RC
607
A26
T35

Mga Tanong at Sagot Tungkol sa AIDS

M. L. Tan

isinalin sa pilipino nina

Gerardo Andamo
Manuel Pablo

HEALTH ACTION INFORMATION NETWORK
November 1986

HEALTH ACTION INFORMATION NETWORK
RESOURCE CENTER

PUBLISHED BY

HEALTH ACTION INFORMATION NETWORK
49 SCOUT MADRIÑAN ST., DILIMAN
QUEZON CITY 3008, PHILIPPINES
ISBN 971-8508-01-5

R 732

Tan, Michael Lim.

MGA TANONG AT SAGOT TUNGKOL SA AIDS

PAMBUNGAD

Mahirap isipin ang magkaroon ng isang sakit na walang lunas lalo na kung ito ay nakakahawa at kakaunti pa lamang ang nalalaman tungkol dito. Halimbawa ay ang sakit na AIDS.

Sa Amerika at Europa, karamihan sa mga may AIDS ay mga bakla. Ngunit kahit sino ay maaaring magkaroon nito: babae man o lalake, bata o matanda, o ano mang lahi.

Ang booklet na ito ay tungkol sa AIDS. Ipinapaliwanag dito ang ilang bagay kaugnay ng AIDS gaya ng sintomas, paano nagkakaroon, sino ang nagkakaroon at kung paano maiiwasan.

Ang pagkakaroon ng kaalaman ukol sa sakit na AIDS ay malaking tulong kaninuman, sa pansarili mang dahilan o para sa aktwal na pag-iwas ng paglaganap nito.

RC
607
A26
T35

ANO ANG AIDS?

May natural na panlaban o depensa sa sakit ang katawan ng tao. Ito ang sistemang ginagamit ng katawan upang mapigil ang pagkakasakit o ang paglala nito.

Gayunpaman, may mga pagkakataong ang sistemang pandepensa ng katawan ay humihina at hindi makaganap ng gawain. Dahil dito, madaling dapuan ng sakit ang tao.

Ang AIDS ay isang halimbawa nito. Mahina ang kalagayan ng sistemang pandepensa ng katawan. Bunga nito, ang mga sakit na karaniwang madaling mapaglabanan ng katawan ay malamang na maging malala, matindi o maging dahilan pa ng pagkamatay.

Sa ngayon, wala pang matagpuang lunas sa AIDS.

Ang AIDS ay kumakatawan sa Acquired Immune Deficiency Syndrome.

Acquired — dahil ang sakit ay hindi namamana (non-hereditary) kundi nasasagap mula sa ibang tao o bagay

Immune Deficiency — ito ang paghina ng natural na sistema ng panlaban ng katawan sa sakit

Syndrome — ang partikular na paraan ng pagkasagap ng mga sakit dahil sa paghina ng sistemang panlaban sa sakit

Marami sa mga may AIDS ang nagkakaroon ng kakaibang uri ng kanser. Mayroon ding nagkakaroon ng malubhang impeksyon sa baga, sa sistemang pantunaw, sa central nervous system at sa balat.

Ang mga sumusunod ay mga sakit na madalas matagpuan sa mga taong may AIDS:

Kaposi's Sarcoma — di-karaniwang uri ng kanser sa balat ngunit nakaaapekto rin sa ibang parte ng katawan

Pneumocystis carinii pneumonia — malubhang impeksyon ng baga

Di-karaniwang anyo ng TB (gaya ng TB sa buto)

ANO ANG SANHI NG AIDS?

Ang AIDS ay sanhi ng isang virus (isang klase ng mikrobyo) na kung tawagin ay HTLV-III sa Amerika, LAV sa Pransiya o kaya HIV sa mga ibang bansa. Sa booklet na ito, AIDS virus ang gagamitin nating pangalan.

Ang virus na nasasagap ng tao ay napupunta sa dugo. Bilang depensa ng katawan, ang mga white blood cells ay lumilikha ng antibodies na siyang pupuksa sa virus. Ngunit iba ang nangyayari kapag ang AIDS virus ang nasagap. Ang mga virus na ito ang mismong pumupuksa sa white blood cells. Dahil dito, nababawasan ang natural na depensa ng katawan laban sa iba pang impeksyon na sanhi ng iba pang virus.

