



HIV: HIỂU LÂM VÀ THỰC TẾ

bạn trẻ kể chuyện

Từ một “tình khúc 24”...

Mục lục

| | |
|---|----|
| Bạn trẻ kể chuyện: | |
| Từ một “tình khúc 24...” | 1 |
| Bạn trẻ trải nghiệm: | 2 |
| Những đóa hương dương | |
| Có thể bạn chưa biết: | 4 |
| Thanh niên công nhân với “An toàn khi yêu” | |
| Những thói quen có hại cho “vùng kín” | 6 |
| Tưng bừng chiến dịch “Sign for rights” ở thực địa | 12 |
| Hỏi về luật và chính sách | 8 |
| Tư vấn bạn trẻ: | 9 |
| Cách xác định thời điểm có nguy cơ | |
| Góc sẻ chia | 10 |
| Góc tâm hồn | 10 |
| Khéo tay | 11 |

23 tuổi, chưa có người yêu, bởi thế mình luôn là người được bạn bè giới thiệu và gán ghép với các cô bạn mới. Trong đám cưới của Thuấn bạn mình ở Thanh Hóa, mình cũng được Thuấn giới thiệu với Mai. Lần đầu gặp gỡ, nên mọi chuyện xảy ra chỉ có thể giải thích bằng chữ “hợp” và “số”. “Hợp” là bởi, từ lúc giới thiệu đến lúc mình rời khỏi nhà Thuấn về nơi làm việc, chúng mình đã luôn ở bên nhau, và cũng không thể thiếu nhau trong cái đêm ở lại quê Thuấn ấy. Còn “số” là vì bình thường mình khá cẩn trọng, nhưng không hiểu sao với cô ấy mình lại vội vã như vậy. Mình như bị cuốn theo sức hút của cô ấy, rồi chúng mình quan hệ tình dục với nhau lúc nào không biết. Mình thậm chí không nghĩ đến bất kỳ nguy cơ gì, nên không dùng bao cao su. Giờ nghĩ lại thấy sợ. Sợ vì đúng ra mình đâu đã biết gì về cô ấy. Lỡ cô ấy có HIV thì làm thế nào? Tận cho tới khi trở lại Hà Nội, trở lại với cuộc sống thường ngày, mình mới chợt nhận ra điều đó.



“Mình lo lắng đến mất ăn mất ngủ”
(Hình minh họa, nguồn Internet)

Mình lo lắng đến mất ăn mất ngủ. Đôi lúc bị ho, tay lại tê tê, hình như còn hơi sốt,... mình không biết đó có phải là triệu chứng của người mới nhiễm HIV hay không? Mình cũng nghĩ đến chuyện đi xét nghiệm, nhưng đi xét nghiệm mình lại lo bị lây nhiễm HIV qua dụng cụ xét nghiệm. Nhỡ may bác sỹ lại dùng bơm kim tiêm mà đã từng lấy máu cho người nhiễm HIV để lấy máu cho mình thì sao? Nỗi lo cứ chùng chất nỗi lo khiến mình mỗi ngày thêm mệt mỏi. Mà hình như mệt mỏi cũng là triệu chứng của HIV...

T.D. H (Hà Nội)

Chuyên san số 20 Năm 2014

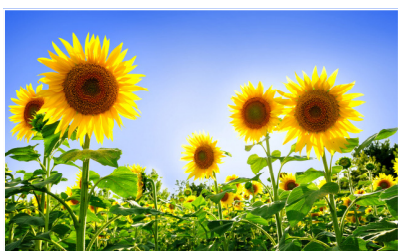
Chị Từ Huế, chuyên viên tư vấn của chương trình **Tâm sự bạn trẻ 360**, chia sẻ: *Không dễ để đối diện nếu có HIV, nhưng quá khứ là không thể thay đổi. Khi không thể sửa chữa quá khứ thì chấp nhận rủi ro sẽ giúp chúng ta đủ mạnh để bước đi và tìm câu trả lời cho mình. Trong một tình huống có nguy cơ lây nhiễm HIV thì chỉ có xét nghiệm mới giúp xác nhận được một người có HIV hay không. Bạn cũng không cần lo lắng về nguy cơ lây nhiễm HIV do dùng chung bơm kim vì bác sỹ bắt buộc phải dùng bơm kim tiêm mới khi xét nghiệm cho các bệnh nhân khác nhau nên nguy cơ lây nhiễm do việc dùng chung bơm kim tiêm là không xảy ra.*



bạn trẻ trải nghiệm

Quyền được tiếp cận các dịch vụ chăm sóc SKSSTD mà không bị phân biệt đối xử¹.

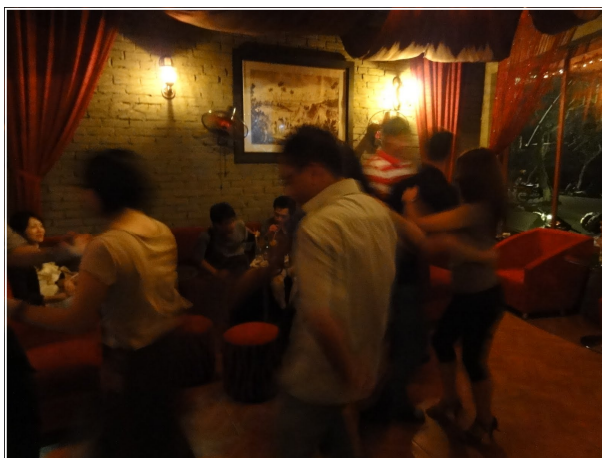
Bất kỳ ai cũng có quyền tiếp cận và sử dụng dịch vụ chăm sóc SKSSTD² như khám phụ khoa, điều trị viêm nhiễm... mà không phân biệt người đó là người di cư hay không di cư, nam hay nữ, đã có gia đình hay chưa, có khuyết tật, có HIV hay không... Khi quyền này được tôn trọng và thực thi nghĩa là mỗi người không chỉ được đáp ứng nhu cầu của mình trong sử dụng dịch vụ, mà còn được tiếp nhận một cách thân thiện, không bị đánh giá phán xét dù bất kỳ lý do gì.



