Đặc san

SỐNG CHUNG VỚI HIV

Viện Nghiên cứu Phát triển Xã hội

Việc làm cho NCH

ÁNH SÁNG cuối đường...

Thư gửi bạn đọc

Trong thời gian qua, SCVH đã nhận được nhiều thư từ, tin tức của các nhóm: Vì ngày mai tươi sáng Thái Bình, Thái Nguyên, Bắc Ninh, Quảng Ninh, Hải Phòng, Hải Dương; Mạng lưới các nhóm tự lực phía Nam, mạng lưới Tình bạn; cùng sự đóng góp tin bài hết sức nhiệt tình của các bạn: Bích Thủy, Ngọc Thạch, Xuân Cường, Ngọc Quyên, Nguyễn Thực, Thúy Diễm, Trần Vân...; sự quan tâm, chia sẻ tin tức của các phóng viên như: Nguyễn Tiến Tuân, Nguyễn Hằng,... Đặc biệt trong số này, với chủ đề "Việc làm với NCH", các bạn đã cung cấp rất nhiều bài vở và những nguồn thông tin thực tế quý báu. Cho dù gặp nhiều khó khăn trở ngại về sức khỏe và cả những sự kỳ thị, nhưng rất nhiều NCH đã tự vượt qua tất cả để tìm một hướng đi, một công việc phù hợp nhằm góp phần xây dựng một gia đình và xã hội tốt đẹp hơn.

Một trong những mối quan tâm hàng đầu của NCH chính là vấn đề điều trị. Sau số đầu tiên của SCVH mang tên "Tiếp cận điều trị", nhóm thực hiện tiếp tục nhận được nhiều ý kiến của bạn đọc, thể hiện sự quan tâm đến vấn đề kháng thuốc và điều trị ARV bậc 2. Để đáp ứng nhu cầu của nhiều bạn đọc, SCVH số tới sẽ tập trung vào chủ đề này, đề cập đến thực trạng tình hình kháng thuốc ở trên thế giới và tại Việt Nam, các biểu hiện và chẩn đoán kháng thuốc, nguy cơ kháng thuốc, cách dự phòng làm giảm nguy cơ, chiến lược của chương trình quốc gia nhằm kiểm soát hiện tượng này.

Chúng tôi xin được gửi lời cảm ơn chân thành tới tất cả các bạn, những độc giả và cũng là những người đã cùng góp sức xây dựng nên nội dung cho SCVH. Mong tiếp tục được nhận thông tin của các bạn, đặc biệt là các tin bài về chủ đề **"Kháng thuốc".**

BBT

Trong số này

Chuyên đề

6 **Người nhiễm HIV với việc làm và quyền được làm việc**

8 **Có HIV = Mất việc làm**

14 Mô hình dạy nghề cho NCH "Chuỗi hạt pha lê" hoàn hảo

16 **HIV và việc làm**

Phóng sự ảnh

22 **Việc nhỏ vừa sức**

Chia sẻ

30 **Những mảnh ghép kỳ diệu**

Góc tư vấn

38 **Mang thai có phải đổi thuốc ARV?**

Những người thực hiện

Nhóm biên soạn
Khuất Thị Hải Oanh
Lê Minh Thúy
Ong Văn Tùng
Vũ Mạnh Trí
Quyền Thị Nhung

Nhóm cố vấn
BS. Cao Thanh Thủy
Ths. Chu Quốc Ân
Ông Eamonn Murphy
Bà Huỳnh Như Thanh Huyền
BS. Masami Fujita
GS. TSKH. Phạm Mạnh Hùng
BS. Trần Mẫn Em
BS. Nguyễn Thị Bích Vân
Ông Trần Tiến Đức
Luật gia Trịnh Thị Lê Trâm
TS. Võ Đình Vinh
BS. Phạm Vũ Thiên

Trình bày
Hoàng Hải Vương

Ảnh bìa 1: Hoài Thanh

In tại: Công ty in Tiến Bộ
Số giấy phép xuất bản: 16/GP-XBĐS

Địa chỉ liên hệ

Viện nghiên cứu Phát triển Xã hội
Phòng 225, cầu thang 11, nhà CT5
khu Sông Đà - Mỹ Đình,
đường Phạm Hùng, Cầu Giấy, Hà Nội
ĐT: 04.37820058 – Fax: 04.37820059

Đơn vị thực hiện

Nhóm tự lực NCH đầu tiên được công nhận là Chi hội phòng, chống HIV/AIDS

Chủ tịch Hội PC HIV/AIDS Tp.HCM (nguyên chủ nhiệm Ủy ban các vấn đề Xã hội Quốc Hội) phát biểu tại lễ ra mắt.

