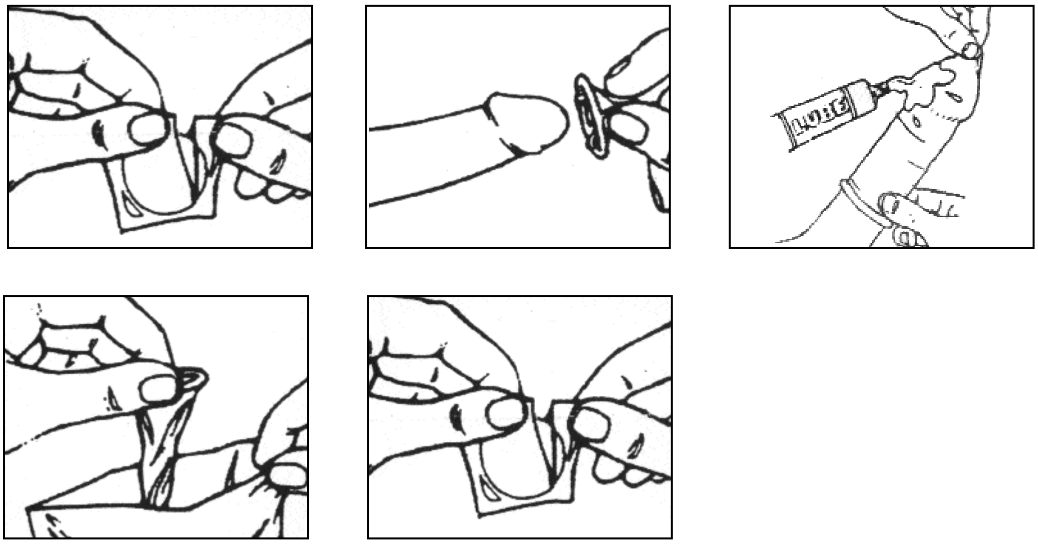
មេរោគ **HIV** អាចឆ្លងបានដូចខាងក្រោមនេះ:

ការរួមភេទ

ដោយសារតែមេរោគ HIV មាននៅក្នុងទឹកកាមបុរស និងទឹករំអិលស្ត្រី វាអាចឆ្លងបាន តាមការរួមសង្វាស (Sexual intercourse) ដោយសារមានការដាច់ដំតូចៗ ហើយនិង រលាត់នៃ សន្ទះស្តើងរបស់ស្ត្រី ឬក៏ស្បែកសន្ទះស្តើងនៃលិង្គបុរស រន្ធគូថ ឬយោនី។ ដើម្បីជៀសវាងការចម្លងមេរោគ HIV សូមប្រតិបត្តិការរួមសង្វាសដោយប្រុង ប្រយ័ត្នដូចជា:

- ប្រើស្រោមអនាម័យថ្មី (condom) និងប្រដាប់រំអិលដែលធ្វើពីជាតិទឹក (ឧ. Ky Jelly or Wetstuff) សំរាប់គូថ ឬក៏យោនី ក្នុងពេលរួមសង្វាស។
- ជៀសវាងការរួមសង្វាសផ្ទាល់ដោយដាក់ចូលតាមផ្លូវកាម (Penetration sex) (ដែលលិង្គ របស់បុរសចូលទៅក្នុងរន្ធគូថ ឬ យោនី)
- ប្រើស្រោមអនាម័យឬក៏សន្ទះទប់ (Dams) នៅពេលដែលរួមសង្វាសដោយ មាត់។ ការរួមសង្វាសដោយមាត់ គឺចាត់ទុកថា មានការឆ្លងយ៉ាងតិចតួចណាស់ ប៉ុន្តែការឆ្លងអាចកើតមានឡើង

បើសិនជាមានដាច់កាត់ ដំបៅនៅក្នុងមាត់ ឬក៏នៅលើប្រដាប់បន្តពូជ (Genitals)។
ការប្រុងប្រយ័ត្នទាំងនេះ ក៏ជាជំនួយក្នុងការការពារមិនឱ្យឆ្លងជមឺ ឬមេរោគដែលឆ្លងតាម ការរួមសង្វាស (Sexual transmitted diseases) ដទៃទៀតដែរ។



