ពង្រឹងការលេបថ្នាំត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ ជាប់លាប់ និងបន្តស្ថិតនៅក្នុងសេវាថែទាំ និងព្យាបាល

សៀវភៅ បិទ-បើក

សម្រាប់អ្នកផ្តល់សេវាសុខភាព និង អ្នកផ្តល់ប្រឹក្សា
ដែលធ្វើការជាមួយអ្នករស់នៅជាមួយមេរោគអេដស៍

This tool was adapted from the Life Steps for ART Adherence and the High Viral Load Monitoring Tool developed by ICAP at Columbia University. It was developed with funding from the U.S. President's Emergency Plan for AIDS Relief (PEFPAR) through the United States Agency for International Development (USAID) and the Centers for Disease Control and Prevention (CDC) under the terms of cooperative agreement NCHADS/CDC-RFA-GH18181904CONT21.

The tool is intended for use by counsellors and providers in order to inform and support people living with HIV to plan for, remain on lifelong treatment, and monitor their treatment failure due to the high viral load.

ជំពូក និងប្រធានបទ	ទំព័រ
ជំពូកទី១៖ របៀបប្រើប្រាស់ឧបករណ៍ និង ជំនាញផ្ដល់ប្រឹក្សាលើកទឹកចិត្ត	១
១. របៀបប្រើប្រាស់ឧបករណ៍	២ - ៤
២.ការផ្ដល់ប្រឹក្សាលើកទឹកចិត្ត	៥ - ៩
ជំពូកទី២៖ ចំណេះដឹងមូលដ្ឋាននៃការព្យាបាល	១០
១. ការណែនាំអំពីការព្យាបាល	១១ - ១២
២. តើអ្វីទៅជាបន្ទុកមេរោគអេដស៍ (Viral Load)	១៣ - ១៤
៣. ចំនួនមេរោគមិនអាចរាប់បាន = មិនអាចចម្លងបាន (ម=ម)	១៥ - ១៦
៤. យល់ដឹងអំពីឱសថប្រឆាំងមេរោគអេដស៍របស់អ្នក និងកូនរបស់អ្នក	១៧ - ១៨
៥. វិធីបញ្ចុកថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ទៅទារក	១៩ - ២០
៦. វិធីជួយកុមារឱ្យលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍	២១ -២២
ជំពូកទី៣៖ ការលេបថ្នាំឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់	២៤
១. ការចាប់ផ្ដើមការព្យាបាល	២៥ -២៦
២. ហេតុអ្វីចាប់ផ្ដើម និងបន្តការព្យាបាលរហូត	២៧ - ២៨
៣. ការរៀបចំផែនការសម្រាប់បន្តការព្យាបាល	២៩ - ៣០
៤. ការធ្វើដំណើរទៅកាន់គ្លីនិក	៣១ - ៣២
៥. ការរក្សាកាលបរិច្ឆេទណាត់ជួប និងមកបើកថ្នាំបន្ត	៣៣ - ៣៤
៦. ការបង្កើតកាលវិភាគប្រើថ្នាំប្រចាំថ្ងៃ	៣៥ - ៣៦
៧. ការរក្សាទុកថ្នាំ	៣៧ - ៣៨
៨. ការធ្វើដំណើរចេញឆ្ងាយពីផ្ទះ	៣៩ - ៤០

ជំពូក និងប្រធានបទ	ទំព័រ
ជំពូកទី៤៖ ការរក្សាបន្តក្នុងសេវាថែទាំ និងព្យាបាល	៤២
១. ការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយក្រុមអ្នកផ្តល់ប្រឹក្សា	៤៣ - ៤៤
២. ការរំលឹកឡើងវិញ និងសង្ខេបផែនការលេបថ្នាំបានត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់	៤៥ - ៤៦
៣. ការប្រឹក្សាអំពីការតាមដាន ការព្យាបាលមិនជាប់លាប់	៤៧ - ៤៨
៤. ការវិលត្រឡប់មករកសេវាវិញ បន្ទាប់ពីបោះបង់ការព្យាបាល	៤៩ - ៥០
៥. ដំបូន្មានសម្រាប់ធ្វើឱ្យការលេបថ្នាំកាន់តែប្រសើរ	៥១ - ៥២
៦. ភាពស៊ាំរបស់មេរោគអេដស៍ ជាមួយនឹងថ្នាំ	៥៣ - ៥៤
៧. ថ្នាំព្យាបាលមេរោគអេដស៍គ្មានប្រសិទ្ធភាព	៥៥ - ៥៦
៨. គន្លឹះសម្រាប់ពង្រឹងការលេបថ្នាំចំពោះយុវវ័យ	៥៧ - ៥៨
៩. ការទទួលខុសត្រូវពីការលេបថ្នាំដោយខ្លួនឯង	៥៩ - ៦០
១០. គន្លឹះសម្រាប់ពង្រឹងការលេបថ្នាំសម្រាប់ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ/ស្ត្រីបំបៅដោះកូន និងកុមារ	៦១ - ៦២
១១. កុមារមិនចង់លេបថ្នាំ	៦៣ - ៦៤

ជំពូក និងប្រធានបទ	ទំព័រ
ជំពូកទី៥៖ បញ្ហាប្រឈម និងដំណោះស្រាយចំពោះការប្រើឱសថប្រឆាំងមេរោគអេដស៍	៦៦
១. ការវាយតម្លៃកត្តាប្រឈមនៃការខកខាន ឬការបោះបង់សេវាព្យាបាល	៦៧ - ៦៨
២. បញ្ហាប្រឈមសម្រាប់ការលេបថ្នាំ	៦៩ - ៧០
៣.បញ្ហាប្រឈមការលេបថ្នាំរបស់ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ/ស្ត្រីបំបៅដោះកូន, កុមារ និងយុវវ័យ	៧១ - ៧២
៤. ការគ្រប់គ្រងផលរំខាននៃថ្នាំ	៧៣ - ៧៤
៥. ការប្រើសារធាតុញៀន និងគ្រឿងស្រវឹង	៧៥ - ៧៦
៦. ការគ្រប់គ្រងបញ្ហាខកខានការលេបថ្នាំ	៧៧ - ៧៨
៧. តើនរណាដែលយុវវ័យត្រូវប្រាប់	៧៩ - ៨០
៨. ការស្វែងរកការគាំទ្រពីសង្គម	៨១ - ៨២
ជំពូកទី៦៖ ការពង្រឹងការផ្តល់ប្រឹក្សាលម្អិត និងការតាមដានបន្ទុកមេរោគអេដស៍	៨៤
១. បន្ទុកមេរោគអេដស៍របស់អ្នកមានកម្រិតទាប	៨៥ - ៨៦
២. បន្ទុកនៃមេរោគអេដស៍របស់អ្នកមានកម្រិតខ្ពស់	៨៧ - ៨៨
៣. របៀបលេបថ្នាំរបស់អ្នក	៨៩ - ៩០
៤.ការតាមដានពីបន្ទុកមេរោគអេដស៍របស់អ្នក	៩១ - ៩២
សេចក្តីថ្លែងអំណរគុណ	៩៣

ជំពូកទី

១

រៀបប្រើប្រាស់ឧបករណ៍ និង ជំនាញផ្តល់ប្រឹក្សាលើកទឹកចិត្ត

របៀបប្រើប្រាស់ឧបករណ៍

គោលបំណង

ដើម្បីណែនាំអ្នកជំងឺឱ្យយល់ពីសារសំខាន់នៃការព្យាបាល រៀបចំផែនការ និងសម្រេចបានគោលដៅលេបថ្នាំបានត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់ ។ សៀវភៅនេះ អាចត្រូវបានប្រើប្រាស់នៅក្នុងវគ្គផ្តល់ប្រឹក្សាលើកដំបូង ឬលើកទីពីរឬនៅក្នុងវគ្គបន្តបន្ទាប់ទៀត នៅពេលមានបញ្ហាប្រឈមកើតឡើង ដូចជាបរាជ័យការលេបថ្នាំដោយសារបន្ទុកមេរោគអេដស៍មិនអាចបង្ក្រាបបាន។ សៀវភៅនេះប្រើប្រាស់រួមជាមួយសៀវភៅកំណត់ត្រា និងទម្រង់ផ្តល់ប្រឹក្សាលម្អិតអំពីឧបសគ្គនៃការលេបថ្នាំបានត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់ និងអន្តរាគមន៍នានា ដែលអាចជួយអ្នកផ្តល់ប្រឹក្សាកំណត់បានពីការប្រឈមនឹងការខកណាត់ ឬបោះបង់សេវា និងពិភាក្សារកអន្តរាគមន៍គាំទ្រ និងតាមដានពីការរីកចម្រើនរបស់អ្នកជំងឺ។

រចនាសម្ព័ន្ធ

សៀវភៅនេះត្រូវបានដាក់បញ្ចូលជាតារាង ដើម្បីងាយស្រួលសម្រាប់អ្នកប្រើប្រាស់ពីផ្នែកមួយទៅផ្នែកមួយទៀត។ ផ្នែកនីមួយៗ ផ្តោតលើប្រធានបទជាក់លាក់ ឬបញ្ហាប្រឈមដែលអ្នកជំងឺអាចជួបប្រទះក្នុងការរក្សាការលេបថ្នាំឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់។

របៀបប្រើប្រាស់ឧបករណ៍

សេចក្ដីណែនាំ

គួរដាក់នៅលើតុសៀវភៅបិទបើក ដើម្បីឱ្យអ្នកជំងឺអាចមើលឃើញរូបភាព ខណៈពេលដែលអ្នកផ្ដល់ប្រឹក្សា មើលផ្នែកដែលមានកំណត់សម្គាល់។ ចំណុចគោលសម្រាប់ណែនាំ(សរសេរជិតច្បាស់)

សារគន្លឹះ: ដើម្បីផ្ដល់ដល់ទៅអ្នកជំងឺ

ចំណុចពិភាក្សា ណែនាំការពិភាក្សា និងជំហានដែលបានស្នើឡើង

ការណែនាំសម្រាប់អ្នកផ្ដល់សេវា ដោយមានការណែនាំដាក់លាក់វិធីសាស្រ្តល្អក្នុងការផ្ដល់សារ ឬផ្ដល់ប្រឹក្សា

តោះរំលឹកឡើងវិញ មានសំណួរវាយតម្លៃការយល់ដឹងរបស់អ្នកជំងឺអំពីអ្វីដែលទើបតែពិភាក្សាហើយ និងផ្ដល់ឱកាសសម្រាប់ប្រើប្រាស់ជំនាញប្រឹក្សាលើកទឹកចិត្តក្នុងការដោះស្រាយការភ័ន្តច្រឡំណាមួយ

កំណត់ត្រា ដែលមានការណែនាំលើការប្រមូលទិន្នន័យសម្រាប់ការតាមដាន និងរាយការណ៍

កត់ត្រាបញ្ហាដែលបានរកឃើញ និងផែនការដែលអនុវត្តបន្ត ដើម្បីទទួលបានការលេបថ្នាំឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់ និងអន្តរាគមន៍ អាចត្រូវបានប្រើប្រាស់នៅក្នុងវគ្គផ្ដល់ប្រឹក្សាដំបូង និងតាមដានបន្ត។ កំណត់ត្រានេះគួរត្រូវបានបញ្ចូលទៅ ក្នុងសំណុំកំណត់ត្រារបស់អ្នកជំងឺ និងធ្វើបច្ចុប្បន្នភាពទៅតាមវគ្គនីមួយៗ។

ប្រធានបទ និងបង្ហាញរូបភាព សម្រាប់អ្នកផ្តល់សេវា

សារគន្លឹះ

ធានាឱ្យបានថាអ្នកជំងឺយល់សារសំខាន់ៗទាំងនេះ

ចំណុចពិភាក្សា

- កំណត់គ្រាសម្រាប់ការណែនាំកិច្ចពិភាក្សា
- ជំហានសម្រាប់ការតាមដានពេលក្រោយ

តោះរំលឹកឡើងវិញ

ចំណុចនានាដែលត្រូវណែនាំការរំលឹកជាមួយអ្នកជំងឺ

កំណត់គ្រា

ប្រាប់អ្នកផ្តល់សេវាពីទម្រង់សម្រាប់កត់ត្រាការពិភាក្សាជាមួយអ្នកជំងឺ

សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកផ្តល់សេវា

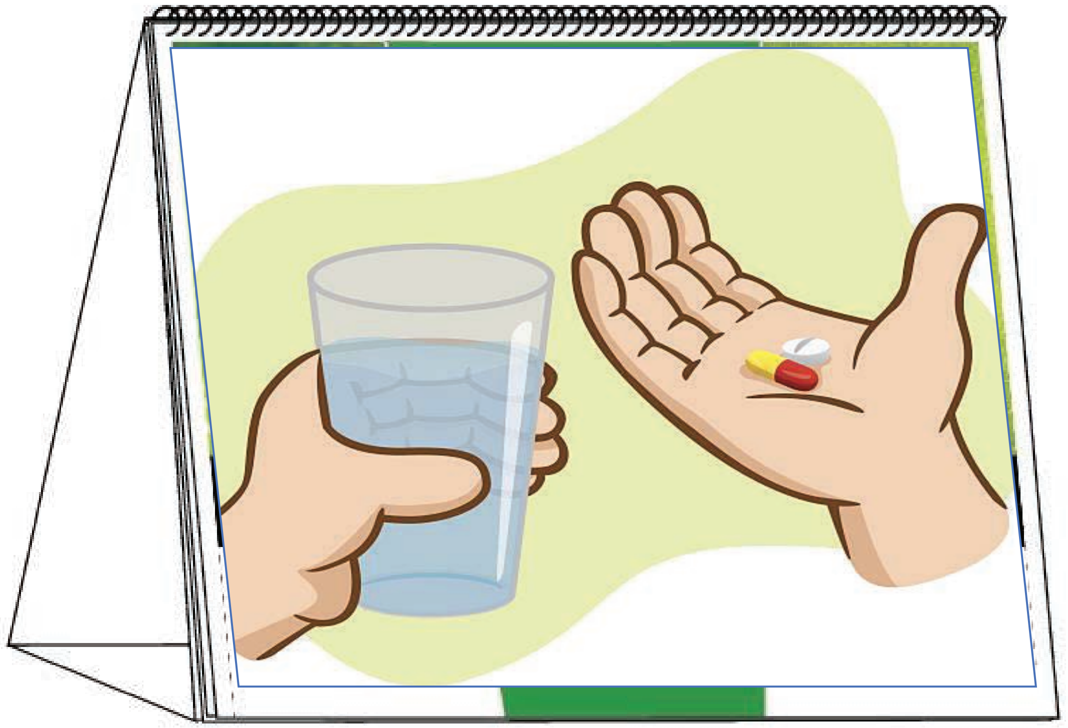
ផ្តល់ឱ្យអ្នកផ្តល់សេវានូវការណែនាំជាក់លាក់ពីវិធីទំនាក់ទំនង និងការសន្ទនាជាមួយអ្នកជំងឺ

ការរៀបចំសម្រាប់ការផ្តល់ប្រឹក្សាប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព

ជំហានមួយចំនួនអាចជួយអ្នកសម្រួលអារម្មណ៍អ្នកជំងឺក្នុងការចែករំលែក រៀបចំផែនការ និងដោះស្រាយបញ្ហាជាមួយអ្នក។

- ជ្រើសរើសទីកន្លែងស្ងាត់ និងមានភាពជាឯកជន។ អង្គុយទល់មុខគ្នា ហើយសម្លឹងមើលភ្នែកអ្នកជំងឺ
- និយាយឱ្យច្បាស់ៗ ដោយគោរព និងប្រើសំឡេងទន់ភ្លន់
- ប្រើពាក្យដែលអ្នកជំងឺអាចយល់បាន
- ត្រូវពន្យល់ពីរបៀបរក្សាការសម្ងាត់។ អ្នកនឹងមិនចែកព័ត៌មានអ្នកជំងឺម្នាក់ៗដល់អ្នកដទៃទេ លើកលែងតែករណីមានការព្រួយបារម្ភពីសុខភាព និងសុវត្ថិភាពអ្នកជំងឺទាំងអស់
- កុំសន្មត់ថា អ្នកជំងឺរបស់អ្នកខ្វះចំណេះដឹង។ មុននឹងបង្ហាញព័ត៌មាន ចូរពិនិត្យមើលអ្វីដែលគាត់ដឹងរួចទៅហើយជាមុនសិន
- នៅពេលបង្ហាញព័ត៌មានថ្មី ចូរឈប់ឱ្យបានញឹកញាប់ និងពិនិត្យមើលតើអ្នកជំងឺយល់ អំពីខ្លឹមសារ ឬទេ។

ចូររក្សាការផ្តោតលើសេចក្តីត្រូវការ និងលើកទឹកចិត្តអ្នកជំងឺ



ជំនាញផ្តល់ប្រឹក្សាលើកទឹកចិត្ត និងប្រាស្រ័យទាក់ទង (ក)

ការផ្តល់ប្រឹក្សាលើកទឹកចិត្ត ជំនាញក្នុងការផ្តល់ប្រឹក្សា និងការប្រាស្រ័យទាក់ទងមានសារៈសំខាន់ខ្លាំងណាស់សម្រាប់គាំទ្រអ្នកជំងឺ ដើម្បីចាប់ផ្តើមបន្តការព្យាបាល និងបង្ក្រាបបានបន្ទុកមេរោគ។ ប្រើបច្ចេកទេសលើកទឹកចិត្ត (OARS) ខាងក្រោមនេះដែលសមស្រប និងមានប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់ក្នុងការបង្កើនការលេបថ្នាំ៖

- **ប្រើសំណួរបើក** (Open Ended-Question)(**ចៀសវាងសំណួរដែលនាំឱ្យអ្នកជំងឺឆ្លើយបាស\បាទ ឬ ទេ**)
  - តើមានបញ្ហាអ្វីខ្លះដែលធ្វើឱ្យអ្នកពិបាកក្នុងការលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍រាល់ថ្ងៃ?
  - តើអ្នកបានសាកល្បងដោះស្រាយបានអ្វីខ្លះ ដើម្បីលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍រាល់ថ្ងៃ?
  - តើមានការលំបាកអ្វីខ្លះក្នុងការលេបថ្នាំ ឬត្រូវបញ្ចុកថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ សម្រាប់បង្ការដល់កូនរបស់អ្នក?
  - តើអ្នកគិតថានឹងមានអ្វីអាចកើតឡើងខ្លះ ប្រសិនបើអ្នកនៅបន្តលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ដូចដែលអ្នកបានធ្វើសព្វថ្ងៃនេះ?

- **បញ្ជាក់ចំណុចវិជ្ជមាន (Affirming)**
  - ជាការប្រសើរណាស់ ដែលអ្នកបាននិយាយប្រាប់ការពិតអំពីវិធីលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍
  - អ្នកពិតជាមនុស្សម្នាក់ ដែលបានដោះស្រាយបញ្ហាប្រឈមរបស់អ្នកបានជាច្រើន
  - អ្នកពិតជាបានឆ្លងកាត់ ការលំបាកជាច្រើនក្នុងការលេបថ្នាំ ទោះជាអ្នកកំពុងឆ្លងកាត់វាក៏ដោយ

ជំនាញផ្តល់ប្រឹក្សាលើកទឹកចិត្ត និងប្រាស្រ័យទាក់ទង (២)

- **ស្តាប់ដោយឆ្លុះបញ្ចាំង (Reflective Listening)**
  - អ្នកកំពុងតែឆ្ងល់ថាថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍នឹងបង្កហានិភ័យដល់អ្នកឬអត់
  - អញ្ចឹងអ្នកមានអារម្មណ៍ថាម៉ូម៉ៅ នៅពេលណារំលឹកពីការលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ ហើយវាធ្វើឱ្យមានភាពតានតឹងក្នុងចិត្ត
  - អ្វីដែលខ្ញុំបានឮពីអ្នកគឺអ្នកមានអារម្មណ៍ថា រឿងរ៉ាវទាំងឡាយបានដោះស្រាយរួច សុខភាពរបស់អ្នកគឺជារឿងតែមួយគត់ដែលអ្នកបារម្ភអំពីវាឥឡូវនេះ
- **សង្ខេបនៃការសន្ទនា (Summarising)**
  - អញ្ចឹងចាំខ្ញុំសរុបឡើងវិញ ប្រសិនបើខ្ញុំចាំបាន អ្នកកំពុងជួបការលំបាកក្នុងការលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ ដោយហេតុថាអ្នកចង់ឱ្យមានសុខភាពល្អ ឬអ្នកមិនចង់ឱ្យកូនរបស់អ្នកឆ្លងមេរោគអេដស៍ពីអ្នក ប៉ុន្តែអ្នកមានបញ្ហាផ្សេងៗទៀតដែលធ្វើឱ្យអ្នកពិបាកនឹងផ្តោតតែទៅលើសុខភាពរបស់អ្នក។
  - ខ្ញុំនឹងនិយាយពីអ្វីដែលខ្ញុំបានស្តាប់ឮពីអ្នក អញ្ចឹងជួយប្រាប់ខ្ញុំវិញប្រសិនបើវាត្រឹមត្រូវ។ អ្នកមានអារម្មណ៍ធម្មតា ប្រសិនបើអ្នកភ្លេចលេបមួយដង និងអ្នកមានអារម្មណ៍មិនច្បាស់លាស់ អំពីថាតើថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ ដែលអាចធ្វើឱ្យអ្នកបន្តការរស់នៅមានសុខភាពល្អ។

ជំនាញផ្ដល់ប្រឹក្សាលើកទឹកចិត្ត និងប្រាស្រ័យទាក់ទង (គ)

វិធីសាស្ត្រខាងក្រោម ជួយអ្នកផ្ដល់ប្រឹក្សាកាន់តែមានប្រសិទ្ធភាពនៅក្នុងកិច្ចសន្ទនាជាមួយអ្នកជំងឺ៖

▪ **<u>សួរ-ប្រាប់-សួរ</u> (Ask-Tell-Ask):** (សួរអ្វីដែលអ្នកជំងឺដឹង សុំការអនុញ្ញាតផ្ដល់ព័ត៌មានថ្មី និងសួរបញ្ជាក់ពីការយល់ឃើញរបស់គាត់ចំពោះព័ត៌មានថ្មីនោះ)

- ខ្ញុំឮសំណួរនេះច្រើនណាស់។ ដំបូងខ្ញុំសូមសួរអ្នក ថាតើអ្នកយល់ដូចម្ដេចដែរអំពីរឿងនោះ?
- តើអ្នកកំពុងព្រួយបារម្ភអ្វីខ្លះអំពីប្រតិកម្មដែលដៃគូរបស់អ្នកអាចនឹងមានមកលើអ្នក?
- មនុស្សជាច្រើន មានអារម្មណ៍ដូចគ្នានេះដែរ នៅពេលពួកគេជួបប្រទះបញ្ហានេះជាលើកដំបូង។
- យើងបានរកឃើញថា មានវិធីជាច្រើនដើម្បីនិយាយជាមួយដៃគូរបស់អ្នកអំពីបញ្ហានេះ។
- តើអ្នកចង់ដឹងបន្ថែមទៀតអំពីរឿងនេះទេ?

▪ **<u>ភាសាដែលមានទំនោរ ទៅរកការផ្លាស់ប្ដូរឥរិយាបថ</u> (Change Talk):** (*សួរបញ្ជាក់ពីចំណង់ សមត្ថភាព ហេតុផល តម្រូវការ ផែនការ ឬការប្ដេជ្ញាចិត្ត* នៅពេលដែលអ្នកជំងឺ បង្ហាញពីការតាំងចិត្តនឹងធ្វើសកម្មភាព និងប្ដេជ្ញាចិត្តដើម្បីផ្លាស់ប្ដូរ)

- ខ្ញុំត្រូវតែព្យាយាមលេបថ្នាំទាំងនេះ ដើម្បីសុខភាពខ្លួនឯង និងគ្រួសាររបស់ខ្ញុំ

▪ **<u>ការពង្រឹងបន្ថែមអំពីការផ្លាស់ប្ដូរឥរិយាបថ</u>:** (ដោយប្រើការឆ្លុះបញ្ចាំង បញ្ជាក់ចំណុចវិជ្ជមាន លើកជាឧទាហរណ៍ និងធ្វើការសង្ខេប ដោយ *ប្រើបន្ទាត់វាស់វែងលើភាពជឿជាក់/សារៈសំខាន់ សួរសំណួរអំពីចំណង់ សមត្ថភាព តម្រូវការ ឬមូលហេតុនៃការផ្លាស់ប្ដូរ*)

- អ្នកថានឹងបន្តលេបថ្នាំឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់ ប្រសិនបើអ្នករើសពីលេខ១ ដល់លេខ១០ (លេខ ១ មានន័យថាការតាំងចិត្តទាបបំផុត ហើយលេខ១០ មានការតាំងចិត្តខ្ពស់) តើអ្នកនឹងរើសយកលេខប៉ុន្មាន?

ចៀសវាង "អន្ទាក់" នៃអ្នកជំនាញ

ចៀសវាង

- ធ្វើការសន្មត់ថា អ្នកបានស្គាល់អ្នកជំងឺច្បាស់ជាងពួកគេស្គាល់ខ្លួនឯង
- ការប្រាប់អ្នកជំងឺ ពីមូលហេតុដែលពួកគេគួរផ្លាស់ប្តូរ ឬការជំរុញអ្នកជំងឺឱ្យយល់ព្រមផ្លាស់ប្តូរ នៅពេលពួកគេមិនទាន់ត្រៀមខ្លួនរួចរាល់
- ការបង្កជម្លោះជាមួយអ្នកជំងឺ
- ការបញ្ជាអ្នកជំងឺឱ្យធ្វើអ្វីមួយ
- ការស្តីបន្ទោស ការធ្វើឱ្យអាម៉ាស់មុខ ឬវិនិច្ឆ័យអ្នកជំងឺ

សាកល្បងចំណុចខាងក្រោមនេះ

- ប្រើសំណួរបើក ដើម្បីស្វែងយល់ពីចំណេះដឹង បទពិសោធន៍ និងបញ្ហាប្រឈមរបស់អ្នកជំងឺ
- រៀនសូត្រអំពីហេតុផលផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នកជំងឺ សម្រាប់ការផ្លាស់ប្តូរ
- ស្វែងរកមូលហេតុនៃការជំទាស់របស់អ្នកជំងឺ និងប្តូរចំណុចផ្តោតទៅលើអ្វីផ្សេង បើចាំបាច់
- ប្រើការឆ្លុះបញ្ចាំងសាមញ្ញ និងសងខាង នៅពេលអ្នកជំងឺមិនច្បាស់ អំពីការសម្រេចចិត្តណាមួយ
- ឱ្យអ្នកជំងឺចូលរួមក្នុងការដោះស្រាយបញ្ហារបស់គាត់
- បញ្ជាក់ថា អ្នកជំងឺមានការសម្រេចចិត្តដោយខ្លួនឯងដោយសេរី

ជំពូកទី

២

ចំណេះដឹងមូលដ្ឋាននៃការព្យាបាល

ការណែនាំអំពីការព្យាបាល

- ✓ ការព្យាបាលគឺជាដំណើរការមួយ ហើយខ្ញុំនៅទីនេះដើម្បីជួយផ្តល់ការគាំទ្រដល់អ្នក
- ✓ ដំបូងអ្នកអាចមានអារម្មណ៍ថា មានព័ត៌មានច្រើនណាស់ តែអ្នកអាចសាកសួរបានគ្រប់ពេលវេលា
- ✓ បើខ្ញុំមិនអាចឆ្លើយបានទេ ខ្ញុំនឹងព្យាយាមរកចម្លើយសម្រាប់អ្នកនៅពេលបន្ទាប់។

ការណែនាំអំពីការព្យាបាល

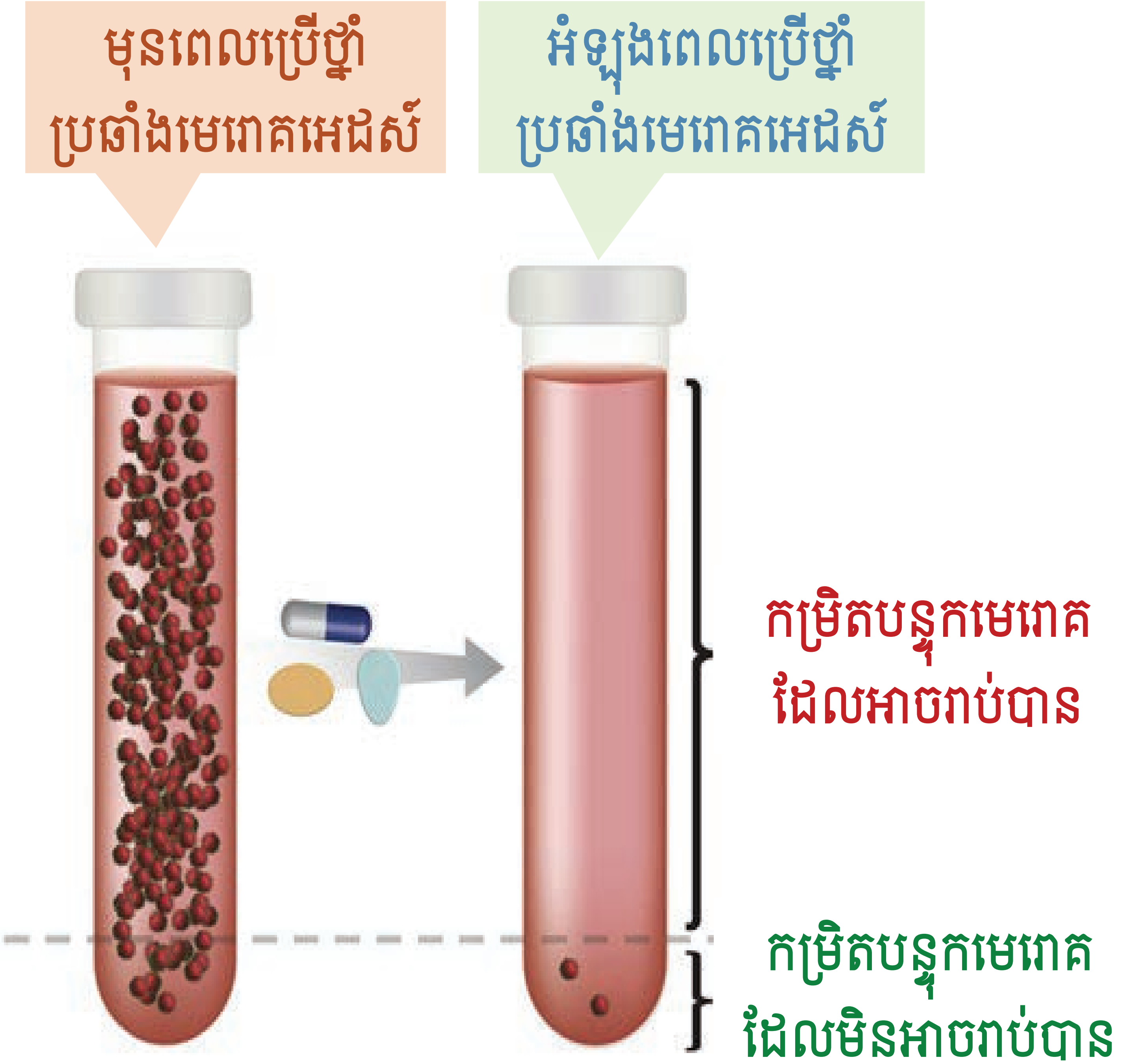
សារគន្លឹះ

- ការព្យាបាល គឺជាដំណើរការមួយ ហើយខ្ញុំនៅទីនេះដើម្បីផ្តល់ការគាំទ្រដល់អ្នក
- ដំបូង អ្នកអាចមានអារម្មណ៍ថា មានព័ត៌មានច្រើនណាស់ តែអ្នកអាចសាកសួរបានគ្រប់ពេលវេលា
- បើខ្ញុំមិនអាចឆ្លើយបានទេ ខ្ញុំនឹងព្យាយាមរកចម្លើយសម្រាប់អ្នកនៅវគ្គបន្ទាប់

