เอกสารแจกฟรี
ปีที่ 3 ฉบับที่ 12 ธันวาคม 2559

DDC WATCH
จับตาโรคและภัยสุขภาพ



1 ธันวาคม วันเอดส์โลก

WORLD AIDS DAY

ตรวจเร็ว รักษาเร็ว ยุติเอดส์





คาดประมาณจำนวนผู้ติดเชื้อเอชไอวี และผู้ป่วยเอดส์ ประเทศไทย ปี พ.ศ. 2559

- ติดเชื้อเอชไอวี 426,999 คน
- ติดเชื้อรายใหม่ 6,304 คน
- เสียชีวิตจากการติดเชื้อ 16,122 คน

ยุทธศาสตร์แห่งชาติว่าด้วยการยุติปัญหาเอดส์ พ.ศ. 2560-2573

ลด

- ติดเชื้อเอชไอวีรายใหม่ ปีละไม่เกิน 1,000 ราย
- ติดเชื้อเอชไอวีเสียชีวิต ปีละไม่เกิน 4,000 ราย
- การเลือกปฏิบัติเนื่องจากเอชไอวีและเพศภาวะร้อยละ 90

สถานการณ์ผู้ติดเชื้อเอชไอวี และผู้ป่วยเอดส์ ปี พ.ศ. 2558

ทั่วโลก



- ติดเชื้อเอชไอวีสะสม 36.7 ล้านคน
- ติดเชื้อรายใหม่ 2.1 ล้านคน
- เสียชีวิตจากโรคเอดส์ 1.1 ล้านคน

ภูมิภาคเอเชียแปซิฟิก



- ติดเชื้อเอชไอวีสะสม 5.1 ล้านคน
- ติดเชื้อรายใหม่ 300,000 คน
- เสียชีวิตจากโรคเอดส์ 180,000 คน

ตรวจเร็ว เพื่อรู้ว่าตนเองติดเชื้อหรือไม่
หากติดเชื้อ จะได้รับการรักษาเร็ว
หากไม่ติดเชื้อ จะได้รับการปรึกษาเพื่อป้องกันไม่ให้ติดเชื้อตลอดไป

รักษาเร็ว กินยาต้านไวรัสเร็ว ทำให้ควบคุมปริมาณของเชื้อไวรัสและเพิ่มระดับภูมิคุ้มกัน ลดความเสี่ยงการเกิดโรคแทรกซ้อน ลดโอกาสการถ่ายทอดเชื้อให้กับผู้อื่น

ยุติเอดส์ การตรวจเร็ว รักษาเร็วจะเป็นการป้องกันตนเองและผู้อื่นไม่ให้ติดเชื้อ นำไปสู่การยุติเอดส์

ยาต้านไวรัส



ARV ยาต้านไวรัสเพื่อการรักษา
กินเมื่อรู้ว่าติดเชื้อเอชไอวีแล้ว





PrEP ยาต้านไวรัสเพื่อป้องกัน**ก่อน**การสัมผัสเชื้อเอชไอวี
กินวันละ 1 เม็ด ตรงเวลาทุกวัน
ในคนที่เสี่ยงสูงต่อการรับเชื้อเอชไอวี เช่น



PEP ยาต้านไวรัสเพื่อป้องกัน**หลัง**การสัมผัสเชื้อเอชไอวี
กินให้เร็วที่สุดภายใน 72 ชั่วโมง
และกินต่อเนื่องเป็นเวลา 1 เดือน
ในคนที่เสี่ยงสูงที่อาจได้รับเชื้อเอชไอวี เช่น

กระทรวงสาธารณสุข

ทำความรู้จัก ยาเพร็พ (PreP) กันหน่อย

เพร็พ (PreP) ย่อมาจาก Pre-Exposure Prophylaxis คือ **ยาต้านไวรัสที่กินเพื่อป้องกันเอชไอวีก่อนการรับเชื้อเอชไอวี** ส่วนผสมของยาต้านไวรัส 2 ตัว คือ ยาทีโนโฟเวียร์และยาเอ็มไตรไซทาบีน ซึ่งเป็นยาชนิดเดียวกับยาที่ผู้ติดเชื้อเอชไอวีกินเพื่อ**ยับยั้งการเติบโตของเชื้อเอชไอวี** โดยร่วมกับมาตรการป้องกันอื่นๆ **ทำให้มีประสิทธิผลในการลดอัตราการติดเชื้อเอชไอวี**

ใครบ้าง? ควรกิน



ผู้ที่มีความ**เสี่ยงสูงในการรับเชื้อเอชไอวี** เช่น ผู้ที่มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้ง ผู้ที่คู่นอนหรือตนเอง**ใช้ยาเสพติดชนิดฉีด** หรือมีโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ หรือ**ผู้ที่คู่นอนมีเชื้อเอชไอวี**

ป้องกัน การติดเชื้อเอชไอวีอย่างไร?