របៀបដាក់ស្រោមលិង្គ

១. ចូរហែកកញ្ចប់ស្រោមលិង្គដោយប្រយត្ន័ ដើម្បីជៀសវាងកុំឱ្យស្រោមលិង្គរហែក។
២. ទាញស្បែកនៅមុខលិង្គមកក្រោយ (បើចាំបាច់)។
៣. សង្កត់ចុងស្រោមលិង្គដោយប្រើម្រាមដៃ និងមេដៃ ដើម្បីឱ្យខ្យល់ចេញពីចុងស្រោមលិង្គ រួចរុញ ដណ្តប់រទៅលើលិង្គ។
៤. ពេលដែលស្រោមលិង្គពាក់លើលិង្គហើយ អ្នកគួរប្រើទឹករំអិល (water based lubricant)។
៥. ចូរកាន់ទ្រស្រោមលិង្គឱ្យជាប់ នៅពេលដកលិង្គចេញមកវិញ ដើម្បីការពារកុំឱ្យទឹកកាមចូលក្នុង យោនីនាំឱ្យមានផ្ទៃពោះ។
៦. ចូរចោលស្រោមលិង្គទៅក្នុងធុងសំរាម ដាច់ខាតកុំប្រើស្រោមលិង្គដែលគេប្រើហើយ។

ការប្រើម្ជុល ស៊ីរ៉ាំង និងឧបករណ៍ចាក់ថ្នាំរួមគ្នា ចោះរន្ធលើខ្លួន ឬក៏សាក់

ចំនួនឈាមដ៏តិចតួចដែលផ្ទុកដោយមេរោគ អាចជាប់នៅនឹងម្ជុលនិងស៊ីរ៉ាំង។ ឈាមនេះ អាចចូលទៅក្នុងប្រព័ន្ធឈាម នៃមនុស្សម្នាក់ទៀត ដែលប្រើម្ជុលឬស៊ីរ៉ាំងតាមក្រោយ។

ដើម្បីជៀសវាងនូវការឆ្លងមេរោគ HIV ចូរកុំប្រើម្ជុលនិងស៊ីរ៉ាំងរួមគ្នា ឬប្តូរឧបករណ៍ដទៃ ទៀតសំរាប់ចាក់ថ្នាំ។ បើសិនជាអ្នកត្រូវការសាក់ ចោះរន្ធនៅលើខ្លួន សូមទៅកន្លែងមាន សញ្ញាប័ត្រ (Licensed Studio) ត្រឹមត្រូវ ដែលកន្លែងនោះ ម្ជុល ហើយនិងឧបករណ៍ដទៃ ទៀតត្រូវបានគេបោះចោលបន្ទាប់ពីប្រើរួចហើយ ឬក៏រំងាប់មេរោគត្រឹមត្រូវ។ ការប្រតិបត្តិ ទាំងនេះ នឹងជួយការពារនូវមេរោគធ្ងន់ៗដទៃទៀត ហើយនិង ការឆ្លងដូចជា ជម្ងឺរលាកថ្លើម ជំពូក ខ និង គ (Hepatitis B and C) ផងដែរ។

