



**JAWAPAN KEPADA
KEMUSYKILAN ANDA**

KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA

Pendahuluan

Semenjak mula dilaporkan pada tahun 1981, Penyakit **AIDS** terus membimbangkan seluruh dunia terutamanya di negara-negara barat dan Afrika. Kebimbangan ini timbul kerana penyakit **AIDS** telah merebak dengan meluasnya dan sehingga sekarang belum ada lagi rawatan khusus untuk penyakit ini. Kebanyakan pesakit **AIDS** berkesudahan dengan kematian.

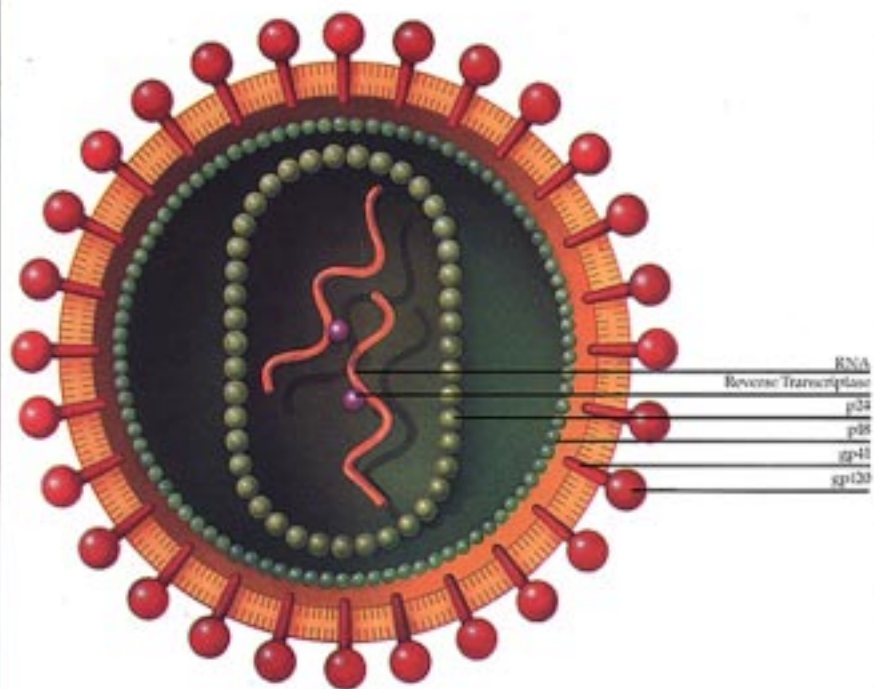
Walaupun bagaimanapun, penyakit **AIDS** boleh dicegah dengan berkesan. Ini memerlukan kerjasama dan penglibatan setiap individu dan lapisan masyarakat.

Selain daripada itu, apa yang mendukacitakan ialah seorang pesakit **AIDS** itu bukan sahaja terpaksa menghadapi akibat serangan kuman **AIDS** tetapi terpaksa pula berhadapan dengan tekanan-tekanan sosial yang disebabkan kurang fahaman tentang penyakit **AIDS**.

Adalah diharapkan buku kecil ini dapat mengurangkan kebimbangan keterlaluan orang ramai, memperbaiki perspektif terhadap pesakit **AIDS**, dan memberi panduan kepada mereka yang berisiko tinggi khususnya dan amnya kepada orang ramai dalam mencegah dan mengawal penyakit **AIDS**.

