ដំណើរឆ្ពោះទៅរក
បន្ទុកមេរោគអេដស៍ "មិនអាចរាប់បាន"

ឱសថប្រឆាំងមេរោគអេដស៍អាចកាត់បន្ថយ
ចំនួនមេរោគអេដស៍នៅក្នុងឈាមរបស់អ្នក
(ដែលគេហៅបន្ទុកមេរោគ)
ឱ្យឋិតនៅក្នុងកម្រិតមួយដ៏ទាបដែលតេស្ត
មិនអាចឃើញ

ប្រសិនបើបន្ទុកមេរោគអេដស៍នៅក្នុងឈាមរបស់អ្នក
"មិនអាចរាប់បាន" ហើយអ្នករក្សាវាឱ្យនៅទាប
"មិនអាចរាប់បាន" នេះតទៅ, អ្នកនឹងគ្មានហានិភ័យ
ក្នុងការចម្លងមេរោគអេដស៍ទៅដៃគូរួមភេទដែល
ពុំមានផ្ទុកមេរោគអេដស៍នោះឡើយ។

ប្រសិនបើអ្នកផ្ទុកមេរោគអេដស៍,
អ្នកគួរតែលេបថ្នាំព្យាបាលមេរោគអេដស៍
ឱ្យបានឆាប់តាមដែលអាចធ្វើទៅបានដើម្បី៖

ពង្រឹងសុខភាព
ទូទៅរបស់អ្នក

បង្ការការចម្លង
មេរោគអេដស៍ទៅអ្នកដទៃ

នៅពេលដែលអ្នកចាប់ផ្តើមលេបឱសថប្រឆាំង
មេរោគអេដស៍, គឺអ្នកចាប់ផ្តើមដំណើររបស់អ្នក
ឆ្ពោះទៅរកបន្ទុកមេរោគអេដស៍ "មិនអាចរាប់បាន"
របស់អ្នកហើយ។

ដោយការលេបថ្នាំរាល់ថ្ងៃទៅតាមវេជ្ជបញ្ជា,
អ្នកជំងឺភាគច្រើនអាច មានបន្ទុកមេរោគអេដស៍
"មិនអាចរាប់បាន" ក្នុងរយៈពេល រង្វង់៦ខែ។

បើអ្នកមានបន្ទុកមេរោគអេដស៍ "មិនអាចរាប់បាន"
កាន់តែយូរ, នោះអ្នកប្រហែលជានឹងនៅតែអាច
ធ្វើអោយបន្ទុកមេរោគអេដស៍ "មិនអាចរាប់បាន"
តទៅទៀត។

ប៉ុន្តែមិនមែនគ្រប់គ្នាដែលលេបឱសថប្រឆាំង
មេរោគអេដស៍ សុទ្ធតែអាចទទួលបាន
បន្ទុកមេរោគអេដស៍ "មិនអាចរាប់បាន" បានទេ។

វិធីតែមួយគត់ដើម្បីដឹងថាអ្នកមាន
បន្ទុកមេរោគអេដស៍ "មិនអាចរាប់បាន"
គឺទៅពិនិត្យនិងជួបគ្រូពេទ្យរបស់អ្នកទៀងទាត់។

វិធីដែលប្រសើរបំផុតក្នុងការរក្សាខ្លួនអ្នកឱ្យនៅតែមានបន្ទុកមេរោគអេដស៍ “មិនអាចរាប់បាន” និងមានសុខភាពល្អ៖

លេបថ្នាំរាល់ថ្ងៃ
តាមវេជ្ជបញ្ជា

ទៅជួបគ្រូពេទ្យទៀងទាត់

ការដែលមាន បន្ទុកមេរោគអេដស៍ “មិនអាចរាប់បាន” និង រក្សាមេរោគឱ្យនៅក្នុងភាព “មិនអាចរាប់បាន” យូរអង្វែង ឋិតថេរ អ្នកនឹងអាចបង្ការការចម្លងមេរោគអេដស៍ ក្នុងពេលរួមភេទ, តែមានហេតុផលផ្សេងៗទៀត ដែលអ្នកនិងដៃគូរបស់អ្នកអាចពិចារណា បន្ថែមវិធានការបង្ការផ្សេងទៀតដូចជា ស្រោមអនាម័យ និងPrEP

- ពិបាកក្នុងការរក្សាមេរោគឱ្យនៅឋិតក្នុងភាព “មិនអាចរាប់បាន”
- ខកខានលេបថ្នាំ តាំងពីបានធ្វើតេស្តរាប់បន្ទុកមេរោគចុងក្រោយ
- ការពារការឆ្លងជំងឺកាមរោគផ្សេងៗទៀត ដូចជា ស្វាយនិងប្រមេះ
- អ្នកឬក៏ដៃគូរបស់អ្នកចង់បានបន្ថែមអារម្មណ៍ស្ងប់ស្ងាត់ឥតកង្វល់

ដើម្បីជួយអ្នកឱ្យឋិតនៅក្នុងដំណើររបស់អ្នក, ជាការសំខាន់ដែលអ្នកត្រូវមានអ្នកផ្តល់សេវាម្នាក់ ដែលអ្នកមានអារម្មណ៍សុខស្រួលជាមួយ និងទទួលបានការគាំទ្រពីគាត់។ ការនេះក៏គិតផងដែរដល់តម្រូវការ ការព្យាបាលផ្សេងទៀត។

អ្នកអាចធ្វើបាន!

ទោះអ្នកជានរណាក៏ដោយ ដែលឋិតនៅលើការធ្វើដំណើរឆ្ពោះទៅរកបន្ទុកមេរោគអេដស៍ “មិនអាចរាប់បាន” នេះ, ការឋិតនៅជាប់នឹងការព្យាបាល នឹងជួយធ្វើឱ្យសុខភាពរបស់អ្នក ប្រសើរឡើង ។

“គ្មានការចម្លងមេរោគអេដស៍”

ដៃគូសហការ

PEPFAR USAID EpiC UNAIDS
CLINTON HEALTH ACCESS INITIATIVE magna AHF CPN+
WHO US_CDC CRS