ម្ដាយចម្លងទៅកូន

ស្ត្រីដែលមានផ្ទុកមេរោគ HIV វិជ្ជមាន (HIV Positive) អាចចម្លងមេរោគ HIV ទៅកូនងា ខ្លួនឯងនៅក្នុងកំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ និងពេលឆ្លងទន្លេ។ ដោយការថែរក្សានិងការ ព្យាបាលផិតដល់ ស្ត្រីដែលមានមេរោគ HIV វិជ្ជមានជាច្រើន អាចមានកូនដោយគ្មាន មេរោគឡើយ។ បើសិនជាអ្នកមានផ្ទៃពោះ ឬក៏មានគំរោងការណ៍ចង់បានកូន វាជាការ សំខាន់ដែលអ្នកពិភាក្សាជាមួយ វេជ្ជបណ្ឌិតឱ្យបានទាន់ពេល។ នៅក្នុងប្រទេស អូស្ត្រាលី មានកិច្ចបំរើណែនាំ ដល់ស្ត្រីណាដែលមានមេរោគ HIV មិនឱ្យបំបៅកូន ដោយទឹកដោះខ្លួន ផ្ទាល់ ព្រោះមេរោគ HIV មាននៅក្នុងទឹកដោះ។ មានផ្ដល់ជូននូវពត៌មាន និង វិធីផ្សេងៗ ទៀត ដែរអំពីរបៀបបំបៅកូន ដែលមានប្រសិទ្ធិភាព និង វិធីផ្សេងៗទៀត ពីរបៀបចិញ្ចឹម កូនង៉ា។

ការបញ្ចូលឈាម ឬ ក៏ការផលិតឈាម

មុនពេលយើងដឹងអំពីមេរោគ HIV ការផ្ដល់ឈាមអាចមានគ្រោះថ្នាក់បំផុត។ យ៉ាងណា មិញ ចាប់តាំងពីឆ្នាំ 1985
ឈាមទាំងអស់ត្រូវបានគេពិនិត្យមើលមេរោគ HIV។ ការបញ្ចូល ឈាម គឺនៅតែមានគ្រោះថ្នាក់ខ្លាំងនៅប្រទេសដទៃទៀត។ មនុស្សណាដែលមានមេរោគ HIV វិជ្ជមានពុំអាចធ្វើអំណោយឈាមបានឡើយ។
មេរោគ HIV ក៏ត្រូវបានគេរកឃើញផងដែរ នៅក្នុងវត្ថុរាវនៃសរីរាង្គ ដូចជាកំអួត (ក្អួត) ស្លេស្ម និងលាមក។ វត្ថុរាវនៃសរីរាង្គទាំងនេះ មិនចាត់ទុកជាគ្រោះថ្នាក់នៃការចម្លង នៃមេរោគ HIV ទេ ពីព្រោះចំនួននៃកំរិតឈាម និងមេរោគ HIV នៅក្នុងនោះមានតិចតួច ណាស់។ យ៉ាងណាមិញ សំរាប់អនាម័យទូទៅ មនុស្សគ្រប់រូបគួរតែ លាងសំអាតដៃរបស់ខ្លួន បន្ទាប់ពីប៉ះវត្ថុរាវនៃសរីរាង្គ។

មេរោគ **HIV** មិនអាចឆ្លងបានតាមរបៀបៈ

- ក្អក
- កណ្ដាស់
- ស្តោះទឹកមាត់
- ថើប
- យំ
- ប្រើស្លាបព្រា និងចានឆ្នាំងរួម
- កំរាលពូក
- បង្គន់ បន្ទប់ទឹក ឬ
- ការប៉ះពាល់ សត្វល្អិតដូចជាមូស មិនអាចចម្លងមេរោគ HIV ទេ។

មេរោគ HIV គឺជាមេរោគនៃឈាម នេះមានន័យថា វាអាចចម្លងបាន បើសិនជាឈាម មានមេរោគនៃមនុស្សម្នាក់ បានចូលទៅក្នុងឈាមនៃមនុស្សម្នាក់ទៀត។ មេរោគ អាចឆ្លងបានតាម ការរួមសង្វាសមិនប្រយ័ត្នរវាង បុរសនិងស្ត្រី បុរសនិងបុរស ស្ត្រីនិងស្ត្រី តាមការប្រើម្ជុលរួមគ្នា ឬក៏ស៊ីរ៉ាំងជាមួយមនុស្សមានមេរោគនេះ ឬក៏ពីម្ដាយទៅកូន។

2.3 តើមេរោគហេចអាយវី ប៉ះពាល់ប្រព័ន្ធការពារប្រឆាំង មេរោគ របស់យើងរបៀបណា?