ยาเพร็พจะเข้าไปขวางเส้นทางที่เชื้อไวรัสเอชไอวีเข้าไปทำลาย**เซลล์ภูมิคุ้มกันของร่างกาย** (ซีดี 4)

เมื่อกินยาเพร็พทุกวันทำให้ปริมาณยาเพร็พในกระแสเลือดจะคงที่และอาจช่วยยับยั้งเชื้อไวรัสไม่ให้ตั้งตัวและ**ไม่แพร่กระจายเข้าสู่ร่างกาย**

กินอย่างไร?



- กินวันละ 1 เม็ด ตรงเวลาทุกวัน
- ต้องกินสม่ำเสมอเป็นประจำทุกวัน หากกินไม่สม่ำเสมอจะมีโอกาสดื้อยา
- หากลืมกินยา ให้กินเม็ดที่ลืมทันทีที่นึกได้ แต่ถ้าลืมจนใกล้เวลาที่จะกินเม็ดต่อไป ให้ข้ามเม็ดที่ลืม แล้วกินตามตารางปกติ
- อย่ากิน 2 เม็ดในวันเดียว
- ต้องใช้ควบคู่ไปกับการใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้งจะมีประสิทธิภาพสูงสุด
- ผู้ที่กินยาเพร็พสามารถกินอาหารได้ตามปกติ

อาการ ข้างเคียง



ผู้ที่กินยาเพร็พอาจมีอาการเหล่านี้ระหว่างกินยา

- ปวดท้อง ปวดหัว อาเจียน เบื่ออาหาร และจะหายไประหว่างเดือนแรกของการกินยา ถ้าไม่หายให้รีบไปพบแพทย์
- บางรายอาจมีอาการรุนแรง เช่น ไข้ หนาวสั่น ร่วมกับเจ็บคอ ไอ ผื่น หรืออาการอื่นๆ ให้รีบไปพบแพทย์

ข้อสรุปของเพร็พ



- เพร็พใช้เพื่อป้องกัน ไม่ใช่สำหรับการรักษา
- เพร็พใช้สำหรับผู้ที่มีพลเลือดลบ
- ต้องกินเพร็พ 1 สัปดาห์ขึ้นไปเพื่อพลในการป้องกัน และต้องกินทุกวันสม่ำเสมอ
- ระหว่างการกินเพร็พ ต้องมีการตรวจหาเอชไอวีและค่าไตทุก 3 เดือน
- ก่อนกินเพร็พต้องมั่นใจว่าไม่ได้อยู่ในช่วงติดเชื้อเอชไอวีระยะเฉียบพลัน
- เพร็พป้องกันได้แต่เอชไอวี ไม่ได้ป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์
- เพร็พไม่ต้องกินตลอดชีวิต กินเฉพาะในช่วงที่มีความเสี่ยงสูงและสามารถพบแพทย์เพื่อหยุดกินเพร็พได้





ทำความรู้จัก ยาเป็ป (PEP)



เป็ป (PEP) ย่อมาจาก Post-Exposure Prophylaxis คือ **ยาต้านไวรัสที่แพทย์ให้ผู้ป่วยกินทันทีที่เพิ่งไปสัมผัสเชื้อเอชไอวีมา**

ใครบ้าง? ควรกิน



ผู้ที่มี**ความเสี่ยงสูงที่อาจได้รับเชื้อเอชไอวี** เช่น ถุงยางอนามัยแตก โดนล่วงละเมิดทางเพศ มี**เพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกัน** และพบว่า**ตนเองเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี**

กินยา เมื่อไหร่ดี?



กินให้เร็วที่สุด ภายใน 72 ชั่วโมงหลังจากที่ได้สัมผัสเชื้อเอชไอวี

ถ้านานกว่านั้นประสิทธิผลในการ**รักษาน้อยลง**จนอาจจะ**ป้องกันไม่ได้ผล**

กินอย่างไร?