Những đóa hương dương

Phần lớn những người khi biết mình nhiễm HIV đều đối diện với khủng hoảng tâm lý, lo lắng, sợ hãi. Nhiều người trong số họ đã nghị lực vượt lên hoàn cảnh, đứng vững và sống vui vẻ, hạnh phúc.

Tự tử cả chục lần mà không chết



Những lúc “bay”, “phiêu” dễ khiến bạn quên chuyện dự phòng (Ảnh minh họa; nguồn ảnh: Internet)

30 tuổi- cái tuổi xuân xanh nhất của đời người, T. (Quảng Ninh) biết mình nhiễm HIV sau khi hai đứa bạn thân mất. Nhóm của T. có năm người chơi với nhau, có cùng chung sở thích hút chích và “bay”. Mỗi lần hút xong, năm thanh niên lại “bay”, phiêu đến cả ngày với các chân dài “rau sạch” được cung cấp bởi một quán bar trên địa bàn, có khi là từ vùng khác đến. Chả biết “rau sạch” đến đâu, chả biết nhiều tiền và phê thuốc sướng đến thế nào, chỉ biết cả nhóm tá hỏa khi thấy hai đứa chết trong khi đang ở lứa tuổi rực rỡ nhất của đời người. Nghi ngờ, T. giấu giếm đi xét nghiệm và biết mình nhiễm HIV. T. chạy ra cầu Bãi Cháy, nhảy tự tử thì được cứu. Phải mất một năm sau, T. mới nghĩ thương bố mẹ già, mới thấy mình cần phải sống cho ra sống. Đó là lúc đếm trên đầu ngón tay, T thấy mình có gần mười lần tự tử và được cứu. “*Chắc ông trời không cho mình dễ dàng chết như vậy*”, T. tâm sự.

Mặc cảm, hận đời, hận người, khủng hoảng tâm lý là những vấn đề mà người nhiễm HIV giai đoạn đầu có thể trải qua. Nhưng có nhiều người, biết tự vươn lên, sống những ngày ý nghĩa cho cuộc đời ý nghĩa.

Bỏ việc, xây dựng lại cơ nghiệp

Bị kỳ thị và xa lánh, sức khỏe giảm sút, tinh thần khủng hoảng nhiều người nhiễm HIV đã bất lực để mình trôi theo dòng đời. Nhưng niềm tin và nghị lực sống đã tiếp sức cho họ bước tiếp, bắt đầu từ con số 0.

Chị H. chiều nào cũng đến dọn dẹp tại một chùa lớn ở Hà Nội biết mình nhiễm HIV khi chông đi lao động Hàn Quốc sau bảy năm trở về. Khi ấy, chị đang là cô giáo mầm non ở xã. Quá uất ức và chua xót khi bị phụ huynh học sinh dè bĩu, đồng nghiệp thương hại, chị cũng nghĩ đến cái chết. Chị bảo: “*Ngày đó cái chết thường là điều đầu tiên chị nghĩ đến mỗi sáng thức dậy*”. Nhưng nếu chị chết,

¹Quyền Sức khỏe sinh sản tình dục (Nguồn: *Hiệp hội kế hoạch hoá gia đình quốc tế - IPPF*) ;

²Sức khỏe sinh sản, tình dục

thì ai sẽ nuôi con chị, rồi chồng chị sẽ ra sao khi anh đã hồi lỗi? Nhưng nếu ở nhà, anh, chị không sống được. Quê chị, người ta còn kỳ thị HIV, chai mắm, củ hành, bát bún sáng người ta còn trừ nhà chị ra không bán. Con chị đi học, bị bạn bè dè bỉu, đánh đấm sưng tay chân. Chị cùng anh bàn bạc, bỏ việc, bán hết tài sản, lên Hà Nội thuê nhà, xây dựng lại từ con số 0 bằng nghề đồng nát.

Ở nơi mới, không ai biết vợ chồng chị có HIV. Anh chị chuyên tâm thu mua đồng nát, phế liệu ở khắp hang cùng ngõ hẻm. Sau hai năm, nhờ nhanh nhẹn, lại thêm có nhiều khách quen bỏ mối, anh chị đã có đại lý thu mua đồng nát của mình. Hàng ngày, anh chị không phải đi thu gom nữa mà có người mang đến tận nơi cân đong đo đếm. Anh chị đang phấn đấu mua được một ngôi nhà cấp bốn trên phố Giáp Bát để làm địa điểm thu mua đồng nát. Lúc nào làm cứ làm, lúc nào rồi, anh lại tham gia vào đội bảo vệ ở nhà thờ gần đó để tuyên truyền về phòng chống HIV trong phường. Vợ anh thì ngày ngày gắn bó với ngôi chùa gần đó, làm thiện nguyện. Cuộc sống của anh chị đã bình yên trở lại.



Thành công từ những đam mê và nghị lực sống phi thường

HIV không phải là dấu chấm hết cho cuộc đời, nó thử thách nghị lực, niềm tin của mỗi người trước cuộc đời đầy giông bão. Câu nói đó thật đúng với hoàn cảnh của anh L- thợ làm bánh trung thu nổi tiếng.

