

# နောက်ထပ်အချက်အလက်များနှင့် အကူအညီ။

နယူးယောက်ပြည်နယ် ကျန်းမာရေးဌာန  
(Department of Health)

health.ny.gov/diseases/aids/publications

နယူးယောက်ပြည်နယ် HIV/AIDS အရေးပေါ်ဖုန်းလိုင်း  
(ခေါ်ဆိုမှု-အခမဲ့)

အင်္ဂလိပ်- 1-800-541-AIDS

စပိန်- 1-800-233-SIDA

TDD- 1-800-369-2437

အသံခေါ်ဆိုသူများသည် New York Relay System 711 သို့မဟုတ် 1-800-421-1220 ကို အသုံးပြုနိုင်ပြီး အော်ပရေတာအား 1-800-541-2437 သို့ ခေါ်ဆိုရန် တောင်းဆိုနိုင်သည်။

**NYSDOH အမည်မဖော်ပြဘဲ HIV အတိုင်ပင်ခံခြင်းနှင့် စစ်ဆေးခြင်း အစီအစဉ် (NYSDOH Anonymous HIV Counselling and Testing Program)**

HIV သတင်းအချက်အလက်၊ ရည်ညွှန်းကိုးကားချက်များ သို့မဟုတ် အမည်မဖော်ဘဲ HIV အခမဲ့ စစ်ဆေးခြင်းပြုလုပ်ရန် လိုအပ်သည့် အချက်အလက်များအတွက် အမည်မဖော်ပြဘဲ HIV အတိုင်ပင်ခံခြင်းနှင့် စစ်ဆေးခြင်း အစီအစဉ်သို့ ဖုန်းခေါ်ပါ။

Albany ပြည်နယ်- 1-800-962-5065

Buffalo ပြည်နယ်- 1-800-962-5064

Long Island ပြည်နယ် (Suffolk/Nassau)-  
1-800-462-6786

Lower Hudson Valley ပြည်နယ်-  
1-800-828-0064

Rochester ပြည်နယ်- 1-800-962-5063; TDD:  
1-585-423-8120

Syracuse ပြည်နယ်- 1-800-562-9423

နယူးယောက် မြို့-311 သည် DOHMH STD ဆေးခန်း အချက်အလက်များအတွက် ဖြစ်သည်

# နောက်ထပ်အချက်အလက်များနှင့် အကူအညီ။

New York မြို့ HIV/AIDS လိုင်းဖုန်းနံပါတ်  
1-800-TALK-HIV (825-5448)

နိုင်ငံလုံးဆိုင်ရာ ရောဂါထိန်းချုပ်ရေး စင်တာများ  
(Centers for Disease Control)

**STD hotlines**

အင်္ဂလိပ်/စပိန် 1-800-232-4636, TTY

1-888-232-6348

နယူးယောက်ပြည်နယ် HIV/AIDS ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ရေး အရေးပေါ်ဖုန်းလိုင်းများ  
1-800-872-2777

နယူးယောက်ပြည်နယ် ပါတနာ ဝန်ဆောင်မှုများ  
(Partner Services)-  
1-800-541-AIDS

New York မြို့ ဆက်သွယ်ရေး အချက်အလက် ကူညီထောက်ပံ့မှု အစီအစဉ်- (Contact Notification Assistance Program)  
1-212-693-1419

လျှို့ဝှက်  
နယူးယောက်ပြည်နယ် လျှို့ဝှက် အရေးပေါ်ဖုန်းလိုင်း-  
1-800-962-5065

ဥပဒေဆိုင်ရာ အရေးယူဆောင်ရွက်ရေး စင်တာ (Legal Action Center)-  
1-212-243-1313 သို့မဟုတ် 1-800-223-4044



Department of Health

# စစ်ဆေးမှုပြုလုပ်ရန် မျှော်လင့်ခြင်း

ဤကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဝန်ဆောင်မှုတွင် ကောင်းမွန်သောဆေးဝါး အလေ့အကျင့်နှင့် အသက် 13 နှစ်နှင့် အထက် လူနာများ အားလုံးကို ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဥပဒေအရ HIV စစ်ဆေးပေးခြင်းတို့ ပါဝင်ပါသည်။