- **ต้องกินอย่างต่อเนื่องจนครบสูตร**เป็นเวลาหนึ่งเดือน ซึ่งเป็นวิธีเดียวกันกับการรักษาผู้มีเชื้อเอชไอวี
- **ควรกินกรณีฉุกเฉินเท่านั้น**

อาการ ข้างเคียง



ผู้ที่กินยาเป็ปอาจมีอาการเหล่านี้ระหว่างกินยา

- ท้องเสีย ปวดหัว คลื่นไส้อาเจียน และอิดโรย
- บางรายอาจมีอาการรุนแรง **ให้รีบไปพบแพทย์**

อย่างนี้ไม่ติดเอดส์



เรียนเล่นด้วยกัน



ทำงานด้วยกัน



กินอาหารด้วยกัน





ว่ายน้ำในสระเดียวกัน



ใช้ส้วมร่วมกัน



จูบกัน





กอดกัน

ร่วมกันทำ....ป้องกันได้



สถานศึกษา / สถานประกอบการ



- ให้ความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับเอชไอวี/เอดส์ ตลอดจนเสริมสร้างทักษะให้กับเจ้าหน้าที่ในเรื่องการคุ้มครองสิทธิและเสรีภาพ
- ส่งเสริมการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี/เอดส์ การใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธี และการเข้าถึงบริการตรวจหาการติดเชื้อเอชไอวีแบบสมัครใจ

หน่วยงานสาธารณสุข



ส่งเสริมบริการด้านสุขภาพโดยบูรณาการงานป้องกันและงานดูแลรักษา : RRTTR

- ส่งเสริมการเข้าถึงบริการป้องกันโรคเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ (Reach)
- ส่งเสริมให้กลุ่มประชากรหลักที่เข้าถึงบริการป้องกันเข้าสู่บริการตรวจเอชไอวี ตรวจคัดกรองโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ (Recruit)
- ส่งเสริมให้กลุ่มประชากรหลักทุกคนที่พบเชื้อเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ได้เข้าสู่การดูแลรักษา (Test)
- ส่งเสริมให้กลุ่มประชากรหลักทุกคนที่พบเชื้อเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์คงอยู่ในระบบบริการรักษา (Test)
- ส่งเสริมให้ผู้ที่มีผลตรวจเป็นลบยังคงป้องกันรวมทั้งมาตรวจคัดกรองเอชไอวี และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์โดยสม่ำเสมอ (Retain)

รับบริการปรึกษา ได้ที่..

- มูลนิธิศูนย์คุ้มครองสิทธิด้านเอดส์โทรศัพท์ 02-171-5135-6
- สายด่วนปรึกษาเอดส์และท้องไม่พร้อม 1663

หากประชาชนมีข้อสงสัยสามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมที่สายด่วนกรมควบคุมโรค โทร 1422

ผู้ติดเชื้อเอชไอวี/เอดส์



- ดูแลรักษาสุขภาพของตนเองให้แข็งแรงอย่างสม่ำเสมอและให้ความร่วมมือในการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อเอชไอวี
- กินยาต้านไวรัสอย่างต่อเนื่อง สม่ำเสมอและพบแพทย์ตามนัดทุกครั้ง
- มีกำลังใจ ไม่ท้อแท้ มีความหวังในการใช้ชีวิต
- รับบริการป้องกันและดูแลรักษาเอชไอวี/เอดส์จากโรงพยาบาลและหน่วยงานต่างๆ ของกระทรวงสาธารณสุข เพื่อการดูแลรักษาที่รวดเร็วขึ้น
- ส่งเสริมการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี/เอดส์ การใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธี และการเข้าถึงบริการตรวจหาการติดเชื้อเอชไอวีแบบสมัครใจ

ตรวจฟรีมีที่ไหน

คนอยู่กรุงเทพ ตรวจฟรีที่นี่



โรงพยาบาลรัฐทั่วไป
โรงพยาบาลบางรัก
คลินิกนิรนาม สภากาชาดไทย
คลินิกชุมชนสีลม @ทรอปเมด
คลินิกพิเศษของศูนย์ดรอปอิน
คลินิกพิเศษฟ้าสีรุ้ง รามคำแหง 87



คนอยู่ต่างจังหวัด ตรวจฟรีที่นี่

โรงพยาบาล
ของรัฐทุกแห่ง



ตรวจฟรีทุกแห่ง เพียงแจ้งหมายเลขบัตรประชาชน

ที่ปรึกษา	ธนรักษ์ ผลิพัฒน์
ผู้เขียน	สำนักโรคเอดส์ วัณโรค และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ กรมควบคุมโรค
กองบรรณาธิการ	เสาวพักตร์ ฮิ้นจ้อย สิริลักษณ์ รังษีวงศ์ บริมาศ ศักดิ์ศิริสัมพันธ์ นิยดา ยศวัฒน
ออกแบบ	นัชนันท์ รองเลื่อน
จำนวน	13,000 ฉบับ
จัดทำโดย	สำนักระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค อาคาร 4 ชั้น 6 สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข