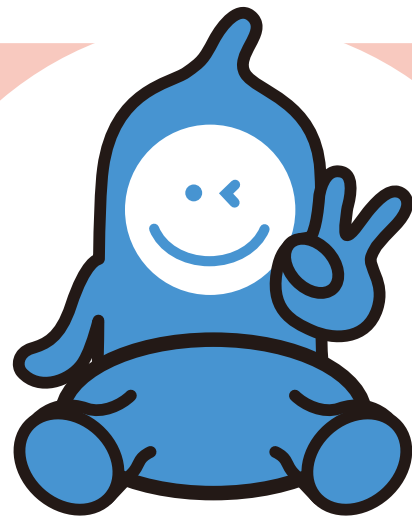
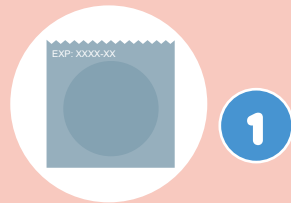




Cách sử dụng Bao Cao Su đúng cách



1

Sử dụng một bao cao su mới, chất latex (nhựa) tốt và kiểm tra hạn sử dụng trước khi dùng.



2

Mang bao cao su trước khi dương vật tiếp xúc với âm đạo, mồm hoặc hậu môn.



3

Cẩn thận cảm lấy đầu bao cao su ép cho ra hết hơi, như vậy dành chỗ trống cho tinh dịch.



4

Mang bao cao su vào đầu của dương vật lúc cương. Kéo cuộn ngược bao cao su trên dương vật cương xuống đến phần lông.



8

Gói bao cao su trong khăn giấy và bỏ vào thùng rác.



7

Kéo bao cao su ra khỏi dương vật nhẹ nhàng, cẩn thận không để tinh dịch tràn ra ngoài.



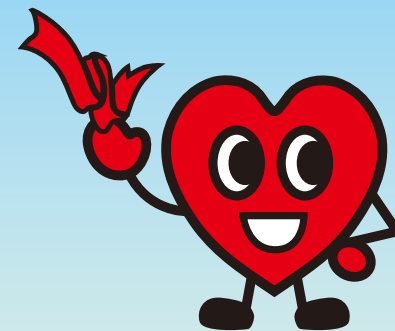
6

Sau khi tinh dịch tiết ra ngoài và trước khi dương vật trở nên mềm, nắm lấy vành của bao cao su và kéo ra cẩn thận.



5

Sử dụng nước thay cho chất nhờn vì chất nhờn từ dầu có thể làm rách bao cao su.



CÁC ĐƯỜNG DÂY NÓNG LIÊN HỆ

Đường dây nóng về HIV/AIDS (Tiếng Anh, Tiếng Quảng đông, Tiếng Phổ Thông hay Quan Thoại): (852) 2780 2211
(Cung cấp xét nghiệm HIV miễn phí, bảo mật, vô danh và dịch vụ tư vấn)

Đường dây nóng về HIV/AIDS
(Tiếng Tagalog, Tiếng Việt, Tiếng Thái): (852) 2359 9112

Đường dây nóng về HIV/AIDS
(Tiếng Hindi, Tiếng Indonesia, Tiếng Nepali, Tiếng Urdu): (852) 2112 9980

Đường dây nóng xét nghiệm HIV cho người đồng tính Nam
(Tiếng Anh, Tiếng Quảng đông, Tiếng Phổ Thông, hay Quan Thoại): (852) 2117 1069

Đường dây nóng Tư vấn giảm tác hại (Tiếng Anh, Tiếng Quảng đông, Tiếng Phổ Thông hay Quan Thoại): (852) 2112 9977

Đường dây nóng Tư vấn tình dục (Tiếng Anh, Tiếng Quảng Đông, Tiếng Phổ Thông hay Quan Thoại): (852) 2337 2121

CÁC MẠNG LIÊN HỆ (Anh văn / Trung Quốc)