Anh L. chia sẻ: tâm lý lúc đầu phát hiện mình bị HIV, anh chỉ nghĩ đến trả thù đời rồi chết. Lúc đó, anh đã có vợ và hai con lớn, gia đình lại khó khăn về kinh tế, nhưng anh cứ đắm chìm trong men rượu và phá phách. Mất ba năm, anh mới dần trở lại bình thường. Thấy mình vô dụng và đáng trách quá, nhưng gia đình lại ở bên động viên chứ không xa lánh, vậy là anh quyết tâm phải làm gì đó. Càng làm, anh càng thấy khỏe, thấy vui và quên đi ý nghĩ tiêu cực. Hiệu bánh của anh lúc đầu chung với bố mẹ và anh trai, bị mọi người dị nghị, không ai dám mua. Nhưng giờ nhà anh làm quanh năm không hết đơn đặt hàng. Ngày rằm, mừng một, trung thu, lễ tết anh làm bánh. Ngày thường anh làm kẹo giao cho các cửa hàng tạp hóa trong vùng. Làm việc và chứng kiến hai con trưởng

thành anh lại thấy yêu đời và thực sự tiếc khi đã làm lãng phí mất ba năm.

Chị G.- nhân viên tư vấn tại phòng tư vấn bà mẹ trẻ em của một bệnh viện ở Hà Nội, một người nhiễm HIV cũng đầy nghị lực phi thường khi đã tự vươn lên chứng tỏ mình. Giờ chị là nhân vật chủ chốt của một nhóm tự lực thuộc huyện Đông Anh.

Ít ai biết người phụ nữ lúc nào cũng nở nụ cười, nhẹ nhàng và sống rất tình cảm này đã từng có giai đoạn phát điên vì nhiễm HIV. Thời gian chị ở trong viện chữa trị nhiều hơn ở nhà, đến mức con gái chị không nhận ra mẹ. Nhưng khát vọng sống, khát vọng vươn lên đã làm chị tỉnh giấc. Chị tham gia nhiệt tình nhóm đồng đẳng, rồi đăng ký làm tư vấn cho bà mẹ, trẻ em nhiễm HIV và có nguy cơ nhiễm HIV tại một bệnh viện. Chị còn mở một cửa hàng may đo quần áo và được mọi người đón nhận.

(Tiếp theo trang 10)



Có thể bạn chưa biết?

“An toàn khi yêu”, chương trình truyền thông về tình yêu, tình dục và sức khỏe sinh sản cho thanh niên công nhân đã được tổ chức ngay tại phân xưởng của Công ty TNHH SunCall Technology Việt Nam với sự tham gia của gần 300 công nhân trẻ.

Ngay sau chương trình “An toàn khi yêu” là chương trình “An toàn về cơ thể”, chương trình khám, tư vấn về sức khỏe sinh sản, tình dục và cấp thuốc miễn phí cho thanh niên công nhân. Chương trình được thực hiện từ 10h30 ngày 21/11 đến hết 13h ngày 22/11/2014. Trong khoảng thời gian gần 2 ngày làm việc, 129 công nhân trẻ đã được khám phụ khoa, tư vấn và cấp thuốc miễn phí.

Thanh niên công nhân với “An toàn khi yêu”

“Em giờ đã có 3 cháu, nhưng mới 30 tuổi, em đã phải 9 lần có thai: 3 lần sinh, 3 lần sẩy và thai lưu, 3 lần hút thai. Em sợ lắm rồi, muốn tránh thai nhưng dùng thuốc thì bị đau đầu, dùng vòng thì không hợp phải tháo. Em nói chồng sử dụng bao cao su thì anh ấy bảo không thích, vợ chồng không cần phải dùng. Anh ấy cứ muốn dùng biện



Nữ thanh niên công nhân tự tin chia sẻ ý kiến và đóng vai trong vở kịch “Niềm tin hay bao cao su”

pháp xuất tinh ngoài. Em từ chối quan hệ tình dục thì anh ấy nghi ngờ là em có người khác, em buồn lắm. Nhưng sau chương trình này, em quyết rồi, em quyết từ chối nếu không sử dụng bao cao su”. Một nữ công nhân chia sẻ sau khi tham gia chương trình truyền thông “An toàn khi yêu”.

Với quyết tâm ấy cộng với những thông tin và kỹ năng thương thuyết học được từ chương trình qua phần kịch tương tác “niềm tin hay bao cao su?”, hy vọng bạn gái trong câu chuyện phía trên sẽ thành công trong chiến lược thương thuyết cùng chồng, sẽ không phải đưa số lượng những lần có thai của mình lên hai chữ số, hay tan rã gia đình chỉ vì từ chối chuyện... “yêu”. Có thể thực hành được, có thể ứng dụng được những gì mà sân chơi “An toàn khi yêu” mang đến cũng là mục đích của **Nhịp sống trẻ** khi thực hiện toàn bộ chương trình nói chung và phần kịch tương tác nói riêng.

“An toàn khi yêu” được hiểu theo cả nghĩa đen và nghĩa bóng: “Yêu” vừa là tình cảm vừa là sức khỏe sinh sản và tình dục. Theo đó, an toàn không chỉ dừng lại ở việc tránh thai, tránh bệnh lây truyền qua đường tình dục, tránh bạo lực và lạm dụng tình dục, mà còn bao hàm trong nó sự hài lòng, những cảm nhận hạnh phúc và một tâm trạng thực sự thoải mái khi ở trong mối quan hệ ấy. Thông điệp đó đã được thanh niên công nhân hào hứng lật mở từng lớp nghĩa.

Mang đến một sắc thái khác so với phần chơi dành cho khán giả, phần chơi “Tôi chọn” được thực hiện với sự tham gia của 3 đội chơi. Các thành viên ở 3 đội đã thực sự cùng nhau đấu trí với những câu hỏi kiến thức về viêm nhiễm đường sinh sản và bệnh lây truyền qua đường tình dục. Cuộc thi kết thúc với kết quả

sát nút nhau, song điều quan trọng không phải là đội nào dành giải nhất hay nhì, mà quan trọng là sự “thi đấu” tích cực của các đội chơi, cùng sự tương tác của khán giả dưới hội trường đã hóa giải những hiểu lầm phổ biến của thanh niên về viêm nhiễm đường sinh sản và bệnh lây truyền qua đường tình dục.