Ang sinumang may AIDS virus ay maaaring magpasa nito sa iba. Ito ay sa pamamagitan ng pakikipagtalik (sex) sa isang may virus o kaya'y kung ang dugo ng mga may virus ay mailipat o maisalin sa katawan ng iba. Tatalakayin pa sa ibang bahagi ng booklet na ito ang mga paraan kung paano naipapasa o nasasagap ang AIDS virus.

Mahalagang isaisip na bagamat may AIDS virus ang isang tao, hindi pa rin tiyak na mayroon na siyang AIDS. Sa Britanya na kung saan ay may 20,000 taong pinaghihinalaang may AIDS virus, hindi hihigit sa 300 lamang ang nagka-AIDS noong 1985. At sa kulang-kulang na 300 ito, ang pagkakaroon ng AIDS ay bumilang nang may kahabaan ding panahon (6 na linggo — 5 taon, ang iba'y higit pang matagal.)

Karamihan sa mga nahawa o nagtataglay ng AIDS virus ay lumilikha ng mga "antibodies" sa katawan nila na magiging panglaban sa virus, kaya ang iba ay nanatiling malakas at malusog.

Ang mga ilan naman ay maaring magkakaroon ng "AIDS-Related Complex" (ARC), isang kalagayang kaugnay ng AIDS ngunit hindi kasing lubha nito. Ang mga iba naman ay tuluyang magkakaroon ng AIDS at mga impeksiyon tulad ng Kaposi's sarcoma o pneumocystis carinii pneumonia.

Sa ngayon, walang makapagpaliwanag kung bakit at kung paano naaapektuhan ng nasabing virus ang iba't ibang tao sa iba't ibang paraan. Gayunpaman, may mga taong likas na mahina ang resistensiya kaysa iba. Bukod sa naturalisa ng mga taong ito, ilan sa mga dahilan ng paghina ng resistensiya ay labis na pag-inom ng alak, paggamit ng drugs, di-wastong pagkain, kakulangan sa paghinga sa labis na paggawa, o kaya'y ibang karamdamang naging sanhi ng komplikasyon o iba pang sakit.

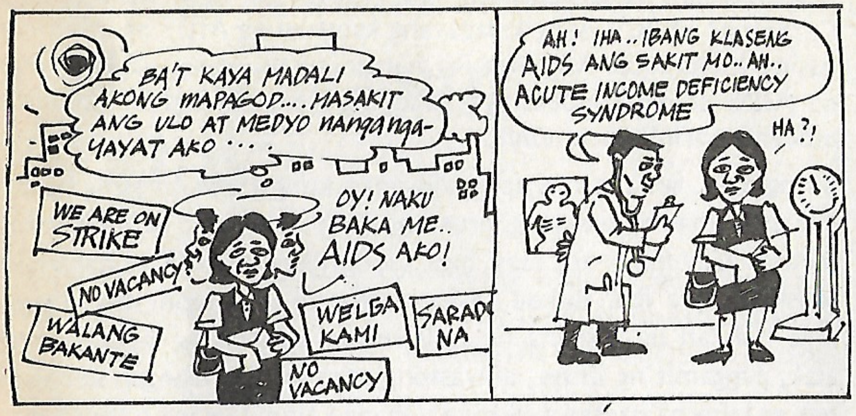
ANU-ANO ANG MGA SINTOMAS NG AIDS

Habang binabasa ito, maaring maisip na, "Oo nga, may nararamdaman akong ganito... mayroon ako nito... at saka noon... Naku, baka may AIDS na 'ko!" Dapat lamang alalahanin ang mga sumusunod:

* Ang AIDS ay di-karaniwan.

* Saka lamang maaring maisip na may AIDS kung ang mga sintomas ay sama-samang matatagpuan at patuloy na nararamdaman habang lumalaon.

* Dapat ding isipin na ang ilan sa mga palatandaang tulad ng sa AIDS ay maaaring sanhi ng iba pang sakit. Halimbawa, ang kulani ay maaaring bunga ng karaniwang impeksyon lamang. Ang matinding pagod, lagnat at pagbaba ng timbang ay maaaring dahil na rin sa pangangamba at pagpupuyat o kaya'y dahil sa padating na trangkaso.