Ketahui tentang AIDS untuk mencegahnya

Gambarajah Virus AIDS

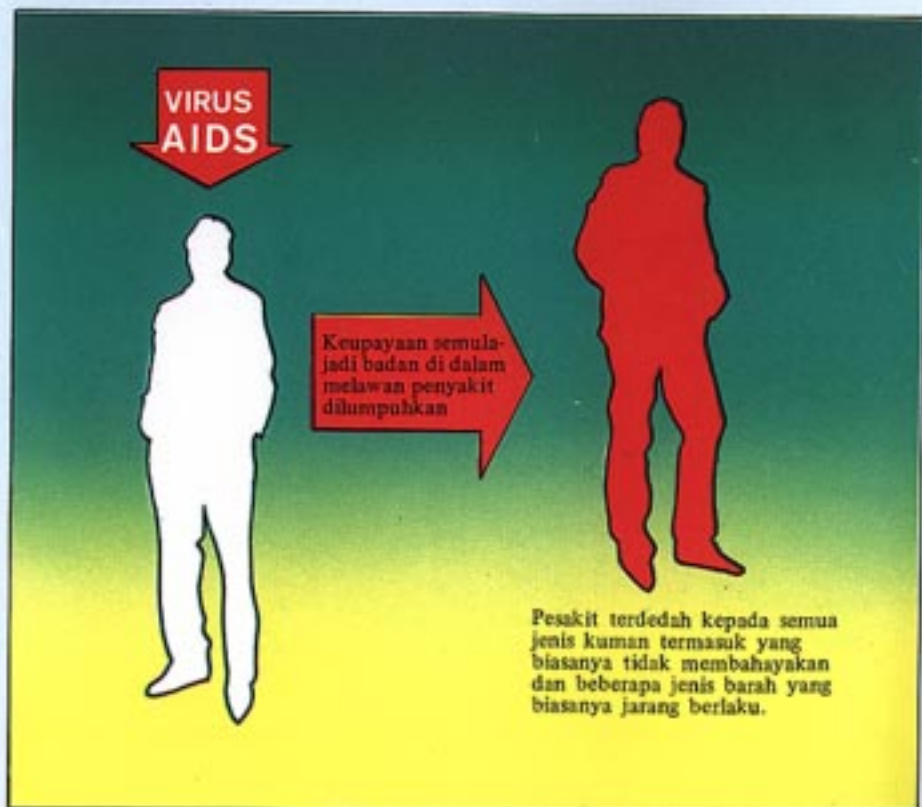


1. APAKAH DIA AIDS?

AIDS ialah penyakit yang disebabkan oleh sejenis kuman virus (Human immunodeficiency virus – HIV atau virus **AIDS**) yang melumpuhkan keupayaan semulajadi badan di dalam melawan penyakit.

Dengan lumpuhnya keupayaan ini, mereka yang dijangkiti virus **AIDS** akan terdedah kepada:—

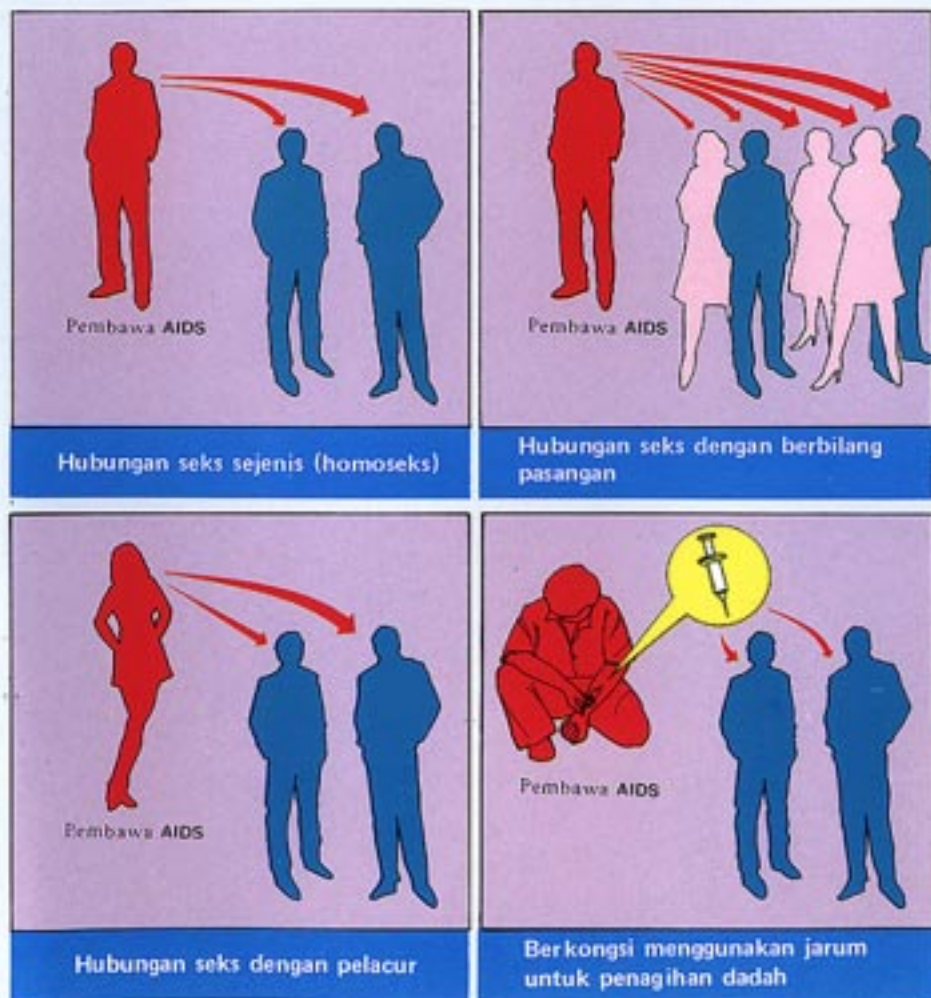
- semua jenis kuman termasuk yang biasanya tidak membahayakan.
- beberapa jenis barah yang biasanya jarang berlaku.