Thanh niên công nhân công ty Suncall hào hứng trong phần chơi dành cho khán giả

Một nữ thanh niên chia sẻ sau chương trình: *“Mình hài lòng nhất với phần hỏi - đáp, phần trò chơi ấy (phân biệt với hỏi - đáp với chuyên gia), có rất nhiều câu hỏi hay, nhiều người trả lời và câu hỏi khiến tránh hiểu nhầm. Có nhiều người không biết mà”.*

Cũng là hỏi - đáp nhưng phần hỏi đáp với chuyên gia cũng là phần được thanh niên công nhân chờ đợi. Nhiều câu hỏi được đưa ra để làm rõ hơn các điểm còn chưa rõ liên quan đến tránh thai, nạo hút thai, các bệnh lây truyền qua đường tình dục, bệnh lý đường sinh sản và những hiểu lầm liên quan đến cách thức chăm sóc cơ quan sinh dục... Các câu hỏi đã được các chuyên gia, bác sỹ đến từ CCIHP và phòng khám Năng Mới của SCDI giải đáp chi tiết. Tuy nhiên, đây cũng là phần để lại nhiều tiếc nuối nhất cho công nhân trẻ khi thời gian của chương trình không đủ để giải đáp được tất cả các băn khoăn của thanh niên về tình yêu, sức khỏe sinh sản, tình dục. Đây cũng là lý do vì sao mà các đề xuất của công nhân cho chương trình đều tập trung vào việc “kéo dài thời gian” để thanh niên công nhân được giải đáp nhiều băn khoăn hơn.

Nhận thấy rằng chương trình do công ty tổ chức *“có ý nghĩa, rất thiết thực với mình”* và cho rằng chương trình giúp *“tình yêu, tình dục và sức khỏe sinh sản được an toàn hơn”*; *“cuộc sống tình dục được phong phú hơn”*... nên khi chia sẻ về mong đợi, thanh niên công nhân đều mong chương trình được công ty triển khai hàng năm để mình có thêm cơ hội giao lưu, và tiếp cận với các thông tin, kiến thức về tình yêu, tình dục và sức khỏe sinh sản, góp phần làm phong phú hơn đời sống tinh thần. Đồng thời xây dựng được mối quan hệ an toàn trong tình yêu, tình dục, từ đó có thêm tinh thần hăng say lao động sản xuất, tăng chất lượng và hiệu suất công việc.

“An toàn khi yêu” và “An toàn cơ thể” là các hoạt động nằm trong chuỗi sáng kiến **“Cùng doanh nghiệp chăm sóc sức khỏe sinh sản, tình dục cho công nhân trẻ”** của chương trình **Nhịp sống trẻ - Vì một cộng đồng lao động trẻ, khỏe và an toàn**. Hoạt động được Ban lãnh đạo và Ban chấp hành công đoàn công ty Suncall chủ động thực hiện, đầu tư kinh phí, nhân lực và phương tiện, vật chất để đáp ứng nhu cầu chăm sóc SKSSTD cho người lao động của công ty mình.

Chương trình do Trung tâm Sáng kiến Sức khỏe và Dân số (CCIHP) thực hiện, với sự hỗ trợ của Trung tâm Nguồn và Nghiên cứu Phụ nữ Châu Á Thái Bình Dương (ARROW) và sự cộng tác từ Trung tâm Hỗ trợ Phát triển Sáng kiến Cộng đồng (SCDI).

Thông tin chi tiết về việc đăng ký triển khai tại doanh nghiệp, xin vui lòng liên hệ:

Ms. Phùng Hiền

Điện thoại:

043 577 0261 (M. lẻ 34)

Di động: 098 256 5629;

Email:

phungghien@ccihp.org



CÓ THỂ BẠN CHƯA BIẾT?

Lựa chọn sản phẩm rửa phụ khoa thích hợp, an toàn khi dùng hàng ngày, đảm bảo các yêu cầu:

- Làm sạch nhẹ nhàng, giảm ngứa, ngăn ngừa viêm nhiễm phụ khoa;
- Khử mùi hôi vùng kín;
- Dưỡng da vùng kín đem lại cảm giác thoải mái, tự tin cho người dùng.



Những thói quen có hại cho “vùng kín”

Vệ sinh “vùng kín” hàng ngày không chỉ giúp loại bỏ chất bẩn, phòng ngừa viêm nhiễm phụ khoa mà còn giúp các bạn nữ thêm tự tin và hấp dẫn hơn. Bởi vậy, ai cũng chú trọng việc chăm sóc “vùng kín”. Tuy nhiên, chăm sóc “vùng kín” không đúng cách có thể dẫn đến nguy cơ viêm nhiễm. Hãy xem và nói lời chia tay ngay với những thói quen dưới đây nếu bạn đang là người sở hữu chúng nhé.

1/ Vệ sinh “vùng kín” bằng sữa tắm, xà phòng hay chất tẩy rửa mạnh:

Đây là một sai lầm thường gặp, nhất là trong mùa hè, nhiều bạn gái tranh thủ khi tắm liền vệ sinh ngay cơ quan sinh dục bằng chính sữa tắm, xà phòng đang dùng. Hãy cẩn thận với sự tiện lợi này, vì những sản phẩm sữa tắm, xà phòng tắm... thường có tính sát khuẩn cao, có tính kiềm nên dễ làm thay đổi độ pH, gây mất cân bằng sinh lý âm đạo, khiến cơ quan sinh dục dễ bị viêm nhiễm.