ចំណុចពិភាក្សា

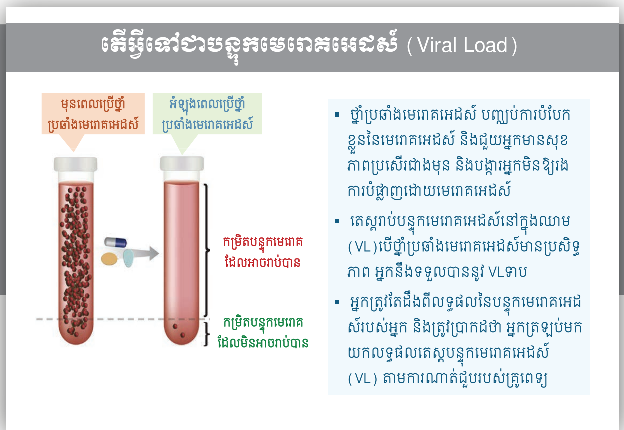
- សូមអរគុណអ្នកដែលបានអញ្ជើញមក។ នេះបង្ហាញថា អ្នកយកចិត្តទុកដាក់ចំពោះការថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក។
- ខ្ញុំឈ្មោះ________ ហើយខ្ញុំគឺជា ____[តំណែង]___ ធ្វើការនៅ ______[ឈ្មោះកន្លែងធ្វើការ]_________។
- ថ្ងៃនេះ ខ្ញុំសូមណែនាំអ្នកអំពីការព្យាបាលមេរោគអេដស៍របស់អ្នក។
- តួនាទីរបស់ខ្ញុំ គឺជួយអ្នកឱ្យលេបថ្នាំតាមការណែនាំ និងដើម្បីជួយអ្នក រស់នៅដោយ គ្មានជំងឺ និងដោយគ្មានការព្រួយបារម្ភ អំពីការចម្លងមេរោគអេដស៍ទៅអ្នកដទៃ។
- យើងនឹងជួបពីរ ឬបីដងទៀតក្នុងរយៈពេលប៉ុន្មានសប្តាហ៍បន្ទាប់ ដើម្បីធានាថាការព្យាបាលមានប្រសិទ្ធភាព និងដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហានានា។
- អ្នកអាចទាក់ទងខ្ញុំបានគ្រប់ពេលវេលា នៅពេលអ្នកមានសំណួរ ឬត្រូវការជំនួយផ្សេង។
- តើអ្នកយល់យ៉ាងណាដែរ?
- ដើម្បីចាប់ផ្តើម តើអ្នកមានគោលបំណងអ្វីខ្លះពីការពិភាក្សារបស់យើងក្នុងថ្ងៃនេះ?

តើអ្វីទៅជាបន្ទុកមេរោគអេដស៍ (Viral Load)



- ថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ បញ្ឈប់ការបំបែកខ្លួននៃមេរោគអេដស៍ និងជួយអ្នកមានសុខភាពប្រសើរជាងមុន និងបង្ការអ្នកមិនឱ្យរងការបំផ្លាញដោយមេរោគអេដស៍
- តេស្តរាប់បន្ទុកមេរោគអេដស៍នៅក្នុងឈាម (VL)បើថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍មានប្រសិទ្ធភាព អ្នកនឹងទទួលបាននូវ VLទាប
- អ្នកត្រូវតែដឹងពីលទ្ធផលនៃបន្ទុកមេរោគអេដស៍របស់អ្នក និងត្រូវប្រាកដថា អ្នកត្រឡប់មកយកលទ្ធផលតេស្តបន្ទុកមេរោគអេដស៍ (VL) តាមការណាត់ជួបរបស់គ្រូពេទ្យ

តើអ្វីទៅជា បន្ទុកមេរោគអេដស៍ (Viral Load)



សារគន្លឹះ

- ថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ បញ្ឈប់ការបំបែកខ្លួននៃមេរោគអេដស៍ និងជួយអ្នកមានសុខភាពប្រសើរជាងមុន និងបង្ការអ្នកមិនឱ្យរងការបំផ្លាញដោយមេរោគអេដស៍
- តេស្ត VL វាស់បន្ទុកមេរោគអេដស៍នៅក្នុងឈាម ហើយបើថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍មានប្រសិទ្ធភាព អ្នកនឹងទទួលបាននូវ VLទាប
- អ្នកត្រូវដឹងពីលទ្ធផលនៃបន្ទុកមេរោគអេដស៍របស់អ្នក និងត្រូវប្រាកដថាអ្នកត្រឡប់មកយកលទ្ធផលតេស្ត VL

ដោះរំលឹកឡើងវិញ

- តើអាចប្រាប់ខ្ញុំបានទេ តើអ្វីទៅជាបន្ទុក VL ?
- តើអ្នកចង់បានបន្ទុកមេរោគអេដស៍ខ្ពស់ ឬទាប?
- តើកម្រិតបន្ទុក VL ទាបផ្តល់ប្រយោជន៍អ្វីខ្លះដល់អ្នក?
- តើពេលណា ដែលគេប្រាប់ថាអ្នកត្រូវមកទទួលយក លទ្ធផល VL?
- យើងនឹងទាក់ទងអ្នកវិញឆាប់ៗ ប្រសិនបើចាំបាច់

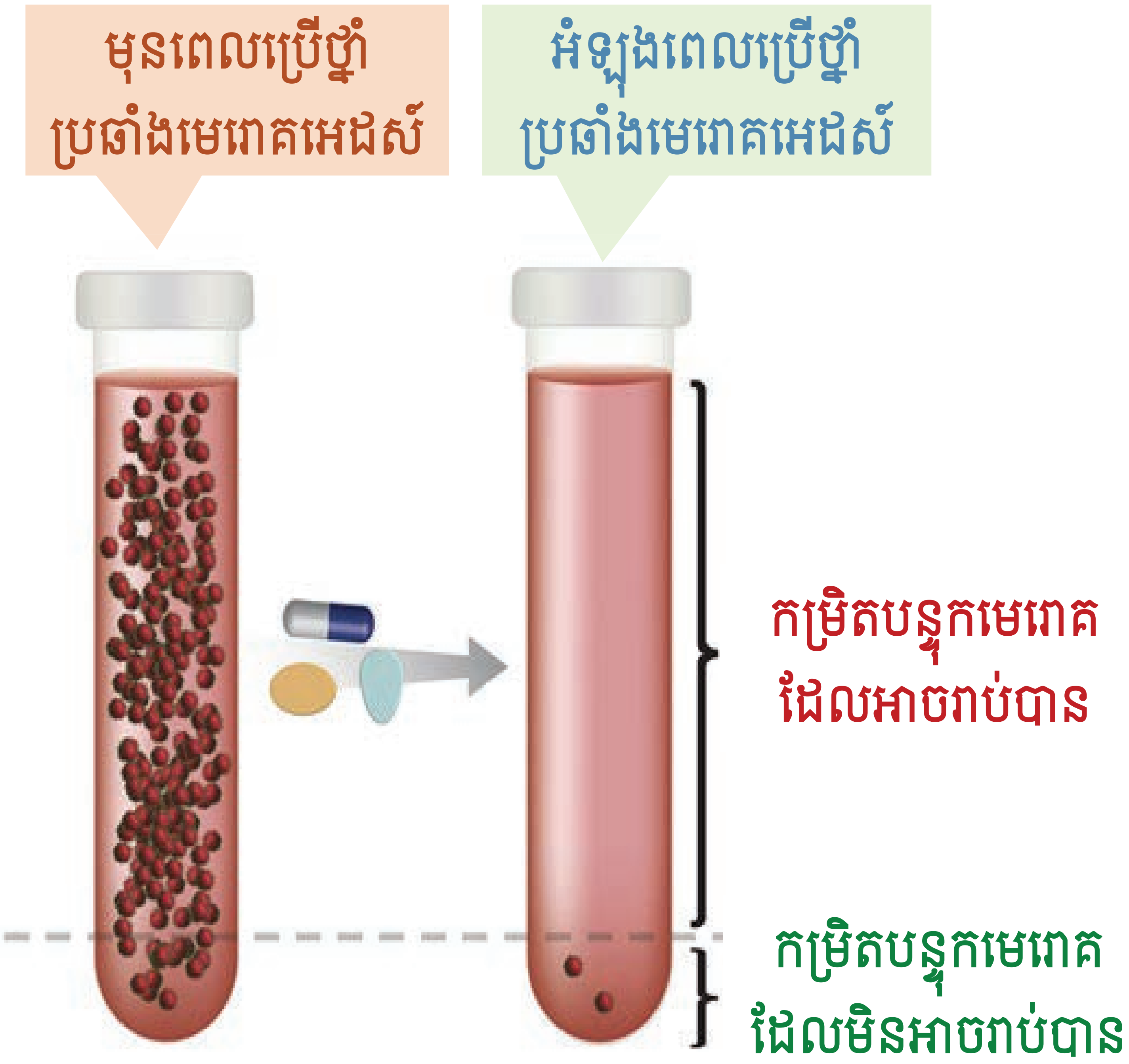
ចំណុចពិភាក្សា

- ប្រសិនបើអ្នកមិនទាន់បានលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ **មេរោគអេដស៍បំបែកខ្លួនជាច្រើន** ដែលអាចធ្វើឱ្យអ្នក**ឈឺ** ហើយអាច**ចម្លងទៅដៃគូ** និង **ពីម្តាយទៅកូន** នៅពេលកំពុងមានផ្ទៃពោះ ពេលសម្រាល ឬពេលបំបៅដោះកូន
- **ថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ បញ្ឈប់មេរោគអេដស៍**មិនឱ្យបំបែកខ្លួន និងកាត់បន្ថយបន្ទុក VL ឱ្យទាប
- ប្រសិនបើអ្នកមានVLខ្ពស់ អ្នកមើលទៅដូចមិនមានជំងឺ ប៉ុន្តែមេរោគអេដស៍កំពុងបំផ្លាញកោសិកា CD4 របស់អ្នក។ វាបង្កើនចំនួនមេរោគអេដស៍ច្រើនទៅៗនិងធ្វើឱ្យមានជំងឺផ្សេងៗ
- គោលដៅនៃការព្យាបាល គឺរក្សាបន្ទុកមេរោគអេដស៍(VL)ឱ្យទាប និងបង្កើនចំនួនកោសិកា CD4

ការរក្សាកម្រិតបន្ទុកមេរោគអេដស៍ (VL) ក្នុងខ្លួនអ្នកទាប មានប្រយោជន៍ច្រើនយ៉ាង

- រក្សាប្រព័ន្ធនៃការគិត/ការចងចាំបានល្អ បង្ការជំងឺធ្ងន់ៗ មិនមកគ្លីនិកញឹកញាប់
- រក្សាដៃគូអ្នកមានសុខភាពល្អ
- សូមត្រឡប់មកវិញនៅ _____ អាទិត្យ សម្រាប់ការមកទទួលសេវាលើកក្រោយ ហើយយើងនឹងផ្តល់លទ្ធផលតេស្ត VLដល់អ្នកផងដែរ
- ប្រសិនបើលទ្ធផលតេស្តបន្ទុកមេរោគអេដស៍(VL)ទាប អ្នកនឹងកាត់បន្ថយការមកជួបពេទ្យ

ចំនួនមេរោគមិនអាចរាប់បាន = មិនអាចចម្លងបាន (ម=ម)



- ✓ អ្នកត្រូវធ្វើតេស្តក្នុងរយៈពេល៦ខែ ដើម្បីរាប់មេរោគ ក្នុងខ្លួនរបស់អ្នក
- ✓ ប្រសិនបើការព្យាបាលមានប្រសិទ្ធភាព មន្ទីរពិសោធន៍មិនអាចរាប់ចំនួនមេរោគក្នុងឈាមរបស់អ្នកបានទេ ហៅថា មិនអាចរាប់មេរោគបាន។ មេរោគអេដស៍នៅតែមានក្នុងនោះ ប៉ុន្តែក្នុងកម្រិតតិចតួចបំផុត
- ✓ ប្រសិនបើបន្ទុកមេរោគអេដស៍ មិនអាចរាប់បាន នោះ អ្នកមិនអាចចម្លងមេរោគអេដស៍នេះ ដល់អ្នកដទៃទៀត តាមរយៈការរួមភេទបានទេ
- ✓ ជាការសំខាន់ដែលត្រូវដឹងលទ្ធផលនៃបន្ទុកមេរោគរបស់អ្នក

ចំនួនមេរោគមិនអាចរាប់បាន = មិនអាចចម្លងបាន (ម=ម)

សារគន្លឹះ

- អ្នកត្រូវធ្វើតេស្តក្នុងរយៈពេល ៦ ខែទៀត ដើម្បីដឹងពីចំនួនមេរោគក្នុងខ្លួនរបស់អ្នក
- ប្រសិនបើការព្យាបាលមានប្រសិទ្ធភាព មន្ទីរពិសោធន៍មិនអាចរាប់មេរោគនៅក្នុងឈាមរបស់អ្នកបានទេ នេះហៅថា មិនអាចរាប់បាន។ មេរោគនៅតែមានក្នុងនោះ ប៉ុន្តែមានកម្រិតតិចតួចបំផុត។
- ប្រសិនបើវាមិនអាចរាប់បាន ពេលនោះអ្នកលែងអាចម្លងមេរោគអេដស៍ ដល់អ្នកដទៃទៀតតាមការរួមភេទ។
- ជាការសំខាន់ដែលត្រូវដឹងពីលទ្ធផល នៃ ការរាប់មេរោគរបស់អ្នក។

តោះរំលឹកឡើងវិញ

- តាមគំនិតរបស់អ្នក តើចំនួនមេរោគគឺជាអ្វី?
- តើមានអត្ថប្រយោជន៍អ្វីខ្លះនៅពេលមានចំនួនមេរោគតិច ឬមិនអាចរាប់បាន?
- តើអ្នកនឹងវិលត្រឡប់មកវិញ ដើម្បីធ្វើតេស្តរាប់មេរោគនៅពេលណា?

ចំណុចពិភាក្សា

តេស្តរាប់មេរោគ គឺជាការរាប់**ចំនួនមេរោគ**នៅក្នុងខ្លួនរបស់អ្នក។

– ប្រសិនបើការព្យាបាលមានប្រសិទ្ធភាព មន្ទីរពិសោធន៍មិនអាចរាប់មេរោគអេដស៍នៅក្នុងឈាមរបស់អ្នក។ យើងហៅនេះថា **មិនអាចរាប់បាន** ។ មេរោគនៅតែមានទីនោះ ប៉ុន្តែក្នុងកម្រិតតិចតួចបំផុត។

– ប្រសិនបើអ្នកឈប់លេបថ្នាំរបស់អ្នក មេរោគអេដស៍នឹងបង្កើតចំនួនខ្លួនវាកាន់តែច្រើន។ អ្នកអាចមើលទៅដូចជាមិនឈឺទេ ប៉ុន្តែយូរៗទៅ អ្នកនឹងធ្លាក់ខ្លួនឈឺ និងបង្កើនហានិភ័យក្នុងការចម្លងមេរោគអេដស៍ទៅអ្នកដទៃ។

– បើថ្នាំរបស់អ្នកមានប្រសិទ្ធភាព ហើយអ្នកលេបវារាល់ថ្ងៃ ចំនួនមេរោគរបស់អ្នក នឹងមានតិចជាង ១.០០០ កូពី នៅ ៦ខែក្រោយ។ គោលដៅ គឺចំនួនមេរោគនៅតិចបំផុត

ការមានចំនួនមេរោគតិច តើអាចមានអត្ថប្រយោជន៍អ្វីខ្លះ?

- ការពារជំងឺ និងរស់នៅបានយូរ
- ទៅមន្ទីរពេទ្យមិនសូវញឹកញាប់
- ប្រសិនបើមិនអាចរាប់មេរោគបាន មិនអាចចម្លងមេរោគអេដស៍ទៅដៃគូរួមភេទបានទេ។ ប៉ុន្តែ មធ្យោបាយការពារនៅតែមានមានសារៈសំខាន់ក្នុងការពារជំងឺឆ្លងតាមការរួមភេទផ្សេងទៀត។

– សូមត្រឡប់មកវិញនៅ ____ដើម្បីបូមឈាមរាប់មេរោគ។ យើងនឹងទាក់ទងទៅអ្នកភ្លាម បើចាំបាច់

– សូមវិលត្រឡប់មកវិញក្នុងរយៈពេល ______ដើម្បីពិនិត្យចំនួនមេរោគរបស់អ្នក។

– **ការលេបថ្នាំយឺត គឺប្រសើរជាងខកខានមិនបានលេប!**

យល់ដឹងអំពីឱសថប្រឆាំងមេរោគអេដស៍របស់អ្នក និងកូនរបស់អ្នក

- ✓ ដើម្បីទទួលបានជោគជ័យក្នុងការលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍
- ✓ អ្នកត្រូវដឹងពីប្រសិទ្ធភាពរបស់វា
- ✓ វិធីលេបថ្នាំរាល់ថ្ងៃ និងវិធីចៀសវាងឬការគ្រប់គ្រងផលរំខាននៃថ្នាំ

យល់ដឹងអំពីថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍របស់អ្នក និងកូនរបស់អ្នក

សារគន្លឹះ

➢ ដើម្បីទទួលបានជោគជ័យក្នុងការ លេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ អ្នកត្រូវដឹងពីប្រសិទ្ធភាពរបស់វា វិធីលេបថ្នាំរាល់ថ្ងៃ និងវិធីចៀសវាង ឬការគ្រប់គ្រងផលរំខាននៃថ្នាំ

តោះរំលឹកឡើងវិញ

- អញ្ចឹងយើងមើលទៅការណែនាំម្តងទៀត ក្រែងលោអ្នកមានសំណួរដែលត្រូវសួរ
- តើអ្នកអាចប្រាប់ខ្ញុំបានទេ តើអ្នកយល់ដឹងថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ លេបអីខ្លះ លេបរបៀបម៉េច វិធីចៀសវាង ឬដោះស្រាយជាមួយផលរំខាននៃថ្នាំ
- ឱ្យអ្នកជំងឺនូវសេចក្តីណែនាំជាលាយលក្ខណ៍អក្សរ

កំណត់ត្រា

កត់ត្រាផែនការសកម្មភាពនៅក្នុងទម្រង់EAC

ចំណុចពិភាក្សា

✓ ស្ថានភាពមួយណាដែលស្ត្រីការលំបាកច្រើនជាមួយការលេបថ្នាំ?

✓ ឈ្មោះ និងភាពញឹកញាប់នៃថ្នាំ → ផ្តល់ការអប់រំ និងព័ត៌មានពិត

✓ តើថ្នាំ វាដំណើរការយ៉ាងម៉េច

✓ រំលឹកសារដែលបានប្រើនៅពេលជួបអ្នកជំងឺលើកមុនៗ ឬឆ្លើយនូវសំណួរផ្សេងៗ

ជំនឿសុខភាព

✓ ឱ្យអ្នកជំងឺលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ ទោះបីថាគាត់មានសុខភាពប្រសើរហើយក៏ដោយឬគាត់នៅកំពុងឈឺ លើកលែងតែមានការណែនាំពីវេជ្ជបណ្ឌិត

✓ ជជីកសួរបន្ថែមចំពោះជំនឿជាក់លាក់អំពីថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ និងសុខភាព

ឧទាហរណ៍: "តើអ្នកធ្លាប់ឮគេនិយាយពីចំណុចអវិជ្ជមានអ្វីខ្លះទាក់ទងនឹងការលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍?

✓ "តើអ្នកគិតថាមានថ្នាំអីផ្សេងដែលមានប្រសិទ្ធភាពជាងថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍?"

ការគ្រប់គ្រងផលរំខាននៃថ្នាំ

✓ លេបវានៅពេលអ្នកញាំអាហារ (រកកល់ចង់ក្អួត/ឈឺក្បាល)

✓ លេបវាពេលយប់ (ពេលងងុយគេង/អារម្មណ៍ស្ងប់)

ចំពោះកុមារ

✓ អ្នកត្រូវដឹងពីប្រសិទ្ធភាពនៃថ្នាំ និងពីរបៀបផ្តល់ថ្នាំរាល់ថ្ងៃដល់កូនរបស់អ្នក

✓ កូនរបស់អ្នកនឹងត្រូវការបញ្ចុកថ្នាំរាល់ថ្ងៃ យ៉ាងហោចណាស់ ៦ទៅ ១២សប្តាហ៍ ក្រោយកើត

✓ ថ្នាំនេះជួយបង្ការទារកមិនឱ្យឆ្លងមេរោគអេដស៍ពីម្តាយទៅកូន

វិធីបញ្ចុកថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍សម្រាប់ទារក

- កូនរបស់អ្នកនឹងត្រូវការបញ្ចុកថ្នាំរាល់ថ្ងៃយ៉ាងហោចណាស់ ក្នុងអំឡុងពេល៦ទៅ១២សប្តាហ៍នៃកំណើត
- ថ្នាំនេះជួយបង្ការទារក មិនឱ្យឆ្លងមេរោគអេដស៍ពីម្តាយទៅកូន

វិធីបញ្ចុកថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍សម្រាប់ទារក

សារគន្លឹះ

- ➢ កូនរបស់អ្នកនឹងត្រូវការបញ្ចុកថ្នាំរាល់ថ្ងៃ យ៉ាងហោចណាស់ ក្នុងអំឡុងពេល៦ទៅ ១២សប្តាហ៍នៃកំណើត
- ➢ ថ្នាំនេះជួយបង្ការទារក មិនឱ្យឆ្លងមេរោគ អេដស៍ពីម្តាយទៅកូន

តោះរំលឹកឡើងវិញ

- សួរសំណួរ ដើម្បីវាយតម្លៃការយល់ដឹងពីកិច្ចពិភាក្សា
- តើអ្នកនឹងបញ្ចុកថ្នាំអីដល់កូនរបស់អ្នក?
- ញឹកញាប់ប៉ុណ្ណា? រយៈពេលប៉ុន្មាន?
- បង្ហាញខ្ញុំ តើអ្នកត្រូវបញ្ចុកថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ ដល់កូនអ្នកយ៉ាងដូចម្តេច?
- តើមានវិធីអ្វីខ្លះដែលល្អសម្រាប់ឱ្យអ្នកចងចាំចំនួនដងត្រូវបញ្ចុកថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ដល់កូន?
- ផ្តល់នូវសារជាសំណេរបើអាចមាន

ចំណុចពិភាក្សា

- បញ្ចុកថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ ភ្លាមៗដល់កូនអ្នក បន្ទាប់ពីលេបថ្នាំរបស់ខ្លួនរួច (នេះជាវិធីមួយដែលអ្នកងាយស្រួលក្នុងការចងចាំ)
- មិនចាំដល់ទារកឃ្លាននោះទេ គឺយូរៗម្តងបំបៅវាដោយដឹងថាវាអស់អាហារក្នុងពោះ

បញ្ចុកថ្នាំដល់ទារក

- ដំបូង ក្រឡុកដបថ្នាំពី ១០-១៥ដង
- បន្ទាប់មកបូមថ្នាំដោយប្រើសឺរ៉ាំងដល់ចំណុច ដែលបានប្រាប់ដោយអ្នកផ្តល់ប្រឹក្សា
- អង្គុយឱ្យស៊ប់ដោយបីកូននៅក្នុងដៃ និងដាក់សឺរ៉ាំងនៅជិតដៃដែលងាយស្រួលយកវា។ ប្រសិនបើរៀបចំរួចរាល់ហើយ បីទារកនៅដៃខាងឆ្វេង ដាក់ស្ថានភាពទារកទេបន្តិច កៀបក្បាលទារកថ្នមៗឱ្យជាប់ដោយកែងដៃខាងឆ្វេង ប្រើម្រាមដៃ និងមេដៃខាងឆ្វេងរបស់អ្នកជួយរុញនិងចាប់មាត់ទារកមិនឱ្យបិទមាត់
- ប្រើដៃស្តាំរបស់អ្នកយកសឺរ៉ាំងដែលអ្នកបានបូមថ្នាំរួចហើយនោះ មកដាក់ថ្នមៗក្នុងមាត់ទារកសំដៅទៅខាងថ្ពាល់ ដើម្បីកុំឱ្យទារកឈ្លក់។ បន្ទាប់មកដកដៃឆ្វេងអ្នកចេញ ដើម្បីឱ្យទារកបិទមាត់ និងលេបថ្នាំ
- ត្រូវបំបៅទារកភ្លាមៗបន្ទាប់ពីបញ្ចុកថ្នាំ ដើម្បីរុញច្រានឱ្យថ្នាំធ្លាក់ចុះ
- គួរលើកទឹកចិត្តម្តាយ ឬអ្នកថែទាំ កុំឱ្យកាច់ ឬកិនថ្នាំ ប្រសិនបើកុមារអាចលេបថ្នាំគ្រាប់បាន

វិធីជួយកុមារឱ្យលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍

តោះយើងនាំគ្នាពិភាក្សា
ពីវិធីដែលធ្វើឱ្យកូនអ្នក
មានភាពងាយស្រួល
ក្នុងការលេបថ្នាំ

វិធីជួយកុមារឱ្យលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍

សារគន្លឹះ

➢ យើងនាំគ្នាពិភាក្សាពីវិធីដែលអាចជួយសម្រួលអ្នកក្នុងការផ្តល់ឱសថប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ដល់កូន

តោះរំលឹកឡើងវិញ

- សង្ខេបឡើងវិញនូវឧបសគ្គដែលបានរកឃើញ
- សង្ខេបការសន្ទនាឡើងវិញ
- ឧទាហរណ៍- អញ្ចឹងចាំខ្ញុំសរុបឡើងវិញប្រសិនបើខ្ញុំចាំបាន។ អ្នកកំពុងជួបការលំបាកបញ្ចុកថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍កូន ដោយហេតុថាអ្នកចង់ឱ្យកូនមានសុខភាពល្អ និងមិនចង់ឆ្លងមេរោគអេដស៍ពីអ្នក ប៉ុន្តែអ្នកមានបញ្ហាផ្សេងៗទៀត ដែលត្រូវដោះស្រាយ
- ខ្ញុំនឹងនិយាយពីអ្វីដែលខ្ញុំបានស្តាប់ឮពីអ្នក អញ្ចឹងជួយប្រាប់ខ្ញុំវិញប្រសិនបើវាត្រឹមត្រូវ។ អ្នកមានអារម្មណ៍ធម្មតាប្រសិនបើអ្នកភ្លេចលេបមួយដង និងអ្នកមានអារម្មណ៍មិនច្បាស់ ថាតើថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ អាចជួយកូនអ្នកបានដែរឬទេ។

កំណត់ត្រា

កំណត់ត្រានូវដំណោះស្រាយ និងផែនការសកម្មភាពនៅក្នុងទម្រង់ EAC

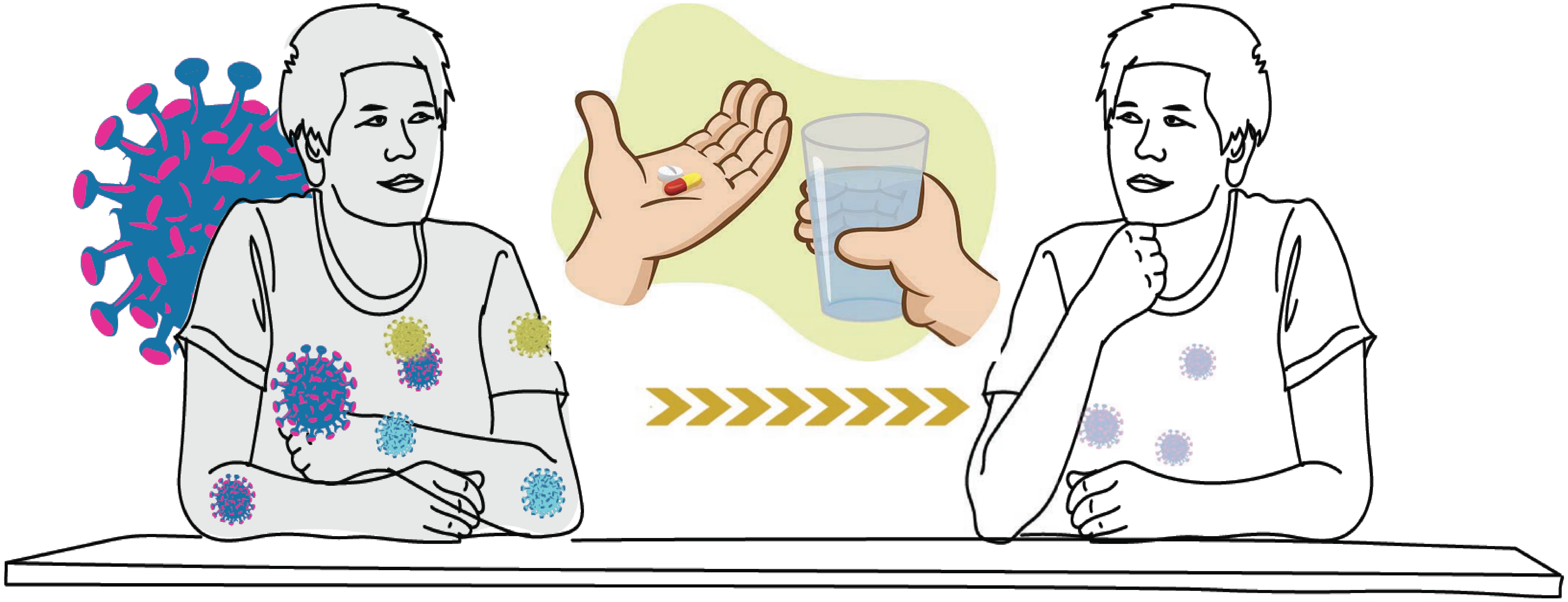
ចំណុចពិភាក្សា

- ផ្អែកលើបញ្ហាដែលយើងបានពិភាក្សា តោះយើងស្វែងរកវិធីដែលអាចធ្វើឱ្យអ្នកមានភាពងាយស្រួលក្នុងផ្តល់ថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ ឱ្យកូនរបស់អ្នក
- កុមារជាច្រើនមានបញ្ហារាល់ពេលលេបថ្នាំ
- តើអ្នកមានយោបល់អ្វីខ្លះទេ ពីរបៀបដែលធ្វើឱ្យវាស្រួលជាងមុនក្នុងការបញ្ចុកថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ទៅកូន ក្នុងការឆ្លើយតបទៅគ្រប់ករណីលំបាកនីមួយៗដែលយើងបានពិភាក្សា?
- ភ្លេចលេបថ្នាំ ច្រើនជាង ២ ដង ក្នុងអំឡុងពេល ១ខែ នឹងបណ្តាលឱ្យថ្នាំលែងមានប្រសិទ្ធភាព
- យើងចង់ដឹងពីព័ត៌មាន សៀវភៅជំនួយ និងការគាំទ្រដែលអ្នកត្រូវការ ដើម្បីឱ្យបញ្ហាត្រូវបានដោះស្រាយ។ យើងនឹងអាចរកឃើញវិធីផ្សេងៗដើម្បីគាំទ្រដល់អ្នកផងដែរ
- បញ្ហាដែលបានពិភាក្សា តើមួយណាដែលជាបញ្ហាធំជាងគេក្នុងការបញ្ចុកថ្នាំដល់កូនរបស់អ្នក?