2. BAGAIMANA AIDS MEREBAK?

AIDS merebak melalui darah, air mani dan cecair faraj daripada orang-orang yang telah dijangkiti virus **AIDS**. **AIDS** juga boleh merebak daripada seseorang ibu yang telah dijangkiti kepada bayi yang dikandungnya.

Berdasarkan kepada cara-cara virus **AIDS** berjangkit, anda mungkin terdedah kepada virus **AIDS** sekiranya anda melakukan perkara-perkara berikut:—



3. BOLEHKAH AIDS DIJANGKITI MELALUI PENDERMAAN DARAH?

Tidak. Ini adalah kerana semua alat yang digunakan untuk pengambilan darah adalah bersih daripada kuman dan ianya hanya digunakan sekali sahaja. Mereka yang tidak terdedah kepada **AIDS** adalah digalakkan untuk terus menderma darah.



4. BOLEHKAH ANDA DIJANGKITI AIDS MELALUI PEMINDAHAN DARAH?



Ini **tidak mungkin** akan berlaku kerana setiap unit darah yang diderma di negara ini diuji untuk antibodi **AIDS**. Antibodi **AIDS** adalah bahan-bahan yang dihasilkan oleh tubuh badan seseorang yang dijangkiti oleh virus **AIDS**. Sekiranya terdapat Antibodi **AIDS**, darah itu akan dimusnah dan tidak digunakan.

5. BOLEHKAH AIDS BERJANGKIT DENGAN MENYENTUH PESAKIT AIDS?

Tidak. AIDS tidak boleh merebak melalui sentuhan dan juga cara-cara lain seperti:—



▲ Sentuhan



▲ Berhimpit-himpit di tempat sesak



▲ Bersalaman



▲ Bekerja dengan seorang pembawa AIDS



▲ Bersukan



▲ Ciuman

6. BOLEHKAH AIDS BERJANGKIT MELALUI PINGGAN, MANGKUK, SUDU DAN GELAS YANG DIGUNAKAN OLEH PESAKIT AIDS?



Tidak. Virus **AIDS** tidak dapat hidup di luar tubuh badan manusia. Membasuh pinggan, mangkuk, sudu dan gelas seperti biasa akan membunuh kuman tersebut.

7. BOLEHKAH ANDA MENDAPAT AIDS DENGAN MEMAKAN MAKANAN YANG DISEDIAKAN OLEH PESAKIT AIDS?

Tidak, kerana **AIDS** tidak merebak melalui makanan.



8. BOLEHKAH AIDS BERJANGKIT DENGAN MENGGUNAKAN TANDAS AWAM, TELEFON DAN KENDERAAN AWAM?

AIDS tidak boleh dijangkiti dengan menggunakan kemudahan awam di atas oleh kerana ia tidak merebak melalui:—

- air
- udara
- makanan
- menyentuh dan memegang barang-barang kepunyaan pesakit **AIDS**.

9. BOLEHKAH AIDS MEREBAK MELALUI KOLAM RENANG?

Tidak. Virus **AIDS** akan dimatikan oleh klorin yang dicampur ke dalam air di kolam renang.



10. BOLEHKAH AIDS BERJANGKIT MELALUI MENCUBA PAKAIAN DI KEDAI PAKAIAN?

Tidak, oleh kerana **AIDS** tidak boleh merebak melalui udara atau dengan menyentuh barang-barang yang telah disentuh oleh pesakit **AIDS**.