2/ Ngâm “vùng kín” trong chậu nước:

Nhiều bạn có thói tắm bồn thường ngâm cả người trong bồn tắm, hoặc khi vệ sinh ngâm cơ quan sinh dục trong nước. Như vậy, vô tình, những vi khuẩn vốn rất sẵn có ở hậu môn được dịp lan vào nước và tấn công lại “vùng kín”.

3/ Rửa xối bằng vòi nước mạnh thẳng vào sâu “vùng kín”: Sẽ không sao nếu bạn dùng vòi xịt hoặc vòi hoa



sen với tia nước nhẹ rửa bên ngoài cơ quan sinh dục theo chiều từ trên xuống. Nhưng nếu dùng vòi nước mạnh xối thẳng vào “vùng kín” lại rất hại. Sức mạnh của dòng nước sẽ khiến các vi khuẩn có lợi bị đánh bật ra khỏi cơ quan sinh dục. Khi đó “vùng nhạy cảm” lại càng có nguy cơ viêm nhiễm hơn do không được chúng bảo vệ.

4/ Tự thụt rửa âm đạo khi không có chỉ định của thầy thuốc:

Nhiều bạn băn khoăn tại sao mình vệ sinh “vùng kín” rất kỹ, dùng loại dung dịch vệ sinh phù hợp mà vẫn bị viêm. Câu trả lời đã được tìm ra sau khi các bạn gái chia sẻ về cách vệ sinh cơ quan sinh dục của mình. Hóa ra, một số bạn đã sử dụng dung dịch vệ sinh, thậm chí cả các chất sát khuẩn mạnh để thụt rửa trong ống âm đạo chứ không rửa bên ngoài như thông thường. Việc làm này gây mất cân bằng hệ sinh lý vùng kín, thay đổi độ pH âm đạo.

(Tiếp theo trang 7)

Xét nghiệm HIV cho người lao động: đúng hay sai?

Hỏi: Khi tuyển dụng công ty tôi thường thực hiện xét nghiệm HIV lồng ghép trong chương trình khám sức khỏe đầu vào cho người lao động (LĐ). Tôi nghe nói làm thế là không đúng. Xin cho tôi biết thông tin để thực hiện đúng theo quy định.

Đáp: Điều bạn quan tâm được quy định rõ tại Điều 14, Luật phòng chống HIV/AIDS, năm 2006, với nội dung như sau:

Điều 14. Phòng, chống HIV/AIDS tại nơi làm việc

1. Người sử dụng LĐ có trách nhiệm sau đây: a) Tổ chức tuyên truyền giáo dục các biện pháp phòng, chống HIV/AIDS, chống kỳ thị, phân biệt đối xử với người nhiễm HIV trong cơ quan, tổ chức, đơn vị vũ trang nhân dân; b) Bố trí công việc phù hợp với sức khỏe và trình độ chuyên môn của người LĐ nhiễm HIV;

c) Tạo điều kiện cho người LĐ tham gia các hoạt động phòng, chống HIV.

d) Các trách nhiệm khác về phòng, chống HIV/AIDS theo quy định của pháp luật.

2. Người sử dụng LĐ không được có các hành vi sau đây: a) Chấm dứt hợp đồng LĐ, hợp đồng làm việc hoặc gây khó khăn trong quá trình làm việc của người LĐ vì người LĐ nhiễm HIV;

b) Ép buộc người LĐ còn đủ sức khỏe chuyển công việc mà họ đang đảm nhiệm vì lý do người LĐ nhiễm HIV;

c) Từ chối nâng lương, đề bạt hoặc không bảo đảm các quyền, lợi ích hợp pháp của người LĐ vì lý do người LĐ nhiễm HIV;

d) Yêu cầu xét nghiệm HIV hoặc xuất trình kết quả xét nghiệm HIV đối với người dự tuyển lao động, từ chối tuyển dụng vì lý do người dự tuyển

Những thói quen... (tiếp theo trang 6)

Khi đó vi khuẩn có lợi mất đi và tạo điều kiện cho vi khuẩn có hại tăng sinh gây viêm nhiễm phụ khoa.

5/ Chọn dung dịch vệ sinh không phù hợp: Trên thị trường có rất nhiều loại dung dịch vệ sinh phụ khoa, tuy nhiên mỗi loại có công dụng, chức năng khác nhau. Với loại chứa thành phần là các chất kháng sinh, kháng khuẩn thường dùng theo chỉ định của bác sỹ trong trường hợp viêm nhiễm.

Nếu dùng hàng ngày có thể gây mất cân bằng sinh lý âm đạo. Do vậy, khi lựa chọn sản phẩm vệ sinh phụ khoa hàng ngày, bạn gái cần đọc kỹ thông tin để chọn lựa được những sản phẩm vệ sinh thích hợp, an toàn với các thành phần chính từ thảo dược và muối.

ThS. Lưu Thị Gấm

hỏi về luật & chính sách

LĐ nhiễm HIV, trừ trường hợp quy định tại khoản 3 Điều 28 của Luật này.

Như vậy, điểm d, khoản 2 của Điều 14, Luật Phòng chống HIV đã cho thấy rõ doanh nghiệp của bạn đang làm trái với quy định của Pháp luật. Bạn và doanh nghiệp cần lưu ý để tránh làm sai quy định của nhà nước trong lĩnh vực phòng chống HIV/AIDS.

CDI Việt Nam





tư vấn bạn trẻ

Thời điểm có nguy cơ nhiễm HIV trong quan hệ tình dục là thời điểm bạn thực hiện hành vi quan hệ tình dục với người mà mình không rõ là có bệnh hay không. Nếu bạn quan hệ tình dục nhiều lần thì thời điểm làm xét nghiệm được tính từ lần quan hệ gần nhất với thời điểm xét nghiệm.