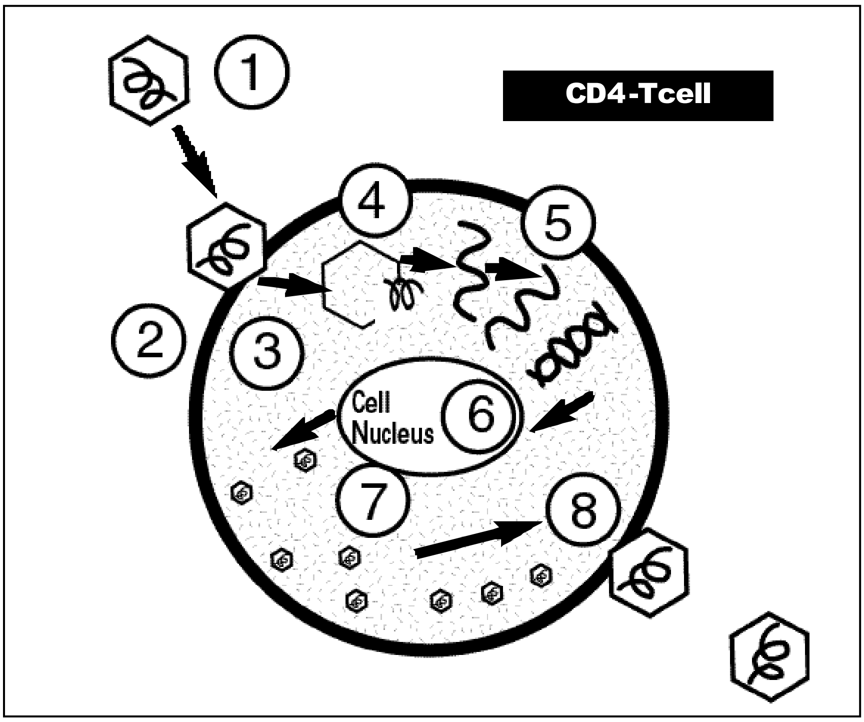
មេរោគវីរ៉ុស (Virus) គឺអង្គធាតុមានជីវិតយ៉ាងតូចៗ ដែលអាចចូលទៅក្នុងខ្លួនបណ្ដាលឱ្យ កើតជម្ងឺ។ វាចម្លងពីមនុស្សម្នាក់ ទៅមនុស្សម្នាក់ទៀតតាមរបៀបខុសៗគ្នា ហើយបណ្ដាល ឱ្យកើតជម្ងឺផ្សេងៗខុសគ្នា។ ឧទាហរណ៍ដូចជា ជម្ងឺផ្ដាសាយ កញ្ជ្រិល ស្វាយបែក ហើយនិង ជម្ងឺស្វិតដៃជើង នេះគឺបណ្ដាលមកពីវីរ៉ុស។ ជម្ងឺផ្ដាសាយនិងកញ្ជ្រិលឆ្លងតាមខ្យល់ ជម្ងឺ ស្វាយបែកឆ្លងតាមការប៉ះ ហើយនិងជម្ងឺស្វិតដៃជើង មកពីការញាំទឹកមិនស្អាត។ មេរោគ HIV ឆ្លងបានលុះត្រាតែមេរោគ បានជ្រាបចូលទៅក្នុងប្រព័ន្ធឈាម។ បន្ទាប់មកមេរោគ បណ្ដាលឱ្យកើតជម្ងឺនៃប្រព័ន្ធភាពស៊ាំក្នុងខ្លួន។