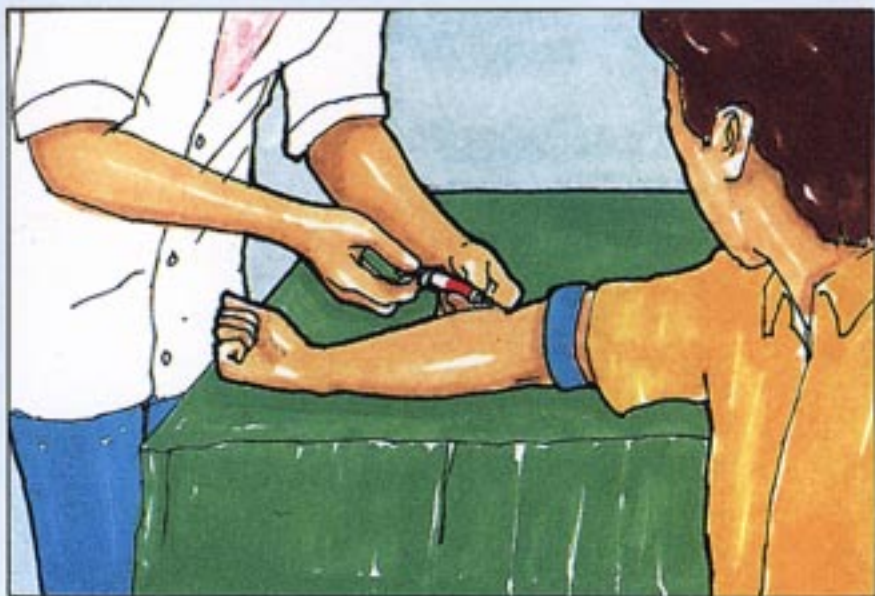
11. BOLEHKAH AIDS BERJANGKIT MELALUI GIGITAN NYAMUK?

Tidak. Sehingga sekarang tidak ada bukti saintifik menunjukkan bahawa gigitan nyamuk boleh merebakkan **AIDS**.



12. BAGAIMANAKAH ANDA BOLEH MENGETAHUI YANG ANDA TELAH TERDEDAH KEPADA VIRUS AIDS?

Anda boleh mengetahui sama ada anda telah terdedah kepada virus **AIDS** dengan mendapatkan ujian darah di hospital-hospital kerajaan yang berhampiran. Semua keputusan yang diperolehi adalah **rahsia**.



13. APAKAH MAKNANYA JIKA UJIAN DARAH ITU NEGATIF?

Ini bermakna antibodi **AIDS** tidak dikesan. Biasanya ini menunjukkan yang virus **AIDS** tidak ada di dalam badan anda. Walaubagaimanapun, antibodi tersebut hanya dapat dikesan selepas enam minggu hingga tiga bulan anda terdedah kepada virus **AIDS**. Dalam keadaan begini, ujian darah ulangan adalah diperlukan.

14. APAKAH MAKNANYA JIKA UJIAN DARAH ITU POSITIF?

Ini menunjukkan antibodi terhadap virus **AIDS** itu telah dapat dikesan. Ini bermakna anda telah terdedah kepada jangkitan virus **AIDS**. Walau bagaimanapun, satu lagi ujian darah perlu dijalankan untuk mengesahkan anda benar-benar dijangkiti virus **AIDS**.

15. BILAKAH ANDA AKAN DISAHKAN SEBAGAI PESAKIT AIDS?

Anda akan disahkan sebagai seorang pesakit **AIDS** sekiranya anda mempunyai ciri-ciri berikut:—

1. *Ujian pengesahan darah anda adalah positif*

DAN

2. *Mempunyai sebahagian daripada tanda-tanda dan gejala penyakit **AIDS** seperti berikut:—*
 - i) Susut berat badan melebihi 10% tanpa sebab-sebab tertentu.

- ii) Cirit-birit yang berlarutan.
- iii) Demam yang berpanjangan (sekali-sekali ataupun berterusan)
- iv) Batuk-batuk yang berterusan.
- v) Bengkak-bengkak kelenjar di leher, ketiak atau pangkal peha.
- vi) Penyakit herpes zoster yang berulang.
Herpes zoster adalah sejenis jangkitan urat saraf yang kelihatan sebagai lepuh-lepuh di kulit.
- vii) Penyakit kandidiasis di bahagian mulut dan farinks. (tekak)
Kandidiasis adalah penyakit kulit yang disebabkan oleh sejenis kulat.
- viii) Penyakit herpes simplex yang merebak dan berulang.
Herpes simplex adalah sejenis jangkitan kulit yang biasanya kelihatan sebagai lepuh-lepuh di sekitar mulut atau kemaluan.