Cách xác định thời gian xét nghiệm HIV

Mình là nam năm nay 25 tuổi, mình có quan hệ tình dục không an toàn với hai cô gái lạ. Lần đầu quan hệ là hôm 24/1 và cô gái thứ hai lần cuối cùng là 24/2. Thời gian sau đó mình có quan hệ tình dục với vợ nữa. Mình đang rất hoang mang, lo lắng, nên đã đi xét nghiệm HIV. Mình tính nguy cơ từ hôm 24/2 để xét nghiệm lúc 4 tuần, 8 tuần, 12 tuần, 17 tuần, 24 tuần. Tất cả xét nghiệm đều dùng test nhanh và đều âm tính. Nhưng trong thời gian cửa sổ, mình vẫn quan hệ tình dục với vợ như bình thường. Điều mình không biết và muốn hỏi là tính thời gian để xét nghiệm là tính nguy cơ cuối lúc mình quan hệ tình dục với cô gái lạ kia, hay là tính từ lần quan hệ tình dục cuối cùng với vợ của mình? Và mình xét nghiệm như vậy đã an toàn chưa? Sau khi quan hệ tình dục với hai cô gái lạ, mình có triệu chứng nhiều lắm: tê tay chân, ngứa, mề đay, và phát ban, nổi hạch đỏ nữa... Mong sớm nhận lời giải đáp từ chương trình.



Sử dụng bao cao su để tránh bệnh cho bạn tình và tránh bệnh cho chính mình

Bạn nam, 25 tuổi, Bắc Ninh

Bạn thân mến!

Tâm sự bạn trẻ nhận thấy bạn đang quan tâm đến cách xác định hành vi nguy cơ để tính thời gian xét nghiệm HIV, cũng như việc xác định độ tin cậy của xét nghiệm HIV ở các thời điểm bạn đã thực hiện. Tâm sự bạn trẻ chia sẻ với bạn một số thông tin để giải đáp những băn khoăn bạn đang có.

Bạn quan hệ tình dục không an toàn với hai cô gái lạ, sau khi bạn quan hệ tình dục với cô gái thứ hai, bạn đã thực hiện xét nghiệm nhanh trong các thời điểm từ 4-24 tuần và đã nhận được kết quả âm tính trong tất cả các lần xét nghiệm. Như vậy, có thể khẳng định rằng hành vi quan hệ tình dục của bạn với hai cô gái lạ kia không gây lây nhiễm HIV. Việc tính thời gian xét nghiệm là tính từ thời điểm bạn quan hệ tình dục với hai cô gái mà bạn nhắc tới. Bạn đã tính đúng thời điểm là sau lần quan hệ tình dục với cô gái thứ hai (với điều kiện vợ bạn không có nguy cơ lây nhiễm HIV từ các nguồn khác cho đến thời điểm hiện tại).

(Tiếp theo trang 9)

Gửi người chị gái của em

Em không biết tường tận về câu chuyện của chị, không hiểu rõ vì sao chị có HIV, thực ra em không quan tâm đến điều đó. Em chỉ biết rằng lúc này chị đang bệnh, chị chỉ có một mình và sự có mặt của em bên chị là cần thiết. Bởi thế, mỗi khi cuối tuần, em lại sang nhà chị để hai chị em mình được trò chuyện cùng nhau, để chăm sóc những vết tổn thương trên cơ thể của chị. Có người bảo em làm thế sẽ bị lây. Vì những lo lắng như vậy mà nhiều người đã rời xa người thân yêu của mình. Nhưng HIV đâu có lây qua giao tiếp thông thường, đâu có lây khi không tiếp xúc trực tiếp với máu và dịch từ vết thương... nên em không ngại, em không sợ. Chị đừng nghĩ ngợi gì chị nhé, hãy để chúng em chăm sóc và quan tâm tới chị như chị đã từng yêu thương, chăm sóc cho những đứa em của mình.

P.H. ghi lại những chia sẻ chân thành từ một người em đang làm tại KCN Bắc Thăng Long dành cho người chị dâu có HIV

Cách xác định... (tiếp theo trang 8)

Trong giai đoạn cửa sổ (với người có HIV) thì đúng là nguy cơ lây nhiễm sang cho người khác sẽ cao hơn vì khi ấy lượng vi rút HIV nhiều hơn lượng kháng thể chống lại vi rút đó. Song, ở trường hợp của bạn, bạn không có HIV nên không gọi là giai đoạn cửa sổ. Bạn cũng không cần lo lắng về nguy cơ lây sang cho vợ của bạn khi hai người có quan hệ tình dục với nhau sau khi bạn quan hệ tình dục với các cô gái kia. Về những biểu hiện bạn đã mô tả trong thư thì bạn cần đi kiểm tra ở chuyên khoa da liễu để tìm hiểu nguyên nhân, thay vì nghĩ rằng đó là do HIV vì một lý do hiển nhiên là bạn không có HIV, bạn không có nguy cơ lây nhiễm HIV sau lần quan hệ tình dục với hai cô gái lạ đó.

Trong câu chuyện của bạn, bạn đã thật may mắn khi không bị lây nhiễm HIV vì có thể những cô gái bạn đã quan hệ tình dục cũng không có căn bệnh này. Nhưng bạn cũng đã lo lắng thật nhiều cho bản thân và cả cho vợ của bạn nên để tránh những lo lắng như lần này, bạn chú ý việc sử dụng bao cao su nếu có quan hệ tình dục với người bạn không biết rõ họ có bệnh hay không để phòng tránh nhiễm bệnh lây truyền qua đường tình dục nói chung và HIV nói riêng. Bạn cũng lưu ý là, tại thời điểm bạn đang nghi ngờ mình có bệnh (sau khi quan hệ tình dục với người lạ đến thời điểm bạn có kết quả xét nghiệm khẳng định không có HIV) thì nếu có quan hệ tình dục với người khác (ví dụ như vợ bạn) thì cũng cần sử dụng bao cao su đúng cách (đeo bao khi hai cơ quan sinh dục tiếp xúc trực tiếp với nhau) để phòng lây nhiễm bệnh cho bạn tình của mình bạn nhé.

