

DỰ ÁN PHÒNG CHỐNG HIV/AIDS CHO THANH NIÊN



**AN TOÀN LÀ
TRÊN HẾT**



NHỮNG ĐIỀU CẦN BIẾT ĐỂ BẢO VỆ CON BẠN

HIV/AIDS

Mục lục

	Trang
HIV/AIDS là gì?	3
Lây nhiễm & Triệu chứng	7
Cách phòng tránh	11
Tư vấn & Xét nghiệm	33

www.hoanhiptim.vn

GPXB Số 62/GP-CXB. Do Cục xuất bản cấp ngày 14/5/2009. Số Lượng 10.000 Cuốn, khổ 8,7x12cm Chế bản tại công ty TNHH In Hoàng Minh

Tại sao con cái cần sự giúp đỡ của cha mẹ?

- Tuổi vị thành niên là thời kỳ phát triển nhanh không chỉ về thể chất, mà cả về tinh thần và trí tuệ. Lứa tuổi này trải qua nhiều trạng thái cảm xúc. Đây là giai đoạn tuổi trẻ thường quan tâm phát triển các quan hệ lãng mạn. Các em muốn được độc lập và trở thành người lớn.
- Trẻ vị thành niên thường bị hấp dẫn bởi những cái mới lạ, thậm chí cả cái có hại như thuốc lá, rượu, bia, ma túy. Sử dụng rượu bia, hay ma túy là một hành vi mà con bạn có thể muốn thử. Các hành vi nguy cơ như sử dụng ma túy, lạm dụng rượu, bia và quan hệ tình dục không an toàn có thể đặt con bạn vào nguy cơ lây nhiễm HIV.
- Trẻ vị thành niên thường thiếu kinh nghiệm, không có kiến thức chính xác về tình dục và HIV/AIDS, trong khi các em thường ngại, hoặc sợ, không dám hỏi.

Tại sao cha mẹ cần nói chuyện với con cái về HIV/AIDS?

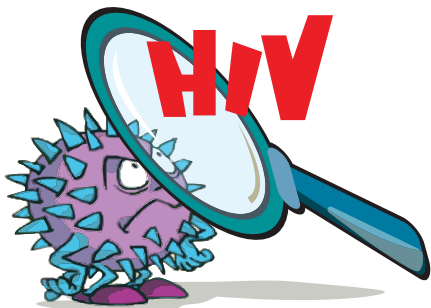
- Hiện nay, số các ca nhiễm HIV mới trong thanh niên Việt Nam ngày càng tăng. Để giúp tuổi trẻ ngăn ngừa HIV, cha mẹ và con cái cần nói chuyện với nhau về những điều liên quan tới HIV/AIDS. Cả hai đều cần biết HIV đang lan truyền như thế nào và làm thế nào để không bị nhiễm HIV.
- Hiện nay chưa có vắc xin phòng nhiễm HIV và chưa có thuốc điều trị khỏi AIDS, do đó cách tốt nhất để bảo vệ con bạn là giải thích cho chúng về HIV/AIDS và hướng dẫn cách phòng tránh.
- Cha mẹ không nên để nỗi sợ hãi, hay e ngại cản trở những nỗ lực hướng dẫn con cái về vấn đề rất quan trọng này.



Cha mẹ và con cái cần biết gì về HIV/AIDS?

HIV là gì?

HIV là vi rút gây ra bệnh AIDS. Sau khi xâm nhập cơ thể, HIV tồn tại trong các dịch của cơ thể như máu, tinh dịch, dịch âm đạo, sữa mẹ... HIV tấn công và làm suy yếu khả năng chống lại bệnh tật của cơ thể.



AIDS là gì?

AIDS là tình trạng sức khỏe khi hệ thống tự nhiên bảo vệ cơ thể bị HIV phá vỡ. Ở giai đoạn này, cơ thể của người nhiễm HIV mất khả năng chống lại bệnh tật, do đó họ bị rất nhiều bệnh tấn công, dẫn tới tử vong.

Sau bao lâu nhiễm HIV chuyển sang giai đoạn AIDS?

- Thời gian từ khi nhiễm HIV cho đến khi chuyển sang giai đoạn AIDS có thể từ 2 đến trên 10 năm.
- Hiện nay đã có thuốc làm chậm quá trình phát triển của HIV trong cơ thể, nhưng chưa có thuốc chữa khỏi HIV/AIDS. Do đó, điều quan trọng nhất đối với mọi người là biết cách tự phòng nhiễm HIV.

HIV lây truyền như thế nào?

☀ *Các con đường lây nhiễm HIV phổ biến nhất là:*

- Quan hệ tình dục không an toàn (không sử dụng bao cao su) qua đường âm đạo, miệng, hoặc hậu môn với người nhiễm HIV.
- Dùng chung bơm kim tiêm và các dụng cụ xuyên, chích qua da với người nhiễm HIV.
- Lây truyền từ mẹ nhiễm HIV sang con trong quá trình mang thai, sinh con và cho con bú.
- HIV có thể lây truyền khi truyền máu hay cấy ghép nội tạng nếu máu chưa được kiểm tra trước khi sử dụng.



HIV không lây truyền qua:

- Tiếp xúc thông thường với người nhiễm HIV như ôm, hôn, bắt tay,...hay dùng chung thức ăn, khăn mặt, các dụng cụ ăn uống, bể bơi, nhà vệ sinh, điện thoại...
- Ôm ấp, hay chạm vào người nhiễm HIV.
- Tiếp xúc với máu, hay dịch cơ thể của người nhiễm HIV, nhưng trên da không có vết thương.
- Cùng làm việc, hay cùng chơi với người nhiễm HIV.
- Côn trùng cắn/chích/đốt, hay súc vật cắn.



Trẻ em nhiễm HIV có quyền đi học. Hãy giáo dục con bạn không kỳ thị và phân biệt đối xử với người nhiễm HIV!

Hành vi nào có nguy cơ cao?

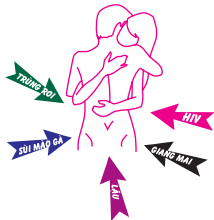
■ Dùng chung bơm kim tiêm để tiêm chích ma túy:

HIV lây truyền dễ dàng nhất nếu dùng chung bơm kim tiêm với người nhiễm HIV. Khi dùng chung bơm kim tiêm, máu của người nhiễm HIV có thể vào thẳng máu của người khác.



■ Quan hệ tình dục không an toàn:

- Quan hệ tình dục (dù qua đường âm đạo, hậu môn hay miệng), mà không sử dụng bao cao su đều là quan hệ tình dục không an toàn.
- Quan hệ tình dục không an toàn với nhiều người, trong đó có người mại dâm, mà không biết rõ tình trạng



của họ, sẽ dẫn tới nguy cơ lây nhiễm HIV và các bệnh lây truyền qua đường tình dục khác rất cao.



- Quan hệ tình dục không an toàn khi đã mắc các bệnh lây truyền qua đường tình dục làm tăng nguy cơ lây nhiễm HIV lên rất cao vì vi rút có thể xâm nhập dễ dàng qua các vết thương ở bộ phận sinh dục do các bệnh đó gây ra.

- Phụ nữ trẻ có nguy cơ bị lây nhiễm HIV và các bệnh lây truyền qua đường tình dục cao hơn so với nam giới. Ngoài ra, quan hệ tình dục không an toàn còn dẫn tới có thai ngoài ý muốn.

■ **Lạm dụng các chất gây nghiện:**

Các chất gây nghiện bao gồm heroin (bạch phiến), thuốc phiện, cần sa, moócphin, Seduxen, dolargan, các loại ma túy tổng hợp: Amphêta-min, Methamphetamin (hồng phiến), hay Ecstasy (thuốc lắc...) (được gọi chung là ma túy) và rượu, bia. Bản thân chất gây nghiện không chứa cũng không làm lây truyền HIV. Tuy nhiên, sử dụng các chất gây nghiện có thể làm mất khả năng kiểm soát hành vi, dẫn tới quan hệ tình dục không an toàn, làm tăng nguy cơ lây nhiễm HIV.



Các triệu chứng của HIV là gì?

- Khi HIV xâm nhập cơ thể, một số người không có triệu chứng rõ rệt, trong khi một số người có các triệu chứng giống như cúm. Các triệu chứng như sốt, ớn lạnh, ra mồ hôi đêm và phát ban thường biến mất sau vài ngày.
- Những triệu chứng xuất hiện trong thời gian đầu nhiễm HIV thường dễ bị lẫn với triệu chứng của những bệnh khác.
- Những người nhiễm HIV có thể cảm thấy khỏe mạnh trong một thời gian dài, thậm chí rất nhiều năm. Cách duy nhất để biết họ có nhiễm HIV hay không là xét nghiệm HIV.



