

HIV

Kilala rin bilang human immunodeficiency virus, HIV/AIDS

Inaatake ng human immunodeficiency virus (HIV) ang immune system na nagpapahirap sa katawn na labanan ang mga impeksyon. Maipapasa ang HIV sa pamamagitan ng mga likido ng katawan (tulad ng dugo, semen, vaginal liquid at anal fluid) ng isang taong may HIV na may napansing viral load, na karaniwang sa pamamagitan ng pakikipagtalik nang hindi gumagamit ng condom o ng pakikigamit ng kagamitan sa pagtuturok.

MGA MABILISANG KAALAMAN

- Makikita ang HIV sa dugo, tamod, likido ng ari, mucus ng puwet at gatas ng ina
- Maipapasa ang HIV habang nakikipagtalik nang hindi gumagamit ng condom o kapag nakikigamit ng kagamitan sa pagtuturok ng bawal na gamot
- Nagkakaroon ng mala-trangkasang sintomas ang ilang tao tulad ng lagnat, pamamaga ng lalamunan, namamagang gland at pananakit at pagkirot ng kalamnan
- Mayroong mga lubhang mabisang gamutan para mapanatiling malusog ang mga taong nabubuhay nang may HIV
- Walang lunas para sa HIV, ngunit may gamot para maiwasan ang impeksyon na HIV sa mga taong may mataas na panganib (PeEP) at gamot para maiwasan ang impeksyon pagkatapos ng panganib (PEP)

Ano ito? (What is this?)

Magkaiba ang HIV at AIDS. Kung hindi ipinagamot, maaaring magdulot ng AIDS ang HIV. Gayunpaman, sa tulong ng mga available na napapanahon at labis na mabisang gamutan sa HIV, ganap ng hindi pangkaraniwan ang AIDS sa Australia.

Paano ka magkakaroon nito? (How do you get it?)

Magkakaroon ka ng HIV kung nakipagtalik ka nang hindi gumagamit ng condom o nakigamit ng kagamitan sa pagtuturok ng bawal na gamot sa isang taong nasuring positibo sa HIV.

Maaaring maipasa ang HIV sa pamamagitan ng:

- pakikipagtalik gamit ang ari o puwet nang walang condom
- paghihiraman ng kagamitan sa pagtuturok ng bawal na gamot
- pagbubuntis, panganganak, o pagpapasuso (kung may HIV ang nanay o nagpapasusong magulang)
- pinsala mula sa tusok ng karayom (pangunahing mga manggagawa sa pangangalagang pangkalusugan)

Bihirang maipapasa ang HIV sa pamamagitan ng:

- pakikipagtalik gamit ang ari o puwet, kung wastong gumamit ng mga condom
- pakikipagtalik gamit ang bibig nang walang condom
- pagtilamsik sa balat ng mga likido ng katawan na may HIV

Hindi kailanman naiulat na naipapasa ang HIV sa pamamagitan ng:

- pakikipaghalikan o pakikipagyakapan
- pakikipagkamay o pakikipag-ugnayan sa kapwa
- pakikipaghiraman ng mga kutsilyo at tinidor, tasa o baso
- mga upuan sa banyo
- mga lamok o iba pang insekto

Ano ang mga sintomas? (What are the symptoms?)

Hindi lahat ng tao ay nagpapakita ng mga sintomas kapag nahawa sila ng HIV. Marami sa mga sintomas ang kapareho ng iba pang sakit, kaya medyo mahirap malaman kung positibo ka sa HIV.

Maaaring kabilang sa mga sintomas ang:

- mga mala-trangkasong sintomas, tulad ng sipon o baradong ilong, pamamaga ng lalamunan, ubo, lagnat
- matindi at tuloy-tuloy na panghihina
- lagnat, panginginig at pagpapawis sa gabi
- pagkawala ng gana at mabilis na pagbaba ng timbang
- mga namamagang gland sa leeg, kilikili o singit
- paulit-ulit o tuyong ubo
- pagtatae

Kung sa palagay mo ay nalantad ka sa HIV at mayroon kang isa o higit pang sintomas, pumunta sa iyong doktor. Karaniwang lumalabas ang ganitong mga sintomas mula isa hanggang tatlong linggo pagkatapos malantad sa HIV.

Paano ka masusuri para dito? (How do you test for it?)

Matutukoy ng pagsusuri sa dugo kung mayroon kang HIV.

Ang test na ito - na tinatawag na *HIV antibody test* - ang tumutukoy kung lumikha ang iyong katawan ng anumang antibody para labanan ang impeksyon.