ជំពូកទី
៣

ការលេបថ្នាំឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់

ការចាប់ផ្តើមព្យាបាល



ការព្យាបាលដោយថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ជាការបញ្ឈប់នៃការរីកឡូតនៃមេរោគអេដស៍ និងធ្វើឱ្យអ្នកអាចរក្សាបាននូវសុខភាពល្អដដែល។ ទោះបីជាការព្យាបាលមេរោគអេដស៍ នឹងមិនធ្វើឱ្យអ្នកជាសះស្បើយក៏ដោយ ក៏មេរោគស្ទើរតែបាត់អស់ទាំងស្រុងពីក្នុងខ្លួនរបស់អ្នក (សេសសល់តិចតួច) ក្នុងអំឡុងអ្នកកំពុងទទួលការព្យាបាលបានត្រឹមត្រូវ ។

ជាការសំខាន់អ្នកត្រូវតែលេបថ្នាំរបស់អ្នក ជារៀងរាល់ថ្ងៃតាមវេជ្ជបញ្ជា ហើយ៦ខែក្រោយ យើងនឹងធ្វើតេស្តរាប់បន្ទុកមេរោគអេដស៍ (តេស្ត VL) ដើម្បីរកមើលពីប្រសិទ្ធភាពនៃការព្យាបាល (៣ខែក្រោយ សម្រាប់ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ ឬ អ្នកជំងឺបោះបង់សេវា ឬអ្នកជំងឺផ្ទេរចូលដែលខ្វះឯកសារបញ្ជាក់) ។

ការចាប់ផ្តើមព្យាបាល

សារគន្លឹះ

➢ ការព្យាបាលជំងឺអេដស៍ អាចបញ្ឈប់មេរោគអេដស៍ក្នុងការបង្កើតចំនួនច្រើនថែមទៀតរបស់វា និងធ្វើឱ្យអ្នកមានសុខភាពល្អ ។

➢ ទោះបីជាការព្យាបាល មិនធ្វើឱ្យអ្នកជាសះស្បើយពីមេរោគអេដស៍ក៏ដោយ ក៏មេរោគស្ទើរតែបាត់អស់ទាំងស្រុងពីក្នុងខ្លួនរបស់អ្នក (សល់តិចតួច) ក្នុងអំឡុងអ្នកកំពុងទទួលការព្យាបាល។

➢ ជាការសំខាន់ណាស់ដែលត្រូវលេបថ្នាំរបស់អ្នក រាល់ថ្ងៃ តាមវេជ្ជបញ្ជា៦ខែក្រោយ យើងនឹងធ្វើតេស្តរាប់បន្ទុកមេរោគអេដស៍ (តេស្ត VL) ដើម្បីរកមើលពីប្រសិទ្ធភាពនៃការព្យាបាល (៣ខែក្រោយ សម្រាប់ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ ឬ អ្នកជំងឺបោះបង់សេវា ឬអ្នកជំងឺផ្ទេរចូលដែលខ្វះឯកសារបញ្ជាក់) ។

តោះរំលឹកឡើងវិញ

- តាមការយល់របស់អ្នក តើការព្យាបាល មានប្រយោជន៍អ្វីខ្លះ?
- តើអ្នកប្រើថ្នាំអ្វីខ្លះ និងនៅពេលណា?
- តើអ្នកគិតថា អ្នកមានការលំបាកអ្វីខ្លះក្នុងការលេបថ្នាំរបស់អ្នករៀងរាល់ថ្ងៃ?

ចំណុចពិភាក្សា

– តើអ្នកដឹងអ្វីខ្លះ អំពីការព្យាបាលមេរោគអេដស៍?

– នៅពេលមេរោគអេដស៍នៅក្នុងខ្លួនអ្នកមិនបានព្យាបាល វានឹងបង្កើតចំនួន**ច្រើនថែមទៀត** ដែលអាចធ្វើឱ្យអ្នកឈឺ និង**ចម្លងមេរោគទៅដៃគូរបស់អ្នក តាមការរួមភេទ ការប្រើម្ជុលសឺរ៉ាំងរួមគ្នា** និងឆ្លងពីម្តាយទៅកូនក្នុងពេលមានផ្ទៃពោះ និងពេលបំបៅដោះ។

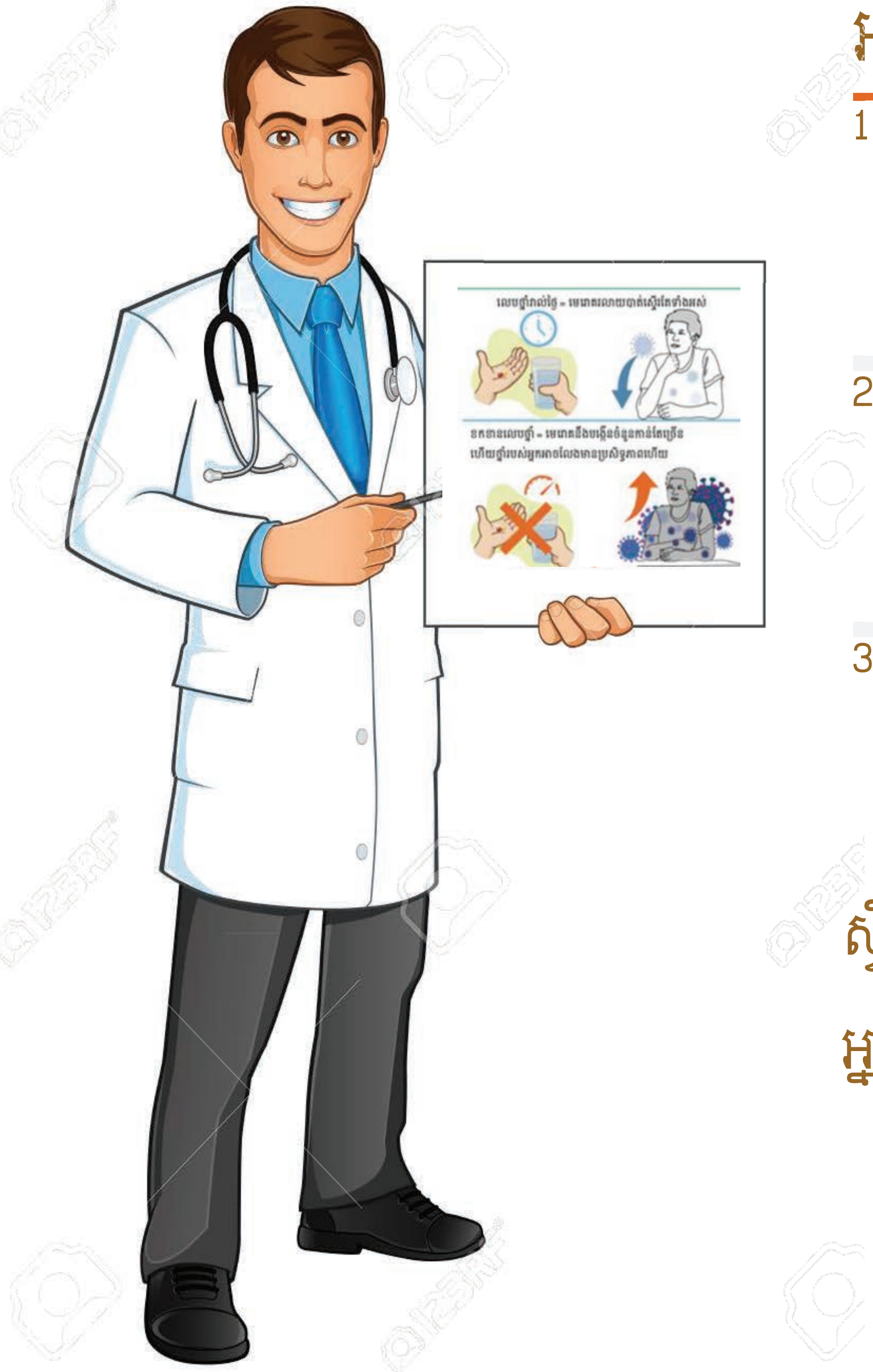
– **ការព្យាបាលអាចបញ្ឈប់មេរោគអេដស៍**ពីការបង្កើតចំនួនមេរោគច្រើនថែមទៀត និងជួយការពារអ្នកមិនឱ្យធ្លាក់ខ្លួនឈឺបាន។

– នៅពេលមានថ្នាំគ្រប់គ្រាន់ក្នុងឈាមរបស់អ្នក មេរោគអេដស៍ស្ទើរតែបាត់ទាំងស្រុងពីក្នុងខ្លួនអ្នក ដោយនៅសល់តិចតួចប៉ុណ្ណោះ។

– បើអ្នកភ្លេចលេបថ្នាំរបស់អ្នក ឬអស់ថ្នាំ ចំនួនមេរោគអាចបង្កើនឡើងក្នុងខ្លួនកាន់តែច្រើន ហើយអាចធ្វើឱ្យអ្នកមានជំងឺឱកាសនិយមផ្សេងៗ។

– **ការព្យាបាលមិនធ្វើឱ្យអ្នកជាសះស្បើយពីមេរោគអេដស៍ទេ** នេះហើយគឺជាមូលហេតុដែលអ្នកត្រូវតែបន្តលេបថ្នាំឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់។

ហេតុអ្វីត្រូវចាប់ផ្តើម និងបន្តការព្យាបាលជារៀងរហូត?



អត្ថប្រយោជន៍នៃការបន្តការព្យាបាលជាប់ជាប្រចាំ

1.

2.

3.

ស្ទីកឃ័រ/ប័ណ្ណសំគាល់សាមញ្ញមួយនៅផ្ទះរបស់អ្នក នឹងអាចជួយរំលឹកអ្នកពីមូលហេតុ ដែលអ្នកត្រូវតែបន្តលេបថ្នាំឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់ជាប្រចាំ

ហេតុអ្វីបានជាត្រូវចាប់ផ្តើម និងបន្តការព្យាបាលរហូត?

សារគន្លឹះ

ស្ទីកឃ័រ/ប័ណ្ណសំគាល់សាមញ្ញមួយនៅផ្ទះរបស់អ្នក នឹងអាចជួយរំលឹកអ្នកពីមូលហេតុ ដែលអ្នកត្រូវតែបន្តលេបថ្នាំឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់ជាប្រចាំ

គោះរំលឹកឡើងវិញ

- សួរអ្នកជំងឺ តើគាត់ត្រូវការជំនួយអ្វីខ្លះ ពីអ្នក ពីមិត្តភក្តិ ពីដៃគូ ឬពីមនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់គាត់ ដើម្បីរក្សាទឹកចិត្តបន្តថែរក្សាសុខភាពឱ្យនៅល្អ?

កំណត់ត្រា

កត់ត្រាឧបសគ្គនានាដែលអ្នកបានកំណត់ជាមួយអ្នកជំងឺ នៅក្នុងទម្រង់ ខ

ចំណុចពិភាក្សា

- **តើការចាប់ផ្តើម និងបន្តការព្យាបាល អាចមានអត្ថប្រយោជន៍អ្វីខ្លះ?**
  - សូមសរសេរចំណុចទាំងនេះនៅលើទម្រង់ខ និងសៀវភៅ ART
- អ្នកខ្លះប្រើវិធីអ្វីមួយ ដើម្បីជួយពួកគេចងចាំនូវ ហេតុផល ដែលពួកគេត្រូវបន្តការព្យាបាល។
- អ្នកអាចដាក់វត្ថុរំលឹក ដូចជា ស្ទីកឃ័រ ខ្សែ ឬក្រដាសពណ៌ នៅកន្លែងណាមួយនៅផ្ទះរបស់អ្នក ដើម្បីជួយអ្នកចងចាំ៖
  - លេបថ្នាំរបស់អ្នករាល់ថ្ងៃ និងទៀងទាត់ពេលវេលា។
  - មូលហេតុដែលអ្នកបានរកឃើញពីការលេបថ្នាំ និងមកតាមការណាត់ជួបរបស់គ្រូពេទ្យ
- ប្រសិនបើវិធីនោះ (ស្ទីកឃ័រ/ប័ណ្ណសំគាល់) មិនមានប្រសិទ្ធភាពសម្រាប់អ្នក តើគួរមានផែនការអ្វីទៀតដែលអាចមានប្រសិទ្ធភាពជាងនេះ?

រៀបចំផែនការសម្រាប់បន្តការព្យាបាល

ការលេបថ្នាំបានត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់ អាចមានការលំបាក។ ការរៀបចំផែនការដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហាប្រឈមទាំងនេះ នឹងធ្វើឱ្យអ្នកមានភាពងាយស្រួល នៅពេលមានបញ្ហាទាំងនេះកើតឡើង។

យើងនឹង៖

ក. កំណត់បញ្ហាប្រឈមនានាដែលអាចមាន

ខ. រៀបចំផែនការ និងផែនការបម្រុងដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហាប្រឈមនីមួយៗ

រៀបចំផែនការសម្រាប់បន្តការព្យាបាល

សារគន្លឹះ

- ការលេបថ្នាំឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់អាចមានការលំបាក។
- ការធ្វើផែនការដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហាប្រឈមដែលអាចកើតមាន នឹងធ្វើឱ្យមានភាពកាន់តែងាយស្រួលនៅពេលដែលមានបញ្ហាទាំងនោះកើតឡើង។

គោះរំលឹកឡើងវិញ

- ប្រើបច្ចេកទេស MC ដូចជា បន្ទាត់សារសំខាន់/ទំនុកចិត្ត ដើម្បីវាស់វែងការត្រៀមខ្លួន និងទំនុកចិត្តរបស់អ្នកជំងឺក្នុងការចាប់ផ្តើមធ្វើការព្យាបាល ។
- ផ្អែកលើបញ្ហាប្រឈមដែលកំណត់ដោយអ្នកជំងឺ ចូរបន្តទៅសន្លឹកជំបូន្មានដែលពាក់ព័ន្ធនៅក្នុងផ្នែកនេះ។

ចំណុចពិភាក្សា

- ចាប់ផ្តើមពីលេខ១ដល់លេខ១០ តើការចាប់ផ្តើម និងបន្តការព្យាបាលត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់ មានសារៈសំខាន់សម្រាប់អ្នកប៉ុណ្ណា? (១ = មិនសំខាន់; ១០ = សំខាន់ខ្លាំងបំផុត)
  - តើមានហេតុផលអ្វីខ្លះដែលអ្នករើសយកលេខ ....ជាជាងយកត្រឹមលេខ ....តើអ្នកអាចបញ្ជាក់ហេតុផលបានទេ?
- តើអ្នកមានទំនុកចិត្តប៉ុណ្ណា ដែលថាអ្នកអាចធ្វើដូច្នោះបាន ?
  - តើមានកត្តាអ្វីខ្លះដែលអាចធ្វើឱ្យអ្នកកាន់តែមានទំនុកចិត្តថែមទៀត?
- តើអ្នកមើលឃើញ បញ្ហាប្រឈមអ្វីខ្លះដែលអាចកើតមាន?
- ផ្អែកលើបញ្ហាប្រឈមដែលអ្នកបានកំណត់ យើងអាចពិភាក្សាពីវិធីអ្វីខ្លះដើម្បីជួយអ្នកឱ្យសម្រេចបានគោលដៅព្យាបាលរបស់អ្នក
  - ផ្អែកលើបញ្ហាប្រឈមនីមួយៗ យើងនឹងបង្កើតផែនការមួយ និងផែនការបម្រុង
  - នេះនឹងជួយអ្នករក្សាសុខភាពបានល្អ និងរស់នៅតាមរបៀបរស់នៅដែលអ្នកចង់បាន។
- តើអ្នកយល់យ៉ាងដូចម្តេចដែរ?
- តើអ្នកមានសំណួរឬទេ មុនពេលយើងនិយាយអំពីបញ្ហាប្រឈមទាំងនោះ?

ការធ្វើដំណើរទៅកាន់គ្លីនិក

បញ្ហាប្រឈមចំពោះការធ្វើ
ដំណើរ គឺកើតឡើងជាទូទៅ
ប៉ុន្តែអាចជំនះវាបានតាមរយៈ
ការរៀបចំផែនការទុកជាមុន

ការធ្វើដំណើរទៅកាន់គ្លីនិក

សារគន្លឹះ

➢ បញ្ហាប្រឈមចំពោះការធ្វើដំណើរ គឺកើតឡើងជាទូទៅ ប៉ុន្តែអាចជំនះបានតាមរយៈការរៀបចំផែនការជាមុន។

សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកផ្តល់សេវា

- ប្រើសំណួរបើក (ឧ:) ៖
- តើអ្នកត្រូវការការគាំទ្រអ្វីខ្លះ ដើម្បីមកតាមការណាត់បន្ទាប់របស់អ្នក?
- កំណត់ពីដំណោះស្រាយដែលអាចមាន ផ្អែកលើហានិភ័យនានាដោយសារតែការខកខានមិនបានមកតាមការណាត់។

កំណត់ត្រា

កំណត់ត្រាឧបសគ្គនានាដែលអ្នកបានកំណត់ជាមួយអ្នកជំងឺ នៅក្នុងទម្រង់ ‹ខ›

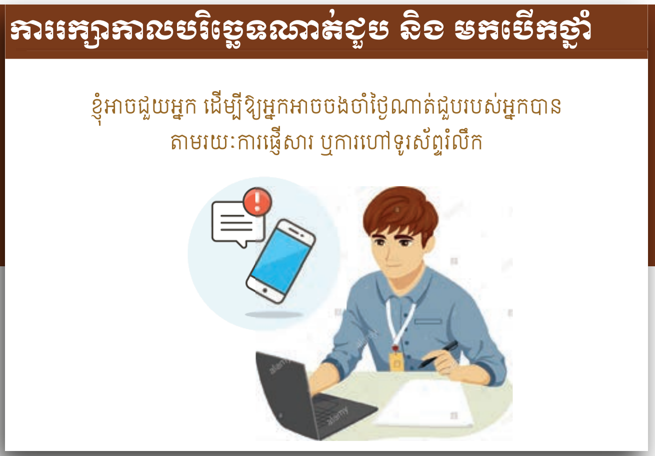
ចំណុចពិភាក្សា

- តើជាធម្មតា អ្នកធ្វើដំណើរទៅគ្លីនិកតាមការណាត់ជួបគ្រូពេទ្យដោយមធ្យោបាយអ្វី? (ដើរ ជិះកង់ ជិះឡាន ម៉ូតូ ឡានក្រុង តាក់ស៊ី ទៅជាមួយមិត្តភក្តិ?)
- តើអ្វីជាគោលដៅរបស់អ្នក ដែលត្រូវទៅតាមការណាត់ជួបឱ្យបានទៀងទាត់សម្រាប់ការព្យាបាលមេរោគអេដស៍នេះ?
- កំណត់ឧបសគ្គដែលអាចមាន
  - តើបញ្ហាអ្វីខ្លះដែលអ្នកអាចជួបប្រទះ ពាក់ព័ន្ធនឹងមធ្យោបាយធ្វើដំណើរ?
  - ឧ:៖ គ្មានលុយគ្រប់គ្រាន់ រដូវភ្លៀង គ្មានមធ្យោបាយធ្វើដំណើរនៅពេលត្រូវទៅតាមការណាត់ជួប ចម្ងាយធ្វើដំណើរឆ្ងាយពេក ។ល។
- តើអ្នកមានផែនការ និងផែនការបម្រុងអ្វីខ្លះ ដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហាទាំងនោះ?
  - អ្នកជំងឺនឹងធ្វើដំណើរទៅតាមការណាត់ជួបដោយមធ្យោបាយ ______ ជិះកង់ ម៉ូតូ រថយន្តក្រុង តាក់ស៊ី ។ល។)
  - ក្នុងករណីដែលមានបញ្ហា (ឧ:. គ្មានលុយជិះឡានក្រុង ភ្លៀង ។ល។) អ្នកជំងឺនឹងធ្វើដំណើរមកតាមការណាត់ជួបដោយមធ្យោបាយ ៖ __________

ការរក្សាការណាត់ជួប និង មកបើកថ្នាំបន្ត

ខ្ញុំអាចជួយអ្នក ដើម្បីឱ្យអ្នកអាចចងចាំថ្ងៃណាត់ជួបរបស់អ្នកបាន
តាមរយៈការផ្ញើសារ ឬការហៅទូរស័ព្ទរំលឹក

ការរក្សាកាលបរិច្ឆេទណាត់ជួប និងមកបើកថ្នាំបន្ត



សារគន្លឹះ

- យើងខ្ញុំអាចជួយអ្នកដើម្បីឱ្យអ្នកអាចចងចាំថ្ងៃណាត់ជួបរបស់អ្នកបាន តាមរយៈការផ្ញើសារ ឬការហៅទូរស័ព្ទរំលឹក

សេចក្ដីណែនាំសម្រាប់អ្នកផ្ដល់សេវា

ប្រើសំណួរបើក៖

- តើអ្នកត្រូវការការគាំទ្រអ្វីខ្លះ ដើម្បីធានាថា អ្នកចងចាំថ្ងៃណាត់ជួបរបស់អ្នក?
- តើខ្ញុំអាចជួយអ្វីខ្លះដល់អ្នក ក្នុងការជួយអ្នកប្រាប់ស្ថានភាពរបស់អ្នក ដល់សមាជិកគ្រួសារ ឬអ្នកជាទីស្រឡាញ់របស់អ្នក?
- សូមរំលឹកអ្នកជំងឺអំពីថ្ងៃ/ម៉ោងធ្វើការរបស់គ្លីនិកផង។

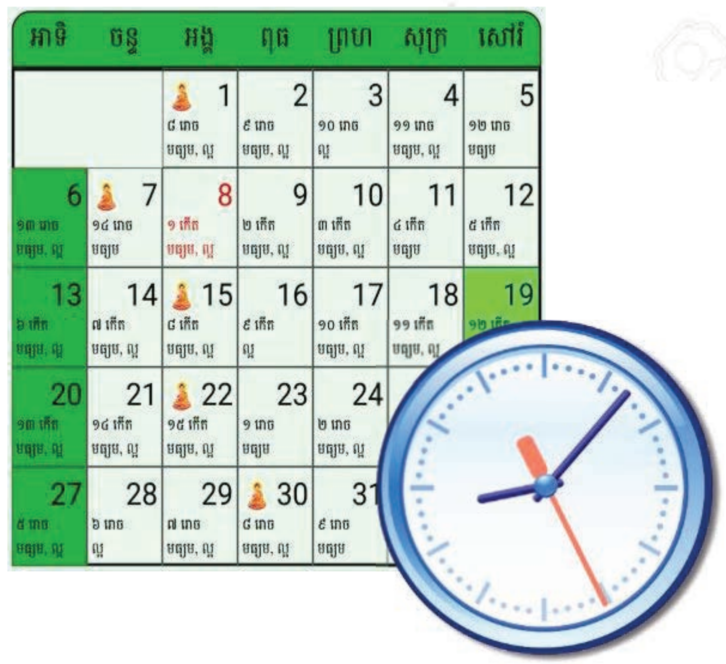
កំណត់ត្រា

កំណត់ត្រាឧបសគ្គនានាដែលអ្នកបានកំណត់ជាមួយអ្នកជំងឺ នៅក្នុងទម្រង់‹ខ›

ចំណុចពិភាក្សា

- ហេតុអ្វីបានជាអ្នកត្រូវការរក្សាការណាត់ជួប និងទទួលថ្នាំបន្តទៀត?
- តើមានបញ្ហាអ្វីខ្លះដែលអាចធ្វើឱ្យខកខានការណាត់ជួបរបស់អ្នក?
  - មានជំងឺ កូនឈឺ មិនអាចឈប់ធ្វើការបាន ជាប់នៅក្រៅប្រទេស ឬគ្មានមធ្យោបាយធ្វើដំណើរ ។ល។
  - ផែនការផ្លាស់ប្ដូរទីតាំងព្យាបាល/ប្ដូរទីកន្លែងរស់នៅក្នុងពេលឆាប់ៗ
- តើមានអ្វីអាចនឹងកើតឡើង ប្រសិនបើមានគេដឹងពីស្ថានភាពមេរោគអេដស៍របស់អ្នក?
  - ព្រួយបារម្ភអំពីអំពើហិង្សា បើគេដឹងស្ថានភាពមេរោគអេដស៍?
- តើអ្នកចង់បានការគាំទ្រក្នុងការប្រាប់ស្ថានភាពរបស់អ្នកដល់សមាជិកគ្រួសារ ឬអ្នកជាទីស្រឡាញ់របស់អ្នកឬទេ?
- តើអ្នក ឬខ្ញុំអាចធ្វើអ្វីបាន ដើម្បីឱ្យប្រាកដថា អ្នករក្សាបានការណាត់ជួបរបស់អ្នក និងបើកថ្នាំរបស់អ្នកជាបន្តទៀត?
  - រំលឹកដោយប្រើសារ/ហៅទូរស័ព្ទពីគ្លីនិក
  - ឱ្យមិត្តភក្តិ ឬសមាជិកគ្រួសារជួយរំលឹក ឬទៅបើកថ្នាំឱ្យ
  - បង្កើតកាលវិភាគមួយ
  - ដាក់កម្មវិធីរំលឹកដោយស្វ័យប្រវត្តិតាមទូរស័ព្ទ ឬស្នើសុំការគាំទ្រពីអ្នកផ្ដល់ប្រឹក្សាដើម្បីបញ្ជូនសាររំលឹក/ទូរស័ព្ទហៅ

ការរៀបចំកាលវិភាគលេបថ្នាំប្រចាំថ្ងៃ



បិទស្ទីកឃ័រ ឬប័ណ្ណសំគាល់សាមញ្ញមួយនៅផ្ទះរបស់អ្នក
ដែលអាចជួយអ្នកឱ្យចងចាំការលេបថ្នាំរបស់អ្នកបាន

ការរៀបចំកាលវិភាគលេបថ្នាំប្រចាំថ្ងៃ

សារគន្លឹះ

➢ បិតស្ទីកឃ័រ ឬប័ណ្ណសំគាល់សាមញ្ញមួយ នៅផ្ទះរបស់អ្នក អាចជួយអ្នកចងចាំការលេបថ្នាំរបស់អ្នកបាន

សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកផ្តល់សេវា

- ប្រើសំណួរបើក (ឧ:)៖ តើអ្នកអាចត្រូវការការគាំទ្រអ្វីខ្លះ ដើម្បីធានាថា អ្នកចងចាំពេលវេលាដែលអ្នកត្រូវលេបថ្នាំ?
- កំណត់ពីដំណោះស្រាយដែលអាចមានផ្អែកលើហានិភ័យដែលអាចមានចំពោះការខកខានមិនបានលេបថ្នាំត្រឹមត្រូវទៀងទាត់ និងជាប់លាប់

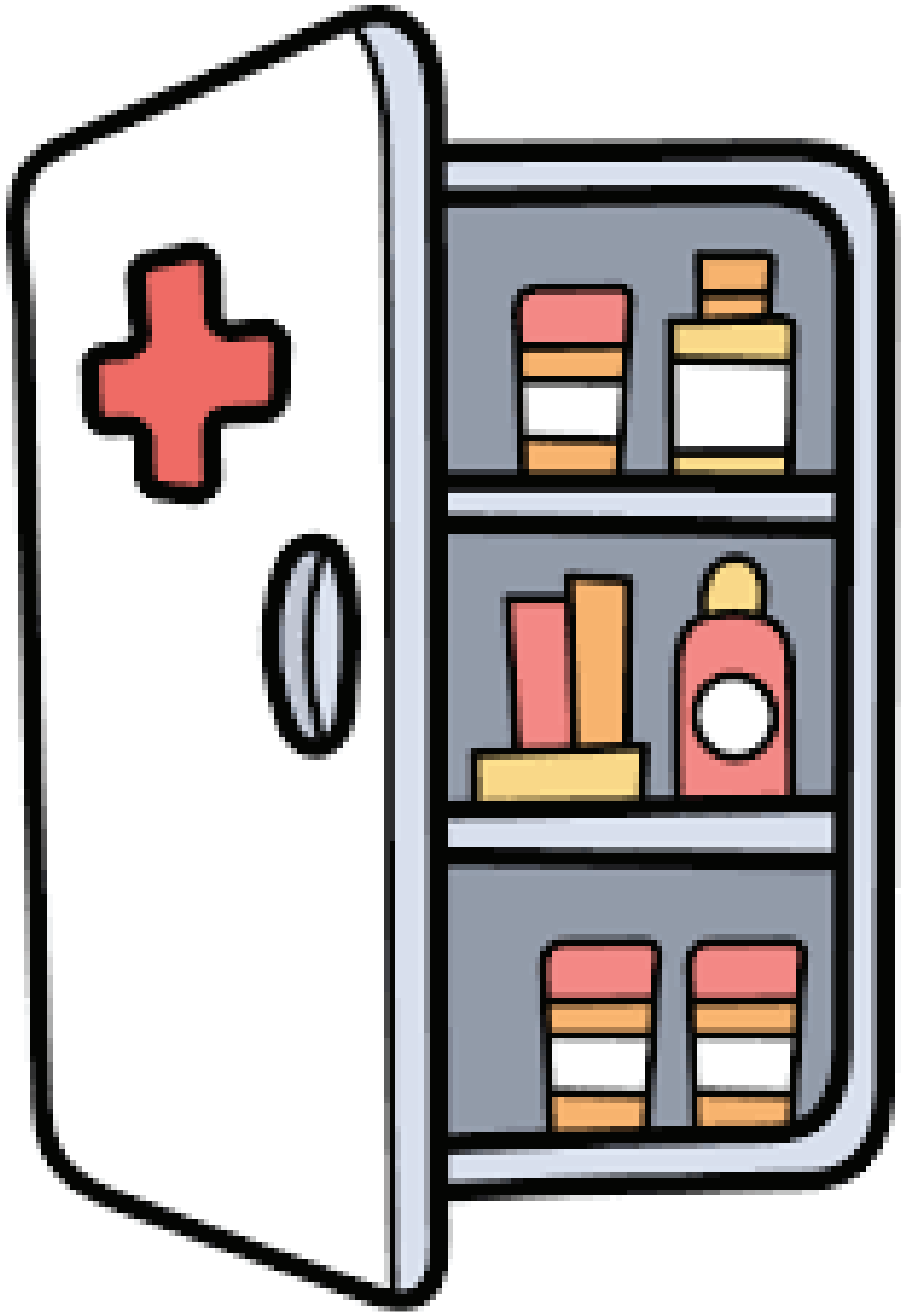
កំណត់ត្រា

កំណត់ត្រាឧបសគ្គនានាដែលអ្នកបានកំណត់ជាមួយអ្នកជំងឺ នៅក្នុងទម្រង់.ខ.