Ang mga sumusunod ay ilan sa mga palatandaan ng pagkakaroon ng AIDS:

— Kulani kadalasa'y sa leeg at kili-kili

— Matinding pagod na tumatagal nang ilang linggo gayong wala namang pinagkakapaguran

— Labis na pagbaba ng timbang — bumababa nang higit sa 10 libra o 4.5 kilo sa loob lamang ng dalawang buwan

— Lagnat at pamamawis sa gabi na tumatagal nang kung ilang linggo

— Pagtatae na tumatagal nang mahigit sa isang linggo gayong wala namang tiyak na dahilan

— Hirap sa paghinga at tuyong ubo na higit na matagal sa karaniwan

— Sakit sa balat — namumula-mulang pantal sa balat, makikita rin sa bibig o sa talukap ng mata. Karaniwa'y mukhang pasa o bugbog.

Dapat alalahaning ang ilan sa mga nabanggit ay mga karaniwang palatandaan. Ang nagkakaroon nito ay hindi nangangahulugang ang tao ay tiyak nang may AIDS. Makabubuting sumangguni sa isang espesyalista sa mga nakakahawang sakit.

PAANO NAKUKUHA O NASASAGAP ANG AIDS VIRUS?

Nabubuhay lamang ang AIDS virus sa mga likido sa katawan gaya ng dugo, tamod, laway at luha. Ganunpaman, wala pang napapatunayang nakasagap nito sa pamamagitan ng laway o luha. Lahat ng napatunayang mayroong virus ay nagkaroon nito mula sa tamod o dugo.

Nasasagap ang virus sa:

* pakikipagtalik o
* kung ang dugong may virus ay makapasok sa sistemang daluyan ng dugo

Pakikipagtalik

Maaaring masagap o makuha ang virus kapag ang isang tao ay nakipagtatalik sa isang taong mayroon nang AIDS virus. Higit ang panganib na masagap ang virus sa ilang paraan ng pakikipag-sex (basahin ang susunod na bahagi). Kung malaki ang bilang ng iyong mga katalik sa sex, lumalaki rin ang posibilidad na makatagpo ka ng katalik na mayroong virus at ito ay masagap mo.

Naipapasa ang virus di lamang sa pakikipagtalik ng mga bakla kundi pati na rin ang pakikipagtalik ng lalaki at babae.

Sa Dugo

Maaring masagap ang virus sa muling paggamit sa iniksyon ng karayom na nagamit na ng isang taong mayroon nang virus. Ang mga drug addict na gumagamit ng hiringgilya at karayom ay malamang na nakasagap ng virus sa ganitong paraan. At kung nasagap na ang virus, madali na itong maipasa sa pamamagitan naman ng pakikipagtalik.

Ang iba naman ay nagkaka-AIDS matapos masalinan ng dugong may virus (blood transfusion).

Ang AIDS virus ay madali ring maipasa ang mga buntis sa sanggol sa sinapupunan sa pamamagitan ng inunan (placenta) — na siyang dinaraanan ng dugo mula sa ina hanggang sa bata. Ang pagpapasuso ay isa ding paraan na magkakaroon ng virus ang bata.

Hindi gaanong matibay ang AIDS virus kung ito ay nasa labas ng katawan. Kaya itong puksain ng init at karaniwang panlinis sa bahay katulad ng clorox. Kaya, masasabing hindi ito masasagap sa pamamagitan ng paghipo o paghawak sa mga kagamitang ginagamit na ng isang may virus tulad ng baso, tasa, kutsara't tinidor, tuwalya, damit o kaya'y ang upuan sa kubeta at iba pa. Gayundin, hindi masasagap ang virus sa pakikipaghawak-kamay sa isang mayroon nito.

PAANO MAARING MAIWASANG MASAGAP ANG AIDS VIRUS?

Sinisikap na tumuklas ng bakuna laban sa AIDS virus, ngunit hindi inaasahang ito ay magagawa sa malapit na hinaharap.

Naririto ang ilang mungkahi na maaring makatulong upang maiwasang makasagap ng virus:

— Mas maliit ang posibilidad na makasagap ka ng virus kung hindi marami ang iyong katalik sa sex.

— Kung hindi rin marami ang mga katalik ng iyong kapareha sa sex, lumiliit din ang posibilidad na masagap ang virus.