May maikling panahon mula sa pagkakatamad sa HIV hanggang sa makapagpasuri para matukoy kung may HIV o mga antibody nito. Tinatawag itong window period at karaniwang tumatagal nang anim na linggo pagkatapos mahawa. Sa ilang kaso, maaaring mula 2 hanggang 12 linggo pagkatapos mahawa ang window period.

Mga nangungunang resulta (Test results)

Negatibong resulta ng pagsusuri sa HIV

Ang isang negatibong resulta ng pagsusuri sa HIV ay nangangahulungan na ikaw ay:

- walang HIV
- hindi nahawa ng HIV kamakailan (sa loob ng nakaraang 6 na linggo), ngunit hindi pa lumilikha ang iyong katawan ng mga antibody para labanan ang impeksyon

Sa mga kaso kung saan hindi pa lumilikha ng mga antibody ang iyong katawan, malamang na nasa window period ka at maaari kang masuri muli pagkaraan ng ilang linggo.

Positibong resulta ng pagsusuri sa HIV

Ang isang positibong resulta ng pagsusuri sa HIV ay nangangahulugang may nakitang mga antibody ng HIV at nahawa ka ng HIV.

Maaaring magdulot sa iyo ang positibong resulta ng pagka-stress, pagkagulat, galit, pagkabalisa at pagkalungkot. Para tulungan kang mapamahalaan ang iyong stress, mag-aalok sa iyo ng pagpapayo ang lahat ng serbisyong pangkalusugan na nagsasagawa ng pagsusuri sa HIV, bago at pagkatapos ng pagsusuri.

Puwedeng mamuhay nang maayos ang mga taong may HIV sa Australia. Mayroon tayong akses sa mga labis na epektibong gamutan sa HIV, na higit na nagpapahusay sa kalidad at haba ng pamumuhay ng mga taong may HIV. Marami din tayong available na serbisyo sa suporta para sa mga taong namumuhay nang may HIV.

Walang desisyong resulta ng pagsusuri sa HIV

Paminsan-minsan, maaaring hindi positibo o negatibo ang lumabas na resulta. Tinatawag itong walang *desisyong resulta ng pagsusuri sa HIV*.

Muling sinusuri ang lahat ng nakakatanggap ng walang desisyong resulta ng pagsusuri. Sa petsa ng paglabas ng resulta ng iyong pagsusuri, isasaayos ng doktor o nars ang pag-uulit ng iyong pagsusuri.

Para sa mga taong may mataas na panganib ng pagkakalantad kamakailan, ang walang desisyong resulta ng pagsusuri ay madalas na nangangahulugang nasa window period sila ng impeksyon. Magbibigay ng negatibo o positibong resulta ang inulit na pagsusuri pagkaraan ng ilang linggo.

Para sa mga taong may mababang panganib sa HIV, madalas na *false positive* ang walang desisyong resulta ng pagsusuri. Maaaring salik sa walang desisyong resulta ng pagsusuri ang pagbubuntis, pagsasalin ng dugo, impeksyon sa virus o mga autoimmune na sakit.

Paano ito ginagamot? (How is it treated?)

Ang mga gamutan ng HIV ay mga gamot na pinipigilan ang pagdami ng mga virus (paggawa ng mga kopya ng sarili). Pinapababa nito ang dami ng virus sa katawan ng tao. Tinatawag ang gamutang ito na *antiretroviral treatment*.

Dahil sa antiretroviral treatment, ang HIV ay naging isang hindi gumagaling ngunit napapamahalaang kondisyon, tulad ng diabetes o mataas na presyon. Sinusuportahan ng ganitong gamutan ang mga taong may virus na mabuhay nang matagal at malusog.

Maaaring pababain ng gamutan ang dami ng virus sa katawan ng isang tao hanggang sa mabababang antas na hindi na ito nakikita, na nangangahulugang hindi na maisasalin ang HIV sai iba.

Nagiging mas mabisa ang gamutan, napoprotektahan ang iyong kalusugan at kagalingan, at nakakatulong sa iyong mas mabilis na makamit ang antas na hindi na nakikita ang virus kapag nagsimula ang gamutan sa lalong madaling panahon pagkatapos magpositibo ang pagsusuri sa HIV.

Tandaan:

- Sa ilalim ng batas ng Australia at Victoria,, labag sa batas ang magkaroon ng diskriminasyon laban sa sinumang may HIV. Lubhang kumpidensyal ang mga resulta ng pagsusuri.
- Hindi legal ang paglalantad ng anumang impormasyon tungkol sa taong sinuri o taong may HIV sa sinumang walang inilahad na pahintulot.
- Sa Victoria, nakalahad sa batas na kailangang hindi alam o hindi sinasadya na naisalin ng isang tao sa isa pang tao ang isang nakahahawang sakit, kabilang ang HIV.
- Maaaring limitado ang insurance sa buhay at mga visa sa ilang bansa para sa mga taong may HIV.