Với sự chỉ đạo và ủng hộ của Ban chấp hành Hội Phòng chống HIV/AIDS Tp. Hồ Chí Minh (Hội PC HIV/AIDS TPHCM), Chi hội phòng chống HIV/AIDS Niềm Tin, khởi nguồn là nhóm tự lực Niềm Tin, đã được ra mắt vào ngày 09/05/2009. Chi hội Niềm Tin trực thuộc Hội PC HIV/AIDS TPHCM. Buổi lễ ra mắt đã diễn ra long trọng tại UBND phường 15, Quận 4 với sự tham dự của đại diện chính quyền UBND Quận, BCH Hội PC HIV/AIDS TPHCM, đại diện Mạng lưới các nhóm tự lực phía Nam và các nhóm tự lực tại Tp. Hồ Chí Minh. BCH chi hội Niềm Tin đã được bầu cử với kết quả: Chủ tịch Chi hội là Bà Trần Thị Phụng; Phó chủ tịch Chi hội: Ông Vương Kiến Thành và bà Nguyễn Ngô Thị Anh Tú.

Nhóm tự lực Niềm Tin được thành lập từ năm 2003 với những hoạt động tư vấn, chuyển gửi, dự phòng, vận động chính sách, đào tạo, hỗ trợ tạo việc làm cho NCH đặc biệt chú trọng vào phụ nữ có HIV và trẻ em nhiễm và bị ảnh hưởng bởi HIV. Đến nay bằng sự nỗ lực hoạt động và tự khẳng định năng lực của nhóm Niềm Tin, thêm vào đó chủ trương của Hội PC HIV/AIDS TPHCM là ủng hộ các nhóm tự lực NCH, bước đầu hội đã công nhận nhóm tự lực Niềm Tin là Chi hội thành viên.

Chi hội PC HIV/AIDS Niềm Tin đã cam kết mạnh mẽ trong nhiệm kỳ này sẽ vận động sự tham gia của hội viên đặc biệt là NCH, phụ nữ và trẻ em nhiễm và bị ảnh hưởng.

Mạng lưới các nhóm tự lực phía Nam (SPN+)

Cấp chứng chỉ điều dưỡng viên cho NCH

Theo ông Lê Nhân Tuấn, giám đốc Trung tâm phòng, chống AIDS Hà Nội, thành viên Hội phòng chống HIV/AIDS Hà Nội: Sắp tới hội HIV/AIDS có tổ chức khoá đào tạo điều dưỡng viên chăm sóc người nhiễm HIV tại 3 trung tâm 01, 02, 09 cho 40 học viên. Sau khoá đào tạo trong thời gian 6 tháng các học viên tham gia có đủ các kỹ năng cơ bản của điều dưỡng và được cấp chứng chỉ nghề điều dưỡng viên, ngoài ra được tạo điều kiện làm việc tại các phòng khám, bệnh viện chuyên khoa HIV.

Tuy nhiên không chỉ các học viên trong các trung tâm kể trên được đào tạo nếu tại cộng đồng những tình nguyện viên có lòng nhiệt tình có thể tham gia vào khoá đào tạo này với điều kiện phải cam kết với TTPC HIV/AIDS và ở lại 1 trong 3 trung tâm trong suốt khoá đào tạo chỉ được về nhà 2 tháng 1 lần.

Dự kiến khoá đào tạo tại các trung tâm khai giảng từ 1 đến 10/6/2009 và kết thúc khoá học cấp chứng chỉ vào 01 đến 10/12/2009. Khoá đào tạo như trên đã triển khai tại Cần Thơ vào năm 2008 cho 30 người và dự định sau khoá đào tạo tại các TT 01, 02, 09 sẽ mở một khoá đào tạo như vậy tại cộng đồng. Những TNV có mong muốn tham gia liên hệ trực tiếp với TTPC AIDS Hà Nội 86 Thợ Nhuộm để biết thêm thông tin chi tiết.

Ngọc Thạch

Truyền thông chống kỳ thị phân biệt đối xử

Trong tháng 03 năm 2009 nhóm Vì Ngày Mai Tươi Sáng Thái Nguyên 2 đã tổ chức trao quà cho phụ nữ trong nhóm nhân ngày mùng 08 tháng 03, nhằm động viên những phụ nữ trong nhóm vượt qua khó khăn và sự kỳ thị. Trước đó, ngày 6/3 nhóm kết hợp cùng hội phụ nữ khu dân cư phường Hương Sơn tổ chức buổi nói chuyện truyền thông chống kỳ thị và phân biệt đối xử cho 153 người dân với sự chia sẻ của thành viên trong nhóm. Trong buổi truyền thông nhóm đã cấp phát được 1000 tờ rơi, sách nhỏ và 400 bao cao su tới những người dân tham gia.