— May epekto ang paraan ng pakikipagtalik sa pagkakasagap ng virus. Ngunit nakukuha lang ang virus kung ang katalik ay mayroon na nito. Kung hindi sigurado, tandaang may mga paraan ng pakikipagtalik na higit na malaki ang posibilidad na masagap ang virus:

— Anal Intercourse (kung saan ay sa puwit ipinapasok ang ari ng lalaki). Ito ay mapanganib dahil ang gilid ng puwit ay mas madaling mapunit kaysa sa puwerta, at kung mapupunit ay maaring magsugat at siyang maging daan ng pagkasagap ng virus.

— Vaginal Intercourse (ipinapasok ang ari ng lalaki sa puwerta). Ang pagsusugat ay maaring mangyari.

— Oral Sex (ito ay ang paggamit ng bibig at dila sa ari ng kapareha) Hindi mawawala ang posibilidad na ang tamod ay mapasa-bibig na siyang maging daan ng pagkasagap. Mas malaki ang posibilidad nito kapag ang tamod ay lulunukin.

— Alinmang paraan na maaring magkasugat at/o magdugo ang ari, puwit o balat ay posibilidad din upang masagap ang virus.

– Ang salu-salo o pinagsasaluhang paggamit ng kagamitang-sex (sex toys) tulad ng vibrator ay maaaring dahilan ng pagkalat ng virus.

Ang paggamit ng kondom habang nakikipagtalik ay isang mabuting paraan ng pag-iwas di lamang sa virus kundi pati na sa ibang sakit na kaugnay ng pagtatalik (halimbawa, gonorrhea o tulo). Kung gagamit ng kondom, at gagamitan ng pampadulas (lubricant) mas mabuti kung ang pampadulas ay water-based (gaya ng K-Y jelly) sa halip na oil-based (gaya ng Vaseline) dahil nasisira ng oil-based lubricant ang kondom.

Walang panganib na masagap ang virus sa paglalaro ng ari ng katalik o sa pagbabati (masturbation) o dili kaya ay ang paghaplos sa isa't isa.

Iwasan ang pakikigamit ng mga bagay na pantusok sa balat kung ang mga bagay na ito ay hindi naisterilisa. Kabilang dito ang mga hiringgilya at karayom, pangtato, gamit-panghikaw at mga karayom na pang-acupuncture.

Para naman sa mga gumagamit ng hiringgilya at nagtuturok sa sarili, maiiwasan ang virus kung iiwasan ang pagtuturok mismo. Kung magtuturok, itapon ang mga nagamit nang hiringgilya at karayom.

Makabubuti ring huwag makigamit ng pang-ahit o sepilyo sa ngipin ng iba. Ang mga pang-ahit ay nakasusugat samantalang marami ring nagdudugo ang gilagid habang nagsisipilyo.

Dapat iwasang magbuntis ng mga babaeng may AIDS virus dahil baka maipasa niya ang virus sa bata, bukod sa baka siya mismo ay magkaroon ng AIDS sa pagbubuntis, lalo pa ngayon na kulang pa ang kaalaman hinggil dito.

MAHALAGA: Hindi maiiwasan ang AIDS sa pamamagitan ng paginom ng **antibiotics.** Walang epekto ang gamot na ito sa AIDS virus.

PAANO MO MALALAMAN KUNG MAYROON KANG AIDS VIRUS?

Mayroong tanging blood test para sa nagnanais malaman kung sila ay may virus. Ang tawag sa test na ito ay HTLV-III Antibody Blood Test. Malalaman sa test na ito kung ang tao ay nakapagbuo ng antibodies laban sa AIDS virus.

Kung makita sa test na mayroon kang antibodies laban sa AIDS virus, nangangahulugang ikaw ay mayroon ng nasabing virus. Ngunit hindi masasabi ng test kung ikaw ay magkakaroon ng AIDS sa hinaharap.

Kung ipinapalagay ng isang tao na mayroon siyang AIDS virus, makabubuting makipag-usap muna siya sa isang taong nakakaalam nito at makatutulong bago sumailalim ng test. Sa gayon, ang anumang resulta ng pagsusuri ay madali nang matatanggap ng indibidwal o mababatid na niya ang mga kaukulang hakbang na dapat gawin.