3 Mempunyai penyakit-penyakit bersabit lumpuhnya keupayaan badan melawan penyakit yang disebabkan oleh kuman *AIDS* seperti:—

- i) jangkitan paru-paru (*Pneumocystis carinii pneumonia*).
- ii) barah di kulit atau mulut (*Kaposi's sarcoma*).
- iii) jangkitan-jangkitan lain yang jarang berlaku di kalangan orang yang sihat.



Kaposi's Sarcoma



Bengkak kelenjar di leher pesakit



Penyakit herpes zoster di kawasan pinggang



Penyakit kandidiasis di bahagian mulut dan tekak

16. BILAKAH ANDA DIANGGAP SEBAGAI PEMBAWA AIDS (CARRIER)?

Anda dianggap sebagai pembawa **AIDS** sekiranya ujian pengesahan darah anda disahkan positif tetapi anda tidak mempunyai apa-apa tanda atau gejala penyakit **AIDS**.

17. APAKAH YANG PERLU ANDA KETAHUI DAN LAKUKAN SEKIRANYA UJIAN PENGESAHAN DARAH ANDA DIDAPATI POSITIF?

1. Anda akan diberikan rawatan dan nasihat perubatan tentang semua perkara yang berkaitan dengan penyakit **AIDS** termasuklah cara menjaga kesihatan, cara tidak merebakkan penyakit dan lain-lain lagi.
2. **Anda tidak boleh menderma darah.**
3. Sarung kondom perlu digunakan setiap kali anda melakukan perhubungan seks untuk melindungi pasangan anda dari dijangkiti **AIDS**.
4. Sekiranya anda juga seorang penagih dadah, hentikanlah tabiat ini. Jangan suntik dadah atau berkongsi jarum dan alat suntikan dengan orang lain.
5. Sekiranya anda seorang wanita, elak dari menjadi hamil kerana anak yang anda kandung mungkin terdedah kepada jangkitan **AIDS**.

18. APAKAH LANGKAH-LANGKAH YANG PERLU DIAMBIL OLEH ORANG RAMAI BAGI MENCEGAH DIRI DARI DJANGKITI DAN MEREBAKKAN PENYAKIT AIDS?

Berpandukan kepada maklumat yang ada pada masa ini, langkah-langkah berikut perlu diambil:—

1. Jangan melakukan hubungan seks dengan orang-orang yang anda tidak ketahui latarbelakang dan taraf kesihatannya.
2. Jangan melakukan hubungan seks dengan berbilang pasangan atau dengan mereka yang anda ketahui mengadakan hubungan seks dengan berbilang pasangan yang lain, seperti pelacur.
3. Jangan melakukan hubungan seks sejenis (homoseks).
4. Jangan melakukan hubungan seks dengan orang yang disyaki atau yang disahkan sebagai pesakit **AIDS** atau pembawa **AIDS**. Sekiranya hubungan seks tidak dapat dielakkan (seperti suami/isteri pesakit atau pembawa **AIDS**) maka sarung kondom perlulah digunakan. Menggunakan kondom dalam hubungan seks boleh mengurangkan risiko mendapat jangkitan **AIDS**.
5. Jangan menagih dadah. Jangan suntik dadah atau berkongsi jarum dan alat suntikan dengan orang lain.
6. Jangan berkongsi alat-alat peribadi yang boleh tercemar oleh darah seperti berus gigi, pisau cukur dan lain-lain.
7. Berhati-hatilah semasa mengembara di luar negeri. **AIDS** sudah menjadi wabak di kebanyakan negara di dunia ini. **Elakkan diri dari jangkitan AIDS!**

AIDS

PEMBUNUH

Ubahlah cara hidup anda untuk menghindari AIDS

DAPATKAN NASIHAT DOKTOR ANDA
JIKA MASIH ADA KEMUSYKILAN

Satu Terbitan

Kementerian Kesihatan Malaysia

"KAMI MEMENTINGKAN KESIHATAN ANDA"