# ပုံမှန်ဓာတ်ခွဲစမ်းသပ်မှုများ

- ✓ ကလူးကို့စ် သကြားဓာတ်
- ✓ ဘီလပ်စထရောဓာတ်
- ✓ HIV စစ်ဆေးခြင်း
- ✓ ပြည့်စုံသော သွေးအရေအတွက် စစ်ဆေးခြင်း
- ✓ သွေးတွင်းအဆီ စစ်ဆေးခြင်း

အဆိုးဆုံး HIV အခြေအနေ- မသိရှိပါ စစ်ဆေးခြင်းသည် သင့်အား ထိန်းချုပ်မှုအောင် တွင် ရှိစေပါသည်။

<https://campaigns.health.ny.gov/BeyondStatus>

# HIV စစ်ဆေးမှုမပြုလုပ်မီ သိရှိရမည့် အဓိက အချက်အလက်များ

- HIV စစ်ဆေးခြင်းသည် မိမိဆန္ဒအလျောက်ဖြစ်ပြီး HIV စစ်ဆေးချက်ရလဒ်များအား (သီးသန့် အနေဖြင့်) လျှို့ဝှက်ထားမည်ဖြစ်သည်။
- HIV သည် အကာအကွယ်မဲ့လိင်ဆက်ဆံခြင်း၊ အပ်များမျှဝေသုံးစွဲခြင်း၊ ကလေးမွေးဖွားခြင်း သို့မဟုတ် နို့ချိုတိုက်ကျွေးခြင်းတို့မှတစ်ဆင့် ကူးစက်နိုင်ပါသည်။
- HIV ကုသခြင်းသည် ထိရောက်မှုရှိပြီး တစ်နေ့လျှင် ဆေးတစ်လုံးသာ သောက်ရပြီး အခြားသက်ရောက်မှုများမရှိပါ သို့မဟုတ် အနည်းငယ်သာရှိပါသည်။
- ပါတနာများသည် ၎င်းတို့၏ HIV အခြေအနေကို သိရှိ၍ HIV ကုသမှုခံယူခြင်း သို့မဟုတ် HIV ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်း (pre-exposure prophylaxis, PrEP) တို့ဖြင့် လုံခြုံစိတ်ချမှုကို အချင်းချင်းထိန်းသိမ်းထားနိုင်ပါသည်။ အပ်မျှဝေ မသုံးစွဲခြင်းနှင့် အကာအကွယ်ဖြင့် လိင်ဆက်ဆံခြင်းတို့သည် HIV ရောဂါ၊ အသဲရောင်အသားဝါ စိပိုးနှင့် အခြား STDs တို့ကို ကာကွယ်ရာတွင် အကူအညီဖြစ်စေပါသည်။
- HIV ရှိသည့် ပုဂ္ဂိုလ်များအား ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းသည် တရားမဝင်ပါ။
- အမည်ဖော်စရာမလိုသော HIV စစ်ဆေးခြင်း (သင့်နာမည်မပြောဘဲ)ကို သတ်မှတ်ထားသည့် အများပြည်သူ ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးသည့်နေရာများတွင် ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။
- HIV စစ်ဆေးခြင်းသည် ပုံမှန်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုတစ်ခုဖြစ်ပြီး သင်သည် HIV စစ်ဆေးရန် ငြင်းပိုင်ခွင့် သို့ ဝန်ကွက်ပိုင်ခွင့် ရှိပါသည်။
- သင်သည် HIV စစ်ဆေးခြင်းကို ငြင်းဆိုရန်ဆန္ဒရှိပါက ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ပံ့ပိုးပေးသူထံ သတင်းပို့ပါ။