Nguyễn Thị Hải Yến

Thái Nguyên : Lễ ra mắt CLB Đồng cảm

Ngày 13/4/2009, Hội Phụ nữ P. Cam Giá, Tp. Thái Nguyên tổ chức buổi lễ ra mắt CLB Đồng cảm tại hội trường UBND phường. Trong buổi ra mắt nhóm VNMTS Thái Nguyên (BFN) được mời tham gia giao lưu. Nhóm BFN Thái Nguyên đã đóng góp 3 tiết mục văn nghệ và biểu diễn thời trang bao cao su, thành viên nhóm lên chia sẻ về những hoạt động của nhóm đã làm trong thời gian qua. Thông qua những hoạt động tuyên truyền sử dụng bao cao su trong khi quan hệ tình dục và không dùng bơm kim tiêm bẩn phòng lây nhiễm HIV nhóm đã thu hút thêm những thành viên mới tham gia và sự quan tâm của các cấp lãnh đạo địa phương tới những nhóm tự lực của NCH đang hoạt động tại địa phương.

Phương Quỳnh

Sân khấu hóa truyền thông

Ngày 8/4/2009 được sự hỗ trợ của UNAIDS, kết hợp với Hội LHPN tỉnh Thái Bình, nhóm VNMTS Thái Bình đã tham gia vào Dự án "Truyền thông thay đổi hành vi qua hình thức sân khấu hóa". Nhóm đã nhận được các trang thiết bị phục vụ cho việc truyền thông tại cộng đồng qua hình thức sân khấu hóa, gồm: đàn organ, máy tăng âm, loa, míc. Bên cạnh việc truyền thông kiến thức dự phòng lây nhiễm HIV/AIDS cho cộng đồng, dự án mong đợi sẽ góp phần làm giảm sự kỳ thị, phân biệt đối xử với NCH và tạo hình ảnh tích cực của NCH trong cộng đồng. Hơn nữa, các thành viên trong nhóm sẽ nâng cao được kỹ năng truyền thông tại cộng đồng và có thể tham gia vào các hoạt động khác, rộng rãi hơn trong xã hội.

Bùi Thị Biển

Liên kết phối hợp truyền thông cho phụ nữ

Nhằm cung cấp những thông tin về Luật bình đẳng giới đồng thời cung cấp các kiến thức cơ bản về HIV/AIDS như khái niệm, đường lây, cách phòng tránh và những đường không lây của HIV cho chị em phụ nữ, nhân ngày Quốc tế phụ nữ 8/3, nhóm Vì ngày mai tươi sáng Bắc Ninh 1 phối hợp với Hội liên hiệp phụ nữ các phường Châu Khê, Đình Bảng, Tam Sơn (huyện Từ Sơn, Bắc Ninh) tổ chức các buổi nói chuyện chuyên đề về HIV/AIDS, Luật bình đẳng giới cho 950 phụ nữ. Các buổi nói chuyện với sự chia sẻ về cuộc sống của những phụ nữ có H đã giúp chị em phụ nữ hiểu và cảm thông hơn với những khó khăn và áp lực trong cuộc sống của NCH nói chung và phụ nữ có H nói riêng.

Mai Linh (BF Bắc Ninh1)

Bắc Ninh: Xét nghiệm CD4 miễn phí

Ngày 9/4/2009, 40 NCH đầu tiên ở Bắc Ninh đã được làm xét nghiệm CD4 miễn phí trong chương trình Dự án Life –Gap. Bác sĩ Phạm Ngọc Xuân, trưởng khoa điều trị HIV/AIDS cho biết: trong thời gian tới, chương trình sẽ tiến hành kiểm tra CD4 cho tất cả NCH có đăng ký tại phòng khám ngoại trú tỉnh Bắc Ninh.

Phúc Tình (BF Bắc Ninh1)

Tập huấn cho Giáo dục viên đồng đẳng

Ngày 16 đến 21/6/2009, tại 46 Trần Phú, Nha Trang, Khánh Hòa, ban quản lý dự án quỹ toàn cầu đã tổ chức 2 lớp tập huấn dành cho các giáo dục viên đồng đẳng và những người nhiễm HIV.

Đối tượng tham gia tập huấn gồm các giáo dục viên đồng đẳng đến từ Cam Ranh, Diên Khánh, Nha Trang và Ninh Hòa. Nội dung của lớp tập huấn xoay quanh các hoạt động trọng tâm đang triển khai, các văn bản pháp luật liên quan, cũng như các mô hình, nhiệm vụ và chức năng của tuyên truyền viên.

Hiện nay, các đồng đẳng viên Khánh Hòa đang làm tốt công tác hỗ trợ điều trị ARV cho người có H tại địa phương.