Chúc bạn nhiều điều tốt đẹp!

Tâm sự bạn trẻ 360

góc sẻ chia

Hãy gửi những tâm tư của bạn cho bạn bè, đồng nghiệp hay người mình yêu thương đến với Góc sẻ chia qua số 0164 648 7119³ hoặc qua email:

nhipsongtre@ccihp.org

Chúng tôi sẽ đăng những lời nhắn gửi của bạn trong chuyên mục này.



³ Đây không phải là số dịch vụ nên bạn chỉ phải trả chi phí nhắn tin như những tin nhắn thông thường khác.



Góc tâm hồn

Những lời nhận xét tưởng chừng như đơn giản cũng có thể phá hủy danh dự của một người đến một mức độ không thể sửa chữa. Nếu không thể nói tốt về một người nào đó, thì tốt hơn chúng ta đừng nói gì cả.

Ông lão và tin đồn

Một ông già lan truyền tin đồn rằng người hàng xóm của mình là một tên trộm. Kết quả là người thanh niên đã bị bắt. Nhưng hôm sau anh này đã được chứng minh vô tội. Sau đó, anh kiện ông già vì đã tung tin đồn thất thiệt về anh.

Tại tòa án ông già nói: "Đó chỉ là ý kiến của tôi, chẳng làm hại ai cả". Thẩm phán đề nghị: "Ông hãy viết tất cả những điều ông nói về anh ta vào một mảnh giấy. Sau đó cắt tờ giấy thành những mảnh vụn và ném chúng đi trên đường về nhà. Ngày mai, ông trở lại để nghe tuyên án".

Ngày hôm sau, vị thẩm phán nói: "Trước khi nhận lời tuyên án, ông hãy đi ra ngoài và thu thập tất cả các mảnh giấy mà ông ném đi ngày hôm qua."

Ông già sửng sốt: "Tôi không thể làm điều đó! Gió đã thổi đi cả rồi và tôi sẽ không biết được nơi để tìm thấy chúng." Vị thẩm phán đáp: "Tương tự, những lời nhận xét tưởng chừng như đơn giản cũng có thể phá hủy danh dự của một người đến một mức độ không thể sửa chữa. Nếu ông không thể nói tốt về một người nào đó, thì tốt hơn đừng nói gì cả."



Sẽ chẳng bao giờ lấy lại được những gì gió đã cuốn đi

Những đóa... (tiếp theo trang 3)

Chị vẫn tuần ba buổi làm việc ở phòng tư vấn, thời gian còn lại gắn bó với xưởng may với bốn nhân công này. "Mình cho rằng, mình đang hạnh phúc hơn nhiều người khi tự tìm thấy con đường đi cho mình. Đắm chìm mãi trong đau khổ, chỉ làm cuộc đời mình ngán lại. Cuộc đời còn nhiều niềm vui lắm". Chị G. tâm sự.

Nhiều lắm những người như anh L., chị G., đang từng ngày chiến đấu với bệnh tật để làm những việc ý nghĩa cho đời. Họ không còn mặc cảm, tự ti, ám ảnh, hay chìm trong đau khổ và suy nghĩ chán đời. Ngược lại, họ vươn lên mạnh mẽ như đóa hoa hướng dương, cố gắng sức trẻ và tài năng cho đời, thậm chí giúp đỡ nhiều người khác có hoàn cảnh như mình vươn lên, tự lập. Cuộc đời còn dài, còn nhiều niềm vui và bất ngờ. Cứ sống hết mình, hướng về những điều tốt đẹp, thì cuộc đời ấy, đáng trân trọng biết bao!



Bò nấu cam dưa

Món bò nấu cam dưa ngon, đậm đà và lạ miệng sẽ làm cho không khí gia đình ấm hơn trong tiết trời đông lạnh giá.

Nguyên liệu:

1 kg thịt nạc lưng bò; 1 muống tiêu sọ hạt, 100g tỏi, 1 trái dưa, 1 trái cam lớn, 200g cà chua chín, 100g củ hành tím, 1 muống bột mì, dầu ăn, lá rau thơm, muối, đường.



Cách chế biến

Bước 1: Thịt cắt miếng hơi dày lấy dao chích lỗ, ướp với tỏi, tiêu nguyên hạt.

Bước 2: Cho thịt lên vỉ nướng sơ cho ráo máu đem ra.

Bước 3: Cà chua luộc chín lột vỏ bỏ hạt lấy rổ chà cho nát lấy bột.

Bước 4: Củ hành lột vỏ đập dập bỏ dầu vào chiên cho vàng, cho lá thơm, cà chua vào, xào một lúc cho đường, bột mì trộn đều, chế nước cam và nước dưa ép vào nấu sôi, nêm tiêu, muối, cho vừa, bỏ thịt bò vào đun nấu cho thịt mềm.

Bước 5: Múc thịt ra đĩa cho sốt lên trên. Ăn với chanh ớt muối, hay tương ớt, mắm nêm tùy thích.

Theo Món ngon Việt Nam

Phòng khám Năng Mới: miễn phí 100% phí dịch vụ

Phòng khám chuyên khoa phụ sản – kế hoạch hóa gia đình **Năng Mới** nằm trong khuôn khổ dự án “Làm cha mẹ có trách nhiệm” do SCDI⁴ triển khai với nguyên tắc cung cấp dịch vụ **miễn phí** có **chất lượng**, nhân viên **thân thiện** và **bảo mật** thông tin cho khách hàng.