Bukod sa mga Social Hygiene Centers ng Ministry of Health, may mga pribadong klinika at ospital ang nakakapagbigay ng AIDS antibody test:

S.M. LAZO MEDICAL CLINIC
1755 Taft Ave., Metro Manila

GOOD HEALTH MAINTENANCE & MEDICAL CLINIC
875-B Cr. Flr., Isabel Building
F. Cayco St., Corner España
Metro Manila

RUBEN C. BARTOLOME M.D. CLINIC
2021 M. H. Del Pilar Street
Metro Manila

PHYSICIANS' DIAGNOSTIC SERVICES
Ground Flr., Insurance Center Bldg.
632 Gen. Luna St., Intramuros
Metro Manila

ARGUELLES MEDICAL CENTER, INC.
1271-1277 Zobel Roxas
Cor. G. Del Pilar Street
Malate, Manila

PHILIPPINE MEDICAL TESTS SYSTEM
Rm. A-204, Ben Lor Building
1184 Quezon Ave., Quezon City

ST. VINCENT X-RAY CENTER
2nd Flr., MG Building
150 Amorsolo St., Legaspi Village
Makati, Metro Manila

DR. CHRISTIAN CANGCO MEDICAL CLINIC
Suite 1003, 10th Flr., Rufino Bldg.
Ayala Ave., Makati, Metro Manila

SPECTRUM LABORATORY X-RAY & MEDICAL CLINIC
921 Phil-Am Homes Subdivision
EDSA, Quezon City

ST. MARTIN POLYCLINIC
1507 NFWCP Building
San Marcelino St., Ermita, Manila

L-R MEDICAL & X-RAY CLINIC
(Formerly Body Mind Specialist Center)
305-307 Ambrosio Building
Buendia Ave., Cor. Bautista Street
Makati, Metro Manila

HAIN RESOURCE CENTER

BIO-LABORATORY MEDICAL SYSTEMS, INC.
1st Flr., Phil. Savings Bank Bldg.
Ayala, Makati, Metro Manila

ST. PATRICK'S CLINIC & LABORATORY, INC.
642 Shaw Boulevard
Mandaluyong, Metro Manila

ANGELINA APOSTOL-PUNZALAN MEDICAL CLINIC
4th Flr., Trans-Phil. Condominium
Pasong Tamo, Makati, Metro Manila

MAKATI MEDICAL CENTER
No. 2 Amorsolo Street
Makati, Metro Manila

MARY CHILES GENERAL HOSPITAL
667 Gastambide Street
Sampaloc, Metro Manila

ST. LUKE'S MEDICAL CENTER
Eulogio Rodriguez Sr. Avenue
Quezon City

IBA PANG MGA AHENSYA:

GABRIELA
No. 1 Mines Street
Project 6, Quezon City
Tel. No. 98-83-98

NCCP
879 Epifanio de los Santos Avenue
Quezon City
Tel. No. 98-57-96

Center for Women's Resources
c/o Adul de Leon
2nd Flr., Mar Santos Building
43-A Roces Ave., Quezon City
Tel. No. 99-52-68/99-27-55

MAYROON NA BANG AIDS SA PILIPINAS?

Sa ngayon, mahirap makakuha ng mapagkakatiwalaang ulat hinggil sa mga kaso ng AIDS dito sa Pilipinas. Mayroong tatlong kompirmadong kaso ng AIDS — lahat ay balikbayan na nagkasakit nito mula sa Estados Unidos at umuwi upang dito na bawian ng buhay.

Ang mga ulat sa pahayagan hinggil sa mga kaso ng AIDS mula sa Olongapo at Angeles ay hindi rin malinaw. Hanggang Oktubre 1986, may 15 mga "hospitality workers" ang tiniyak na may AIDS antibody. Gayunpaman, ang mga babaing ito ay wala pang AIDS. Nahantad sila sa virus at nagdadala sila nito; ngunit walang katiyakan pa rin na sila ay magkakasakit ng AIDS o hindi.

Sa Kamaynilaan, ang Ministry of Health ay nagsagawa ng mga pagsusuri sa mga hospitality workers. Sa mga babaeng sumailalim sa AIDS antibody test, walang positibong kaso ang natagpuan.

SANGGUNIAN

AIDS Unit, Department of Health (United Kingdom), **AIDS: What Everybody Needs to Know.** London: Health Education Council, 1986.

AIDS Lifeline. San Francisco: San Francisco AIDS Foundation, 1985.

Sumulat o dumalaw sa HAIN kung may kailangan pang impormasyon hinggil sa AIDS.

TANDAAN

- ANG AIDS AY MAIIWASAN.
- ANG AIDS AY HINDI NAKAKAHAWA SA KARANIWANG ARAW-ARAW NA PAGTATAGPO.