



แผ่นข้อเท็จจริง

---

เพื่อดูสุขภาพ  
ของคุณ

---

## เฝ้าดูสุขภาพของคุณ

แพทย์รักษาเชื้อ HIV ของคุณจะทำการตรวจสุขภาพของคุณเป็นประจำ และตรวจสอบให้แน่ใจว่าการรักษาของคุณได้ผล พวกเขาจะถามคุณเกี่ยวกับผลข้างเคียงและสุขภาพของคุณด้วย

### **การตรวจโดยทั่วไปคือ**

#### **การตรวจปริมาณเชื้อไวรัส**

การตรวจปริมาณเชื้อไวรัสจะวัดปริมาณเชื้อ HIV ในเลือดของคุณ ซึ่งเป็นตัวชี้วัดที่สำคัญเกี่ยวกับสุขภาพของคุณ นอกจากนี้ยังแสดงให้เห็นว่าการรักษาของคุณเป็นไปได้ดีด้วยดีไหม ปริมาณเชื้อไวรัสของคุณจะลดลงเมื่อคุณเริ่มการรักษา

คนส่วนใหญ่ที่รับการรักษาตามที่กำหนดจะสามารถบรรลุถึงจุดที่ตรวจหาปริมาณเชื้อไวรัสไม่พบ การมีปริมาณเชื้อไวรัสในระดับที่ตรวจหาไม่พบหมายความว่าระบบภูมิคุ้มกันของคุณได้รับความเสียหายเล็กน้อยหรือไม่มีเลย นอกจากนี้ยังหมายความว่าที่คุณไม่สามารถแพร่เชื้อ HIV ไปยังคู่นอนของคุณได้ แต่ก็ไม่ได้หมายความว่าที่คุณหายแล้ว ถ้าคุณหยุดการรักษาของคุณ ปริมาณเชื้อไวรัสในเลือดจะเริ่มสูงขึ้น

ผลการตรวจปริมาณเชื้อไวรัสใด ๆ ที่ต่ำกว่า 200 c/ml ถือว่าตรวจไม่พบ และบางครั้งเรียกว่าการกดเชื้อไวรัส หากเชื้อไวรัสถูกกด คุณจะไม่สามารถแพร่เชื้อ HIV ไปยังคู่นอนของคุณได้ ดูบัตรข้อเท็จจริงเรื่องการป้องกันเชื้อ HIV สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม

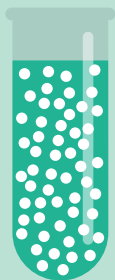
หากคุณกำลังทานยาตามที่กำหนดและเชื้อไวรัสของคุณไม่ถูกกด (หรือที่เรียกว่าปริมาณไวรัสที่ตรวจพบ) อาจมีปัจจัยอื่นเข้ามาเกี่ยวข้อง คุณอาจต้องใช้วิธีอื่นในการรักษา แพทย์ของคุณจะปรึกษาเรื่องนี้กับคุณ

## ระดับ CD4 (ซีดีโฟร์)

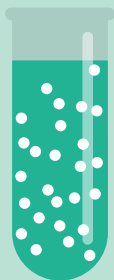
เซลล์ CD4 เป็นส่วนสำคัญของระบบภูมิคุ้มกันของคุณ เซลล์ที่ไม่ได้รับการรักษาเชื้อ HIV จะไปทำลายเซลล์ CD4 สำหรับการตรวจวัดระดับเซลล์ CD4 จะวัดจำนวนภูมิคุ้มกัน CD4 ในหน่วยมิลลิเมตรจากเลือดของคุณ

- ช่วง 'ปกติ' สำหรับผู้ใหญ่คือ CD4 500 ถึง 1,350 ระบบภูมิคุ้มกันของคุณเสียหายเพียงเล็กน้อยหรือไม่มีเลย
- CD4 ระหว่าง 500 ถึง 250 แสดงว่ามีความเสียหายอยู่บ้างต่อระบบภูมิคุ้มกันของคุณ มีความเป็นไปได้เล็กน้อยที่คุณจะมีความเสี่ยงติดเชื้อร้ายแรง
- CD4 น้อยกว่า 250 แสดงว่าภูมิคุ้มกันมีความเสียหายที่รุนแรงขึ้น คุณมีความเสี่ยงที่จะเป็นโรคร้ายแรง

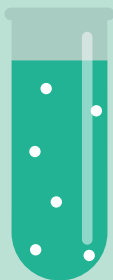
**ระดับปกติ**  
**>500 CD4**  
ระบบภูมิคุ้มกันเสียหายเพียงเล็กน้อยหรือไม่มีเลย