Các triệu chứng của AIDS là gì?



AIDS không có các triệu chứng riêng. Các triệu chứng của AIDS là các triệu chứng của những bệnh cơ thể mắc phải khi bị suy yếu, trong đó có một số dấu hiệu chung như tiêu chảy hơn một tuần trở lên, sụt cân, sốt kéo dài và các nhiễm trùng da.

Làm thế nào để phòng tránh lây nhiễm HIV?

Cách tốt nhất để phòng lây nhiễm HIV là tránh các hành vi nguy cơ bằng cách:

THỰC HIỆN TÌNH DỤC AN TOÀN:

- Khuyến khích con bạn không quan hệ tình dục cho đến khi đủ hiểu biết về tình dục an toàn.



- Giải thích và khuyến khích con bạn sử dụng bao cao su mỗi khi quan hệ tình dục nếu con bạn có bạn khác giới. Bao cao su khi được sử dụng đúng cách có tác dụng ngăn ngừa lây nhiễm HIV và các bệnh lây truyền qua đường tình dục khác.
- Con bạn cần được khám và điều trị nếu bị các bệnh lây truyền qua đường tình dục.
- Con bạn cần biết rõ không sử dụng ma túy và không lạm dụng rượu, bia để tránh dẫn đến tình dục không an toàn.

Mua bao cao su ở đâu?

Có thể mua bao cao su tại các hiệu thuốc, siêu thị, một số khách sạn, các nhà khách, điểm vui chơi giải trí (như quán karaoke, các tiệm mát xa...).

Các bước sử dụng bao cao su đúng cách

1. Kiểm tra hạn sử dụng.
2. Đẩy bao cao su về một phía, xé vỏ bọc và lấy bao cao su nhẹ nhàng, tránh làm rách bao. Không dùng răng hay vật sắc để cắt vỏ bao.



3. Bóp đầu bao cao su để đẩy không khí ra ngoài. Chụp bao cao su lên đầu dương vật đã cương cứng. Vuốt nhẹ để bao che toàn bộ dương vật.



4. Dùng bao cao su trong suốt thời gian giao hợp.



5. Sau khi xuất tinh, lúc dương vật vẫn còn cương, giữ bao ở gốc dương vật, rồi từ từ lấy bao khỏi dương vật. Khi lấy bao tránh làm tràn tinh dịch ra ngoài.



6. Thắt bao lại, gói bao bằng giấy rồi bỏ vào thùng rác.



LƯU Ý KHI SỬ DỤNG VÀ BẢO QUẢN BAO CAO SU:

1. Luôn sử dụng bao cao su mỗi lần quan hệ tình dục.
2. Bao cao su mất tác dụng bảo vệ nếu bị rách trong khi sử dụng, hay sử dụng không đúng cách.
3. Một bao cao su chỉ sử dụng một lần.
4. Bảo quản bao cao su ở nơi khô, mát.
5. Không dùng bao cao su đã quá hạn sử dụng, hoặc khi vỏ bọc đã bị hở, rách.
6. Chất bôi trơn làm tăng cảm giác dễ chịu. Nên sử dụng thêm chất bôi trơn mua ở hiệu thuốc cùng với bao cao su. Không dùng vasolin, sữa tắm hay dầu ăn vì có thể làm rách hay thủng bao cao su.

THỰC HIỆN TIÊM CHÍCH AN TOÀN:

Nếu con bạn sử dụng ma túy, dưới đây là cách phòng lây nhiễm HIV:

- Dùng bơm kim tiêm mới mỗi lần tiêm chích. Bỏ bơm kim tiêm sau mỗi lần sử dụng.
- Không dùng chung bơm kim tiêm với người khác.
- Đến các điểm trao đổi bơm kim tiêm để được nhận bơm kim tiêm mới miễn phí nếu tại địa phương có các dịch vụ này.

NGĂN NGỪA LÂY TRUYỀN TỪ MẸ SANG CON:

- Không phải tất cả phụ nữ có thai nhiễm HIV đều có thể truyền HIV sang con. Trung bình có 3 nhiễm HIV trong số 10 đứa trẻ sinh ra từ bà mẹ nhiễm HIV nếu họ không được điều trị trước khi sinh.