ចំណុចពិភាក្សា

- តើអ្នករៀបចំផែនការដូចម្តេច ដើម្បីលេបថ្នាំរបស់អ្នកឱ្យបានទៀងទាត់?
  - យើងអាចធ្វើកាលវិភាគលេបថ្នាំរបស់អ្នកជាមួយគ្នា ដើម្បីធានាថា អ្នកលេបថ្នាំរបស់អ្នកទៀងម៉ោង?
- សកម្មភាពជាក់លាក់ ឬទៀងទាត់អ្វីខ្លះដែលអ្នកតែងធ្វើជាប្រចាំ?
  - តើកត្តាអ្វីខ្លះដែលរារាំងអ្នក ពីការលេបថ្នាំរបស់អ្នក? តើនៅពេលណាដែលអ្នកអាចជួបការលំបាក? (ចូរកំណត់ពេលវេលាជាក់លាក់ និងស្ថានភាព)
- តើសកម្មភាពអ្វីខ្លះដែលអ្នកអាចធ្វើក្នុងពេលជាមួយគ្នា ដែលអ្នកលេបថ្នាំ ដើម្បីធានាថា រៀងរាល់ពេលដែលអ្នកធ្វើសកម្មភាពនោះ អ្នកចងចាំលេបថ្នាំរបស់អ្នក?
- វិធីសាស្ត្រ៖
  - ទុកដាក់ថ្នាំនៅកន្លែងដែលងាយស្រួលចងចាំ នៅជិតអ្វីមួយដែលអ្នកប្រើរៀងរាល់ថ្ងៃ, លេបនៅពេលបាយល្ងាច ឬក្នុងពេលមើលទូរទស្សន៍/ស្តាប់វិទ្យុ។
  - ដាក់វត្ថុចំណាំនៅកន្លែងណាមួយនៅជុំវិញផ្ទះ(អាចជាស្កុត ឬខ្សែចងជាប់នឹងទ្វារ ឬនៅបន្ទប់ទឹក ។ល។
  - កំណត់ម៉ោងទូរស័ព្ទរោទ៍
  - ដាក់ថ្នាំបម្រុងតាមខ្លួននៅទីណា ពេលណាដែលអ្នកទៅឆ្ងាយពីផ្ទះ។
  - ប្រើប្រាស់ប្រអប់ថ្នាំ និងកាលវិភាគដើម្បីតាមដានម៉ោងដែលអ្នកត្រូវលេបថ្នាំ។
  - ស្នើសុំថ្នាំបន្ថែម ក្នុងករណីអ្នកមិនអាចវិលត្រឡប់មកជួបគ្រូពេទ្យវិញទាន់ពេលបើកថ្នាំបន្តលើកក្រោយ។
  - ពិភាក្សាជាមួយមិត្តភក្តិដែលជួយព្យាបាលអ្នក។ ស្នើសុំសាររំលឹកតាមទូរស័ព្ទពីអ្នកផ្តល់ប្រឹក្សា។

ការរក្សាទុកថ្នាំរបស់អ្នក



ទីកន្លែងរក្សាទុក ....

ទីកន្លែងរក្សាទុកថ្នាំបម្រុង..........................

ថ្នាំបម្រុងនឹងត្រូវដាក់តាមខ្លួននិងរក្សាទុកក្នុង

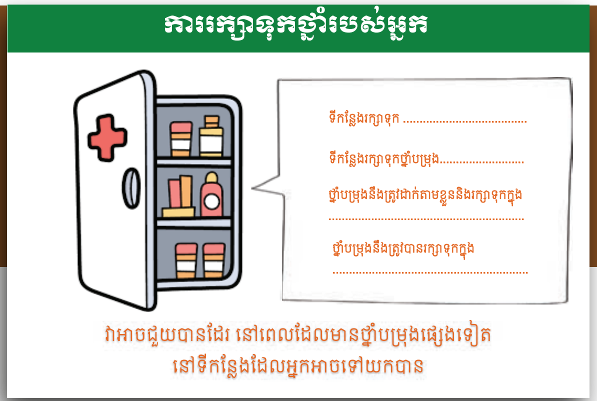
....

ថ្នាំបម្រុងនឹងត្រូវបានរក្សាទុកក្នុង

....

វាអាចជួយបានដែរ នៅពេលដែលមានថ្នាំបម្រុងផ្សេងទៀត
នៅទីកន្លែងដែលអ្នកអាចទៅយកបាន

ការរក្សាទុកថ្នាំរបស់អ្នក



សារគន្លឹះ

➢ វាអាចជួយបានដែរ នៅពេលដែលមានថ្នាំបម្រុងផ្សេងទៀតនៅទីកន្លែងដែលអ្នកអាចទៅយកបាន

សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកផ្តល់សេវា

ប្រើសំណួរបើក៖

- តើទីកន្លែងណាដែលអាចទុកចិត្តបានក្នុងការរក្សាទុកថ្នាំរបស់អ្នក ?
- តើអាចមានបញ្ហាប្រឈមអ្វីខ្លះ ប្រសិនបើអ្នករក្សាទុកថ្នាំរបស់អ្នកក្នុង ______ ?

កំណត់ត្រា

កំណត់ត្រាឧបសគ្គនានាដែលអ្នកបានកំណត់ជាមួយអ្នកជំងឺ នៅក្នុងទម្រង់‹ខ›

ចំណុចពិភាក្សា

- **តើអ្នកមានផែនការរក្សាទុកថ្នាំដោយសុវត្ថិភាពយ៉ាងដូចម្តេច ?**
- **តើធ្វើដូចម្តេចដើម្បីរក្សាទុកថ្នាំរបស់អ្នកឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ?**
  - តើនឹងមានអ្វីកើតឡើង ប្រសិនបើមានអ្នកដទៃឃើញថ្នាំរបស់អ្នក ?
  - តើមានក្មេងៗនៅក្នុងផ្ទះ ដែលអាចនឹងបើកកំប៉ុងថ្នាំរបស់អ្នកដែរ ឬទេ ?
  - ប្រសិនបើមានក្មេង តើមានទីកន្លែងលាក់បាំងណាខ្លះនៅក្នុងផ្ទះរបស់អ្នកដែលអ្នកអាចទុកដាក់ថ្នាំរបស់អ្នកឱ្យផុតពីដៃក្មេង ?
  - តើអ្នកអាចរក្សាទុកថ្នាំបម្រុងនៅឯណា ក្នុងករណីអ្នកត្រូវការបន្ទាន់ ?
- **ដំណោះស្រាយដែលអាចមាន៖**
  - ទុកដាក់ថ្នាំបម្រុងនៅក្នុងកាបូបលុយ/កាបូបយួរដៃ សាក់កាដូ អាវធំ ថតទូ/ថតតុ កំប៉ុងបិទជិត។ល។ នៅទីកន្លែងណាក៏ដោយឱ្យតែវានៅជាមួយអ្នក និងកំណត់ថាពេលណាត្រូវមានថ្នាំបម្រុង។
  - ទុកដាក់ក្នុងដបថ្នាំដែលបកម៉ាកសម្គាល់ចេញ
  - ទុកដាក់ក្នុងប្រអប់ថ្នាំ ជាជាងទុកក្នុងដប
  - ប្រើដបថ្នាំគ្រាប់ដែលគ្មានគំនូសសម្គាល់
  - ប្រើប្រអប់ថ្នាំជាជាងដប និងទុកដាក់ថ្នាំឱ្យបានត្រឹមត្រូវ

ការធ្វើដំណើរចេញឆ្ងាយពីផ្ទះ

ប្រសិនបើអ្នកមានគម្រោងធ្វើដំណើរចេញឆ្ងាយពីផ្ទះ
អ្នកត្រូវរៀបចំថ្នាំដាក់តាមខ្លួន ដើម្បីកុំឱ្យអស់ថ្នាំលេប

ការធ្វើដំណើរចេញឆ្ងាយពីផ្ទះ

សារគន្លឹះ

➢ ប្រសិនបើអ្នកគម្រោងធ្វើដំណើរឆ្ងាយពីផ្ទះ អ្នកត្រូវរៀបចំថ្នាំដាក់តាមខ្លួន ដើម្បីកុំឱ្យអស់ថ្នាំលេប

សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកផ្តល់សេវា

- **វាយតម្លៃលទ្ធភាពនៃការធ្វើដំណើរ៖**
  តើអ្នកធ្លាប់ទៅធ្វើការនៅក្រៅប្រទេស ឬទៅខេត្តផ្សេង នៅក្នុងខេត្តផ្សេងដែរឬទេ កន្លងមក? តើអ្នកមានផែនការ នៅក្នុងរយៈពេល ៦-៩ ខែខាងមុខនេះ ធ្វើដំណើរទៅខេត្តផ្សេង ឬទៅក្រៅប្រទេសដើម្បីទៅធ្វើការដែរឬទេ?
- ឱ្យអ្នកជំងឺកត់លេខទូរស័ព្ទរបស់អ្នក/គ្លីនិក ក្នុងទូរស័ព្ទរបស់គាត់
- សុំលេខទូរស័ព្ទបម្រុងរបស់មិត្តភក្តិ ឬសមាជិកគ្រួសាររបស់អ្នកជំងឺ ដែលដឹងអ្នកដឹងអំពីស្ថានភាពរបស់អ្នកជំងឺ ហើយដែលអាចទាក់ទងអ្នកជំងឺបាន នៅពេលចាំបាច់

កំណត់ត្រា

កំណត់ត្រាឧបសគ្គនានាដែលអ្នកបានកំណត់ជាមួយអ្នកជំងឺ នៅក្នុង**ទម្រង់‹ខ›**

ចំណុចពិភាក្សា

- **តើកត្តាអ្វីខ្លះដែលអាចរារាំងអ្នកមិនឱ្យមានថ្នាំលេប ខណៈពេលដែលអ្នកស្ថិតនៅឆ្ងាយពីផ្ទះ?**
  - អស់ថ្នាំ ចោរលួច មិនចង់ឱ្យអ្នកដទៃឃើញអ្នកលេបថ្នាំ មានអារម្មណ៍ថាមានសុខភាពល្អ ហើយមិនចង់គិតអំពីថ្នាំរបស់អ្នក។ល។
- **ប្រសិនបើអ្នកត្រូវធ្វើដំណើរទៅឆ្ងាយ ឬមានគម្រោងទៅធ្វើការឆ្ងាយពីផ្ទះ តើអ្នកធ្វើដូចម្តេចដើម្បីឱ្យប្រាកដថា អ្នកមានថ្នាំគ្រប់គ្រាន់សម្រាប់លេបខណៈពេលទៅឆ្ងាយពីផ្ទះ?**
  - ផែនការ:________________
  - ផែនការបម្រុង:__________
  - តើអ្នកអាចប្រាប់យើងបានទេថា អ្នកមានគម្រោងធ្វើដំណើរទៅឆ្ងាយរយៈពេលយូរ ឬដូរលេខទូរស័ព្ទរបស់អ្នក?

ដំណោះស្រាយដែលអាចមាន៖

- ប្រសិនបើមិត្តភក្តិ ឬសមាជិកគ្រួសារ អាចជួយយកថ្នាំឱ្យអ្នកបាន តើនរណាម្នាក់ក្នុងចំណោមនោះអាចធ្វើដូច្នេះបាន?
- តើគេផ្ញើថ្នាំឱ្យអ្នកតាមវិធីណា (ឧ: តាមរថយន្តក្រុង រថយន្តឈ្នួល តាមមិត្តភក្តិ សមាជិកគ្រួសារដែលធ្វើដំណើរទៅតំបន់នោះ។ល។)

ជំពូកទី
៤

ការរក្សាបន្តក្លូនសេវាថែទាំ និងព្យាបាល

ការប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយក្រុមអ្នកផ្តល់សេវា

អ្នកអាចទាក់ទងយើងខ្ញុំនៅពេលណាក៏
បាន ប្រសិនបើមានសំណួរ ជាពិសេស
បើអ្នកមានផលវិបាក ឬគិតថា មានផល
វិបាកក្នុងការបន្តការព្យាបាល

ការប្រាស្រ័យទាក់ទង ជាមួយក្រុមអ្នកផ្តល់សេវា

សារគន្លឹះ៖

➢ អ្នកអាចទាក់ទងយើងខ្ញុំនៅពេលណាក៏បាន ប្រសិនបើមានសំណួរ ជាពិសេសបើអ្នកមានផលវិបាក ឬគិតថា មានផលវិបាកក្នុងការបន្តការព្យាបាល

សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកផ្តល់សេវា

- សូមវាយតម្លៃទៅលើមធ្យោបាយណាខ្លះដែលអ្នកជំងឺ យល់ឃើញថាងាយស្រួលក្នុងការទាក់ទងនៅពេលពួកគេត្រូវការការគាំទ្រ។
- គាំទ្រដល់អ្នកជំងឺដើម្បីកំណត់ពីជម្រើសនានាសម្រាប់ទាក់ទងក្រុមបុគ្គលិកសុខាភិបាល ប្រសិនបើគាត់មានសំណួរ?

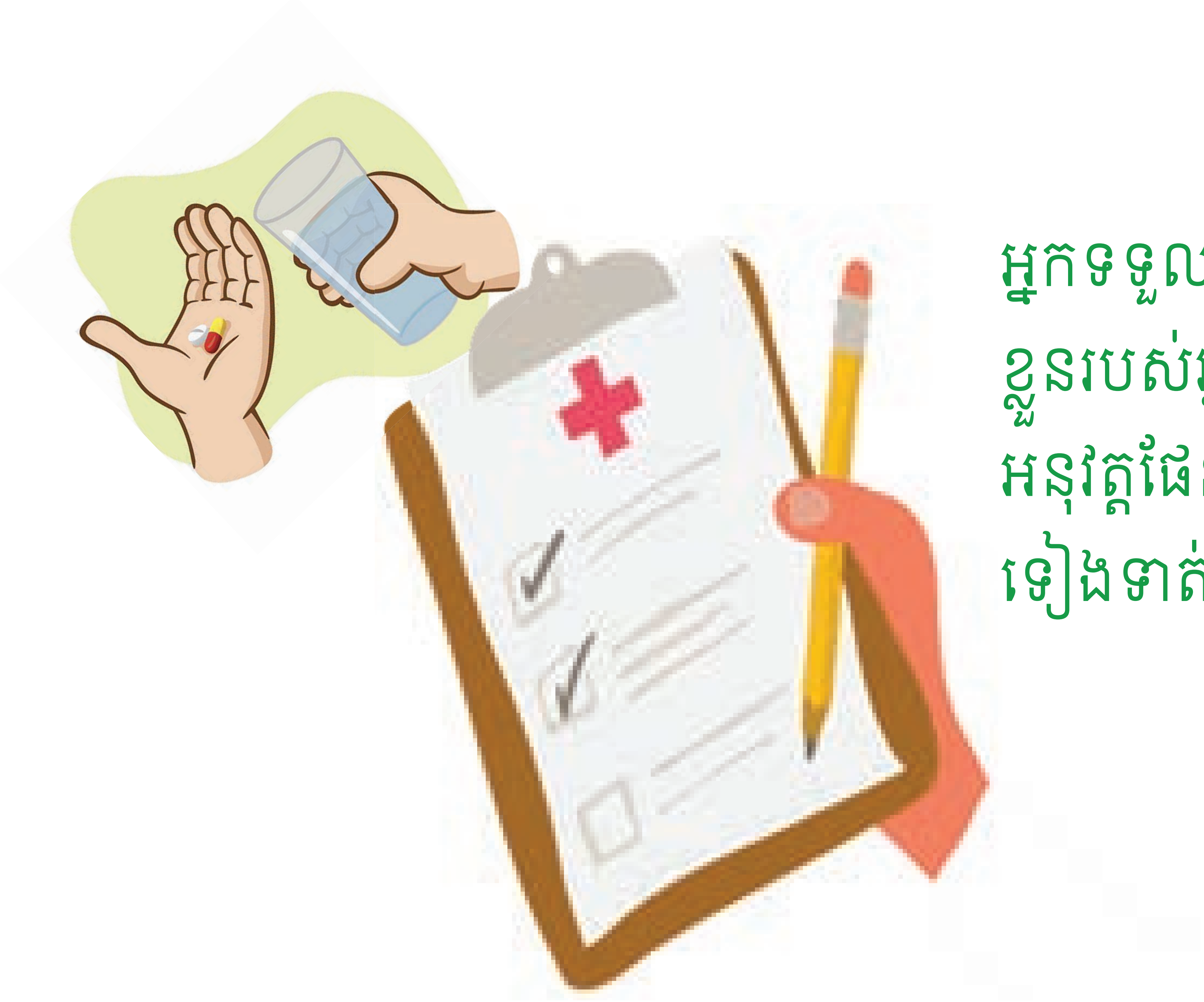
កំណត់ត្រា

កំណត់ត្រាឧបសគ្គនានាដែលអ្នកបានកំណត់ជាមួយអ្នកជំងឺ នៅក្នុងទម្រង់‹ខ›

ចំណុចពិភាក្សា

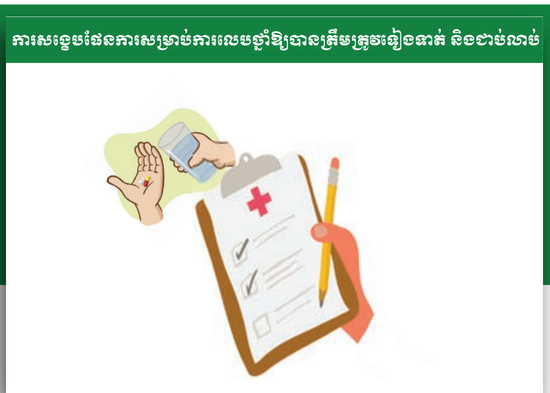
- **តើអ្នកនឹងធ្វើអ្វីខ្លះ ប្រសិនបើអ្នកមានសំណួរ និងកង្វល់ទាក់ទងទៅនឹងសុខភាពរបស់អ្នក?**
- តើកត្តាអ្វីខ្លះអាចរារាំងអ្នកមិនឱ្យនិយាយជាមួយគ្រូពេទ្យ ឬអ្នកផ្តល់ប្រឹក្សានៅគ្លីនិករបស់អ្នក អំពីការព្រួយបារម្ភណាមួយដែលអ្នកមាន?
  - តើពេលខ្លះ អ្នកភ្លេចសំណួរ ឬបញ្ហាដែលអ្នកចង់ពិភាក្សាជាមួយអ្នកផ្តល់សេវាដែរឬទេ?
  - តើអ្នកមានគម្រោងធ្វើដំណើរទៅឆ្ងាយដើម្បីទៅធ្វើការនៅពេលណាមួយក្នុងពេលឆាប់ៗនេះដែរឬទេ? បើមាន តើនៅពេលណា?
- **តើផែនការ និងផែនការបម្រុងអ្វី ដែលយើងអាចរៀបចំឡើងរួមគ្នាក្នុងករណីដែលអ្នកត្រូវការទំនាក់ទំនងជាមួយក្រុមព្យាបាលរបស់អ្នក?**
  - តើនរណានៅក្នុងក្រុមព្យាបាលរបស់អ្នក ដែលអ្នកយល់ថាងាយស្រួលនិយាយជាមួយបំផុត?
  - តើអ្នកធ្វើដូចម្តេចដើម្បីជួបមនុស្សម្នាក់នេះ ក្នុងកំឡុងពេលអ្នកទៅគ្លីនិក?
  - ប្រសិនបើបុគ្គលនេះមិនមានវត្តមាននៅគ្លីនិកនៅថ្ងៃដែលអ្នកទៅ តើអ្នកនឹងនិយាយជាមួយនរណាអំពីកង្វល់របស់អ្នក?
  - តើអ្នកយល់យ៉ាងណាដែរចំពោះការសរសេរសំណួរ សម្រាប់អ្នកផ្តល់ប្រឹក្សារបស់អ្នក ដាក់លើក្រដាសមួយសន្លឹកមុនពេលអ្នកទៅជួបគាត់?
  - តើអ្នកធ្វើដូចម្តេចទើបចងចាំយកក្រដាសនេះទៅជាមួយ នៅពេលអ្នកទៅគ្លីនិក?
  - តើអ្នកមានអារម្មណ៍យ៉ាងណាអំពីការប្រើទូរស័ព្ទរបស់អ្នកដើម្បីហៅ ឬផ្ញើសារ នៅពេលអ្នកមានសំណួរ? (ផ្តល់លេខទូរស័ព្ទ ប្រសិនបើចង់បាន)

ការសង្ខេបផែនការសម្រាប់ការលេបថ្នាំឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់



អ្នកទទួលខុសត្រូវលើសុខភាពផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នក ដោយរៀបចំផែនការ និងអនុវត្តផែនការលេបថ្នាំឱ្យបានត្រឹមត្រូវទៀងទាត់ និងជាប់លាប់

ការសង្ខេបផែនការនៃការលេបថ្នាំឱ្យបាន ត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់



សារគន្លឹះ

➢ អ្នកទទួលខុសត្រូវលើសុខភាពផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នក ដោយរៀបចំផែនការនិងអនុវត្តផែនការលេបថ្នាំ ឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់

សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកផ្តល់សេវា

ប្រើបច្ចេកទេស MC ដើម្បីពង្រឹងអ្វីដែលអ្នកជំងឺចងចាំពីការពិភាក្សា។

- សូមផ្តល់ការគាំទ្រសម្រាប់គ្រប់ចំណុចដែលអ្នកជំងឺអាចភ្លេច
- ជានិច្ចកាល បញ្ចប់ការពិភាក្សាជាមួយពាក្យវិជ្ជមាន
- បញ្ជាក់ប្រាប់អ្នកជំងឺថា ការខិតខំប្រឹងប្រែងរបស់គាត់កំពុងធ្វើឡើង បង្ហាញពីការប្តេជ្ញាចិត្តរបស់គាត់ក្នុងការថែទាំសុខភាពរបស់គាត់

កំណត់ត្រា

កំណត់ត្រាឧបសគ្គនានាដែលអ្នកបានកំណត់ជាមួយអ្នកជំងឺ នៅក្នុងទម្រង់‹ខ›

ចំណុចពិភាក្សា

- តោះពិនិត្យឡើងវិញ អ្វីដែលយើងបាននិយាយគ្នាថ្ងៃនេះ៖
  - ការលើកទឹកចិត្តចំពោះការចាប់ផ្តើម (ឬ) បន្តការព្យាបាល
  - ឧបសគ្គដែលអាចមាន ចំពោះការបន្តការព្យាបាល
  - ផែនការ និងផែនការបម្រុង
- **តើអ្នកអាចប្រាប់ខ្ញុំ អំពីផែនការទាំងនោះ និងផែនការបម្រុង ដែលយើងបានឯកភាពគ្នានៅថ្ងៃនេះឬទេ?**
  - សួរបន្ត ហើយបើចាំបាច់ សង្ខេបឡើងវិញនូវផែនការ និងផែនការបម្រុង ដែលអ្នកជំងឺបានបង្កើត
- **តើអ្នកមានសំណួរឬគំនិតអ្វីអំពីផែនការរបស់អ្នកឬទេ ឬមានអ្វីទៀតឬទេ?**
  - សូមអរគុណអ្នកម្តងទៀតដែលបានចំណាយពេលថ្ងៃនេះ និយាយអំពីសារៈសំខាន់នៃការគោរពតាមការព្យាបាល និងរបៀបបន្តការព្យាបាល។
  - ខ្ញុំទន្ទឹងរង់ចាំជួបអ្នកម្តងទៀតនៅថ្ងៃទី __________.
- **តើអ្នកចង់បានអ្វីរំលឹកសម្រាប់ការណាត់ជួបគ្នាបន្ទាប់របស់យើងឬទេ?**

ការប្រឹក្សាអំពីការតាមដាន នៃការព្យាបាលមិនដាច់លាប់

ការប្រឹក្សាអំពីការតាមដាន នៃការព្យាបាលមិនដាច់លាប់

សារគន្លឹះ

- សូមស្វាគមន៍ការវិលត្រឡប់មកវិញ! ការវិលត្រឡប់មកវិញនៅទីនេះ បង្ហាញពីការប្តេជ្ញាចិត្តរបស់អ្នកដើម្បីថែរក្សាសុខភាពរបស់អ្នក។
- យើងនឹងរួមគ្នា ស្វែងរកវិធីជួយអ្នក រក្សាសុខភាពឱ្យបានល្អ។

សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកផ្តល់សេវា

- ស្វែងយល់ពីឧបសគ្គ និងបញ្ហាប្រឈមជាមួយអ្នកជំងឺ ដោយប្រើសំណួរបើក។
- បញ្ជាក់! ចៀសវាងការធ្វើឱ្យអ្នកជំងឺមាន អារម្មណ៍ថាពួកគេបរាជ័យ
- បញ្ជាក់ឡើងវិញ៖ អ្នកពិតជាយកចិត្តទុកដាក់ចំពោះសុខភាពរបស់អ្នក ទោះបីជាជួបប្រទះបញ្ហាខ្លះក្តី។
- មើលប័ណ្ណដំបូន្មានសមស្របនៅក្នុងផ្នែករៀបចំផែនការលេបថ្នាំ ត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់ដើម្បីពិនិត្យឡើងវិញលើផែនការ និងកែសម្រួលតាមការចាំបាច់។

កំណត់ត្រា

កំណត់ត្រាឧបសគ្គនានាដែលអ្នកបានកំណត់ជាមួយអ្នកជំងឺ នៅក្នុងទម្រង់‹ខ›

ចំណុចពិភាក្សា

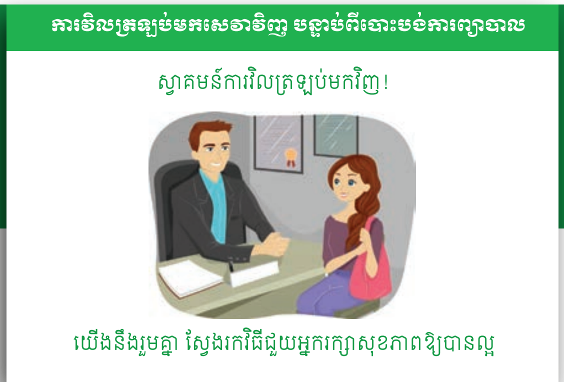
- **តើអ្នកចង់និយាយអំពីបញ្ហាអ្វីខ្លះថ្ងៃនេះ?**
  - ដោះស្រាយសំណួរសិន និង/ឬ កំណត់ត្រាសម្រាប់ពិភាក្សា មុនពេលវគ្គផ្តល់ប្រឹក្សាចប់
- យ៉ាងម៉េចហើយផែនការដែលយើងបានពិភាក្សាកាលពីលើកមុន? តើអ្នកជួបប្រទះបញ្ហាអ្វីទេ? បើជួប តើអ្នកជួបប្រទះបញ្ហាអ្វីខ្លះ? *សួរបន្ថែមចំណុចដូចខាងក្រោមតាមដែលពាក់ព័ន្ធ៖*
  - **ផលរំខាន៖** ផលរំខានអ្វីខ្លះ? សំណួរ?
  - **ការប្រាស្រ័យទាក់ទងរវាងគ្រូពេទ្យ-អ្នកជំងឺ៖** មានបញ្ហាអ្វីទេ/បញ្ហាប្រឈមអ្វីទេ?
  - **ថ្នាំប្រឆាំងនឹងមេរោគអេដស៍ រូបមន្ត និងកាលវិភាគ៖** មានបញ្ហាអ្វីខ្លះទាក់ទងនឹងការលេបថ្នាំទាន់ពេល? ខកខានប្រើថ្នាំមែនទេ? ការទទួលថ្នាំ? ការរក្សាការណាត់ជួប?
  - **ការគាំទ្រ និងការបង្ហាញពីសង្គម៖** ការលាតត្រដាង? បញ្ហាប្រកាន់ខ្ជាប់?
  - **អំពើហិង្សា៖** ផ្លូវកាយ? ពាក្យសំដី? ផ្សេងទៀត?
  - **ការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន៖** ការលំបាកក្នុងការអនុវត្តការលេបថ្នាំ ត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់
  - គម្រោងធ្វើដំណើរទៅឆ្ងាយ៖ មានគម្រោងណាមួយឬទេ? តើនឹងទទួលថ្នាំដូចម្តេច?
- ពិភាក្សាបញ្ហាប្រឈមដែលអ្នកបានលើកឡើង ដែលប៉ះពាល់ដល់សមត្ថភាពរបស់អ្នកក្នុងការបន្តការព្យាបាល ដោយពិនិត្យមើលផែនការរបស់អ្នក។ យើងអាចធ្វើការកែសម្រួលខ្លះជាមួយគ្នា។ **តើអ្នកយល់យ៉ាងណាដែរ?**

ការវិលត្រឡប់មកសេវាវិញ បន្ទាប់ពីបោះបង់ការព្យាបាល

ស្វាគមន៍ការវិលត្រឡប់មកវិញ!