Các dịch vụ **miễn phí** cho TNCN và các nhóm yếu thế: Tư vấn SKSSTD, sức khỏe tiền hôn nhân; Khám/ tư vấn sản phụ khoa; Đặt/ tháo vòng tránh thai; Rửa âm đạo, đặt thuốc; Trích nang naboth; Đốt u nhú, sùi mào gà; Thử thai nhanh; Cấp thuốc tránh thai khẩn cấp; Phá thai bằng thuốc (cho thai dưới 42 ngày tuổi).

Giờ làm việc: 14-18h từ thứ 2 đến thứ 7 hàng tuần gọi điện đăng ký trước nếu bạn có nhu cầu khám buổi sáng.

Địa chỉ: 240 Mai Anh Tuấn (ven hồ Hoàng Cầu), Thành Công, Ba Đình, Hà Nội

ĐT: 0435191125 ; Website: phongkhamnangmoi.vn, Face: Phòng Khám Năng Mới



Khéo tay

Khi cộng thêm vào công thức của mỗi món ăn tình yêu và sự sẻ chia, món ăn sẽ ngon hơn, đậm đà hơn rất nhiều.

Trung tâm Sáng kiến Sức
khỏe và Dân số (CCIHP)

ĐC: Số 48, ngách 251/8,
Nguyễn Khang, Tổ 39,
Yên Hòa, Cầu Giấy, HN
ĐT: 04 3 577 0261
Fax: 04 3 577 0260
http://ccihp.org
http://tamsubantre.org
Email: ccihp@ccihp.org

Chịu trách nhiệm:

Ths, BS Hoàng Tú Anh

Ban cố vấn

Ths, BS Phạm Vũ Thiên
(CCIHP)

Ths, LS. Hà Quang Phúc
(CDI Việt Nam)

Nguyễn Thị Diệu Linh

Phụ trách Ban biên tập:

Phùng Thị Hiên

Ban biên tập:

Vi Mạnh Cường

Nguyễn Thị Mai Lan

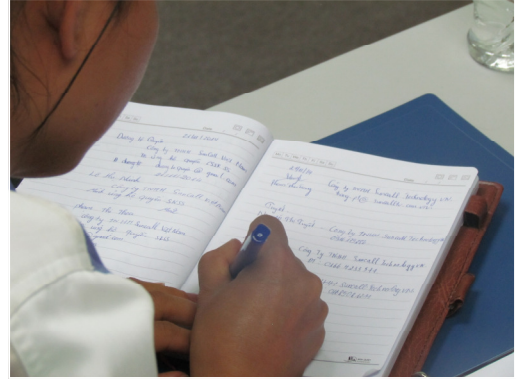
Lương Thị Huệ

Lê Thị Thảo

Hồ Thị Vân

Tương bừng chiến dịch “Sign for Rights” ở thực địa

“Tôi ủng hộ vì tôi cũng là một lao động trong tương lai, tôi muốn những điều này sẽ được phổ biến rộng rãi đến tất cả mọi người, ai cũng cần được trang bị những kiến thức, kỹ năng cần thiết, để đáp ứng những nhu cầu tối thiểu của bản thân liên quan đến thông tin và dịch vụ chăm sóc SKSSTD. Việc ban hành chính sách chăm sóc SKSSTD, những điều mà



Thanh niên công nhân với Sign for Rights

chúng tôi đề xuất trên sẽ góp phần tăng sự hiểu biết cho người lao động và sẽ lan tỏa rộng khắp, góp phần giảm số người bị nhiễm HIV, số ca nạo phá thai, nhiều tệ nạn liên quan đến quấy rối, lạm dụng tình dục nơi làm việc, và nhiều vấn đề hơn thế. Nếu chúng ta có một chính sách tốt, cùng với đó là đưa chính sách vào thực tiễn và hành động, thì tôi tin chắc rằng, ở khắp các công trường xây dựng, nhà máy sản xuất, đi đâu cũng thấy mọi người hăng hái lao động, sản xuất, và chính những lao động đó, sẽ là cầu nối, sẽ là người truyền đạt những hiểu biết về SKSSTD cho con cái, gia đình họ.” Nguyễn Thái Yên, Hà Nội.

Lý do đó đã bao hàm trong nó đầy đủ các ý nghĩa mà **Sign for Rights** muốn gửi gắm. Và khi có cùng chung một cái nhìn vì cộng đồng, thanh niên không phân biệt là sinh viên hay công nhân đều sẵn sàng đặt bút để nói rõ quan điểm của mình. Điều này giải thích vì sao tháng 11 vừa qua, bên cạnh chiến dịch được thực hiện trên mạng, **Sign for Rights – ký tên ủng hộ việc ban hành chính sách chăm sóc SKSSTD dành cho TNCN** khi triển khai tại thực địa lại thu hút đông đảo sinh viên và thanh niên công nhân ký tên ủng hộ. Gần 1000 chữ ký và ý kiến đã được thu thập.

Sign for Rights sẽ kéo dài đến 15/12/2014. Bạn có thể nhận tin với nội dung: “Ủng hộ Sign for rights” và ghi tên, công việc, nơi công tác rồi gửi đến Nhịp sống trẻ qua số: 0164 648 7119³, qua email: nhipsongtre@ccihp.org.

Mọi ý kiến đóng góp cho chuyên san và tin bài, xin gửi về email ban biên tập: nhipsongtre@ccihp.org hoặc gửi thư theo địa chỉ của CCIHP



CCIHP
TRUNG TÂM SÁNG KIẾN
SỨC KHỎE VÀ DÂN SỐ



Chương trình Thúc đẩy Quyền sức khỏe sinh sản, Tình dục cho Thanh niên công nhân các Khu công nghiệp tại Hà Nội

In 7000 bản tại Công ty Cổ phần In Hồng Hà
Số đăng ký kế hoạch xuất bản 272-2014/CXB/66-12/VHTT
Cấp phép ngày 10/12/2014, in và nộp lưu chiểu tháng 12/2014