TRUNG TÂM Y TẾ



- Nếu có thai và nhiễm HIV, con bạn cần được tư vấn và điều trị đặc biệt trước khi sinh để giảm nguy cơ truyền vi rút sang em bé.

Tiêm chích ma túy và HIV

Dùng chung bơm kim tiêm và các dụng cụ tiêm chích khác là một trong những con đường lây nhiễm HIV phổ biến nhất ở Việt Nam:

- Dùng chung bơm kim tiêm làm HIV vào thẳng trong máu của người tiêm chích, nếu trước đó bơm kim tiêm đã được người nhiễm HIV sử dụng.
- Tận dụng lượng thuốc thừa từ các bơm kim tiêm đã sử dụng để tiêm chích cũng nguy hiểm vì trong đó có thể đã có HIV.

- Sử dụng lại bất kỳ dụng cụ nào khác như thìa, các dụng cụ để pha, nấu thuốc, đồ lọc... và nước dùng để pha thuốc cũng có nguy cơ làm lây truyền HIV.
- Ngoài ra, nghiện ma túy làm giảm khả năng tự chủ, dẫn tới nhiều nguy cơ, trong đó có tình dục không an toàn - con đường dẫn tới lây nhiễm HIV.

Làm thế nào để biết con bạn bắt đầu sử dụng ma túy?

Những dấu hiệu ban đầu cho thấy con bạn có thể sẽ bị lôi kéo vào ma túy:

- Thay đổi giờ giấc sinh hoạt. Đi về thất thường. Hay vắng nhà vì lý do không rõ ràng.
- Thích tụ tập, kết thân với những bạn ăn chơi nghỉ có dùng ma túy.



- Bắt đầu có hành vi xấu: chơi bời, sinh hoạt buông thả, hút thuốc, uống rượu, bia...
- Không tập trung học hành, không tham gia việc nhà và các hoạt động tập thể ở trường.

Những dấu hiệu sau đây cho thấy con bạn đã bắt đầu sử dụng ma túy:

- Đột nhiên trốn tránh gia đình và bè bạn một cách không bình thường.
- Ra khỏi nhà nhiều hơn, hay vào giờ nhất định.
- Buồn chán, căng thẳng, ủ rũ.
- Giảm cân nhiều và đột ngột.
- Không quan tâm tới vệ sinh cá nhân.
- Trở nên ít quan tâm, hoặc đột ngột không quan tâm nữa tới các hoạt động yêu thích trước đây ở trường, hay trong cộng đồng.
- Bỏ học, học hành sa sút, nhiều điểm kém.
- Cần nhiều tiền một cách bất thường.

Phát hiện sớm và hành động sớm một cách kiên quyết có thể giúp con bạn khỏi sa vào con đường nghiện ma túy.

Giúp con phòng lây nhiễm HIV như thế nào?

Trao đổi với con về tình dục an toàn:

Quan hệ tình dục không an toàn là một trong những con đường chính làm lây truyền HIV, nên bạn cần trao đổi với con bạn về tình dục an toàn.

1. Chuẩn bị thông tin và kiến thức bạn định nói với con về tình dục và HIV/AIDS. Phải đảm bảo những thông tin và kiến thức đó là chính xác.
2. Bạn hãy bắt đầu bằng một chủ đề mà cả bạn và con bạn đều cảm thấy thoải mái. Ví dụ:
 - *Một sự kiện ở trường học của con*
 - *Một bộ phim vừa xem trên truyền hình*
 - *Các tin tức mới đăng trên báo, tạp chí...*