យើងនឹងរួមគ្នា ស្វែងរកវិធីជួយអ្នករក្សាសុខភាពឱ្យបានល្អ

ការវិលត្រឡប់មកសេវាវិញបន្ទាប់ពីបោះបង់ការព្យាបាល



សារគន្លឹះ

- សូមស្វាគមន៍ការវិលត្រឡប់មកវិញ! ការវិលត្រឡប់មកវិញរបស់អ្នក បង្ហាញថា អ្នកមានការតាំងចិត្តខ្ពស់ក្នុងការការពារថែទាំសុខភាពរបស់អ្នក។
- បើយើងសហការគ្នា យើងនឹងស្វែងយល់ពីវិធីនានាដើម្បីជួយអ្នកឱ្យនៅមានសុខភាពល្អជានិច្ច។

សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកផ្តល់សេវា

ប្រើសំណួរបើក

- បញ្ជាក់! ចៀសវាងការធ្វើឱ្យអ្នកជំងឺមានអារម្មណ៍ថា ពួកគេបរាជ័យ
- បញ្ជាក់ឡើងវិញ៖ *អ្នកបានខិតខំ និងបានជួបប្រទះបញ្ហាខ្លះៗ។ ការចូលមកថ្ងៃនេះ បង្ហាញថា អ្នកពិតជាចង់ថែទាំសុខភាពរបស់ខ្លួនអ្នក។*
- មើលបណ្ណដំបូន្មានសមស្របនៅក្នុងផ្នែករៀបចំផែនការគោរពតាមការព្យាបាលដើម្បីពិនិត្យឡើងវិញលើផែនការ និងកែសម្រួលតាមការចាំបាច់។

កំណត់ត្រា

កំណត់ត្រាឧបសគ្គនានាដែលអ្នកបានកំណត់ជាមួយអ្នកជំងឺ នៅក្នុងទម្រង់‹ខ›

ចំណុចពិភាក្សា

- អរគុណដែលអ្នកបានអញ្ជើញមកថ្ងៃនេះ ដែលខិតខំថែសុខភាពខ្លួនឯង។
- សូមអ្នកប្រាប់ខ្ញុំ អំពីការប្រើប្រាស់ថ្នាំរបស់អ្នកមកដល់ពេលនេះ។
  - តើអ្នកប្រើថ្នាំអ្វីខ្លះ? តើអ្នកប្រើថ្នាំនេះដូចម្តេច? តើវាមានប្រសិទ្ធភាពដូចម្តេចដែរ? តើអ្នកឈប់ប្រើថ្នាំនេះនៅពេលណា ហើយហេតុអ្វីបានជាអ្នកឈប់ប្រើវា?
- តើអ្នកយល់ថា ការផ្តល់សេវានៅកន្លែងនេះមានលក្ខណៈដូចម្តេចដែរ?
- តោះយើងពិភាក្សា**បញ្ហាប្រឈម**ដែលប៉ះពាល់ដល់ការព្យាបាលរបស់អ្នក។
- សួរពីឧបសគ្គទាំងឡាយដែលអ្នកជំងឺអាចនឹងជួបប្រទះ និងបន្ថែមចំនួនដូចខាងក្រោម៖
  - **បំណងនៃការព្យាបាលៈ** ផលប្រយោជន៍
  - **ការប្រាស្រ័យទាក់ទងរវាងគ្រូពេទ្យ-អ្នកជំងឺ៖** បញ្ហាប្រឈម រក្សាការសម្ងាត់
  - **មានអារម្មណ៍ថាបានធូរស្រាល៖** ឈប់លេប
  - **ជំងឺប្រចាំកាយ៖** ប្រតិកម្មថ្នាំ ជាមួយថ្នាំដទៃ
  - **ថ្នាំ/ស្តុកថ្នាំ៖** ទំហំ-រសជាតិថ្នាំ ពេលលេប ការរក្សាទុកថ្នាំ
  - **ការគាំទ្រពីសង្គម៖** ការប្រាប់លទ្ធផល ការមាក់ងាយ និងរើសអើង
  - **វិបត្តិនយោបាយ/គ្រោះមហន្តរាយ៖** សុវត្ថិភាពផ្ទាល់ខ្លួន ផ្លាស់ទីលំនៅ
  - **អំពើហិង្សា៖** ហិង្សាលើរាងកាយ ផ្លូវចិត្ត ផ្លូវភេទ និង ផ្សេងទៀត
  - **ការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន៖** លំបាកលេបថ្នាំរាល់ថ្ងៃ
  - **ផ្សេងៗ៖**
- ខ្ញុំយល់ពីបញ្ហាដែលអ្នកបានប្រាប់ខ្ញុំ វាពិតជាប៉ះពាល់ដល់ការបន្តការព្យាបាលរបស់អ្នក។ អ្នកចង់បានសុខភាពល្អ តែអ្នកមានបញ្ហាផ្សេងនៅក្នុងជីវិតដែលធ្វើឱ្យអ្នកពិបាកផ្តោតអារម្មណ៍តែទៅលើការព្យាបាលនេះ។យើងអាចកែសម្រួលស្ថានភាព និងរៀបចំផែនការជាថ្មីជាមួយគ្នា។ តើអ្នកយល់យ៉ាងណាដែរ?

ដំបូន្មានដើម្បីធ្វើឱ្យការលេបថ្នាំកាន់តែប្រសើរ

យើងនឹងរួមគ្នាស្វែងរកវិធីនានា
ដើម្បីធ្វើឱ្យកាន់តែងាយស្រួល
សម្រាប់ការលេបថ្នាំរបស់អ្នក

ដំបូន្មានដើម្បីធ្វើឱ្យការលេបថ្នាំកាន់តែប្រសើរ

សារគន្លឹះ

យើងនឹងរួមគ្នាស្វែងរកវិធីនានាដែលធ្វើឱ្យការលេបថ្នាំរបស់អ្នកកាន់តែងាយស្រួល។

សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកផ្តល់ប្រឹក្សា

បន្ទាប់ពីបានដំបូន្មានរួចមក សូមសួរថាតើដំបូន្មាននេះអាចជួយគាត់បានទេ ឬតើគាត់មានសំណួរឬទេ៖:

- "តើអ្នកគិតថា ដំបូន្មាននេះអាចជួយអ្នកដូចម្តេចខ្លះ?"
- តើអ្នកអាចសាកល្បងធ្វើតាមអ្វីដែលបានពិភាក្សាបានឬទេ?"
- "តើអ្នកមានសំណួរអ្វី អំពី...?"

កំណត់ត្រា

កំណត់ត្រាឧបសគ្គនានាដែលអ្នកបានកំណត់ជាមួយអ្នកជំងឺ នៅក្នុងទម្រង់‹ខ›

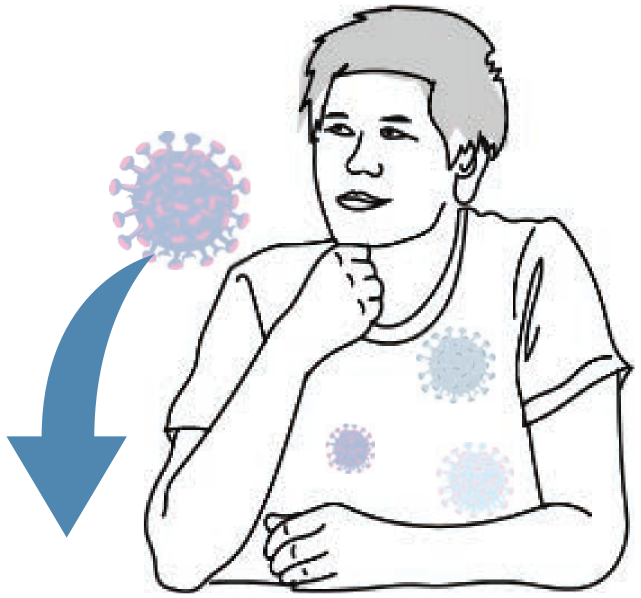
ចំណុចពិភាក្សា

- អ្នកពិតជាយកចិត្តទុកដាក់ចំពោះសុខភាពរបស់អ្នកខ្លាំងមែន ដោយនិយាយអំពីបញ្ហាប្រឈមនានា ដែលអ្នកបានជួបប្រទះក្នុងការលេបថ្នាំរបស់អ្នក។ *[សង្ខេបបញ្ហាប្រឈម និងឧបសគ្គសំខាន់ៗ]*។
- តើនឹងមានអ្វីកើតឡើងប្រសិនបើអ្នកខកខានមិនបានលេបថ្នាំរបស់អ្នក? *[ប្រើបច្ចេកទេស សួរ-ប្រាប់-សួរ]*។
- តោះ ស្វែងយល់ពីវិធីនានាដែលអាចជួយអ្នកឱ្យមានអារម្មណ៍ប្រសើរ
  - *ពិភាក្សានូវដំណោះស្រាយយោងតាមឧបសគ្គដែលអ្នកជំងឺបានប្រាប់*

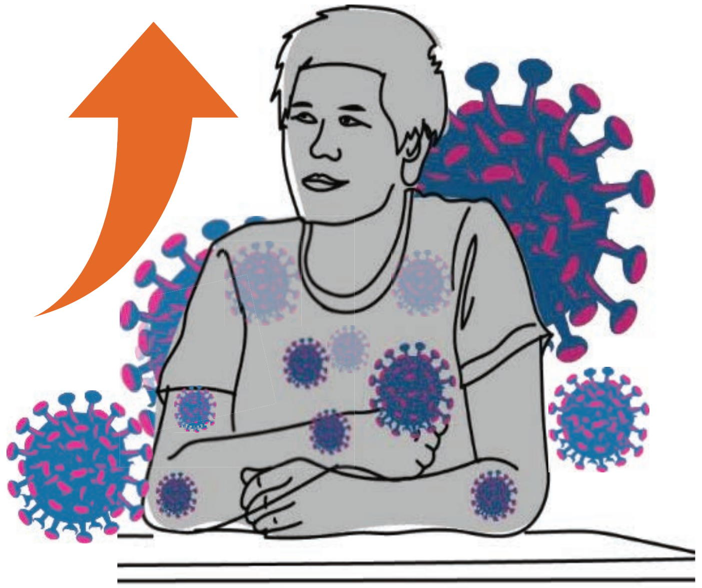
ឧបសគ្គ	អន្តរាគមន៍ដើម្បីដោះស្រាយឧបសគ្គ និងធ្វើឱ្យប្រសើរការលេបថ្នាំ
ខ្វះចំណេះដឹង	• ការផ្តល់ប្រឹក្សាលើចំណុចខ្វះខាត ដល់បុគ្គល ក្រុមពីការលេបថ្នាំកម្រិតមូលដ្ឋាន
ផលរំខាន	• បើចង់ក្អួត ត្រូវលេបថ្នាំជាមួយអាហារ។ ផ្តល់ថ្នាំបំបាត់ការឈឺក្បាល បើឈឺក្បាល និងបញ្ជូនជួបគ្រូពេទ្យ បើមិនធូរស្រាល។
ភ្លេច	• អ្នករៀបចំថ្នាំ ប្រអប់ថ្នាំ ប្រចាំថ្ងៃ។ ធ្វើកាលវិភាគលើប្រតិទិន។ ដាក់ម៉ោងរោទិ៍។ ចូលក្រុម និងត្រូវការមានអ្នករំលឹក។
ធូរស្រាល	ការអប់រំកម្រិតមូលដ្ឋានអំពីមេរោគអេដស៍ និងថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍
ជំងឺ	• បញ្ជូនទៅគ្រូពេទ្យ ពិនិត្យមើលដោយផ្ទាល់ និងគាំទ្រពីមិត្តភក្តិ ឬក្រុមគ្រួសារ
ចែករំលែកថ្នាំ	• ប្រឹក្សាពីសារសំខាន់នៃការព្យាបាល ភាពស៊ាំនៃថ្នាំ
ខ្លាចគេដឹង	• ប្រឹក្សាដៃគូ ឬជាបុគ្គល បញ្ជាក់ពីការរក្សាការសម្ងាត់។ ចូលក្រុមដើម្បីទទួលការគាំទ្របន្ថែម។
ទំនាក់ទំនងគ្រួសារ/ដៃគូ	• ផ្តល់ប្រឹក្សាជាបុគ្គល ដៃគូ ឬជាក្រុមបញ្ជាក់ពីការរក្សាការសម្ងាត់។ ចូលក្រុមដើម្បីទទួលការគាំទ្របន្ថែម។
គ្មានលទ្ធភាពបង់ប្រាក់	• ជួយសម្រួលទទួលយកករណីលើកលែងពីមន្ទីរពេទ្យ។ បញ្ជូនទៅរកការគាំទ្រពីសហគមន៍/សប្បុរសជន
រង់ចាំយូរ	• ពន្យល់ពីដែនកំណត់នៃការព្យាបាល និងធនធានដែលមាន។ សម្រួលជាមួយគ្រូពេទ្យ។
មាក់ងាយនិងរើសអើង	• ពន្យល់ពីក្រុមមិត្តជួយមិត្ត ការគាំទ្រសហគមន៍។
ហិង្សា	• ភ្ជាប់ទំនាក់ទំនងទៅសេវាសុវត្ថិភាព ចំពោះហិង្សាករណីយេនឌ័រ និងពីដៃគូ។

ភាពស៊ាំរបស់មេរោគជាមួយនឹងថ្នាំ

លេបថ្នាំរាល់ថ្ងៃ = មេរោគនឹងអាចបង្ក្រាបបានស្ទើរតែទាំងអស់



ខកខានលេបថ្នាំ = មេរោគនឹងបង្កើនចំនួនកាន់តែច្រើន
ហើយថ្នាំរបស់អ្នកអាចលែងមានប្រសិទ្ធភាពហើយ



បើអ្នកខកខានលេបថ្នាំ
ច្រើនដងពេក ធ្វើឱ្យអ្នកមិន
មានសុខភាពល្អ និងមិន
អាចការពារមនុស្សជាទី
ស្រឡាញ់របស់អ្នក

ភាពស៊ាំរបស់មេរោគជាមួយនឹងថ្នាំ

សារគន្លឹះ

- បើអ្នកខានលេបថ្នាំច្រើនដងពេកមេរោគអាចផ្លាស់ប្តូរ ហើយការព្យាបាលអាចលែងមានប្រសិទ្ធភាព
- បញ្ហានេះអាចធ្វើឱ្យអ្នក ពិបាកទទួលបានសុខភាពល្អ និងការពារមនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់អ្នក

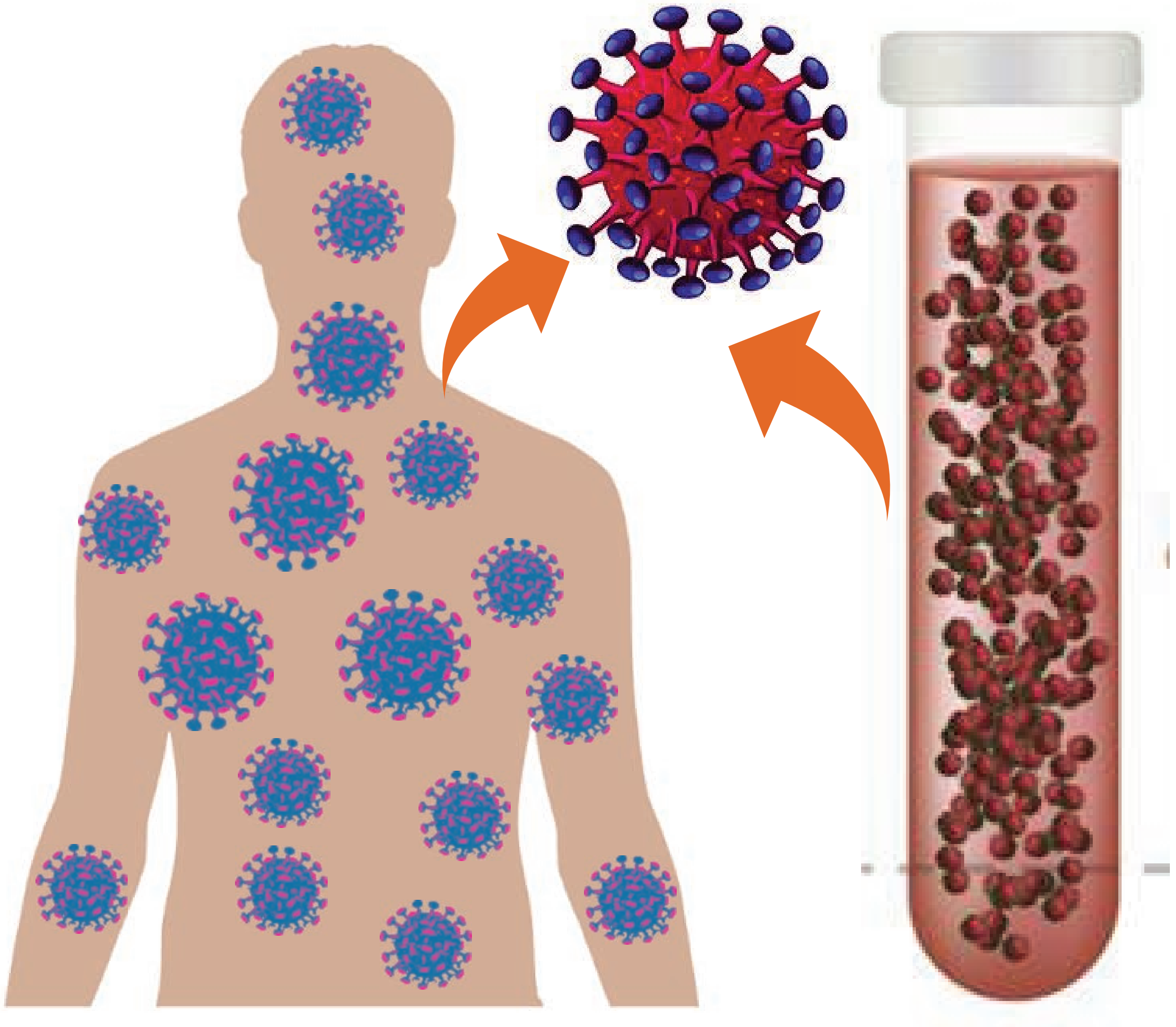
តោះរំលឹកឡើងវិញ

- តាមគំនិតអ្នកផ្ទាល់ តើអ្វីអាចនឹងកើតឡើង ប្រសិនបើអ្នកខកខានលេបថ្នាំច្រើនដងពេក?
- តើមានន័យដូចម្តេច ប្រសិនបើអ្នកមានមេរោគអេដស៍ដែលស៊ាំនឹងថ្នាំ?

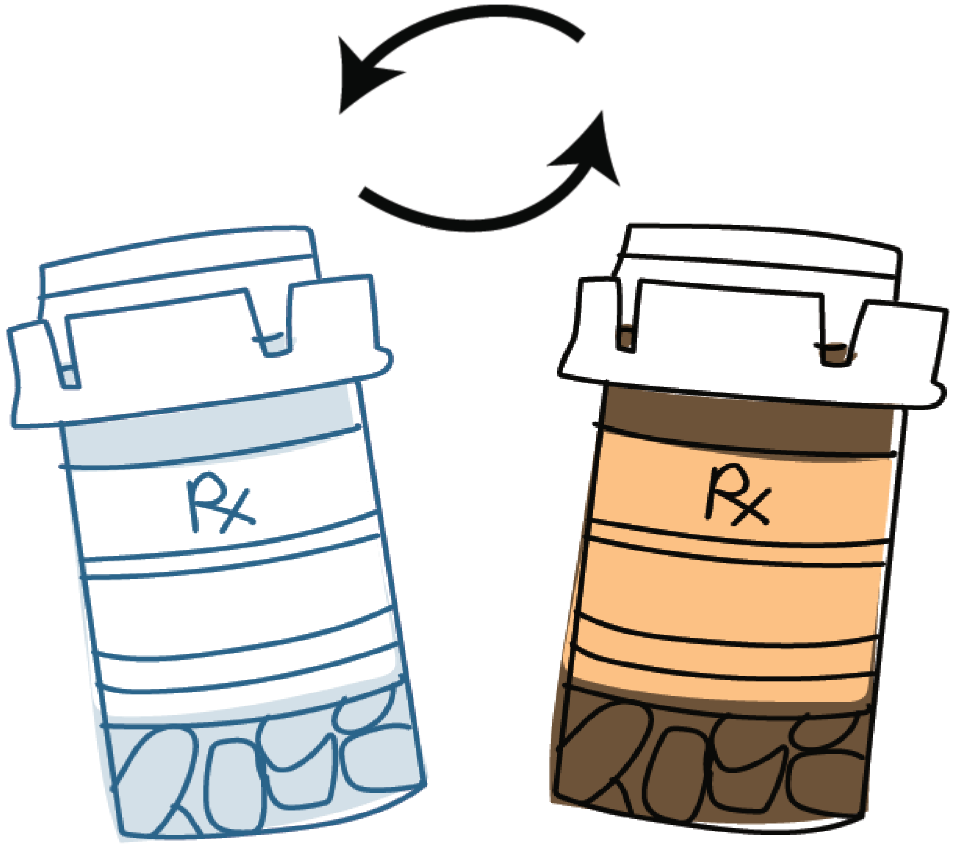
ចំណុចពិភាក្សា

- រូបភាពខាងលើគេ គឺជារបស់មនុស្សម្នាក់ដែលលេបថ្នាំរាល់ថ្ងៃ។ ថ្នាំនេះបញ្ឈប់មេរោគមិនឱ្យបង្កើនចំនួនរបស់វា ហើយបុគ្គលនេះមានមេរោគតិចតួចបំផុតក្នុងខ្លួនរបស់គាត់។
- រូបភាពខាងក្រោម គឺជារបស់មនុស្សម្នាក់ដែលខកខានលេបថ្នាំ។ នៅពេលអ្នកខកខានលេបថ្នាំ មេរោគអាចបង្កើនចំនួនរបស់វាថែមទៀត និងអាចផ្លាស់ប្តូរផងដែរ ឃើញទេ តើវាខុសដូចម្តេច?
- បើមេរោគផ្លាស់ប្តូរ ថ្នាំនោះប្រហែលជាលែងមានប្រសិទ្ធភាពទៀតហើយ ។ អ្នកអាចនឹងចម្លងមេរោគថ្មីនោះទៅអ្នកដទៃទៀត ហើយថ្នាំនោះក៏មិនអាចមានប្រសិទ្ធភាពសម្រាប់អ្នកដែលឆ្លងថ្មីនោះបានដែរ។
- ដូច្នេះហើយបានជាវាសំខាន់ណាស់ ដែលអ្នកមិនត្រូវខកខានលេបថ្នាំឡើយ។

ថ្នាំព្យាបាលមេរោគអេដស៍គ្មានប្រសិទ្ធភាព

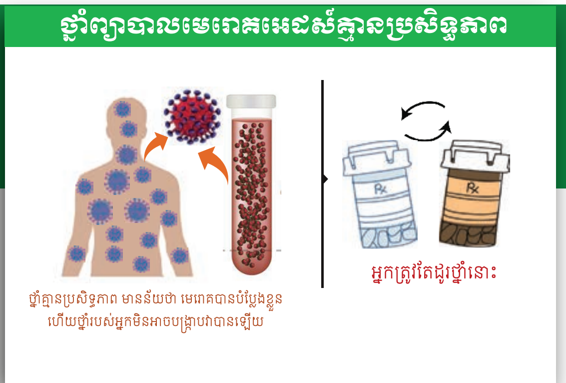


ថ្នាំគ្មានប្រសិទ្ធភាព មានន័យថា មេរោគបានបំប្លែងខ្លួន ហើយថ្នាំរបស់អ្នកមិនអាចបង្ក្រាបវាបានឡើយ



អ្នកត្រូវតែដូរថ្នាំនោះ

ថ្នាំព្យាបាលមេរោគអេដស៍ គ្មានប្រសិទ្ធភាព



សារគន្លឹះ

- ថ្នាំគ្មានប្រសិទ្ធភាព មានន័យថា មេរោគបានបំប្លែងខ្លួន ហើយថ្នាំរបស់អ្នកមិនអាចបង្ក្រាបវាបានឡើយ
- អ្នកត្រូវតែប្តូរថ្នាំ

សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកផ្តល់សេវា

សូមប្រើទម្រង់ផ្តល់ប្រឹក្សាលម្អិត សម្រាប់ការវាយតម្លៃការលេបថ្នាំ ត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់ និងពន្យល់ពីលទ្ធផលចំនួនបន្ទុកមេរោគ

តោះរំលឹកឡើងវិញ

- តើអ្នកប្រាប់ខ្ញុំបានទេថា តើជំហានបន្ទាប់មកទៀតត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ ហើយហេតុអ្វីបានជាគ្រូពេទ្យរបស់អ្នក បានណែនាំឱ្យអ្នកប្តូរថ្នាំរបស់អ្នក?
- តាមគំនិតផ្ទាល់របស់អ្នក តើពាក្យថា ស៊ាំថ្នាំ មានន័យដូចម្តេច?
- តើថ្នាំប្រភេទថ្មីឈ្មោះអ្វីដែលអ្នកកំពុងប្រើ ហើយតើអ្នកប្រើវាដូចម្តេច?
- តើវិធីអ្វីខ្លះបានជួយអ្នក ក្នុងការលេបថ្នាំរបស់អ្នក?
- តើការណាត់ជួបបន្ទាប់របស់អ្នក នៅពេលណា?
- យើងចង់ពិនិត្យមើលចំនួនមេរោគរបស់អ្នកម្តងទៀតនៅ _____ ខែ ដើម្បីដឹងថា តើថ្នាំថ្មីមានប្រសិទ្ធិភាពឬទេ។
- តើអ្នកមានសំណួរទៀតទេ?