ភាពស៊ាំនៅក្នុងខ្លួនអាចជួយការពារអ្នកពីការឆ្លងជម្ងឺ និងមេរោគនានា។ ភាពស៊ាំទាំងនេះ គឺបង្កើតឡើង ដោយកោសិកាផ្សេងៗដែលធ្វើការរួមគ្នា ដើម្បីចំណាំ និងបំផ្លាញមេរោគ វីរ៉ុស បាក់តេរី និងមេរោគផ្សេងៗទៀត។ អ្នកនឹងត្រូវបានគេប្រាប់ថា អ្នកមានមេរោគ HIV វិជ្ជមាន បន្ទាប់ពីបានធ្វើការពិនិត្យឈាម ហៅថាតេស្តអំពីភាពស៊ាំក្នុងខ្លួនប្រឆាំង និងមេរោគ HIV (HIV Antibady Test)។ តេស្តទាំងនេះ គឺរកមើលជាតិប្រូតេអីននៅក្នុង ប្រព័ន្ធឈាម ហៅថាភាពស៊ាំក្នុងខ្លួន។ ប្រព័ន្ធការពាររបស់អ្នក បង្កើតភាពស៊ាំនៅក្នុងខ្លួន ទាំងនេះដើម្បីប្រឆាំងនឹងមេរោគ HIV។ CD4 ឬកោសិកា T (T cells) (ពេលខ្លះហៅថា កោ សិកា T៤ (T-helper cells) ជួយនូវប្រព័ន្ធភាពស៊ាំរបស់អ្នក ដើម្បីប្រឆាំងនឹងមេរោគ។ នៅពេលដែលមេរោគ HIV បានជ្រាបចូលទៅក្នុងឈាម វារុករកកោសិកា CD4 បន្ទាប់មក:

១. វាចូលទៅក្នុងកោសិកា CD4 ហើយចាប់ផ្តើមបំបែកខ្លួនវាជាច្រើន។

២. រំពេចនោះកោសិកាបំបែកពង្រាយវីរ៉ុសថ្មីនៅក្នុងឈាម។ បន្ទាប់មកវីរ៉ុសទាំងនេះរុករក កោសិកា CD4 ថ្មី និងធ្វើ របៀបនេះដោយមិនមានទីបញ្ចប់។

៣. កោសិកាផ្សេងៗទៀតនៃប្រព័ន្ធភាពស៊ាំ តបវិញដោយរកកោសិកា CD4 ដែលត្រូវបាន ឆ្លងដោយមេរោគ HIV ហើយ ក៏បំផ្លាញចោល។ ក្រោយមក CD4-Cells ដ៏ច្រើនត្រូវបានមេរោគបំផ្លាញ រហូតធ្វើឱ្យប្រពន្ធ័ស៊ាំនិងជម្ងឺក្នុង ខ្លួនខ្សោយ គ្មានលទ្ធិភាពទប់ទល់និងជំងឺតក្លាយនិងជម្ងឺ។



១. មេរោគ HIV ចូលទៅក្នុងប្រពន្ធ័ឈាម។

២.៣ មេរោគ HIV ភ្ជាប់ខ្លួនវាទៅនិងកោសិកា CD4-Tcell រួចចូលទៅក្នុងកោសិកានោះ។

៤. មេរោគ HIV បញ្ចេញពូជដើមរបស់វាទៅក្នុងកោសិកា CD4-Tcell។

៥. ដំណើរពិសេសនេះធ្វើឱ្យពូជដើមរបស់មេរោគ HIV ខ្លាយទៅជាផ្នែកមួយរបស់កោសិកា CD4-Tcell ហើយអាចចូលទៅក្នុងស្នូលកោសិកា។

៦. ឥឡូវនេះកោសិកា CD4-Tcell ត្រូវបានឆ្លងមេរោគ HIV។

៧. មេរោគ HIV ចាប់ផ្តើមបង្កើនខ្លួនវានៅក្នុងកោសិកា CD4-Tcell ដោយចម្លងខ្លួនវា។

៨. ទីបញ្ចប់កោសិកា CD4-Tcell នោះបែកចំហរ។ មេរោគ HIV ថ្មីរាប់ពាន់បានបញ្ចេញទៅក្នុងប្រពន្ធ័ឈាម។ មេរោគ HIV ថ្មីទាំងនេះធ្វើដំណើរទៅចម្លងកោសិកា CD4-Tcell ដទៃទៀត។