3. Nếu bạn không thoải mái với chủ đề được nói, hãy chia sẻ cảm giác của bạn với con, giúp câu chuyện giữa hai người trở nên dễ dàng hơn.
4. Hãy tỏ thái độ tích cực và sẵn sàng thảo luận. Tránh giảng giải, áp đặt hay ra lệnh.
5. Lắng nghe và khuyến khích con bạn chia sẻ ý nghĩ và tình cảm. Đừng ép con bạn phải nói nếu chúng chưa muốn. Hãy cho con bạn thời gian để suy nghĩ về những gì bạn nói.
6. Hãy cố gắng hiểu cách nhìn nhận của con bạn, đừng vội phê phán. Cho phép chúng bày tỏ ý kiến mà không trách mắng là điều cốt yếu để các thông điệp được con bạn tiếp nhận.
7. Cần ý thức được những khó khăn của áp lực bè bạn. Khuyến con bạn có ý kiến riêng của mình khi quyết định các vấn đề liên quan tới tình dục.
8. Hãy tìm cho con bạn các tài liệu giáo dục, hay các địa chỉ trên Internet về HIV/AIDS để chúng có thể tự đọc. Điều này có thể khiến con bạn thấy thoải mái hơn khi tìm hiểu về chủ đề khó và tế nhị này.

Để cuộc trao đổi đạt kết quả, hãy lưu ý:

1. Sắp xếp nội dung cuộc nói chuyện của bạn theo cách phù hợp với lứa tuổi của con.
2. Cần sẵn sàng cho việc nghe những điều có thể bạn không muốn nghe từ con bạn như suy nghĩ của chúng về tình dục và các quan hệ tình dục trước đó của con.
3. Sắp xếp chỗ nói chuyện và thời gian để bạn và con bạn cùng cảm thấy đây là câu chuyện riêng tư và quan trọng.

Biết rõ bạn bè của con:

Cần biết rõ con bạn có thể thực hiện hành vi nguy cơ chỉ để chứng tỏ rằng chúng cũng như bạn bè. Hãy bỏ chút thời gian tìm hiểu bạn bè của con và có cách bảo vệ con khi cần.

Những điều quan trọng về HIV cần chia sẻ với con cái

- Không quan hệ tình dục không an toàn và tránh xa ma túy là cách tốt nhất để phòng lây nhiễm HIV.
- Ôm, động chạm, hôn lên má, bắt tay, vv...không làm lây truyền HIV.
- Một người chỉ cần có quan hệ tình dục không an toàn với người nhiễm HIV một lần cũng có thể bị lây nhiễm.
- Bao cao su có tác dụng ngăn ngừa nguy cơ lây nhiễm HIV rất cao nếu được sử dụng đúng cách mỗi lần quan hệ tình dục (qua đường âm đạo, hậu môn hay miệng).
- Nếu một người chỉ quan hệ tình dục với một người không bị nhiễm HIV và người đó không quan hệ tình dục với ai khác, không dùng chung bơm kim tiêm, thì không có nguy cơ lây nhiễm HIV. Nhưng đây là điều khó biết về người khác.

- Các biện pháp tránh thai như thuốc viên tránh thai, thuốc tiêm, cấy dưới da hay đặt vòng đều không ngăn ngừa được lây nhiễm HIV và các bệnh lây truyền qua đường tình dục.
- Nếu một trong hai người có quan hệ tình dục không an toàn, hay dùng chung bơm kim tiêm, người đó có thể lây nhiễm HIV và làm lây truyền sang bạn tình.
- Các dụng cụ dùng để bấm lỗ tai, hay xăm mình được sử dụng chung cho nhiều người mà không được tiệt trùng có thể làm lây truyền HIV.
- Ma túy và rượu có thể dẫn đến các hành vi nguy cơ như quan hệ tình dục không an toàn, làm tăng nguy cơ lây nhiễm HIV.
- Không thể biết một người nhiễm HIV hay không nếu chỉ nhìn bề ngoài.

HÃY

- Là người bạn tin cậy của con
- Hãy chủ động nói chuyện và trao đổi với con
- Luôn duy trì bầu không khí thân thiện trong gia đình.

KHÔNG

- Chờ cho đến khi con bạn hỏi, hay yêu cầu giúp đỡ (khi đó có thể con bạn đã có hành vi nguy cơ rồi).
- Áp đặt và kiểm soát con cái quá chặt!
- Mắng mỏ, trách móc, xúc phạm.

Giúp con từ chối sử dụng ma túy và rượu, bia

- Nói gương cho con bạn về lối sống lành mạnh. Không sử dụng ma túy, không lạm dụng rượu, bia.
- Giúp con bạn duy trì lối sống lành mạnh và kết bạn với những người cũng có nếp sống lành mạnh. Điều này giúp con bạn không dính dáng đến ma túy và rượu, bia.
- Giúp con bạn tham gia các hoạt động hữu ích và mang lại niềm vui như đọc sách, chơi thể thao và các hoạt động xã hội.
- Giúp con hiểu rõ tại sao nghiện ma túy và lạm dụng rượu, bia lại nguy hại.
- Nói với con về áp lực bè bạn. Giải thích cho con không có gì sai khi từ chối bè bạn tham gia các cuộc vui có bia, rượu và từ chối sử dụng ma túy. Hướng dẫn con bạn cách từ chối các chất gây nghiện.
- Tìm hiểu, quan tâm và hỗ trợ con bạn vượt qua những thời điểm khó khăn của mình.

- Để ý xem con bạn sử dụng thời gian như thế nào, có học hành không, có đi chơi với bạn bè không, tiêu xài tiền bạc ra sao... Luôn để ý những thay đổi về sức khỏe và hành vi của con. Điều này sẽ giúp bạn kịp thời nhận ra khi nào con bạn cần sự giúp đỡ và chỉ dẫn của bạn.



Cách từ chối lạm dụng rượu bia:

- Nếu có thể hãy từ chối tham gia ngay từ đầu.
- Nói “KHÔNG” một cách cương quyết. Không thảo luận. Không bàn bạc. Không giải thích. Đó là quyết định của mình và quyền của mình. Không để mọi người bảo mình phải làm gì.
- Tránh đi với bạn bè đến những nơi mọi người thường uống bia, rượu như quán bar, karaoke, tiệm mát xa...
- Không để bạn bè ép uống bia, rượu. Đơn giản chỉ cần nói “Tôi không biết uống”, “Tôi không uống”, “Tôi có việc phải đi ngay”, “Tôi phải làm việc”, ..., hoặc đơn giản là bỏ đi. Đừng nghĩ rằng không uống là không tôn trọng bạn bè. Từ chối uống không phải là ngu ngốc. Hãy tin vào quyết định của mình.

Cách từ chối sử dụng ma túy

- Hãy nhớ rằng tàng trữ và sử dụng ma túy là phạm pháp.
- Có nhiều loại ma túy gây nghiện. Người dùng có thể bị nghiện ngay sau lần sử dụng đầu tiên. Một khi nghiện, con bạn sẽ bị ma túy sai khiến.
- Hướng dẫn con bạn thực hành cách nói và tỏ thái độ khi bạn bè rủ rê thử dùng ma túy như sau:



- Nói “KHÔNG” một cách cương quyết. Không thảo luận. Không bàn bạc. Không giải thích. Đó là quyết định của mình và quyền của mình. Không để mọi người bảo mình làm theo họ.
- Bỏ đi – không ở lại nơi mọi người đang sử dụng ma túy.
- Rủ bạn đi xem phim, chơi thể thao, hay tham dự một hoạt động nào đó khác thay vì dùng ma túy.

Làm gì nếu phát hiện con bạn đã nghiện ma túy?

- Cha mẹ cần bình tĩnh thảo luận cách tốt nhất để giúp con. Thiếu kiên nhẫn có thể dẫn đến khủng hoảng gia đình và làm con bạn trở nên tuyệt vọng.

- Hãy cố gắng hiểu con. Hãy thể hiện tình yêu và sự quan tâm tới con hơn bao giờ hết.
- Tạo điều kiện để con giữ mối liên hệ với gia đình và cộng đồng.
- Giải thích cho con cách phòng tránh lây nhiễm HIV.
- Động viên con tham gia các hoạt động hữu ích, lành mạnh và mang lại niềm vui.
- Nếu con bạn đã lạm dụng ma túy trong một thời gian dài, hãy tìm kiếm sự hỗ trợ và tư vấn từ Chi cục Phòng chống Tệ nạn Xã hội, các tổ chức quần chúng địa phương như Hội Phụ nữ, hay các giáo dục viên đồng đẳng. Thảo luận thẳng thắn với con bạn về kế hoạch cai nghiện.
- Nên nhớ rằng tức giận, chửi mắng, hay đánh đập hoàn toàn không giúp gì được cho con bạn cũng như gia đình bạn!

Làm gì nếu bạn nghi ngờ con bạn có những hành vi nguy cơ lây nhiễm HIV?

- Nói chuyện cởi mở để con tin tưởng và nói rõ với bạn về các vấn đề của mình.
- Nếu con bạn đã có những hành vi nguy cơ, (như quan hệ tình dục không an toàn, có nhiều bạn tình, dùng chung bơm kim tiêm chích ma túy), hãy khuyến khích con bạn đến Phòng Tư vấn và Xét nghiệm Tự nguyện để được tư vấn và xét nghiệm HIV.



Phòng Tư vấn và Xét nghiệm Tự nguyện cung cấp những dịch vụ gì?

- Thảo luận và tư vấn cho khách hàng trước khi tiến hành xét nghiệm.
- Xét nghiệm HIV.
- Tư vấn về sức khỏe, giúp khách hàng có những lựa chọn đúng đắn với kết quả xét nghiệm là âm tính (không có HIV), hay dương tính (có HIV).
- Hướng dẫn khách hàng cách bảo vệ sức khỏe.

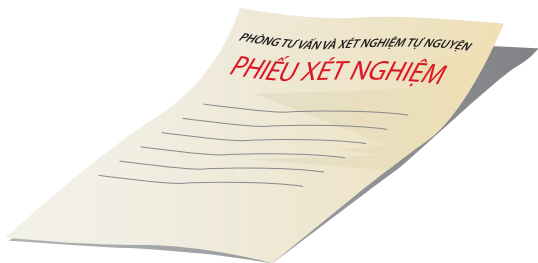


Tại sao con bạn nên đến Phòng Tư vấn và Xét nghiệm tự nguyện?

Phòng Tư vấn và Xét nghiệm Tự nguyện sẽ:

- Xác định xem con bạn có bị nhiễm HIV hay không (HIV dương tính). Điều này sẽ giúp bạn và các cán bộ y tế lập kế hoạch điều trị và can thiệp sớm cho con bạn, làm chậm lại quá trình tiến triển của HIV.
- Nếu kết quả xét nghiệm âm tính (không có HIV), bạn và con bạn sẽ bớt lo lắng. Tuy nhiên, nếu tiếp tục có những hành vi nguy cơ, con bạn cần được thường xuyên xét nghiệm HIV, cho dù kết quả xét nghiệm trước đó là âm tính.
- Nếu kết quả xét nghiệm là dương tính, hãy tìm hiểu liệu con bạn có làm lây truyền sang ai và cần làm gì để phòng ngừa lây truyền cho những người khác.

- Việc xét nghiệm HIV sẽ làm con bạn có trách nhiệm hơn trong việc duy trì những hành vi sức khỏe tốt.
- Nếu con bạn có thai, việc điều trị sớm sẽ góp phần hạn chế HIV truyền từ mẹ sang con.



Con bạn không nên e ngại khi sử dụng dịch vụ tư vấn và xét nghiệm tự nguyện vì:

- Dịch vụ tư vấn và xét nghiệm tự nguyện là miễn phí, hoặc chỉ phải trả một khoản phí rất nhỏ.
- Xét nghiệm HIV được giấu tên. Con bạn sẽ không phải cung cấp thông tin cá nhân.
- Kết quả xét nghiệm được giữ bí mật.
- Xét nghiệm và tư vấn là tự nguyện.
- Nếu kết quả xét nghiệm dương tính, con bạn sẽ được tư vấn về chăm sóc, hỗ trợ và điều trị.



Phòng Tư vấn và Xét nghiệm Tự nguyện ở đâu?

- **Nếu bạn ở các tỉnh và thành phố ngoài Hà Nội:** Hãy liên hệ với Trung tâm Phòng chống HIV/AIDS của tỉnh, trung tâm y tế quận/huyện, hay các giáo dục viên đồng đẳng tại cộng đồng để được hướng dẫn tiếp cận các dịch vụ tư vấn và xét nghiệm tự nguyện tại địa phương.

Hoặc:

Để được tiếp cận dịch vụ tư vấn HIV toàn quốc, hãy gọi:

- **1800-1521** (tư vấn miễn phí)
- **04-1088** (chỉ gọi bằng điện thoại di động)
- **1900-5858-04** (gọi bằng điện thoại di động hay điện thoại cố định).
- **Nếu bạn ở Hà Nội:** Hãy gọi **1800-1521** (miễn phí), **1088**, hay **1900-5858-04**.

Hoặc truy cập vào trang web sau để biết thêm chi tiết
www.hoanhiptim.vn

BỘ Y TẾ
TỔNG CỤC DÂN SỐ - KHHGD