**มีความเสียหายบางส่วน**  
**500-250 CD4**  
ไม่น่าจะเสี่ยงต่อการเป็นโรคร้ายแรง



**มีความเสียหายร้ายแรง**  
**<250 CD4**  
มีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคร้ายแรง



หากคุณมีระดับ CD4 ที่ต่ำ เมื่อคุณได้รับการรักษา ระดับ CD4 ของคุณจะเพิ่มมากขึ้น หลังจากนั้น ระดับ CD4 จะกลับคืนสู่ระดับปกติ

## **การตรวจการดื้อยา**

เชื้อ HIV บางประเภทไม่ตอบสนองต่อยาบางชนิด ซึ่งเรียกว่าสายพันธุ์ดื้อยา มีการตรวจเลือดก่อนที่คุณจะเริ่มทำการรักษา เพื่อดูว่าคุณมีเชื้อดื้อยาหรือไม่ ซึ่งจะช่วยแพทย์ของคุณเลือกยาที่ดีที่สุดสำหรับคุณ แพทย์ของคุณอาจตรวจหาการดื้อยาหากการรักษาของคุณไม่ได้ผล

## **การตรวจผลข้างเคียง**

แม้ว่ายารักษาเชื้อ HIV สมัยใหม่ส่วนใหญ่จะมีผลข้างเคียงน้อย บางครั้งอาจมีผลข้างเคียงร้ายแรง เป็นสิ่งสำคัญที่แพทย์จะตรวจหาสิ่งเหล่านี้และดูแลสุขภาพของคุณ สิ่งสำคัญคือคุณต้องแจ้งให้แพทย์ทราบเกี่ยวกับผลข้างเคียง

แพทย์ของคุณอาจทำการตรวจต่อไปนี้

- ระดับคอเลสเตอรอลและไตรกลีเซอไรด์ (ไขมันในเลือด) เพื่อป้องกันโรคหัวใจ
- ระดับกลูโคส (น้ำตาลในเลือด) เพื่อตรวจเบาหวาน
- ตรวจการทำงานของตับเพื่อวัดว่าตับของคุณทำงานได้ดีเพียงใด
- ตรวจการทำงานของไตเพื่อวัดว่าไตของคุณทำงานได้ดีเพียงใด
- ตรวจนับเม็ดเลือดเพื่อหาภาวะโลหิตจางและปัญหาอื่น ๆ เกี่ยวกับเลือดของคุณ

## **การตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูก**

ผู้หญิงและผู้ที่มีปากมดลูกที่อยู่ร่วมกับเชื้อ HIV มีความเสี่ยงเป็นมะเร็งปากมดลูกสูงกว่า หากคุณมีเชื้อ HIV คุณควรตรวจคัดกรองมะเร็งปากมดลูกทุก ๆ สามปีแทนทุก ๆ ห้าปี เพื่อตรวจหา Human Papilloma Virus (เชื้อ HPV) ซึ่งสามารถกลายเป็นมะเร็งได้

คุณสามารถรับการตรวจปากมดลูกได้ที่ GP (แพทย์) ของคุณ บริการด้านสุขภาพทางเพศหรือบริการด้านสุขภาพของผู้หญิงหรือชุมชน คุณสามารถเลือกทำการตรวจด้วยตัวเองได้ ซึ่งเรียกว่าการเก็บตัวอย่างเอง หรือให้ผู้ให้บริการด้านสุขภาพทำการตรวจให้ คุณไม่จำเป็นต้องบอกแพทย์หรือพยาบาลเกี่ยวกับเชื้อเอชไอวีของคุณ อย่างไรก็ตาม หากพวกเขาไม่รู้ว่าทำไมคุณต้องทำการตรวจทุก ๆ สามปี คุณอาจต้องจ่ายเพิ่มและคุณจะได้รับจดหมายเตือนทุกห้าปีเท่านั้น

## **มะเร็งอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับเชื้อ HPV**

เชื้อ HPV ยังสามารถก่อให้เกิดมะเร็งที่ทวารหนัก ลำคอ และองคชาติ ผู้ที่อยู่ร่วมกับเชื้อ HIV มีความเสี่ยงสูงที่จะเป็นมะเร็งเหล่านี้ การรักษามะเร็งเหล่านี้จะมีประสิทธิภาพมากหากพบมะเร็งตั้งแต่เนิ่น ๆ พูดคุยกับแพทย์ของคุณเกี่ยวกับการตรวจหา มะเร็งที่เกี่ยวข้องกับเชื้อ HPV

สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม

