những điều quí vị cần biết để giữ cho an toàn

HIV và các loại nhiễm trùng khác có thể ảnh hưởng tất cả mọi người, bất kể họ từ đâu đến. Hiểu biết càng nhiều về các loại nhiễm trùng, quí vị sẽ có thể bảo vệ bản thân và luôn cả người khác một cách tốt hơn.

để có thêm thông tin

Dịch vụ Hỗ Trợ Sức Khỏe Đa Văn Hoá (Multicultural Health and Support Service – MHSS) là một dịch vụ miễn phí và kín đáo dành cho những người thuộc nguồn gốc di dân và tỵ nạn.

Chúng tôi có thể giúp bằng cách:

- trả lời bất cứ câu hỏi nào quí vị có thể có
- đi cùng với quí vị để làm các xét nghiệm nhiễm trùng
- giới thiệu và giúp quí vị sử dụng các dịch vụ y tế
- làm việc với cá nhân và gia đình về phòng bệnh và chữa bệnh.

Nhân viên của chúng tôi có thể gọi điện thoại hoặc đến gặp quí vị để nói chuyện. Quí vị có thể nói chuyện với nhân viên nam hoặc nữ tuỳ theo sự lựa chọn của quí vị.

Để có thêm thông tin hãy gọi điện thoại hoặc vào mạng của chúng tôi.

multicultural health and support service
(03) 9342 9725 | enquiries@ceh.org.au

www.ceh.org.au/mhss.aspx

MHSS là một chương trình của Trung Tâm Sức Khỏe, Văn Hoá, và Sắc Tộc. Ấn bản này được tài trợ bởi Bộ Dịch Vụ Nhân Sinh. Trình bày bởi Thidang Chhor.

VIETNAMESE

Càng hiểu biết, Sức khỏe càng an tòan

HIV | Viêm gan | Bệnh lây qua đường tình dục

multicultural health & support service

HIV/Bệnh Liệt Kháng là gì?

Tất cả chúng ta đều có một hệ thống miễn dịch để giữ cho chúng ta được khoẻ mạnh và chống lại các vi trùng. Virút gây ra Bệnh Liệt Kháng **(**The **Human Immunodeficiency Virus – HIV)** là một virút tấn công hệ thống miễn dịch. **Bệnh Liệt Kháng (Acquired Immunodeficiency Syndrome – AIDS)** là một loạt bệnh xảy ra khi hệ thống miễn dịch bị yếu đi bởi HIV.

HIV được truyền từ người nầy sang người khác qua chất dịch cơ thể và máu. Một số những cách chúng ta có thể bị nhiễm HIV là:

- quan hệ tình dục không an toàn (quan hệ không dùng bao cao su)
- dùng chung kim chích khi chích ma túy
- mẹ truyền qua con khi sanh hoặc cho con bú mẹ

Quí vị không thể bị nhiễm HIV bằng cách hôn nhau, bị muỗi cắn hay dùng chung muỗng đủa hay ăn uống chung.

Viêm gan là gì ?

Viêm gan do virút có thể gây hại cho gan. Viêm gan có nhiều loại, nhưng tất cả có thể gây bệnh nghiêm trọng nếu không được điều trị.
Viêm gan A lây truyền khi thức ăn hoặc nước uống bị nhiễm.
Viêm gan B lây truyền qua quan hệ tình dục, đường máu bị nhiễm hay từ người mẹ qua con khi sanh.
Viêm gan C lây truyền qua đường máu bị nhiễm, thí dụ như dùng chung kim chích ma túy, dao cạo, bàn chải đánh răng, kem đánh răng hoặc dụng cụ xâm hay xỏ thân thể.

Quí vị có thể chủng ngừa để chống viêm gan A và B nhưng không có chủng ngừa cho viêm gan C.

Bệnh lây qua đường tình dục (STI) là gì ?

STI lây từ người này sang người khác qua các tiếp xúc trong quan hệ tình dục: giao hợp, quan hệ đường hậu môn, đường miệng hoặc qua sự va chạm với bộ phận sinh dục. Nếu không được điều trị, bệnh có thể gây rát da hay đau nhức và gây trở ngại cho việc có con ở đàn ông và đàn bà.

Các dấu hiệu bệnh lây qua đường tình dục gồm có:

- đau, giộp hay rát da ở chỗ bộ phận sinh dục
- dương vật hay âm đạo tiết ra chất dịch một cách không bình thường
- đau nhức ở phần bụng dưới hoặc tinh hoàn (ở đàn ông)
- đau nhức hay ra huyết không bình thường sau khi quan hệ tình dục (ở phụ nữ)

Nhiều trường hợp người bị bệnh lây qua đường tình dục nhưng lại không có dấu hiệu nào cả.

tôi làm thế nào để bảo vệ cho mình ?

Có những cách đơn giản để bảo vệ bản thân và người khác tránh không bị nhiễm.

- **Không quan hệ tình dục** (kiêng cử) là cách hữu hiệu nhất để bảo vệ bản thân không bị HIV và bệnh lây qua đường tình dục, nhưng cách này không luôn luôn thực hiện được.

- Nếu quan hệ tình dục, **luôn dùng bao cao su**. Việc sử dụng bao cao su là để bao bọc dương vật và giữ chất dịch không truyền từ người này sang người khác. Bao cao su có thể bảo vệ quí vị tránh không bị nhiễm HIV, viêm gan B và hầu hết các loại bệnh lây qua tình dục

- **Không dùng chung kim chích, dụng cụ xâm hay xỏ thân thể, dao cạo, bàn chải đánh răng và các đồ dùng cá nhân** với bất cứ người nào. Điều này giúp bảo vệ quí vị tránh khỏi bị nhiễm viêm gan B, C và HIV.

Tôi có nên đi xét nghiệm ?

Nếu quí vị nghĩ rằng mình bị nhiễm bệnh, có nhiều nơi để quí vị có thể đến để làm xét nghiệm. Xét nghiệm HIV, viêm gan và bệnh lây qua đường tình dục, không đau đớn và miễn phí. Nếu quí vị bị nhiễm bệnh, việc làm xét nghiệm có thể giúp quí vị được điều trị và ngưng không lây bệnh cho những người khác.