# HIV စစ်ဆေးခြင်းသည် အထူးသဖြင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင် အမျိုးသမီးများအတွက် အရေးကြီးပါသည်။

- HIV ရှိသည့် အမျိုးသမီးတစ်ဦးသည် ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ်၊ ကလေးမွေးဖွားသည့်အခါ သို့မဟုတ် နို့ချိုတိုက်ကျွေးသည့်အခါ သူမကလေးအား ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး ကူးစက်စေနိုင်ပါသည်။
- သင်သည် ကိုယ်ဝန်ဆောင်မီ သို့မဟုတ် ကိုယ်ဝန်မရမီ HIV အခြေအနေကို သိရှိထားခြင်းသည် များစွာပို၍ကောင်းမွန်ပါသည်။ ထိုမှသာ သင့်ကျန်းမာရေးနှင့် သင့်ကလေးကျန်းမာရေးတို့အတွက် အရေးကြီးသော ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချနိုင်ပါသည်။
- HIV စစ်ဆေးခြင်းကို ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ် စောနိုင်သမျှအစောဆုံး ပြုလုပ်ရမည်ဖြစ်ပြီး တတိယ သုံးလအပိုင်းအခြားတွင် လူနာ၏လိုက်လျောမှုဖြင့် ထပ်မံပြုလုပ်ရပါမည်။
- သင်သည် ကိုယ်ဝန်ရှိပြီး HIV ရှိနေပါက သင့်ကျန်းမာရေးနှင့် သင့်ကလေးအား HIV ကူးစက်မှု ကြိုတင်ကာကွယ်တားဆီးရေးအတွက် ကုသမှုရရှိနိုင်ပါသည်။
- သင်သည် HIV ရှိပြီး ကုသမှုမယူပါက သင့်ကလေးအား HIV ကူးစက်နိုင်ခြေ လေးပုံတစ်ပုံရှိပါသည်။ သင်သည် ကုသမှုခံယူပါက သင့်ကလေးအား HIV ကူးစက်နိုင်ခြေမှာ များစွာပို၍နည်းမည်ဖြစ်သည်။
- ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ်အတွင်း စစ်ဆေးမှုမပြုလုပ်ပါက သင့်ထောက်ပံ့ပေးသူသည် သင်မီးဖွားနေစဉ် စစ်ဆေးမှုပြုလုပ်ရန် တိုက်တွန်းအကြံပေးမည်ဖြစ်သည်။ ကိစ္စရပ်များအားလုံးအတွက် ကလေးမွေးပြီးနောက် သင့်ကလေးအား စစ်ဆေးမှုပြုလုပ်မည်ဖြစ်သည်။ သင့်ကလေးတွင် ပိုးရှိသည်ဟုတွေ့ရှိပါက သင်သည် HIV ရှိနေပြီး သင့်ကလေးသည် HIV ပိုးနှင့် ထိတွေ့ခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်ဟု အဓိပ္ပာယ်ရသည်။

HIV စစ်ဆေးမှု ရလဒ်များကို မည်သည့်အချိန်တွင် မည်ကဲ့သို့သိရှိရမည် ဖြစ်ကြောင်း သင့်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်ပေးသူနှင့် ပြောဆိုပါ။

HIV ရှိနေပြီး HIV ကုသမှုခံယူနေသူသည် HIV ပိုးအရေအတွက်ကို 6 လနှင့်အထက် ထိထိရောက်ရောက်နိမ့်နင်းထားပါက ပါတနာတစ်ဦးနှင့် လိင်ဆက်ဆံစဉ် HIV ကူးစက်နိုင်ခြေ မရှိသလောက်နည်းပါးပါသည်။ ။ ဤသို့ပြုလုပ်ခြင်းကို မတွေ့နိုင်အောင် ပြုလုပ်ခြင်းသည် မကူးစက်စေခြင်း သို့မဟုတ် U=U (Undetectable=Untransmittable) ဟု ခေါ်ပါသည်။

ပြည်နယ်ဥပဒေက သင်၏ HIV စစ်ဆေးချက်ရလဒ်များအား လျှို့ဝှက် (သီးသန့် အနေဖြင့်) ကာကွယ်ပေးပါသည်။ သင်၏ HIV အခြေအနေပေါ် မူတည်၍ သင့်အား ခွဲခြားဆက်ဆံခြင်းမခံရစေရန်လည်း ဥပဒေဖြင့် ကာကွယ်ပေးထားပါသည်။