Trang mạng thông tin về HIV/AIDS HongKong: www.aids.gov.hk

Trung tâm Băng đai đỏ : www.rrc.gov.hk

Đường dây nóng HIV/AIDS : www.27802211.com

Thông tin HIV/AIDS đồng tính luyến ái Nam : www.21171069.gov.hk

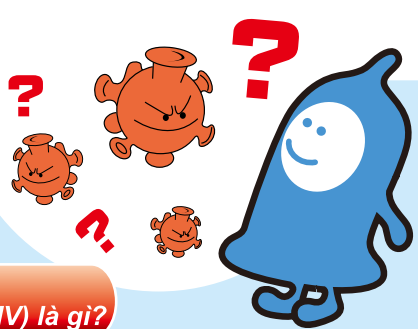
PA/AO/20-20(O)/GEN-INF

Bản ấn hành của Trung tâm Băng đai đỏ - UNAIDS Trung tâm Cộng tác Hỗ trợ Kỹ thuật Hong Kong.

Vietnamese version
越南語

Hiểu rõ hơn về bệnh Sida





Bệnh HIV (Nhiễm HIV) là gì?

Bệnh HIV (nhiễm HIV) là triệu chứng khi hệ miễn dịch bị xâm lấn, suy yếu và tiêu hao. Bệnh HIV gây ra bởi siêu vi trùng HIV. Siêu vi trùng HIV tấn công trực tiếp và hủy diệt tế bào CD4, loại tế bào giúp chống lại bệnh tật thuộc hệ miễn dịch. Khi hệ miễn dịch bị tổn thương trầm trọng, người bị nhiễm trở nên dễ dàng mắc một số bệnh như ung thư và một số bệnh truyền nhiễm khác. đây là cơ hội để các bệnh truyền nhiễm lây lan vì chúng lợi dụng sự suy yếu của hệ miễn dịch.

Làm sao HIV truyền từ người này sang người khác?

Siêu vi trùng HIV tồn tại ở tinh dịch hoặc là dịch âm đạo của người bị nhiễm. Sau đây là những đường lây nhiễm thông thường nhất của siêu vi trùng HIV từ người này sang người khác.

- Quan hệ tình dục (theo đường âm đạo, mồm, hậu môn) với người bị nhiễm HIV. Ở Hong Kong khoảng 80% người có xét nghiệm HIV dương tính là do bị lây nhiễm qua đường quan hệ tình dục.
- Chia sẻ kim tiêm, ống chích hoặc dụng cụ tiêm chích với người sử dụng thuốc chích bị nhiễm HIV.
- Phụ nữ bị nhiễm HIV truyền sang con trước khi sinh hoặc sau khi sinh lúc cho con bú sữa mẹ.
- HIV còn có thể lây nhiễm khi truyền và nhận máu hoặc các sản phẩm máu đã bị nhiễm HIV.

HIV có thể truyền nhiễm bởi các tiếp xúc hàng ngày không?

HIV không thể lây nhiễm thông qua các hoạt động hàng ngày như bắt tay, ôm nhau. Bạn không thể bị nhiễm khi hôn trên má, ăn cơm chung, hoặc đi cầu chung một phòng với người bị nhiễm HIV. Ngoài ra không có bằng chứng là muỗi có thể truyền HIV.

Làm sao biết người bị nhiễm HIV?

Đa số người nhiễm HIV không có vẻ bệnh, không thể kết luận một người là bị nhiễm HIV khi chỉ nhìn hình dáng hoặc nói chuyện với họ. Một người nhiễm HIV có thể truyền vi-rút sang người khác mặc dù không có bất cứ triệu chứng khác biệt gì. Cách duy nhất để biết có HIV không là xét nghiệm xem có kháng thể kháng HIV không.



Xét nghiệm kháng thể kháng HIV là gì?

Kháng thể được sản sinh trong máu khi cơ thể tiếp xúc với sự truyền nhiễm. Kháng thể là một chất của cơ thể giúp chống lại sự truyền nhiễm. Tuy nhiên kháng thể không kháng cự lại được HIV. Xét nghiệm kháng thể kháng HIV là một xét nghiệm máu để khẳng định một người có bị nhiễm HIV không.

Nếu kháng thể kháng HIV tồn tại, tức là xét nghiệm dương tính, đồng nghĩa với việc người này bị nhiễm HIV. Nếu xét nghiệm có kết quả âm tính, và sau "thời kỳ cửa sổ", người này được kết luận là không bị nhiễm.

"Thời kỳ cửa sổ" là gì?

"Thời kỳ cửa sổ" là khoảng thời gian kể từ lúc bị nhiễm HIV đến khi có thể xét nghiệm tìm kháng thể kháng HIV dương tính. Thời gian này là 3 tháng. Tức là trong 3 tháng này, người bị nhiễm có thể truyền vi-rút dù cho xét nghiệm kháng thể kháng HIV cho kết quả âm tính.

Có cách chữa trị bệnh HIV không? (3 THÁNG)

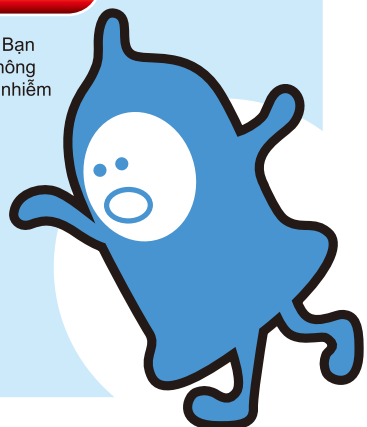
Hiện nay không có cách điều trị hoàn toàn cho người nhiễm HIV, tuy nhiên có nhiều cách điều trị hiệu quả để giảm tác hại của HIV và những rắc rối khác. Có một số loại thuốc để phòng ngừa và điều trị các bệnh truyền nhiễm cơ hội và các bệnh có liên quan với HIV thời kỳ sau. Cách trị liệu chống vi-rút thâm nhập có thể kiểm soát HIV hiệu quả và làm chậm đi tốc độ suy yếu của hệ miễn dịch.

Điều trị HIV giúp người có HIV dương tính duy trì sức khỏe tốt lâu hơn. Như mọi bệnh khác, sự phát hiện sớm cho nhiều lựa chọn về điều trị và nâng cao phòng ngừa.

Tôi có cần đi xét nghiệm HIV?

Bạn cần nghĩ đến việc xét nghiệm nếu Bạn hoặc người tình có quan hệ tình dục không sử dụng biện pháp phòng bệnh truyền nhiễm tình dục và/hoặc chia sẻ kim tiêm, ống chích thuốc.

Xin gọi đường dây nóng Tư vấn về HIV/AIDS số 2780 2211. Hoàn toàn miễn phí và giấu tên khi xét nghiệm kháng thể kháng HIV.



LÀM SAO ĐỂ TỰ BẢO VỆ CHỐNG NHIỄM HIV



1

Lúc quan hệ tình dục, luôn luôn tự bảo vệ mình và đối tượng bằng cách sử dụng bao cao su. Sử dụng đúng cách bao cao su cho âm đạo, mồm, hậu môn lúc quan hệ tình dục có thể giảm nguy cơ truyền nhiễm HIV. Nhìn bên ngoài không thể đoán được người Nam hay Nữ có nhiễm HIV. Từ chối không quan hệ tình dục nếu bạn tình của bạn không sử dụng bao cao su.

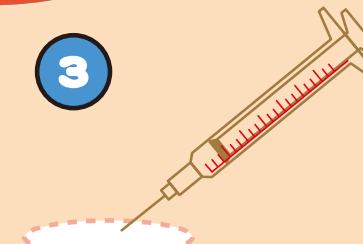


2



Không uống rượu hoặc thuốc kích thích trước khi quan hệ tình dục vì có thể ảnh hưởng đến sự tỉnh táo của bạn, làm cho bạn không cương quyết trong việc sử dụng bao cao su.

3



Không chia sẻ kim tiêm, ống chích hoặc các dụng cụ tiêm chích khác.

4



Nếu bạn mang thai hoặc đang dự định có thai, nên xét nghiệm HIV càng sớm càng tốt. Có nhiều cách điều trị giúp bạn chống lại căn bệnh HIV và giảm nguy cơ truyền HIV từ mẹ sang con trong trường hợp kết quả xét nghiệm của bạn có kết quả dương tính.