កំណត់ត្រា

កំណត់ត្រាថ្នាំថ្មីនៅក្នុងទម្រង់EAC

ចំណុចពិភាក្សា

- ទោះបីជាអ្នកលេបថ្នាំរាល់ថ្ងៃក៏ដោយ លទ្ធផលតេស្តចំនួនមេរោគនៅក្នុងខ្លួនរបស់អ្នកនៅតែខ្ពស់ដដែល។
- វាអាចថាថ្នាំរបស់អ្នកមិនមានប្រសិទ្ធភាព (មេរោគអេដស៍ "ស៊ាំ" ជាមួយថ្នាំរបស់អ្នក ដែលមានន័យថា ថ្នាំនោះមិនអាចបញ្ឈប់មេរោគមិនឱ្យរីករាលដាលបានទៀតឡើយ)
- គ្រូពេទ្យរបស់អ្នកបានណែនាំឱ្យអ្នកផ្លាស់ប្តូររូបមន្តថ្នាំរបស់អ្នក។
  - *សូមអ្នកពិភាក្សាពីផលរំខានដែលអាចមាន និងរបៀបចៀសវាង/គ្រប់គ្រងបញ្ហានេះ។*
- ថ្នាំថ្មីគួរតែអាចបញ្ចុះចំនួនមេរោគរបស់អ្នក ហើយធ្វើឱ្យអ្នកមានសុខភាពល្អ។
- វាសំខាន់ណាស់ដែលអ្នកត្រូវលេបថ្នាំថ្មីនេះឱ្យបានត្រឹមត្រូវ។
- សូមប្រាប់គ្រូពេទ្យរបស់អ្នក ប្រសិនបើអ្នកមានបញ្ហាដើម្បីឱ្យគាត់អាចជួយអ្នកបាន។
- ប្រសិនបើអ្នកចាប់ផ្តើមប្រើថ្នាំផ្សេងទៀត ដូចជាថ្នាំរបេង សូមប្រាប់អ្នកផ្តល់ប្រឹក្សារបស់អ្នកឱ្យបានដឹងភ្លាម។
- ការណាត់ជួបបន្ទាប់របស់អ្នក គឺ _______________។

គន្លឹះសម្រាប់ពង្រឹងការលេបថ្នាំចំពោះយុវវ័យ

"ខ្ញុំអាចជាមនុស្សអស្ចារ្យសម្រាប់សុខភាពរបស់ខ្ញុំ សុខភាពរបស់ខ្ញុំគឺជាការទទួលខុសត្រូវរបស់ខ្ញុំ មេរោគអេដស៍បញ្ចប់ត្រឹមនៅលើខ្លួនខ្ញុំ ក្ដីប្រាថ្នារបស់ខ្ញុំ គឺសម្រេចឱ្យបាននូវ៣មិនៈ

មិនភ្លេចការណាត់ មិនភ្លេចលេបថ្នាំ និងមិនឱ្យបន្ទុកមេរោគអេដស៍កើន"

គន្លឹះសម្រាប់ពង្រឹងការលេបថ្នាំចំពោះយុវវ័យ

សារគន្លឹះ

"ខ្ញុំអាចជាមនុស្សអស្ចារ្យសម្រាប់សុខភាពរបស់ខ្ញុំ សុខភាពរបស់ខ្ញុំ គឺជាការទទួលខុសត្រូវរបស់ខ្ញុំ មេរោគអេដស៍បញ្ចប់ត្រឹមនៅលើខ្លួនខ្ញុំ ក្តីប្រាថ្នារបស់ខ្ញុំ គឺសម្រេចឱ្យបាននូវ មិន ចំនួន៣៖ មិនភ្លេចការណាត់ មិនភ្លេចលេបថ្នាំ និងមិនឱ្យបន្ទុកមេរោគអេដស៍កើនឡើងបាន"

សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកផ្តល់ប្រឹក្សា

សហការណ៍ដើម្បីរកដំណោះស្រាយ

"តើអ្នកបានសាកល្បងអ្វីខ្លះហើយឬនៅ?"

"អ្នកបានធ្វើវាច្រើនហើយ តើមានវិធីផ្សេងទៀតដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហានេះទេ?"

"តើអ្នកគិតថា វាអាចនឹងជួយអ្នកដែរឬទេ?"

"តើអ្នកនឹងចាប់អនុវត្តន៍យ៉ាងដូចម្តេចដែរ?"

"តើអ្នកមានសំណួរអ្វីខ្លះ?"

កំណត់ត្រា

កំណត់ត្រានូវដំណោះស្រាយនៅក្នុងទម្រង់EAC

ចំណុចពិភាក្សា

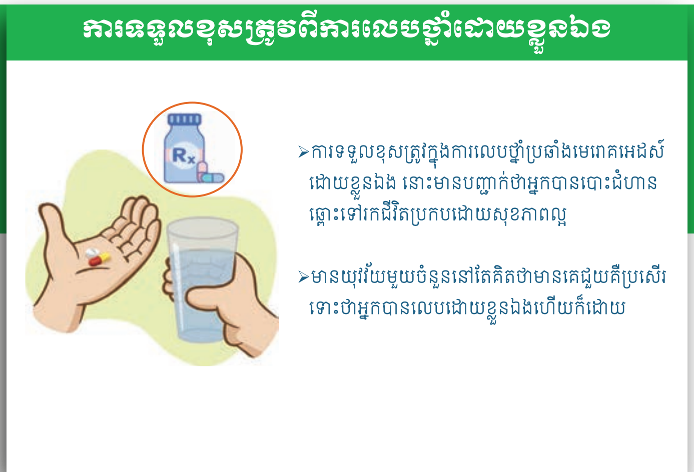
- តោះយើងបន្តការស្វែងរកវិធីដែលអាចធ្វើឱ្យអ្នកលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ងាយស្រួលជាងមុន
- ខ្ញុំសប្បាយចិត្តដែលអ្នកបានប្រាប់នូវបញ្ហានៃការលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍
- អ្វីដែលខ្ញុំឮអ្នកនិយាយគឺ... (សង្ខេបនូវបញ្ហាប្រឈមចម្បងៗ និងឧបសគ្គ)
- តើអ្នកមានសំណូមពរអ្វីទេ ដើម្បីជួយអ្នកឱ្យប្រសើរជាងមុនក្នុងការលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ ក្នុងការឆ្លើយតបទៅនឹងឧបសគ្គទាំងឡាយដែលយើងបានរកឃើញពីការជជែកគ្នា?
- ភ្លេចលេបថ្នាំ ច្រើនជាង ២-៣ដង ក្នុង១ខែអាចបណ្តាលឱ្យថ្នាំលែងមានប្រសិទ្ធភាព
- ពិភាក្សាពីការប្រាប់ស្ថានភាពផ្ទុក ជាជម្រើសទី១ ដ៏ល្អ
- ប្រើសារដែលមានលក្ខណៈលើកទឹកចិត្តជាវិជ្ជមាន មិនចំនួន៣៖ មិនភ្លេចការណាត់ មិនភ្លេចលេបថ្នាំ និងមិនឱ្យបន្ទុកមេរោគអេដស៍កើន"
- ពិភាក្សាការធ្វើតេស្តដៃគូជាប់លាប់ និងដៃគូថ្មីបើមាន
- បញ្ជូនទៅសេវាសម្រាប់មនុស្សវ័យជំទង់ និងណែនាំឱ្យស្គាល់គ្នាជាមួយក្រុមមិត្តជួយមិត្ត/មិត្តអប់រំមិត្ត នៅអំឡុងពេលធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យ
- តម-ការរួមភេទ ជាសារតែមួយគត់ ដែលមិនមានប្រសិទ្ធភាព ឬសមស្រប

ការទទួលខុសត្រូវពីការលេបថ្នាំដោយខ្លួនឯង

- ការទទួលខុសត្រូវក្នុងការលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ ដោយខ្លួនឯង នោះមានបញ្ជាក់ថាអ្នកបានបោះជំហាន ឆ្ពោះទៅរកជីវិតប្រកបដោយសុខភាពល្អ

- មានយុវវ័យមួយចំនួននៅតែគិតថាមានគេជួយគឺប្រសើរ ទោះថាអ្នកបានលេបដោយខ្លួនឯងហើយក៏ដោយ

ការទទួលខុសត្រូវលេបថ្នាំដោយខ្លួនឯង



សារគន្លឹះ

➢ ការទទួលខុសត្រូវក្នុងការលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ ដោយខ្លួនឯង នោះមានបញ្ជាក់ថាអ្នកបានបោះជំហានឆ្ពោះទៅរកជីវិតប្រកបដោយសុខភាពល្អ

➢ ចែករំលែកស្ថានភាពរបស់អ្នក ជាមួយអ្នកណាម្នាក់ដែលអ្នកជឿទុកចិត្ត គេអាចជួយរំលឹកអ្នកក្នុងការលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍រាល់ថ្ងៃ

តោះរំលឹកឡើងវិញ

- តើអ្នកគិតថាថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍នឹងអាចជួយអ្នកបានទេ?
- តើអ្នកមានបានលេបថ្នាំអ្វីផ្សេងទៀតទេ ដើម្បីព្យាបាលជំងឺអេដស៍អ្នក?
- តើអ្នកមានស្វែងរកជំនួយពីអ្នកណាខ្លះ ដែលក្រៅពីបុគ្គលិកគ្លីនិកនេះសម្រាប់ព្យាបាលជំងឺអេដស៍អ្នក?

ចំណុចពិភាក្សា

- ជីវិតរស់នៅ អ្នកគឺជាម្ចាស់នៃខ្លួនរបស់អ្នក
- វាជាកាតព្វកិច្ចរបស់អ្នក ដែលត្រូវធានាថា អ្នកបានលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ ដើម្បីការពារវា
- មានមនុស្សខ្លះនៅចាំជួយការលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍របស់អ្នក ប៉ុន្តែនៅចុងបញ្ចប់គឺវានៅតែជាការងាររបស់អ្នកផ្ទាល់
- តើអ្នករស់នៅជាមួយអ្នកណា? តើអ្នករស់នៅនេះ មានផលប៉ះពាល់ដល់ការប្រើប្រាស់ថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍របស់អ្នកទេ?
- តើរាល់ថ្ងៃនេះ អ្នកណាជួយអ្នកក្នុងការលេបថ្នាំ? តើអ្នកគិតថាវានឹងមានការផ្លាស់ប្តូរនៅពេលអនាគតយ៉ាងម៉េច?
- តើអ្នកណាខ្លះ ដឹងថាអ្នកមានផ្ទុកមេរោគអេដស៍?
- តើអ្នកគិតថាអ្នកណាជាអ្នកដែលល្អ អាចជួយអ្នកក្នុងការលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍?
- ខ្ញុំបានឮថា អ្នកមានការផ្លាស់ប្តូរជាច្រើនក្នុងជីវិតរបស់អ្នកសព្វថ្ងៃនេះ តើអ្នកគិតថាទាំងនេះធ្វើឱ្យមានផលល្អដល់ការលេបថ្នាំរបស់អ្នកដូចម្តេចខ្លះ?
- ស្តាប់ទៅ អ្នកដូចជាមមាញឹកដល់ហើយ! ខ្ញុំដឹងថា នេះជារឿងចាំបាច់ណាស់ដែលអ្នកត្រូវតែថែរក្សាសុខភាពឱ្យបានល្អជារៀងរហូត។ តើអ្នកគិតថា ការលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ អាចដាក់បញ្ចូលទៅក្នុងកាលវិភាគដ៏មមាញឹករបស់អ្នកយ៉ាងដូចម្តេច?

គន្លឹះសម្រាប់ពង្រឹងការលេបថ្នាំ
សម្រាប់ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ/ស្ត្រីបំបៅដោះកូន និងកុមារ

- ✓ កម្រិតនៃការចម្លងមេរោគអេដស៍ពីម្តាយដែលកំពុងប្រើថ្នាំទៅកូន ទាបជិតស្មើនឹងសូន្យ
- ✓ លេបថ្នាំរាល់ថ្ងៃ ជួយអ្នកមិនឱ្យចម្លងទៅកូនក្នុងផ្ទៃ ពេលសម្រាល និងពេលបំបៅដោះកូន
- ✓ បន្តផ្តល់ថ្នាំដល់កូន ដែលរស់នៅជាមួយមេរោគអេដស៍ អាចជួយកូនអ្នករក្សាបាននូវសុខភាពល្អ

គន្លឹះសម្រាប់ពង្រឹងការលេបថ្នាំ សម្រាប់ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ/ស្ត្រីបំបៅដោះកូន និងកុមារ

សារគន្លឹះ

- ➢ កម្រិតនៃការចម្លងមេរោគអេដស៍ពីម្ដាយដែលកំពុងប្រើថ្នាំទៅកូន ទាបជិតស្មើនឹងសូន្យ
- ➢ លេបថ្នាំរាល់ថ្ងៃ ជួយអ្នកមិនឱ្យចម្លងទៅកូនក្នុងផ្ទៃ ពេលសម្រាល និងពេលបំបៅដោះកូន
- ➢ បន្តផ្ដល់ថ្នាំដល់កូន ដែលផ្ទុក អាចជួយកូនអ្នករក្សាបាននូវសុខភាពល្អ

តោះរំលឹកឡើងវិញ

ចូរចាំថាការលេបថ្នាំ ប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ អាចជាបញ្ហាប្រឈម តែខ្ញុំចង់ឱ្យប្រាកដនូវអ្វីដែលយើងបានជជែកគ្នាកន្លងមក

- តើមានអ្វីផ្លាស់ប្ដូរខ្លះដែលអ្នកនឹងយកទៅអនុវត្តដែលអាចជួយអ្នកឱ្យមានភាពប្រសើរជាងមុនក្នុងការចងចាំការលេបថ្នាំ ប្រឆាំងមេរោគអេដស៍?

ចំណុចពិភាក្សា

- តើអ្នកបានធ្វើអ្វីខ្លះហើយ ដើម្បីរក្សាសុខភាពអ្នក និងកូនៗរបស់អ្នកទាក់ទងនឹងការលេបថ្នាំ?
- សួរពីការផ្ដល់សេវាដល់កូនដែលបម្រុងនឹងកើត រួមទាំងកូនៗ ដែលនៅក្នុងបន្ទុកសព្វថ្ងៃ អំពីស្ថានភាពផ្ទុក និងការព្យាបាល

➢ ដើម្បីបង្ការការចម្លងទៅកូនរបស់អ្នក អ្នកត្រូវលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ ត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់

➢នៅពេលកូនរបស់អ្នកកើតមក ត្រូវផ្ដល់ថ្នាំ ដើម្បីបង្ការការចម្លងមេរោគអេដស៍ បង្ការជំងឺឱកាសនិយម (កូទ្រីម) និងធ្វើតេស្តរកមេរោគអេដស៍ពេលកើត ពេលអាយុ ១ខែកន្លះ ពេលក្រោយផ្ដាច់ដោះ និងតេស្តចុងក្រោយនៅអាយុ ១៨ខែ ឬលើស

✓ កូនរបស់អ្នកនឹងត្រូវការបញ្ចុកថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ រាល់ថ្ងៃយ៉ាងហោចណាស់ក្នុងអំឡុងពេល៦សប្ដាហ៍នៃកំណើត។ ថ្នាំនេះជួយបង្ការទារកមិនឱ្យឆ្លងមេរោគអេដស៍ពីអ្នកបាន

➢វាជាការចាំបាច់ត្រូវធ្វើតេស្តកូនៗទាំងអស់របស់អ្នក។ ប្រសិនបើ ឃើញកូនណាមួយលទ្ធផលវិជ្ជមាន យើងនឹងផ្ដល់ថ្នាំទៅពួកគេ ដើម្បីឱ្យពួកគេរក្សាសុខភាពបានល្អ"

កុមារមិនចង់លេបថ្នាំ

កុមារមិនចង់លេបថ្នាំ

សារគន្លឹះ៖

➤ ក្មេងខ្លះមិនចង់លេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ទេ។យើងនឹងរកវិធីជួយពួកគេឲ្យលេបថ្នាំ ។

តោះរំលឹកឡើងវិញ

- សួរឪពុកម្ដាយ តើគាត់មានសំណួរអ្វីខ្លះទេ ដើម្បីឱ្យប្រាកដថាគាត់បានយល់ពីអ្វីដែលបានពិភាក្សាគ្នា៖
  - "អ្វីដែលខ្ញុំបានឮពីអ្នកគឺ (ប្រាប់ពីមូលហេតុ), ខ្ញុំចង់ឱ្យប្រាកដថា ខ្ញុំបានយល់នូវផែនការដែលនឹងជួយដល់កូនរបស់អ្នកក្នុងការលេបថ្នាំ ប្រឆាំងមេរោគអេដស៍."
- *ឱ្យអ្នកជំងឺនូវសេចក្ដីណែនាំជាលាយលក្ខណ៍អក្សរ*

កំណត់ត្រា

កំណត់ត្រានូវផែនការសកម្មភាពដើម្បីឆ្លើយតប នឹងឧបសគ្គដែលបានរកឃើញនៅក្នុងទម្រង់EAC

ចំណុចពិភាក្សា

- ពេលខ្លះវាមានការពិបាកក្នុងការផ្ដល់ថ្នាំដល់កូន។
- តើមូលហេតុអ្វីខ្លះ ដែលអ្នកគិតថាវាពិបាក?
- ក្មេងជួបផលរំខាននៃថ្នាំ
  - ផ្ដល់គន្លឹះសម្រាប់ដោះស្រាយផលរំខាននៃថ្នាំ
  - សម្រាប់ការរកកលចង់ក្អួត ញាំថ្នាំជាមួយអាហារ
  - សម្រាប់ការឈឺក្បាល/ជំងឺជំណោក ញាំថ្នាំពេលយប់
- កុមារចង់ធ្វើសកម្មភាពផ្សេងៗ និង\ឬ មានការពិបាកខ្លាំងនៅពេលផ្ដល់ថ្នាំម្ដងៗ
  - ញាំហើយលេង។ អត់ញាំថ្នាំ មិនឱ្យលេង
  - ការញាំថ្នាំជាផ្នែកមួយនៃសកម្មភាពប្រចាំថ្ងៃ មិនមែនជារឿងដែលកើតឡើងម្ដងម្កាលនោះទេ
  - ផ្ដល់ឱ្យអ្វីសម្រាប់លេង ឬនំ ភ្លាមៗបន្ទាប់ពីលេបថ្នាំដែលអាចជួយក្មេងបាន។
  - ជំនឿសុខភាព – ហេតុអ្វីបានជាខ្ញុំត្រូវលេបវា? តើខ្ញុំត្រូវនិយាយជាមួយកូនយ៉ាងម៉េច ដើម្បីឱ្យពួកគេលេបថ្នាំ
  - ជួយឪពុកម្ដាយ\អាណាព្យាបាលអំពីអ្វីដែលពួកគេត្រូវនិយាយជាមួយកូន៖ "កូនត្រូវតែលេបវាដើម្បីអោយខ្លួនកូនកាន់តែខ្លាំង និងមានសុខភាពល្អ មិនអោយឈឺ" ឬ "ថ្នាំជួយបង្ខាំងមេរោគមិនឱ្យបំផ្លាញកូន"
- សម្រាប់កុមារខ្លះថ្នាំដែលមានរសជាតិល្វីង គឺងាយស្រួលជាងឱ្យពួកគេលេបថ្នាំដែលមានស្រោបសារជាតុផ្អែមៗ។ ទាំងនេះគឺអាចពិគ្រោះជាមួយគ្រូពេទ្យបាន។

ជំពូកទី
៥

បញ្ហាប្រឈម និងដំណោះស្រាយ
ចំពោះការប្រើឱសថប្រឆាំងមេរោគអេដស៍

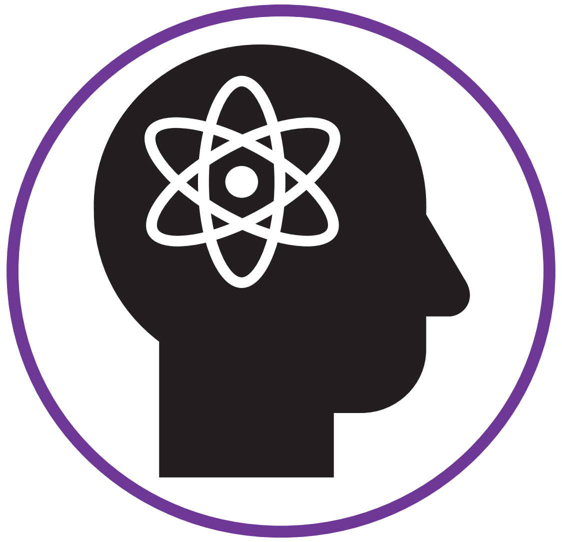
ការវាយតម្លៃកត្តាប្រឈមនៃការខកខាន ឬការបោះបង់សេវាព្យាបាល នាពេលអនាគត និងការផ្តល់ប្រឹក្សាដើម្បីបង្ការជាមុន

ធ្វើចំណាកស្រុក
ទៅធ្វើការ

គ្មានប្រាក់សម្រាប់
ធ្វើដំណើរ

កំពុងប្រើប្រាស់
គ្រឿងស្រវឹង

កំពុងប្រើប្រាស់
គ្រឿងញៀន



មានវិបត្តិ
ផ្នែកស្មារតី

មានការរើសអើង
ខ្វះការគាំទ្រពីសង្គម

មិនយល់ច្បាស់ពីការប្រើ
ថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍

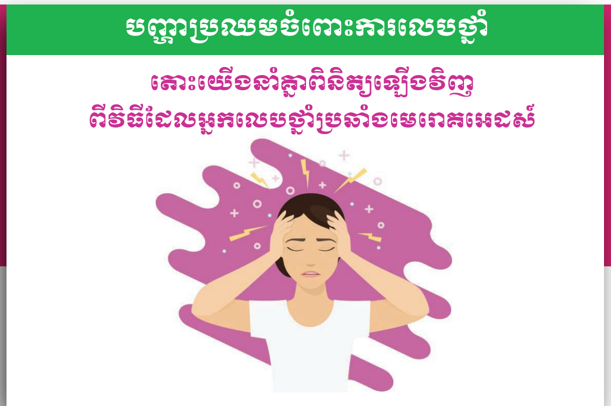
ការវាយតំលៃកត្តាប្រឈមនៃការខកខាន ឬការបោះបង់សេវាព្យាបាលនាពេលអនាគត និងការផ្តល់ប្រឹក្សាដើម្បីបង្ការជាមុន

វាយតំលៃកត្តាប្រឈម	មាន	គ្មាន	បទអន្តរាគមន៍/សារគន្លឹះ	ទំព័រ
អ្នកជំងឺមានបំណងទៅធ្វើការនៅក្រៅប្រទេស ឬប្តូរទីកន្លែងការងារទៅខេត្តផ្សេង			ធ្វើការទំនាក់ទំនងជាទៀងទាត់តាមទូរស័ព្ទ SMS, Telegram, Messenger, email.... បញ្ជាក់ច្បាស់លាស់ ពេលណាដែលត្រូវផ្លាស់ប្តូរទីកន្លែងធ្វើការ។ ផ្តល់ជម្រើសថ្នាំរយៈពេលវែង អាចដល់៦ខែ(ប្រសិនសមស្រម) ឬណែនាំសេវាART ដែលនៅជិត	៤៣–៤៤
អ្នកជំងឺមានភាពក្រីក្រ ពិបាកក្នុងការសុំច្បាប់ការងារ គ្មានប្រាក់ធ្វើដំណើរ			ស្វែងរកការជួយពីបណ្តាញសង្គម អង្គការក្រៅរដ្ឋាភិបាល ការសន្សំប្រាក់ផ្ទាល់ខ្លួន ផ្តល់ថ្នាំរយៈពេលវែង (MMD)។ រកជំនួយពីសហគមន៍ ដើម្បីគាំទ្រ និងពង្រឹងការលេបថ្នាំ ត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់	៣១-៣២
អ្នកជំងឺកំពុងប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន/គ្រឿងស្រវឹង			ផ្តល់ប្រឹក្សាអំពីផលអាក្រក់នៃការប្រើប្រាស់សារជាតុញៀន ឬគ្រឿងស្រវឹង បញ្ជូនទៅរកសេវាព្យាបាល និងបន្សាបសារជាតុញៀន	៣៥-៣៦
អ្នកជំងឺមានវិបត្តិផ្នែកស្មារតី ឬវិបត្តិធ្ងន់ធ្ងរអ្វីមួយ			ពិភាក្សាពីការរកអ្នកជំនួយក្នុងការលេបថ្នាំ និងការគាំទ្រផ្នែកអារម្មណ៍ បញ្ជូនទៅរកសេវាការព្យាបាលផ្លូវចិត្ត	៨១-៨២
អ្នកជំងឺកំពុងលាក់បាំងស្ថានភាពមេរោគអេដស៍ជាមួយគ្រួសារ/ដៃគូ ឬអ្នកជំងឺខ្វះការគាំទ្រពីសង្គម មានការរើសអើង			ផ្តល់ប្រឹក្សាអំពីគុណសម្បត្តិ និងគុណវិបត្តិនៃការបង្ហាញស្ថានភាពមេរោគអេដស៍ លើកទឹកចិត្តអ្នកជំងឺឱ្យប្រាប់ពីស្ថានភាពរបស់គាត់ទៅដៃគូ ក្រុមគ្រួសារ ប្រសិនបើគ្មានឧបសគ្គ ឬផលអាក្រក់ និងអត្ថប្រយោជន៍នៃសេវាតាមរកដៃគូ ផ្តល់ប្រឹក្សាពីចិត្តសង្គម និងការបើកចំហរស្ថានភាព/ការជូនដំណឹងដៃគូ មិត្តគាំទ្រមិត្ត (Peer support group)	៧៩-៨០
អ្នកជំងឺមិនយល់ពីឱសថប្រឆាំងមេរោគអេដស៍			ពន្យល់ពីមេរោគអេដស៍ និងថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍(គុណសម្បត្តិរបស់ថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍)	២៥-២៦ ២៧-២៨

បញ្ហាប្រឈមចំពោះការលេបថ្នាំ

តោះយើងនាំគ្នាពិនិត្យឡើងវិញ
ពីវិធីដែលអ្នកលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍

បញ្ហាប្រឈមចំពោះការលេបថ្នាំ



សារគន្លឹះ

➢ យើងនាំគ្នាពិនិត្យឡើងវិញពីរបៀបដែលអ្នកលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍

សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកផ្តល់សេវា

- ស្វែងរកឧបសគ្គ និងបញ្ហាប្រឈមជាមួយអ្នកជំងឺ
- ឧ:នៃសំណួរបើក (ចៀសវាងសំណួរបិទ)
- តើមានបញ្ហាប្រឈមអ្វីខ្លះដែលធ្វើឱ្យអ្នកពិបាកក្នុងការលេបថ្នាំរាល់ថ្ងៃ ?
- តើអ្នកបានធ្វើអ្វីខ្លះរាល់ថ្ងៃ ដើម្បីចាំពេលលេបថ្នាំ ?
- តើនឹងមានអ្វីកើតឡើងខ្លះ ប្រសិនបើអ្នកមិនលេបថ្នាំរាល់ថ្ងៃ ?

កំណត់ត្រា

កំណត់ត្រានូវឧបសគ្គជាក់លាក់នៅក្នុង ទម្រង់‹ខ›

ចំណុចពិភាក្សា

- តោះរកនឹកពីបញ្ហាប្រឈមដែលអ្នកជួបប្រទះពេលអ្នកលេបថ្នាំ
- សូមសម្រួលអារម្មណ៍ ហើយប្រាប់ខ្ញុំពីបញ្ហាប្រឈមដែលអ្នកបានជួបប្រទះ ខ្ញុំសាកសួរព្រោះខ្ញុំចង់ស្វែងរកវិធីណាដែលអាចជួយអ្នកឱ្យប្រសើរជាងមុន
- តើរៀបរាប់នូវហេតុការណ៍ដែលកើតឡើងពេលអ្នកភ្លេចលេបថ្នាំចុងក្រោយគេបង្អស់ ?

ឧបសគ្គ	សំណួរដើម្បីស្វែងរកឧបសគ្គ
ខ្វះចំណេះដឹង	សូមប្រាប់ឈ្មោះថ្នាំដែលអ្នកកំពុងប្រើ ? របៀបលេបថ្នាំ និងការទុកដាក់ថ្នាំ (លេបនៅម៉ោងប៉ុន្មាន ? លេបប៉ុន្មានដង ? ទុកថ្នាំនៅឯណា ?) និងពីបំណងនៃការលេបថ្នាំ ?
ភ្លេចលេបថ្នាំ	សូមប្រាប់ បើធ្លាប់ភ្លេច ឬឧស្សាហ៍ភ្លេចលេបថ្នាំ ? លេបថ្នាំទៀងពេល ជាប់លាប់ ? តើមានវិធីអ្វីខ្លះ ដែលអាចជួយរំលឹកខ្លួនឯងឱ្យកុំឱ្យភ្លេចលេបថ្នាំ ?
ផលរំខាននៃថ្នាំ	តើអ្នកមានផលរំខានអ្វីខ្លះពីការលេបថ្នាំ ? (វិលមុខ ក្អួតចង្អោរ រាករូស ដំណេកមិនស្កប់)
ធុញទ្រាន់លេបថ្នាំ	តើអ្នកធ្លាប់មានអារម្មណ៍មិនស្រួល នៅពេលត្រូវលេបថ្នាំ (ទំហំ ទម្រង់ រសជាតិ) ដែរឬទេ ? បើអ្នកមានវិលមុខ បញ្ហាក្រពះ អស់កម្លាំង សុបិនចម្លែក តើអ្នកឈប់លេបថ្នាំ ដែរឬទេ ?
ការបាត់/ដាច់ថ្នាំ	សូមប្រាប់ ប្រសិនធ្លាប់ធ្វើបាត់ ឬអស់ថ្នាំ មុនថ្ងៃណាត់ ?
មិនមានការគាំទ្រ	តើអ្នកមានស្គាល់អ្នកដែលកំពុងប្រើថ្នាំដែរឬទេ? ប្រសិនបើមាន តើអ្នកគាំទ្រគ្នាគាត់ដែរឬទេ?
ការធ្វើដំណើរ	តើអ្នកមានការលំបាកអ្វីខ្លះ ក្នុងការធ្វើដំណើរមកគ្លីនិក (ផ្លូវឆ្ងាយ ថ្លៃចំណាយ ការងារ..) ?
កង្វះចំណីអាហារ	តើកង្វះចំណីអាហារ ធ្លាប់ជាបញ្ហាចំបងមួយក្នុងការលេបថ្នាំ ឬបញ្ចុកថ្នាំកូន យ៉ាងណាខ្លះ?
ចរឹកកុមារ	តើអាចប្រាប់ពីអារម្មណ៍របស់កូន ដូចជាការរៀន ការតក់ស្លុត ឬជំងឺផ្សេងៗ ដែលកូនប្រកែកមិនលេបថ្នាំ ?