Mayroon ba itong anumang komplikasyon kapag hindi nagamot? (Are there any complications if not treated?)

Kung hindi ipinagamot, maaaring *magdulot ng AIDS* ang HIV.

Gayunpaman, sa tulong ng mga available na napapanahon at labis na mabisang gamutan sa HIV, ganap ng hindi pangkaraniwan ang AIDS sa Australia.

Malamang ba na bumalik ito pagkatapos ng paggagamot? (Is it likely to come back after treatment?)

Wala pang lunas para sa HIV, ngunit mabisang napamamahalaan ang virus sa tulong ng pang-araw-araw na antiretroviral treatment

Paano ko poprotektahan ang aking sarili? (How can I protect myself?)

Maraming paraan para protektahan ang iyong sarili mula sa HIV. Kailangan mong mahanap ang tamang paraan sa pag-iwas - o kombinasyon ng mga paraan - na gumagana para sa iyo at sa iyong mga sekswal na kapareha.

Mga Condom (Condom)

Isa sa mga pinakamadali at pinakamainam na paraan para makaiwas sa impeksyon sa HIV ang paggamit ng mga condom.

Mabilis at madaling makabili ng mga condom sa mga botika, supermarket at mga klinika para sa sekswal na kalusugan o pagpapalano ng pamilya. Mayroon din silang dagdag na benepisyo na makaiwas sa iba pang STI.

PrEP

Ang PrEP (pre-exposure prophylaxis) ay gamot na iniinom isang beses sa isang araw ng mga taong walang HIV para pababain ang kanilang panganib na magkaroon ng HIV.

i Alamin pa ang tungkol sa PrEP sa **StaySTIFree** (staystifree.org.au)

Alamin kung saan ka makakakuha ng **PAN** (pan.org.au)

PEP

Ang PEP (post-exposure prophylaxis) ay isa pang paraan para gumamit ng gamot laban sa HIV para makaiwas sa HIV. Iniinom ito pagkatapos ng natukoy o pinaghihinalaang pagkalantad sa HIV. Iniinom ang PEP sa loob ng 28 araw at kailangang masimulan sa loob ng 72 oras pagkatapos malantas sa HIV.

i Alamin pa ang tungkol sa PEP sa **StaySTIFree** (staystifree.org.au)

Alamin kung saan ka makakakuha ng PEP sa **Get PEP** (getpep.info)

Regular na pagpapasuri (Regular testing)

Makatutulong ang regular na pagpapasuri sa HIV at iba pang STI para mas maagang matukoy ang mga impeksyon. Nangangahulugan ito na mas maaga kang makakapagpagamot ng mga impeksyon at maiiwasan mong maisalin sa iba pa ang mga impeksyon.



Alamin kung saan ka maaaring magpasuri sa **StaySTIFree** (staystifree.org.au)

Hindi nakikitang viral load (Undetectable viral load)

Kung mayroon kang HIV, mapoprotektahan mo ang iyong mga kapareha sa pamamagitan ng pag-inom ng gamot para sa antiretroviral treatment araw-araw.

Maaaring pababain ng gamutan ang dami ng virus sa katawan ng isang tao hanggang sa mabababang antas na hindi na ito nakikita, na nangangahulugang hindi na maisasalin ang HIV sa iba.

Saan ako makakakuha ng tulong? (Where can I get help?)

- Bumisita sa isang serbisyo sa sekswal na kalusugan na malapit sa iyo
- Bumisita sa iyong lokal na doktor
- Bumisita sa lokal na sentrong pangkalusugan sa iyong komunidad

Maghanap ng mga serbisyo sa sekswal na kalusugan sa **StaySTIFree** (staystifree.org.au)

PAGTANGGI (DISCLAIMER)

Ibinibigay ng fact sheet na ito ang pangkalahatang impormasyon tungkol sa sekswal na kalusugan at hindi inilaan para palitan ang pangangailangang kumonsulta sa iyong doktor.

Kung mayroon kang mga alalahanin tungkol sa iyong kalusugan, dapat kang humingi ng payo sa iyong doktor.

Kung kailangan mo ng kagyat na pangangalaga, dapat kang pumunta sa pinakamalapit na Kagawaran sa Emerhensiya o tumawag sa 000.