



HIV và Các Xét Nghiệm Tìm HIV HIV and HIV Tests

HIV và AIDS là gì?

Siêu vi trùng gây bệnh liệt kháng ở người (Human Immunodeficiency Virus, viết tắt HIV) là sự nhiễm trùng gây thiệt hại cho hệ thống miễn dịch. Hệ miễn dịch là một phần của cơ thể để chống lại sự nhiễm trùng và bệnh tật.

Nếu không chữa trị, HIV sẽ đưa đến một căn bệnh nghiêm trọng gọi là hội chứng suy giảm miễn dịch mắc phải (Acquired Immunodeficiency Syndrome, viết tắt AIDS).

Làm thế nào tôi có thể bị nhiễm HIV?

HIV truyền lây từ người này sang người khác khi các chất dịch của cơ thể một người có chứa HIV (ví dụ như máu, tinh dịch, dịch chất tiết ra từ âm đạo và sữa mẹ) thâm nhập vào máu của người khác. Việc này có nhiều khả năng xảy ra nhất khi làm bất cứ một trong những điều nào sau đây với một người có HIV:

- làm tình qua âm đạo hoặc hậu môn mà không dùng bao cao su;
- làm tình khi một trong hai người có bệnh phong tình (STI) như giang mai, chlamydia hoặc lậu mù (các sự nhiễm trùng này khiến dễ bị nhiễm HIV hơn);
- xài chung kim, ống chích và các đồ dùng chích ma túy khác;
- nhận sự truyền máu (việc này chỉ xảy ra tại các quốc gia nơi máu hiến tặng không được xét nghiệm tìm HIV); hoặc
- dùng chung các dụng cụ xâm hình nghệ thuật thân thể không được tiệt trùng như các đồ dùng để xăm.

Một người có nhiều HIV trong cơ thể nhất khi họ lần đầu tiên tiếp xúc với siêu vi trùng, điều này khiến tăng thêm khả năng có thể truyền lây bệnh sang cho những người khác.

Một người mẹ bị nhiễm HIV có thể truyền bệnh sang cho con của mình trong thời gian mang thai, trong lúc sanh, hoặc khi cho con bú sữa mẹ. Nguy cơ này có thể giảm thiểu đáng kể bằng cách dùng thuốc chống siêu vi trùng RNA (antiretroviral medications). Các thuốc này giảm số lượng HIV trong cơ thể, qua đó giảm thiểu khả năng truyền lây bệnh cho người khác.

Quý vị không thể bị nhiễm HIV qua sự tiếp xúc tình cờ chẳng hạn như ăn chung, uống chung, bị côn trùng cắn, ôm nhau hoặc hôn nhau.

Các triệu chứng của HIV là gì?

Các triệu chứng của HIV thay đổi tùy theo từng giai đoạn của bệnh. Trong một vài tuần đầu tiên sau khi bị nhiễm, một số người có các triệu chứng giống như bị cúm. Điều này bao gồm sốt, nhức đầu, đau nhức bắp thịt hoặc khớp xương, sưng hạch, đau cổ họng hoặc bị nổi sài.

Cách duy nhất để biết quý vị có HIV hay không là phải xét nghiệm tìm HIV.

Xét nghiệm HIV là gì?

Nếu quý vị bị nhiễm HIV, cơ thể quý vị sẽ làm ra các chất đạm gọi là kháng thể. Xét nghiệm HIV có thể phát hiện các kháng thể này. Khi các kháng thể được phát hiện, kết quả xét nghiệm HIV là dương tính, cho biết đã bị nhiễm HIV.

Hầu hết những người bị nhiễm HIV sẽ phát triển các mức kháng thể có thể phát hiện được từ 4 đến 6 tuần sau khi bị nhiễm siêu vi trùng. Hầu như tất cả những người bị nhiễm HIV sẽ phát triển các kháng thể HIV có thể tìm ra khi làm xét nghiệm HIV sau 3 tháng.

Các hình thức xét nghiệm HIV là gì?

Có 2 hình thức xét nghiệm HIV. Một trong hai hình thức xét nghiệm này là xét nghiệm theo tiêu chuẩn được thực hiện trong phòng thí nghiệm bằng cách lấy một mẫu máu ở cánh tay của quý vị. Kết quả sẽ có từ 1 đến 2 tuần.

Loại xét nghiệm HIV thứ nhì được gọi là xét nghiệm tại chỗ bằng cách lấy một giọt máu ở ngón tay của quý vị. Kết quả có ngay lúc xét nghiệm. Khi kết quả của xét nghiệm tại chỗ cho biết có thể có sự hiện diện của các kháng thể HIV, một xét nghiệm theo tiêu chuẩn trong phòng thí nghiệm được thực hiện để xác quyết có bị nhiễm HIV hay không.

Tại sao phải làm xét nghiệm tìm HIV?

Làm xét nghiệm HIV và biết kết quả xét nghiệm sẽ giúp quý vị thực hiện các quyết định cho vấn đề sức khỏe của mình.

Các hướng dẫn về xét nghiệm HIV tại British Columbia đề nghị tất cả mọi người phải làm xét nghiệm HIV ít nhất mỗi 5 năm một lần.

Hướng dẫn đề nghị xét nghiệm thường xuyên hơn cho những người:

- thuộc nhóm người có nhiều nguy cơ bị nhiễm HIV hơn;
- có thai;
- sức khỏe của họ có sự thay đổi cho thấy có thể có HIV; và
- yêu cầu làm một xét nghiệm.

Xét nghiệm HIV hay không là quyền của quý vị. Hãy hỏi chuyên viên chăm sóc sức khỏe của quý vị nếu quý vị có điều lo ngại hoặc thắc mắc về xét nghiệm HIV hoặc kết quả xét nghiệm của mình.

Nếu tôi có kết quả xét nghiệm âm tính thì sao?

Nếu xét nghiệm máu trong phòng thí nghiệm hoặc xét nghiệm tại chỗ của quý vị âm tính và đã hơn 3 tháng kể từ khi quý vị có thể đã tiếp xúc với HIV, điều đó có nghĩa quý vị có thể không có HIV. Nếu ít hơn 3 tháng kể từ khi quý vị có thể đã có tiếp xúc, quý vị vẫn có thể có HIV, nhưng hãy còn quá sớm để xét nghiệm phát hiện ra các kháng thể. Quý vị sẽ phải làm một xét nghiệm thứ nhì sau 3 tháng để biết kết quả chắc chắn.

Nếu tôi có kết quả xét nghiệm dương tính thì sao?

Tuy HIV là sự nhiễm trùng cả đời, quý vị vẫn có thể sống một cuộc sống lành mạnh và hữu ích. Tuy nhiên, được điều trị sớm và liên tục là điều quan trọng. Hãy hỏi chuyên viên chăm sóc sức khỏe của quý vị về các sự hỗ trợ, vấn đề chăm sóc y tế cho quý vị, và về thuốc kháng siêu vi trùng RNA.

Ai có quyền xem các kết quả xét nghiệm HIV?

Tại B.C., các kết quả xét nghiệm HIV dương tính được chia sẻ với sở y tế công cộng, dưới hình thức bảo mật, để bảo đảm quý vị và (những) người bạn tình của quý vị được hỗ trợ và theo dõi tiếp theo. Trong trường hợp có kết quả dương tính, nếu quý vị không muốn tên họ của

minh được báo cáo cho sở y tế công cộng, quý vị có thể yêu cầu tên, tên lót và ngày tháng năm sinh của mình được dùng như thông tin nhận dạng cá nhân khi các kết quả của quý vị được báo cáo.

Một số y viện cho phép quý vị làm xét nghiệm bằng cách dùng một kỹ hiệu có đánh số và không cho thông tin để liên lạc. Việc này được gọi là xét nghiệm ẩn danh, và hiện đang được thực hiện tại một số địa điểm giới hạn tại B.C.

Các kết quả xét nghiệm được lưu giữ trong cơ sở dữ liệu của phòng xét nghiệm tình dục. Các kết quả xét nghiệm HIV của quý vị cũng có thể được lưu trữ trong hồ sơ y khoa điện tử của quý vị với chính quyền y tế. Các chuyên viên y tế hiện đang chăm sóc cho quý vị sẽ có thể xem một phần nào đó trong hồ sơ y khoa của quý vị. Họ có thể xem được bao nhiêu trong hồ sơ của quý vị tùy thuộc vào vai trò của họ; các chuyên viên y tế không chăm sóc cho quý vị sẽ không thể xem hồ sơ của quý vị. Quý vị có thể chỉ thị việc cho phép tiết lộ thông tin trong hồ sơ y khoa điện tử của mình bằng cách chọn ai sẽ được quyền xem chúng. Để biết thêm thông tin về chỉ thị tiết lộ thông tin, xin viếng mạng www2.gov.bc.ca/gov/topic.page?id=1DDC2DB08A74918844573A7ECBCAFA0.

(Những) người bạn tình của tôi có nên làm xét nghiệm tìm HIV hay không?

Nếu quý vị bị nhiễm HIV và còn sinh hoạt tình dục hoặc quý vị chích ma túy, điều quan trọng là quý vị phải nói cho (những) người bạn tình của mình biết và bất cứ ai có thể dùng chung đồ dùng chích ma túy của quý vị. Điều này sẽ cho phép họ thực hiện các quyết định về vấn đề sức khỏe của họ và làm xét nghiệm tìm bệnh.

Làm thế nào tôi có thể phòng ngừa việc bị nhiễm HIV?

Quý vị có thể ngăn ngừa HIV và các sự lây nhiễm qua đường tình dục khác bằng cách làm theo những điều sau đây: luôn luôn dùng bao cao su cho bất cứ sự làm tình nào qua âm hộ, hậu môn, và bằng miệng; nói với (những) người bạn tình của quý vị về việc xét nghiệm tìm HIV và các bệnh lây nhiễm qua đường tình dục khác; dùng kim và các dụng cụ chích ma túy mới mỗi lần quý vị chích; chỉ dùng các dụng cụ đã tiệt trùng đúng cách để xâm mình hoặc làm nghệ thuật trên cơ thể; và nếu quý vị dùng chung các đồ chơi tình dục, hãy dùng một bao cao su mới cho mỗi người.

Nếu quý vị tin rằng mình đã bị nhiễm HIV trong vòng 72 tiếng vừa qua, quý vị nên đến phòng cấp cứu tại địa phương để được cho lời khuyên về việc có nên uống thuốc ngăn ngừa tránh bị nhiễm HIV hay không.

Làm thế nào tôi có thể giảm thiểu rủi ro mắc bệnh phong tình (bệnh lây nhiễm qua đường tình dục, Sexually Transmitted Infection, viết tắt STI)?

Làm tình an toàn bằng cách dùng bao cao su

Khi dùng theo như chỉ dẫn, các bao cao su dành cho nam và nữ giúp ngăn ngừa sự lây lan của nhiều căn bệnh phong tình, kể cả HIV, trong lúc làm tình qua âm đạo, hậu môn và bằng miệng. Các bao cao su có ít hiệu quả bảo vệ chống lại các bệnh phong tình truyền lây qua sự tiếp xúc giữa da với da, chẳng hạn như bệnh mụn giộp (herpes simplex), các mụn cóc ở bộ phận sinh dục (siêu vi trùng papilloma ở người hoặc HPV), và bệnh giang mai.

Những điều quan trọng nên nhớ khi dùng bao cao su:

- Kiểm tra túi đựng xem có bị rách hay không và chắc chắn là chưa quá hạn sử dụng.
- Mở bao một cách cẩn thận để không làm rách bao cao su.
- Không để bao cao su gần các vật bén nhọn như nhẵn, hoa tai, hoặc đồ vật xỏ lỗ thân thể (piercings).
- Cát bao cao su ngừa thai ở nhiệt độ trong phòng.
- Mỗi lần làm tình phải dùng một bao cao su mới.

- Chỉ dùng các chất bôi trơn có gốc nước cho các bao cao su bằng nhựa latex dành cho đàn ông. Các chất bôi trơn có gốc dầu, chẳng hạn như thuốc mỡ làm từ dầu hỏa, thuốc xức ngoài da (lotion), hoặc dầu thoa em bé có thể làm giãn hoặc làm hư nhựa latex.
- Tránh dùng thuốc diệt tinh trùng có chứa nonoxynol-9 (N-9). Thuốc gây khó chịu cho mô tế bào tình dục và có thể gia tăng rủi ro bị mắc bệnh lây nhiễm qua đường tình dục.

Hãy chủng ngừa

Một số bệnh lây nhiễm qua đường tình dục như viêm gan A, B và siêu vi trùng papilloma ở người (Human Papillomavirus, viết tắt HPV) có thể ngăn ngừa được bằng vắc-xin chủng ngừa. Hãy hỏi chuyên viên chăm sóc sức khỏe của quý vị về các thuốc chủng ngừa này.

Biết tình trạng sức khỏe tình dục của mình

Nếu quý vị vừa mới thay đổi bạn tình, hoặc có nhiều bạn tình cùng một lúc, thường xuyên xét nghiệm tìm bệnh phong tình sẽ cho quý vị biết nếu quý vị bị bệnh. Tìm và trị một căn bệnh phong tình, (kể cả HIV) giảm bớt khả năng truyền bệnh sang cho người bạn tình của quý vị.

Quý vị càng có nhiều bạn tình chừng nào thì quý vị càng có nhiều khả năng bị nhiễm bệnh qua đường tình dục chừng đó.

Hãy nói về sự ngăn ngừa

Nói với người bạn tình của quý vị về bệnh lây nhiễm qua đường tình dục và quý vị muốn ngăn ngừa chúng như thế nào trước khi làm tình. Nếu quý vị gặp khó khăn để thảo luận vấn đề an toàn tình dục với người bạn tình của mình, hãy nói điều này với chuyên viên chăm sóc sức khỏe của quý vị hoặc với tư vấn viên.

Để biết các mẹo vặt về việc làm thế nào để nói với bạn tình của mình, hãy xem Nguồn Tài liệu Hướng dẫn về vấn đề Tình dục Khôn ngoan của Trung tâm Kiểm soát Dịch Bệnh của BC tại <http://smartsexresource.com/sex-talk/talk-about-it>.

Nói cho những người bạn tình biết

Nếu quý vị có bệnh phong tình và còn đang sinh hoạt tình dục, điều quan trọng là phải nói cho những người bạn tình của mình biết. Việc này sẽ cho phép họ thực hiện các quyết định về sức khỏe của họ và làm xét nghiệm tìm bệnh.

Để biết thêm thông tin

Để biết thêm thông tin về các hướng dẫn xét nghiệm HIV của British Columbia, xin xem www.health.gov.bc.ca/pho/pdf/hiv-testing-guidelines-bc.pdf

Để biết thêm thông tin về việc làm thế nào quý vị có thể giảm thiểu nguy cơ bị bệnh phong tình, xin xem [HealthLinkBC File #080 Ngừa Các Căn Bệnh Phong Tình](#).

Muốn biết thêm các đề tài của HealthLinkBC File, vào www.HealthLinkBC.ca/healthfiles hoặc đến phòng y tế công cộng tại địa phương quý vị.

Bấm vào www.HealthLinkBC.ca hoặc gọi số 8-1-1 để biết chi tiết và các dịch vụ sức khỏe không cấp thiết tại B.C.

Muốn tìm trợ giúp cho người điếc và khiếm thính, gọi số 7-1-1 tại B.C.

Có dịch vụ dịch thuật với hơn 130 ngôn ngữ khi có yêu cầu của quý vị.