បញ្ហាប្រឈមការលេបថ្នាំរបស់ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ ស្ត្រីបំបៅដោះកូន កុមារ និងយុវវ័យ

- ✓ អ្នកខ្លះមានឧបសគ្គកើតឡើង នៅពេលលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ យើងអាចជួយអ្នកដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហាប្រឈមទាំងនោះ
- ✓ តោះយើងនាំគ្នា ពិភាក្សាអំពីហេតុផលខ្លះៗ ដែលធ្វើឱ្យអ្នក កូនរបស់អ្នក ពិបាកក្នុងការលេបថ្នាំ ឬបញ្ចុកថ្នាំ

បញ្ហាប្រឈមការលេបថ្នាំរបស់ស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ ស្ត្រីបំបៅដោះកូន កុមារ និងយុវវ័យ

សារគន្លឹះ

- អ្នកខ្លះមានឧបសគ្គកើតឡើងនៅពេលលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍។ យើងអាចជួយអ្នកដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហាប្រឈមទាំងនោះ
- តោះយើងនាំគ្នា យើងនឹងពិភាក្សាពីហេតុផលខ្លះដែលធ្វើឱ្យអ្នក កូនរបស់អ្នក ពិបាកក្នុងការលេបថ្នាំ ឬបញ្ចុកថ្នាំ។

សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកផ្តល់សេវា

ស្វែងរកឧបសគ្គ/បញ្ហាប្រឈមជាមួយអ្នកជំងឺ កូនរបស់គាត់ ឬយុវវ័យ

ឧ:នៃសង្ខេបការសន្ទនាឡើងវិញ,

- *អ្នកកំពុងតែចូល់* ឱសថប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ នឹងបង្កភ័យដល់អ្នក/កូនអ្នក
- *អញ្ចឹងអ្នកមានអារម្មណ៍* មួម៉ៅ នៅពេលណារំលឹកពីថ្នាំ វាធ្វើឱ្យមានភាពតានតឹងក្នុងចិត្ត
- *អ្វីដែលខ្ញុំបានឮពីអ្នកគឺ* អ្នកមានអ្វីៗជាច្រើនសម្រាប់ធ្វើ វាជាការពិបាកក្នុងការលេបថ្នាំរាល់ថ្ងៃ ហើយអ្នកមិនច្បាស់ ថាថ្នាំអាចជួយអ្នក/កូនអ្នកមានសុខភាពល្អ

កំណត់ត្រា

កំណត់ត្រាឧបសគ្គនៅក្នុងទម្រង់‹ខ›

ចំណុចពិភាក្សា

ឧបសគ្គ	សំណួរដើម្បីស្វែងរកឧបសគ្គ
មានជំងឺប្រចាំកាយ	តើជំងឺប្រចាំកាយ (ជំងឺទឹកនោមផ្អែម លើសឈាម សន្លាក់រ៉ាំរ៉ៃ...) ប៉ះពាល់អ្វីខ្លះ ដល់ការលេបថ្នាំរាល់ថ្ងៃ? ហើយវារំខានដល់ជីវិតរស់នៅប្រចាំថ្ងៃរបស់អ្នកដូចម្តេចខ្លះ?
ការបាក់ទឹកចិត្ត	តើអ្នកមានអារម្មណ៍យ៉ាងណា ទៅលើសកម្មភាពដែលអ្នកធ្លាប់ចូលចិត្តពីមុន និងសព្វថ្ងៃ (បាក់ទឹកចិត្ត គ្មានសង្ឃឹម បន្ទោសខ្លួនឯង)?
ប្រាប់ស្ថានភាពមេរោគ	តើអ្នកណាខ្លះ ដែលអ្នកទុកចិត្ត ហើយប្រាប់ពីស្ថានភាពផ្ទុករបស់អ្នក? តើអ្នកបានគាំទ្រការលេបថ្នាំកម្រិតណា? តើការលាក់ស្ថានភាពផ្ទុកពីដៃគូ អាចប៉ះពាល់ដល់ការព្យាបាលដែរឬទេ?
ការមាក់ងាយ និងរើសអើង	តើធ្លាប់ទទួលការមាក់ងាយនិងរើសអើងអ្វីខ្លះ (ចូលក្រុម ចូលរួមពិធី ទទួលសម្តីមិនសមរម្យ បដិសេធការងារ ឬការលំបាកមកបើកថ្នាំនៅគ្លីនិក)?
ការប្រើសារធាតុស្រវឹង/ញៀន	តើធ្លាប់កាត់បន្ថយការសេពគ្រឿងស្រវឹង ឬគ្រឿងញៀនប៉ុណ្ណា (មួម៉ៅ អារម្មណ៍មិនល្អ ចំនួនដងនៃការប្រើ ពេលវេលាដែលប្រើ)?
ហិង្សាផ្លូវភេទ និងយេនឌ័រ	តើធ្លាប់ទទួលហិង្សាផ្លូវភេទ ឬយេនឌ័រ អ្វីខ្លះពីដៃគូ? តើអ្នកមានអារម្មណ៍យ៉ាងណាដែរចំពោះទំនាក់ទំនងរបស់អ្នកជាមួយគ្រួសារ និងដៃគូ?

ការគ្រប់គ្រងផលរំខាននៃថ្នាំ

មនុស្សខ្លះទទួលរងផលរំខានខ្លះៗ តែវានឹងធូរស្រាលទៅវិញ
សូមបន្តការលេបថ្នាំរបស់អ្នក រហូតដល់ពេលអ្នកមកជួបគ្រូពេទ្យ

ការគ្រប់គ្រងផលរំខាននៃថ្នាំ

សារគន្លឹះ

➢ មនុស្សខ្លះទទួលរងផលរំខាន ហើយផលរំខានជាច្រើននឹងធូរស្រាលវិញក្នុងពេលខាងមុខ។ សូមបន្តលេបថ្នាំរបស់អ្នករហូតដល់ពេលអ្នកជួបគ្រូពេទ្យរបស់អ្នក

សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកផ្តល់សេវា

ប្រសិនបើអ្នកជំងឺមិនទាន់បានចាប់ផ្តើមលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍នៅឡើយទេ អ្នកអាចពិភាក្សាអំពីផលរំខានដែលអាចនឹងមាន ហើយរៀបចំផែនការដើម្បីដោះស្រាយផលរំខានទាំងនោះ នៅពេលវាកើតឡើង។

- តើអ្នកអាចទាក់ទងនរណា ប្រសិនបើអ្នកមានអារម្មណ៍មិនស្រួលក្នុងខ្លួន ឬផលរំខាន?

កំណត់ត្រា

កំណត់ត្រាឧបសគ្គនានាដែលអ្នកបានកំណត់ជាមួយអ្នកជំងឺ នៅក្នុងទម្រង់‹ខ›

ចំណុចពិភាក្សា

- **តើមានផលរំខានអ្វីខ្លះដែលអ្នកបានជួបប្រទះពីមុនមក? បើអ្នកមិនធ្លាប់ជួបប្រទះផលរំខានអ្វីទេ តើអ្នកធ្លាប់ឮគេនិយាយអំពីផលរំខានអ្វីខ្លះ ដែលទាក់ទងនឹងថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍?**
- ផលរំខានទូទៅ៖ ឈឺក្បាល ចង់ក្អួតចង្អោរ ឈឺសាច់ដុំ យល់សប្តិច្រើន
  – ត្រូវបន្តការព្យាបាល ទោះបីជាអ្នកជួបផលរំខានក៏ដោយ។
- **តើផលរំខានអ្វីខ្លះដែលអ្នកធ្លាប់ជួបប្រទះ ដែលធ្វើឱ្យអ្នកឈប់លេបថ្នាំ ឬនឹងធ្វើឱ្យអ្នកឈប់លេបថ្នាំបើសិនអ្នកជួបប្រទះផលរំខាននោះ?**
  – តើអ្នកធ្លាប់បានធ្វើអ្វីខ្លះចំពោះផលរំខាននានាដែលអ្នកបានជួបប្រទះ? តើអ្នកធ្លាប់និយាយជាមួយគ្រូពេទ្យរបស់អ្នក អំពីផលរំខានទាំងនោះដែរឬទេ?
- **តើអ្នកនឹងធ្វើអ្វីខ្លះ ប្រសិនបើអ្នកជួបប្រទះផលរំខានដែលយើងបានពិភាក្សាទាំងនេះ?**

ដំណោះស្រាយដែលអាចមាន៖

– ទៅគ្លីនិកឱ្យបានឆាប់បំផុត ដើម្បីពិភាក្សាអំពីផលរំខានណាមួយដែលអ្នកមាន ជាមួយគ្រូពេទ្យរបស់អ្នក ឬនៅចុងបញ្ចប់នៃកិច្ចពិភាក្សានេះ ជាមួយបុគ្គលិកសមស្រប។
– បន្តលេបថ្នាំរហូតដល់ពេលអ្នក បានជួបជាមួយគ្រូពេទ្យរបស់អ្នក
– លេបថ្នាំជាមួយអាហារ (ក្នុងករណីចង់ក្អួតចង្អោរ/ឈឺក្បាល)
– លេបថ្នាំនៅពេលយប់ (ក្នុងករណីសន្លឹម/ស្រពោនចិត្ត)

ការប្រើសារធាតុញៀន ឬគ្រឿងស្រវឹង

ប្រសិនបើអ្នកប្រើសារធាតុញៀន
ជាការសំខាន់ណាស់ដែលត្រូវធានាថា
វាមិនធ្វើឱ្យអ្នកខកខានការលេបថ្នាំ
រៀងរាល់ថ្ងៃ និងទៀងពេលវេលាឡើយ

ការប្រើសារធាតុញៀន និងគ្រឿងស្រវឹង

សារគន្លឹះ

➢ បើអ្នកប្រើសារធាតុញៀន ជាការសំខាន់ណាស់ដែលត្រូវធានាថា ការប្រើសារធាតុញៀនរបស់អ្នក មិនធ្វើឱ្យអ្នកខកខានលេបថ្នាំជារៀងរាល់ថ្ងៃ និងទៀងពេលវេលាឡើយ។

សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកផ្តល់សេវា

▪ បញ្ជូនអ្នកជំងឺទៅរកសេវាព្យាបាល និងផ្តល់ប្រឹក្សា បើគាត់ត្រូវការ និងប្រសិនបើមានសេវានេះ

កំណត់ត្រា

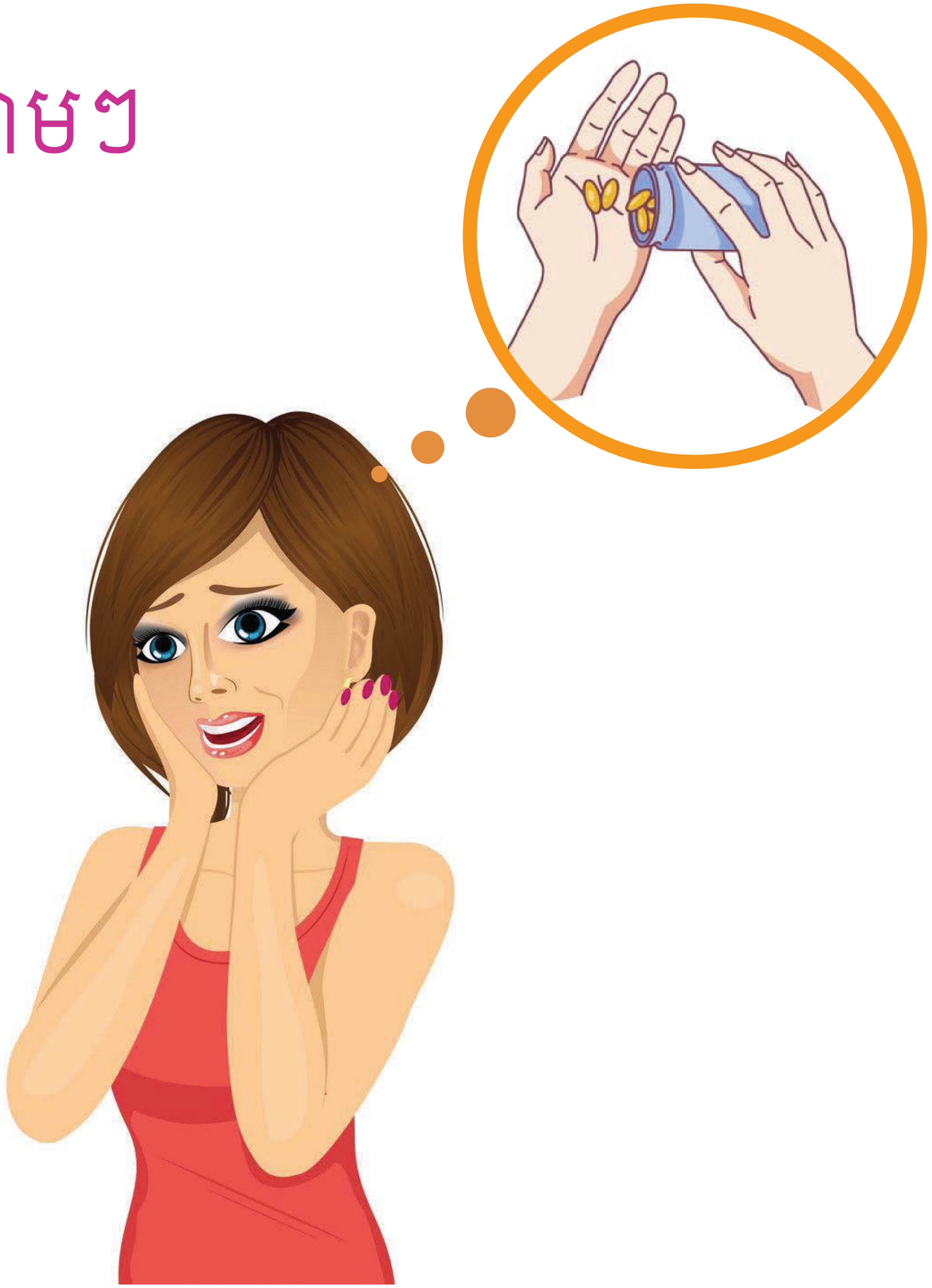
កំណត់ត្រាឧបសគ្គនានាដែលអ្នកបានកំណត់ជាមួយអ្នកជំងឺ នៅក្នុងទម្រង់‹ខ›

ចំណុចពិភាក្សា

- បើអ្នកប្រើសារធាតុញៀនជាប្រចាំ យើងអាចរៀបចំផែនការរួមគ្នា ដើម្បីឱ្យអ្នកអាចចងចាំពីពេលវេលាដែលត្រូវលេបថ្នាំរបស់អ្នក ខណៈពេលដែលអ្នកកំពុងប្រើប្រាស់សារធាតុញៀន។ **តើអ្នកមានគោលបំណងដូចម្តេចដែរ?**
- **តើចំណុចណាខ្លះនៃការប្រើសារធាតុញៀនរបស់អ្នក អាចធ្វើឱ្យអ្នកមានការលំបាក ក្នុងការចងចាំការលេបថ្នាំរបស់អ្នក?**
  - តើអ្នកផឹកគ្រឿងស្រវឹង ឬប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀនផ្សេងទៀតញឹកញាប់ប៉ុណ្ណាដែរ?
  - តើការផឹកស្រា ឬការប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀននេះ អាចប៉ះពាល់ដល់ការលេបថ្នាំរបស់អ្នកដូចម្តេច?
  - តើអ្នកភ្លេចលេបថ្នាំដែរឬទេនៅពេលអ្នកប្រើគ្រឿងស្រវឹងឬគ្រឿងញៀនទាំងនោះ?
- **តើអ្នកអាចធ្វើអ្វីបានខ្លះ ដើម្បីជួយឱ្យអ្នកចងចាំលេបថ្នាំរបស់អ្នក?**
  - ជាធម្មតា តើអ្នកនៅជាមួយអ្នកណា ហើយតើអ្នកនៅទីណានៅពេលអ្នកទៅផឹកគ្រឿងស្រវឹង/ប្រើប្រាស់សារធាតុញៀន?
  - តើមានមិត្តភក្តិ/សមាជិកគ្រួសារ (ឧ: អ្នកគាំទ្រ) ដែលអាចយកថ្នាំមកឱ្យអ្នក និងលើកទឹកចិត្តអ្នកឱ្យលេបថ្នាំដែរឬទេ?
  - តើការឮសម្លេងរោទ៍/ការឃើញស្ទីកឃ័រ នឹងជួយអ្នកឱ្យចងចាំបានទេ?
  - តើមានអ្វីនឹងកើតឡើង ប្រសិនបើអ្នកត្រូវផ្លាស់ប្តូរម៉ោងលេបថ្នាំរបស់អ្នក?
  - តើវានឹងជួយអ្នកឱ្យចងចាំដែរឬទេ?

ការគ្រប់គ្រងបញ្ហាខកខាននៃការលេបថ្នាំ

អ្នកត្រូវចាប់ផ្តើមលេបថ្នាំវិញភ្លាមៗ នៅពេលអ្នកនឹកឃើញ!



ការគ្រប់គ្រងបញ្ហាខកខាននៃការលេបថ្នាំ

សារគន្លឹះ

- ការខកខានលេបថ្នាំ គឺជារឿងធម្មតា។ អ្វីដែលសំខាន់គឺថា អ្នកត្រូវចាប់ផ្ដើមលេបវិញភ្លាមៗ នៅពេលអ្នកនឹកឃើញវិញ។

សេចក្ដីណែនាំសម្រាប់អ្នកផ្ដល់សេវា

គេមិនគួរសើចចំអកឱ្យអ្នកជំងឺចំពោះការខកខានលេបថ្នាំមួយដងឬពីរដងនោះទេ។ ត្រូវផ្ដោតលើយុទ្ធសាស្ត្រសម្រាប់ពេលអនាគតដើម្បីចៀសវាងការខកខានលេបថ្នាំ

កំណត់ត្រា

កំណត់ត្រាឧបសគ្គនានាដែលអ្នកបានកំណត់ជាមួយអ្នកជំងឺ នៅក្នុងទម្រង់.ខ.

ចំណុចពិភាក្សា

- ជួនកាល អ្នកខ្លះភ្លេចលេបថ្នាំ។ ការខកខានលេបថ្នាំ គឺជាបទពិសោធន៍ដែលត្រូវរៀនសូត្រមួយ។
- យើងនឹងពិនិត្យមើលបញ្ហានេះ នៅរាល់ពេលដែលយើងចាប់ផ្ដើមវគ្គនីមួយៗ។
- តើអ្នកគិតថាកត្តាអ្វីខ្លះដែលរារាំងអ្នកមិនឱ្យចាប់ផ្ដើមលេបថ្នាំរបស់អ្នកឡើងវិញ ប្រសិនបើអ្នកខកខានប្រើលេបម្ដង?
- **តើវិធីអ្វីខ្លះដែលល្អបំផុតសម្រាប់អ្នក ដើម្បីឆ្លើយតបនៅពេលអ្នកខកខានលេបថ្នាំម្ដងៗ?**
  - តើអ្នកបានរៀនសូត្រអ្វីខ្លះ ពីការខកខាន**លេបថ្នាំម្ដងៗ** ដែលនឹងជួយអ្នកចៀសវាងការភ្លេចម្ដងទៀតក្នុងពេលអនាគត?
  - រក្សាអាកប្បកិរិយាវិជ្ជមាន ហើយព្យាយាមវិលត្រឡប់ទៅកាន់គោលដៅគោរពតាមការព្យាបាលរបស់អ្នកវិញ ឱ្យបានឆាប់បំផុតតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន

តើនរណាដែលយុវវ័យត្រូវប្រាប់

ចែករំលែកស្ថានភាពផ្ទុករបស់អ្នក
ជាមួយនរណាម្នាក់ដែលអ្នកទុកចិត្ត
អាចជួយអ្នកក្នុងការលេបថ្នាំប្រឆាំង
មេរោគអេដស៍រាល់ថ្ងៃបាន

តើនរណាដែលយុវវ័យត្រូវប្រាប់

សារគន្លឹះ

- ចែករំលែកស្ថានភាពផ្ទុករបស់អ្នក ជាមួយអ្នកណាម្នាក់ដែលអ្នកទុកចិត្ត អាចជួយអ្នកក្នុងការលេបថ្នាំ ប្រឆាំងមេរោគអេដស៍រាល់ថ្ងៃ

សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកផ្តល់សេវា

- ពិភាក្សាពីវិធីសម្រាប់ការពារភាពជាឯកជន និងវិធីទាំងឡាយ ដែលអ្នកជំងឺគួរប្រាប់ពីស្ថានភាពផ្ទុកមេរោគអេដស៍របស់គាត់ និងត្រូវប្រាប់ដូចម្តេច។

កំណត់ត្រា

កត់ត្រាទុកនូវផែនការសកម្មភាព ដើម្បីឆ្លើយតបនឹងឧបសគ្គដែលបានរកឃើញនៅក្នុងទម្រង់ផ្តល់ប្រឹក្សាលម្អិត (EAC)

ចំណុចពិភាក្សា

- វិធីសម្រាប់ការពារភាពជាឯកជន
  - ✓ ប្រើប្រអប់ថ្នាំដោយមិនដាក់សញ្ញាសម្គាល់
  - ✓ ប្រើប្រអប់ដាក់ថ្នាំប្រសើរជាងកំប៉ុង
  - ✓ ផ្តល់យោបល់ពីទីកន្លែងដែលអ្នកជំងឺអាចរក្សាទុកថ្នាំ ការលេបថ្នាំប្រឆាំង មេរោគអេដស៍ ដោយមិនឱ្យអ្នកដទៃដឹង ប៉ុន្តែត្រូវទុកនៅកន្លែងណាដែលអ្នកជំងឺងាយមើលឃើញ និងអាចយកបាន។
- ផ្តល់ឱ្យអ្នកជំងឺនូវព័ត៌មានពិត និងនូវអ្វីដែលជាតម្រូវការ៖
  - តើមនុស្សមានលក្ខណៈសម្បត្តិដូចម្តេចខ្លះ ដែលអ្នកគិតថាជាជម្រើសដ៏សមរម្យសម្រាប់អ្នកប្រាប់ពីស្ថានភាពផ្ទុករបស់អ្នកជាមួយគាត់បាន?
  - តើអ្នកបានទទួលប្រយោជន៍អ្វីខ្លះ ពីអ្នកដែលបានដឹងស្ថានភាពផ្ទុកមេរោគអេដស៍របស់អ្នក?
  - តើអ្នកសម្រេចចិត្តថាទុកចិត្តមនុស្សម្នាក់នោះដោយរបៀបណា?
  - តើអ្នកបារម្ភថាហានិភ័យនឹងកើតមានចំពោះអ្នក ប្រសិនបើអ្នកប្រាប់ពីស្ថានភាពផ្ទុករបស់អ្នកឱ្យគេដឹង?
  - ប្រសិនបើមនុស្សម្នាក់ កំពុងនៅក្នុងទំនាក់ទំនងជាមួយអ្នក:
  - តើមានប្រយោជន៍អ្វីខ្លះផ្តល់ឱ្យដៃគូរបស់អ្នក ប្រសិនបើអ្នកកំពុងលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេស៍រាល់ថ្ងៃ ហើយផ្តល់ផលប្រយោជន៍យ៉ាងណាដូចម្តេច?
  - តើអ្នកគិតថាដៃគូ នឹងអាចគាំទ្រអ្នករបៀបណាខ្លះក្នុងការលេបថ្នាំ របស់អ្នក?

ការស្វែងរកការគាំទ្រពីសង្គម

ការស្វែងរកការគាំទ្រពីអ្នកដែលមាន
ចិត្តចង់ជួយអ្នកអាចធ្វើការព្យាបាល
របស់អ្នកកាន់តែប្រសើរឡើង

- អ្នកគាំទ្រការព្យាបាលរបស់ខ្ញុំ៖
- ផែនការសម្រាប់សុំជំនួយពីពួកគេ/បង្ហាញស្ថានភាពរបស់ខ្ញុំ៖
- ផែនការបម្រុង (ជម្រើសទីពីរសម្រាប់អ្នកគាំទ្រការព្យាបាល)៖

ការស្វែងរកការគាំទ្រពីសង្គម

ការស្វែងរកការគាំទ្រពីសង្គម

ការស្វែងរកការគាំទ្រពីអ្នកដែលមានចិត្តចង់ជួយអ្នកអាចធ្វើការព្យាបាលរបស់អ្នកកាន់តែប្រសើរឡើង

- អ្នកគាំទ្រការព្យាបាលរបស់ខ្ញុំ៖
- ផែនការសម្រាប់សុំជំនួយពីពួកគេ/បង្ហាញស្ថានភាពរបស់ខ្ញុំ៖
- ផែនការបម្រុង (ជម្រើសទីពីរសម្រាប់អ្នកគាំទ្រការព្យាបាល)៖

សារគន្លឹះ

➢ ការស្វែងរកការគាំទ្រពីអ្នកដែលមានចិត្តចង់ជួយអ្នកអាចធ្វើការព្យាបាលរបស់អ្នកកាន់តែប្រសើរឡើង

សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកផ្តល់សេវា

- វាយតម្លៃរកមើលអំពើហិង្សាដែលអាចកើតឡើងដោយសារតែការបង្ហាញស្ថានភាព៖
  តើអ្នកចង់សម្តែងតួដើម្បីបង្ហាញពីស្ថានភាពរបស់អ្នកប្រាប់ដៃគូ ឬមនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់អ្នកដែរ ឬទេ?
- រៀបចំសម្ភារជំនួយដើម្បីបង្ហាញស្ថានភាពប្រសិនបើចាំបាច់/សមស្រប
- បញ្ជូនអ្នកជំងឺទៅរកការគាំទ្រ បើពួកគេប្រឈមមុខ ឬទទួលរងអំពើហិង្សា

កំណត់ត្រា

កំណត់ត្រាឱ្យបុសគ្គនានាដែលអ្នកបានកំណត់ជាមួយអ្នកជំងឺ នៅក្នុងទម្រង់‹ខ›

ចំណុចពិភាក្សា

- **តើនរណាអាចផ្តល់ការគាំទ្រដល់អ្នក?**
  – តើបច្ចុប្បន្ននេះ មាននរណាបានដឹងអំពីស្ថានភាព HIV របស់អ្នក ឬកំពុងជួយអ្នក?
  – ប្រសិនបើគ្មាននរណាទេ តើមានអត្ថប្រយោជន៍អ្វីខ្លះប្រសិនបើនរណាម្នាក់ដឹងស្ថានភាពរបស់អ្នក?
- **តើបញ្ហាប្រឈម ឬការលំបាកអ្វីខ្លះដែលអ្នកមាន ឬអាចមាន ក្នុងការស្វែងរកនរណាម្នាក់ដើម្បីធ្វើដូច្នេះ?**
  – ធ្លាប់បានទទួលរងអំពើហិង្សា (ជាពាក្យសម្តី រូបរាយកាយ ផ្សេងទៀត?) ព្រួយបារម្ភអំពើហិង្សា។
  – ប្រសិនបើបច្ចុប្បន្ន អ្នកមានអ្នកជួយគាំទ្រ តើអ្នកសប្បាយចិត្តនឹងការគាំទ្រនេះដែរឬទេ?
  – ប្រសិនបើមិនមានអ្នកជួយគាំទ្រអ្នកនោះទេ តើអ្នកមានមិត្តភក្តិ ឬសមាជិកគ្រួសារដែលអាចគាំទ្រអ្នកឬទេ?
  – តើកត្តាអ្វីខ្លះដែលអាចធ្វើឱ្យមានការលំបាកចំពោះបុគ្គលនេះ ដើម្បីគាំទ្រអ្នក?
- **តើមាននរណាម្នាក់ ដែលអ្នកចង់ស្នើសុំការគាំទ្រពីគាត់? (ផែនការ)**
  – បើសិនអ្នកមិនទាន់បានប្រាប់បុគ្គលនេះអំពីស្ថានភាពរបស់អ្នក តើនឹងប្រាប់គាត់ដូចម្តេច?
- **ប្រសិនបើបុគ្គលដែលអ្នកស្នើសុំឱ្យជួយ និយាយថា គាត់មិនអាចជួយអ្នកបានចំពោះការព្យាបាលបានទេ តើអ្នកអាចទៅរកនរណាផ្សេងទៀត? (ផែនការបម្រុង)**
  – អ្នកមិនចាំបាច់ប្រាប់ដល់នរណាម្នាក់ទេ ប៉ុន្តែបើមាននរណាម្នាក់ដែលនៅជិតអ្នក ជួយគាំទ្រផែនការព្យាបាលរបស់អ្នក គឺមានសារៈប្រយោជន៍

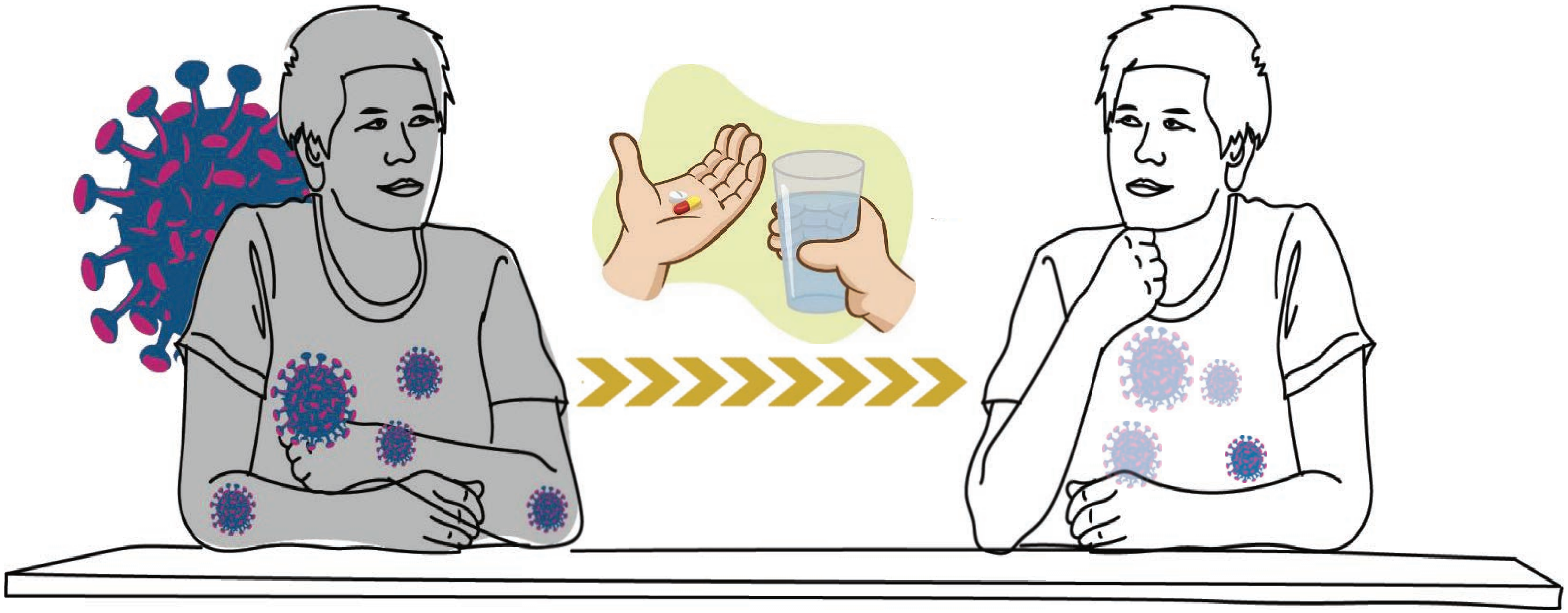
ជំពូកទី
៦

ការពង្រឹងការផ្តល់ប្រឹក្សាលម្អិត និងការតាមដានបន្ទុកមេរោគអេដស៍

ចំនួនបន្ទុកមេរោគរបស់អ្នកមានកម្រិតទាប

ចំនួនបន្ទុកមេរោគអេដស៍ទាប មានន័យថាអ្នកកំពុងតែប្រើថ្នាំបានល្អ ហើយមានប្រសិទ្ធភាព។ នេះមិនមែនមានន័យថា អ្នកអាចឈប់លេបថ្នាំនោះទេ។

- ✓ អ្នកនៅតែមានមេរោគអេដស៍នៅក្នុងខ្លួន ហើយអាចចម្លងមេរោគអេដស៍បាន ប្រសិនបើបន្ទុកមេរោគរបស់អ្នកមិនស្ថិតនៅក្រោម ៤០ កូពី នោះទេ។
- ✓ សូមបន្តលេបថ្នាំរបស់អ្នកជាទៀងរាល់ថ្ងៃ។



ចំនួនបន្ទុកមេរោគរបស់អ្នកមានកម្រិតទាប

សារគន្លឹះ

- ចំនួនមេរោគនៅក្នុងខ្លួនទាប មានន័យថា អ្នកលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍បានត្រឹមត្រូវ ហើយថ្នាំមានប្រសិទ្ធិភាព។
- នេះមិនមានន័យថា អ្នកអាចឈប់លេបថ្នាំនោះទេ។
- ត្រូវបន្តលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍របស់អ្នករាល់ថ្ងៃ។

តោះរំលឹកឡើងវិញ

- តើចំនួនមេរោគទាប វាមានន័យដូចម្ដេច ?
- ហេតុអ្វីបានវាសំខាន់ក្នុងការបន្តការលេបថ្នាំរបស់អ្នកជារៀងរាល់ថ្ងៃ ?
- តើនៅពេលណាដែលត្រូវពិនិត្យចំនួនមេរោគបន្ទាប់ ?
- តើអ្នកប្រើថ្នាំអីខ្លះ ហើយនៅពេលណា ?

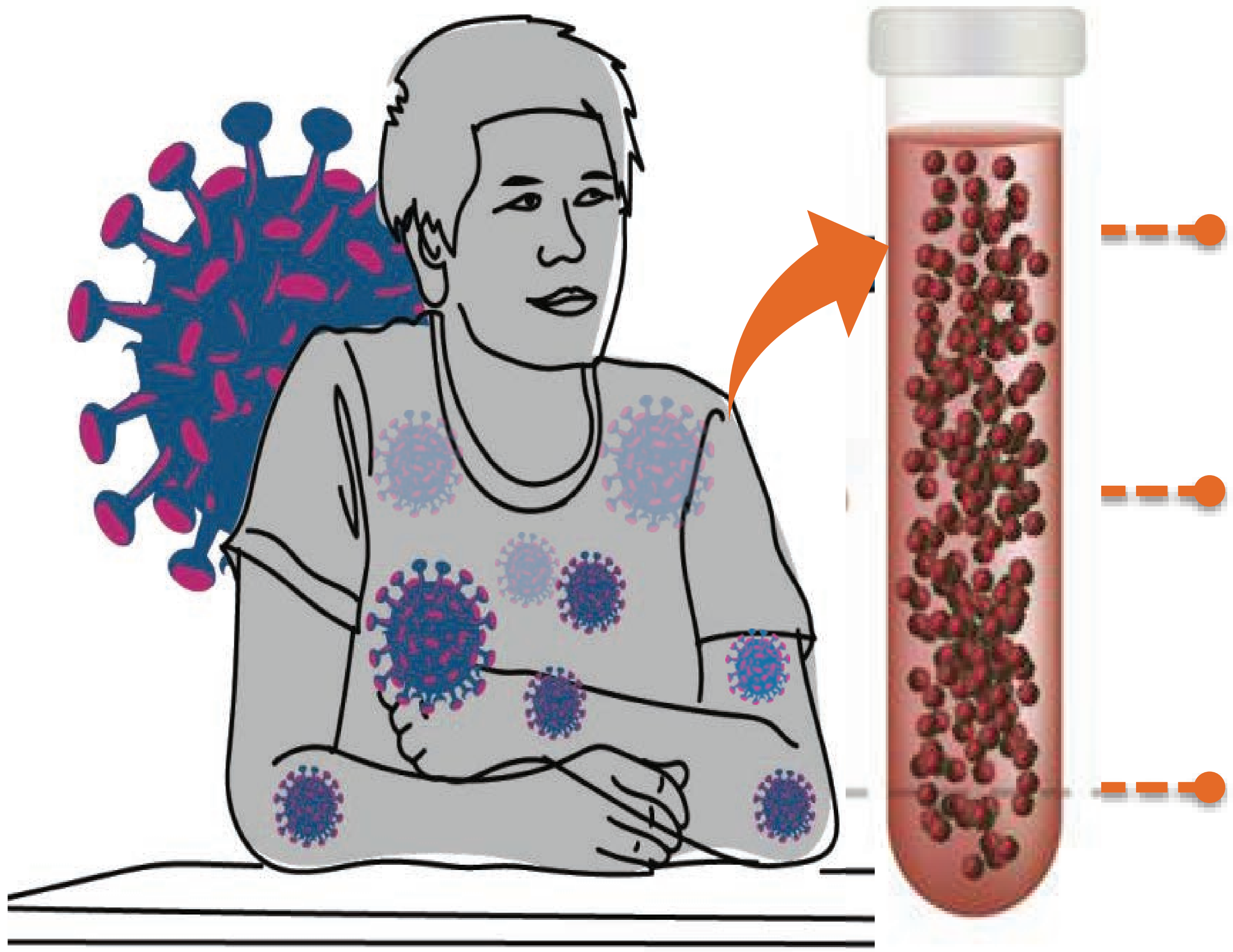
ចំណុចពិភាក្សា

- មេរោគអេដស៍ក្នុងខ្លួនថយចុះ (តិចជាង ១០០០កូពី) មានន័យថា ការលេបថ្នាំរបស់អ្នកកំពុងមានប្រសិទ្ធភាព។ មិនមែនមានន័យថាអ្នកអាចឈប់លេបថ្នាំ ឬឈប់ប្រើមធ្យោបាយការពារនោះទេ ។
- អ្នកនៅតែអាចចម្លងមេរោគអេដស៍ទៅអ្នកដទៃបាន រហូតដល់មេរោគថយចុះក្រោម ៤០កូពី។
- តើអ្នកមានជួបបញ្ហាអ្វីទេក្នុងពេលលេបថ្នាំរបស់អ្នក ? តើមានចំណុចអ្វីខ្លះដែលបានជួយអ្នកឱ្យចងចាំលេបថ្នាំរបស់អ្នក ?

សាររំលឹកខ្លះៗ៖

- ជាការសំខាន់ណាស់ដែលត្រូវមកតាមការណាត់ជួបរបស់គ្រូពេទ្យ។
- ប្រសិនបើអ្នកដឹងថា ថ្នាំរបស់អ្នកជិតអស់ហើយ សូមមកគ្លីនិក ទោះបីជាអ្នកមិនទាន់ដល់ពេលណាត់ជួបក៏ដោយ។
- យើងនឹងពិនិត្យមើលមន្ទុកមេរោគអេដស៍ម្តងទៀតក្នុងរយៈពេល _____ [៦ខែសម្រាប់អ្នកជំងឺថ្មី ហើយនេះគឺជាលទ្ធផលចំនួនបន្ទុកមេរោគលើកដំបូង ឬមួយឆ្នាំសម្រាប់អ្នកជំងឺណាដែលមានចំនួនមេរោគទាបលើសពីមួយដង]។
- សូមជូនដំណឹងដល់អ្នកផ្តល់ប្រឹក្សារបស់អ្នកឱ្យបានដឹង ប្រសិនបើអ្នកមានបញ្ហាក្នុងការលេបថ្នាំរបស់អ្នកនៅក្នុងពេលអនាគត ដើម្បីឱ្យគាត់អាចជួយអ្នកដោះស្រាយបញ្ហាទាំងនោះ។
- ការណាត់ជួបលើកក្រោយរបស់អ្នកគឺ ________។ ទោះបីជាអ្នកនៅសល់ថ្នាំក៏ដោយ វាមានសារៈសំខាន់ណាស់ដែលអ្នកត្រូវមកតាមការណាត់។

ចំនួនបន្ទុកមេរោគរបស់អ្នកមានកម្រិតខ្ពស់



មេរោគអេដស៍កំពុងតែបង្កើនចំនួនរបស់វាថែមទៀត និងកំពុងបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់រាងកាយរបស់អ្នក

អ្នកប្រហែលជាខកខានមិនបានលេបថ្នាំ

ឬ...មេរោគប្រហែលជាបានផ្លាស់ប្តូរខ្លួនវា ហើយថ្នាំទាំងនេះលែងមានប្រសិទ្ធភាពលើវាទៀតហើយ។

ចំនួនមេរោគរបស់អ្នកមានកម្រិតខ្ពស់

សារគន្លឹះ

- នេះមានន័យថា មេរោគអេដស៍កំពុងបង្កើនចំនួនខ្លួនវាថែមទៀត ហើយកំពុងបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់រូបរបស់អ្នក។
- អ្នកប្រហែលខកខានមិនបានលេបថ្នាំ ប្រឆាំងមេរោគអេដស៍របស់អ្នកហើយ។
- មេរោគអេដស៍អាច *ស៊ាំ* ដែលមានន័យថា វាបានផ្លាស់ប្តូរខ្លួនវា ហើយថ្នាំរបស់អ្នកលែងមានប្រសិទ្ធភាពហើយ។

សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកផ្តល់សេវា

ត្រូវចងចាំប្រើភាសាដែលមិនបុរេវិនិច្ឆ័យ និងដោយការគោរព - មិនត្រូវស្តីបន្ទោសឬរិះគន់នោះទេ៖

"ខ្ញុំសប្បាយចិត្តដែលអ្នកអញ្ជើញមកយកលទ្ធផលតេស្តរាប់មេរោគរបស់អ្នក។ ឥឡូវយើងអាចជួយអ្នក ដើម្បីសម្រេចបានចំនួនមេរោគថយចុះ។"

គោះរំលឹកឡើងវិញ

- តើអាចមានហេតុផលអ្វីខ្លះដែលបណ្តាលឱ្យចំនួនបន្ទុកមេរោគឡើងខ្ពស់?
- តើអាចមានអ្វីកើតឡើង នៅពេលដែលចំនួនមេរោគរបស់អ្នកឡើងខ្ពស់?
- បើចំនួនមេរោគថយចុះ តើវាល្អដូចម្តេចដែរ? តើវាសំខាន់ដូចម្តេចដែរចំពោះសុខភាពរយៈពេលវែងរបស់អ្នក?
- តើអ្នកគិតថា អ្វីនឹងកើតឡើង ប្រសិនបើអ្នកមិនលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអដស៍ ឱ្យបានទៀងទាត់ទេ?

ចំណុចពិភាក្សា

- ចំនួនបន្ទុកមេរោគរបស់អ្នក គឺ__________, ដែលចាត់ទុកថាខ្ពស់។
- គោលដៅគឺត្រូវរក្សាវាឱ្យចុះទាបក្រោម ១.០០០ កូពី ។
- នេះមានន័យថា មេរោគអេដស៍កំពុងបង្កើនខ្លួនវាកាន់តែច្រើននៅក្នុងខ្លួនរបស់អ្នក។
- នេះគឺអាចមកពីអ្នកមិនបានប្រើថ្នាំតាមការណែនាំបានត្រឹមត្រូវ ឬពីព្រោះថ្នាំនេះវាលែងមានប្រសិទ្ធភាពចំពោះមេរោគនៅក្នុងខ្លួនរបស់អ្នក។
- នៅពេលមេរោគមានចំនួនច្រើនបែបនេះនៅក្នុងឈាមរបស់អ្នក ប្រព័ន្ធភាពស៊ាំ (ការពារ) របស់អ្នកចុះខ្សោយជាងមុន។ បញ្ហានេះប៉ះពាល់ដល់ខួរក្បាល បេះដូង ថ្លើម និងតម្រងនោមរបស់អ្នក និងធ្វើឱ្យអ្នកធ្លាក់ខ្លួនឈឺ។
- ប្រសិនបើអ្នកមិនបានលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអដស៍ បានត្រឹមត្រូវទេនោះ មេរោគអាចផ្លាស់ប្តូរខ្លួន ហើយវិវឌ្ឍន៍ជា "ស៊ាំ" ទៅនឹង "ថ្នាំ" ដែលមានន័យថា ទោះបីជាអ្នកលេបថ្នាំត្រឹមត្រូវក៏ដោយ ក៏វាលែងមានប្រសិទ្ធភាពតទៅទៀតដែរ។
- នៅពេលមានបន្ទុកមេរោគច្រើន វាងាយនឹងចម្លងមេរោគអេដស៍ទៅដៃគូរបស់អ្នក ដូច្នេះ វាសំខាន់ណាស់ដែលត្រូវប្រើមធ្យោបាយការពារគ្រប់ពេល។
- ប្រសិនបើអ្នកនៅតែខកខានមិនបានលេបថ្នាំតទៅទៀត តើលទ្ធផលនឹងអាចទៅដូចម្តេច? តើមានអ្វីខ្លះដែលអាក្រក់បំផុតនឹងអាចកើតឡើង?
- ប្រសិនបើអ្នកចង់ធ្វើការព្យាបាលរាល់ថ្ងៃ តើអ្នកសង្ឃឹមថា អ្វីនឹងកើតឡើង?

របៀបលេបថ្នាំរបស់អ្នក

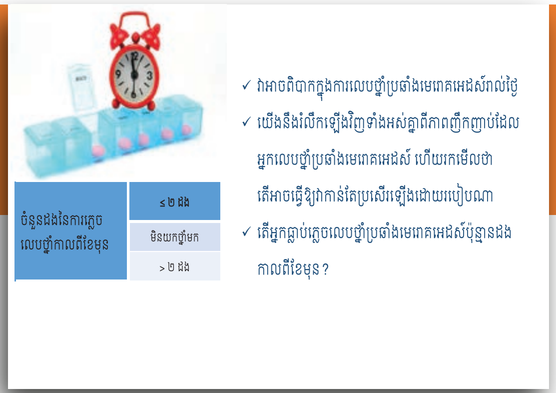
ចំនួនដងនៃការភ្លេចលេបថ្នាំកាលពីខែមុន	≤ ២ ដង
	មិនយកថ្នាំមក
	> ២ ដង

✓ វាអាចពិបាកក្នុងការលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍រាល់ថ្ងៃ

✓ យើងនឹងរំលឹកឡើងវិញទាំងអស់គ្នាពីភាពញឹកញាប់ដែលអ្នកលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ ហើយរកមើលថាតើអាចធ្វើឱ្យវាកាន់តែប្រសើរឡើងដោយរបៀបណា

✓ តើអ្នកធ្លាប់ភ្លេចលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ប៉ុន្មានដងកាលពីខែមុន ?

របៀបលេបថ្នាំរបស់អ្នក



សារគន្លឹះ

- ➢ វាអាចពិបាកក្នុងការលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍រាល់ថ្ងៃ
- ➢ យើងនឹងរំលឹកឡើងវិញទាំងអស់គ្នាពីភាពញឹកញាប់ដែលអ្នកលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ ហើយរកមើលថាវាអាចធ្វើ ឱ្យកាន់តែប្រសើរបៀបណា
- ➢ តើអ្នកភ្លេចលេបថ្នាំប៉ុន្មានដងកាលពីខែមុន ?

សេចក្តីនាំសម្រាប់អ្នកផ្តល់សេវា

1. សុំឱ្យអ្នកជំងឺគិត ថាតើគាត់ភ្លេចលេបថ្នាំប៉ុន្មានដងកាលពីសប្តាហ៍ កន្លងទៅនេះ
2. សួរប្រសិនបើវាកើតឡើងតែសប្តាហ៍មួយនេះ
3. កំណត់រកមើលថាមានប៉ុន្មានដងដែលគាត់បានភ្លេចកាលពីខែមុន
4. មើលតារាងខាងស្តាំដៃ កំណត់រកស្ថានភាពនៃការលេបថ្នាំ ប្រសិនបើគាត់លេបបានល្អ, មធ្យម, ខ្សោយ

កំណត់ត្រា៖

បំពេញទម្រង់ផ្តល់ប្រឹក្សាលម្អិត

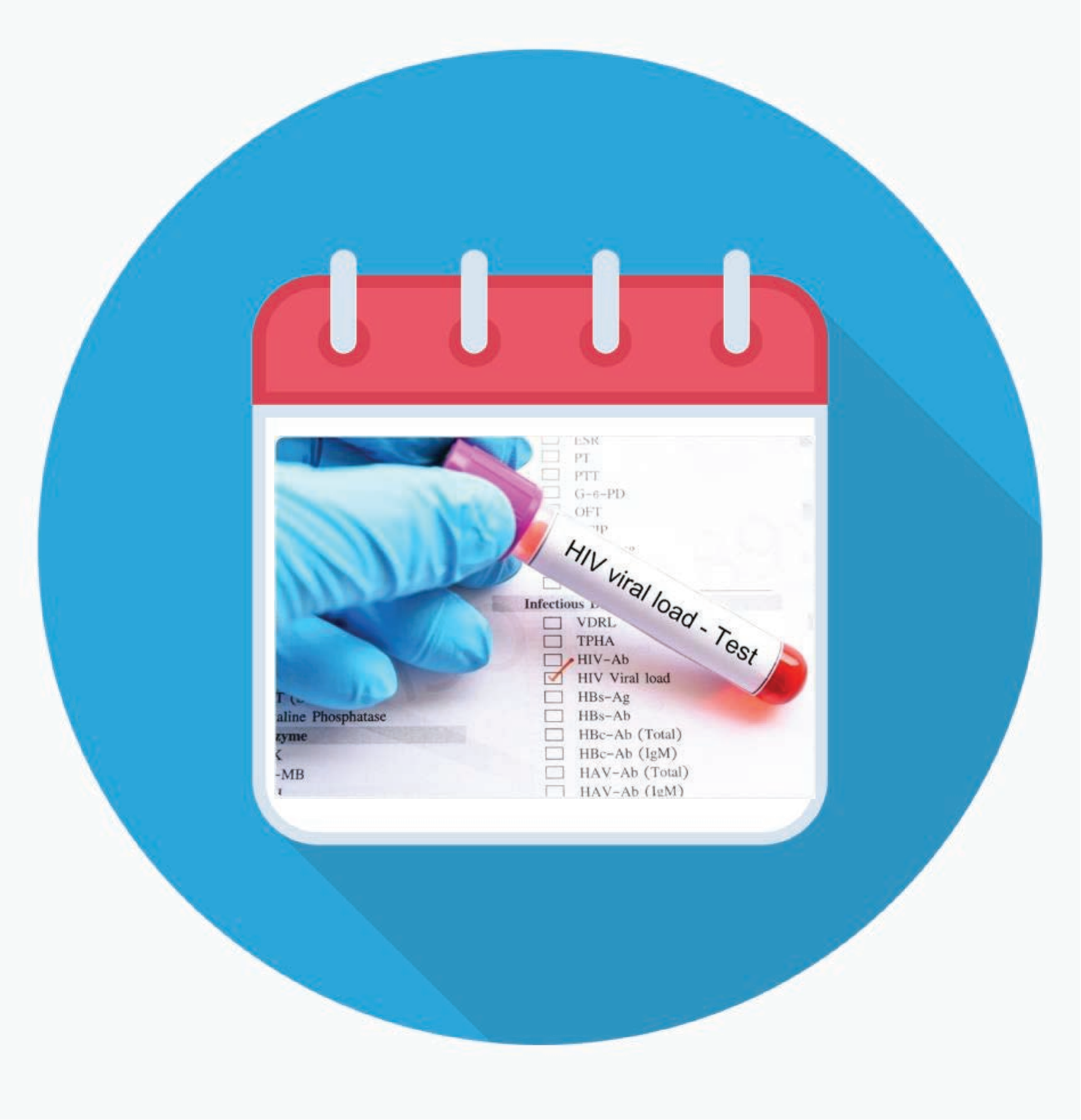
កត់ចំណាំនូវស្ថានភាពនៃការលេបថ្នាំ៖ល្អ, មធ្យម, ខ្សោយ ទៅតាមចំនួនដងដែលគាត់បានភ្លេចលេប

ចំណុចពិភាក្សា

- អ្នកខ្លះមានការពិបាកក្នុងការលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ រាល់ថ្ងៃ
- មនុស្សមួយចំនួន មានបញ្ហាក្នុងការលេបថ្នាំរបស់ខ្លួននៅពេលខ្លះ
- ចូររកនឹកកាលពីសប្តាហ៍មុន តើអ្នកបានភ្លេចលេបថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ប៉ុន្មានដង (ប៉ុន្មានថ្ងៃ) ?
- តើហេតុការណ៍វាកើតឡើងតែមួយសប្តាហ៍នេះឬ? ចុះកាលពីខែមុន ?

ចំនួនដងដែលបានភ្លេចក្នុងមួយខែ	ស្ថានភាពលេបថ្នាំ
អ្នកជំងឺលេបថ្នាំ ១ថ្ងៃ តែ ១ដង	
≤ ២ ដង	២ ពិន្ទុ
មិនបានយកថ្នាំមកជាមួយ	១ ពិន្ទុ
> ២ ដង	០ ពិន្ទុ
អ្នកជំងឺលេបថ្នាំ ១ថ្ងៃ ២ដង	
≤ ៤ ដង	២ ពិន្ទុ
មិនបានយកថ្នាំមកជាមួយ	១ ពិន្ទុ
> ៤ ដង	០ ពិន្ទុ

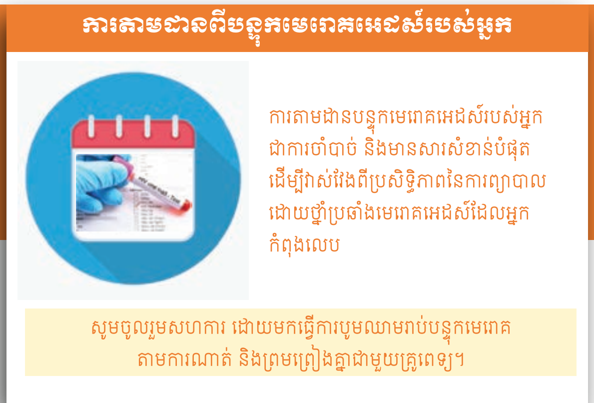
ការតាមដានពីបន្ទុកមេរោគអេដស៍របស់អ្នក



ការតាមដានបន្ទុកមេរោគអេដស៍របស់អ្នក ជាការចាំបាច់ និងមានសារសំខាន់បំផុត ដើម្បីវាស់វែងពីប្រសិទ្ធិភាពនៃការព្យាបាល ដោយថ្នាំប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ដែលអ្នកកំពុងលេប

សូមចូលរួមសហការ ដោយមកធ្វើការបូមឈាមរាប់បន្ទុកមេរោគ តាមការណាត់ និងព្រមព្រៀងគ្នាជាមួយគ្រូពេទ្យ។

ការតាមដានពីបន្ទុកមេរោគអេដស៍របស់អ្នក



សារគន្លឹះ

➢ យើងនឹងពិនិត្យមើលបន្ទុកមេរោគអេដស៍របស់អ្នកបន្តទៀត បន្ទាប់ពីអ្នកធ្វើតាមការឯកភាពរបស់យើង

សេចក្តីណែនាំសម្រាប់អ្នកផ្តល់សេវា

- តេស្ត VL ធ្វើឡើងវិញម្តងទៀត...ខែក្រោយ បន្ទាប់ពីអ្នកបានទទួលកម្រិតនៃការលេបថ្នាំ ‹ល្អ› ប្រាប់អ្នកជំងឺពេលណាដែលត្រូវធ្វើតេស្ត viral load។
- គួរតែបន្តការផ្តល់ប្រឹក្សាលម្អិត បន្តរាល់ខែ រហូតដល់ការផ្តល់ប្រឹក្សាបានល្អក្នុងកំឡុងពេល៣ខែ។
- អ្នកជំងឺដែលមានបញ្ហាជាមួយនឹងការលេបថ្នាំ គួរតែបញ្ជូនទៅរកជំនួយបន្ថែមដែលអាចរកបាន (ឧ. ពេទ្យចិត្តសាស្ត្រ ឬបុគ្គលិកផ្សេងដែលអាចជួយគាត់ឱ្យលេបបាន)

កំណត់ត្រា

បំពេញខ្ទង់ទី១នៃ**ទម្រង់ផ្តល់ប្រឹក្សាលម្អិតស្តីពីការលេបថ្នាំត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់ (សន្លឹក EAC)** និងកត់ចំណាំ‹ល្អ›, ‹មធ្យម› ឬ ‹មិនល្អ› ផ្អែកលើចំនួនដងដែលគាត់បានភ្លេចក្នុង១ខែ (មើលតារាង)។ បំពេញខ្ទង់២ ផ្សេងទៀតសម្រាប់កំណត់ត្រានូវឧបសគ្គ និងអន្តរាគមន៍\ផែនការ។

ចំណុចពិភាក្សា

- ដោយសារលទ្ធផលតេស្តរាប់បន្ទុកមេរោគអេដស៍ (VL) របស់អ្នក≥40 កូពី ដូចនេះយើងត្រូវធ្វើការពង្រឹងការផ្តល់ប្រឹក្សាលម្អិតពីការលេបថ្នាំត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់ (EAC) រយៈពេល៣ខែជាប់គ្នា។
- បន្ទាប់ពីបញ្ចប់ការផ្តល់ប្រឹក្សាពង្រឹងការលេបថ្នាំឡើងវិញ ៣ដងចប់សព្វគ្រប់ គ្រូពេទ្យនឹងបូមឈាមពិនិត្យមើលបន្ទុកមេរោគ (VL) អ្នកជាលើកទីពីរឡើងវិញម្តងទៀត។

ពិភាក្សាជាមួយអ្នកជំងឺទៅតាមករណីខាងក្រោម៖

- ប្រសិនបើលទ្ធផលតេស្តឡើងវិញបន្ទាប់ពីបញ្ចប់ EAC បន្ទុកមេរោគអេដស៍ក្នុងឈាម ក្នុងកម្រិតមិនអាចរាប់បាន សូមចូលរួមអបអរសាទរ នូវការខិតខំប្រឹងប្រែងរបស់អ្នកកន្លងមក និងសូមបន្តទម្លាប់ល្អនេះ
- ប្រសិនបើលទ្ធផលតេស្តឡើងវិញបន្ទាប់ពីបញ្ចប់EAC ហើយបន្ទុកមេរោគអេដស៍ក្នុងឈាម ≥ ១.០០០កូពីក្នុង១មីលីលីត្រ គ្រូពេទ្យនឹងប្តូរថ្នាំអ្នកទៅជួរទី២ បន្ទាប់ពីបានដោះស្រាយរាល់បញ្ហាប្រឈមការលេបថ្នាំត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់
- ប្រសិនបើលទ្ធផលតេស្តឡើងវិញបន្ទាប់ពីបញ្ចប់ EAC ហើយបន្ទុកមេរោគអេដស៍ក្នុងឈាមនៅចន្លោះ៤០ និងក្រោម១.០០០កូពីក្នុង១មីលីលីត្រ ត្រូវបន្តរបបឱសថជួរទី១ដដែល និងធ្វើតេស្តVL ម្តងទៀត៣ខែក្រោយ បន្ទាប់ពីបញ្ចប់EAC លើកទី២។ ប្រសិនបើលទ្ធផលតេស្តVL នៅតែដដែលចន្លោះ៤០ និង១.០០០កូពី/១មីលីលីត្រ គ្រូពេទ្យនឹងពិចារណាក្នុងការប្តូរថ្នាំទៅជួរទី២ផងដែរ។

សូមថ្លែងអំណរគុណចំពោះក្រុមការងារបច្ចេកទេស និងម្ចាស់ជំនួយក្នុងកិច្ចសហការ
បង្កើត "សៀវភៅបិទ បើក" នេះដែលជាឧបករណ៍ជំនួយ សម្រាប់អ្នកផ្តល់សេវាសុខភាព
និងអ្នកផ្តល់ប្រឹក្សា ដែលធ្វើការជាមួយអ្នករស់នៅជាមួយមេរោគអេដស៍

PEPFAR
USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE
EpiC
Meeting Targets and
Maintaining Epidemic Control
US-CDC
CRS