Thu Nguyệt
CLB Niềm tin Nha Trang

Chương trình giáo dục trẻ bị ảnh hưởng bởi HIV/AIDS

Ngày 21 – 22/2/2009, tại Dòng Doan Thiên Chúa khu phố 9 phường Tân Biên Tp. Biên Hòa tỉnh Đồng Nai, Dự án Mai Hy (Dự án đoạt giải cuộc thi Ngày sáng tạo phòng, chống HIV/AIDS Việt Nam năm 2007 đang triển khai tại Đồng Nai) đã tổ chức buổi tập huấn Kỹ năng giáo dục tâm lý trẻ cho 30 thân chủ trực tiếp nuôi dưỡng trẻ đang bị ảnh hưởng bởi HIV/AIDS. Buổi tập huấn do ông Phạm Minh Tuấn – Chuyên viên tập huấn kỹ năng xã hội trực tiếp giảng dạy. Buổi tập huấn còn có sự tham gia của bà Võ Thị Kim Loan – Giám đốc Trung Tâm Phòng Chống HIV/AIDS tỉnh Đồng Nai. Ngoài ra một số vấn đề của thân chủ liên quan tới trẻ như: Các dịnh vụ y tế, xã hội đang diễn ra ở nước ta và hiện có trên địa bàn tỉnh Đồng Nai đã được giải đáp.

Dương Văn Dũng

Khánh thành trụ sở Nhóm VNMTS Hải Ninh

Được sự tài trợ của Quỹ Tery Dakty (Úc) và Liên đoàn lao động Úc qua tổ chức Apheda và Trung tâm dịch vụ việc làm 8/3 phụ nữ Hải Dương, các cấp ban ngành chính quyền địa phương cùng nhóm Vì ngày mai tươi sáng Hải Ninh đã khởi công xây dựng trụ sở sinh hoạt và hoạt động nhóm Vì ngày mai tươi sáng Hải Ninh với diện tích 60m^2 vào đầu năm 2009. Ngày 06/3/2009 công trình đã được khánh thành. Đến dự lễ khánh thành có đông đảo lãnh đạo đại diện các ban ngành, chính quyền địa phương như Sở Lao động thương binh & xã hội, Trung tâm phòng chống HIV/AIDS tỉnh, Hội liên hiệp phụ nữ tỉnh, UBND huyện Kinh Môn và các nhà tài trợ. Đại diện Mạng lưới những người sống chung với HIV/AIDS toàn quốc, các nhóm, CLB trong tỉnh và toàn thể anh chị em nhóm Vì ngày mai tươi sáng Hải Ninh cũng có mặt đông đủ.

Trong buổi lễ nhóm đã nhận được sự quan tâm, ủng hộ to lớn, cũng như sự động viên từ các cấp ban ngành, nhà tài trợ. Đồng thời nhà tài trợ cũng cung cấp cho nhóm một số thiết bị như: bàn ghế, bảng biểu... riêng Trung tâm y tế huyện tặng 01 tivi 29 in và 01 đầu máy phát hình.

Nguyễn Văn Cương

Người có H được hỗ trợ vốn

Trong khuôn khổ dự án Chăm sóc và hỗ trợ tại cộng đồng cho người có H và trẻ bị ảnh hưởng tại Tp. Vinh, Nghệ An do Trung tâm nâng cao sức khỏe cộng đồng thực hiện, 4 NCH sinh sống ở thành phố Vinh và vùng phụ cận đã được hỗ trợ vốn sản xuất, chăn nuôi, buôn bán nhỏ... và 5 người khác đang trong quá trình xét duyệt. Người tham gia cần lên kế hoạch sản xuất chi tiết để tiếp cận nguồn vốn. Mỗi suất hỗ trợ là 3.000.000 đồng. Sau 1 năm, 50% số vốn sẽ được hoàn lại để tiếp tục cho NCH khác vay. Hy vọng có nhiều chương trình như vậy trên địa bàn Nghệ An và cả nước.

VNMTS Nghệ An

Nhóm Hy Vọng An Giang được hỗ trợ vốn sản xuất

Sau 5 tháng hoạt động nghề xâu kết chuỗi hạt của NCH nhóm Hy Vọng, một số chị em trong nhóm đã có được việc làm và thu nhập khá ổn định. Tuy nhiên nhóm còn gặp nhiều khó khăn như nguồn vốn để mua nguyên liệu, tiêu thụ sản phẩm... Trước những khó khăn trên, chính quyền địa phương đã thành lập nhóm các tình nguyện viên để hỗ trợ cho việc quảng bá và bán sản phẩm ở cả 13 xã, thị trấn trong huyện Châu Thành. Song song đó chính quyền xã Cần Đăng và Hội phụ nữ huyện Châu Thành đã làm đề nghị để ngân hàng chính sách huyện Châu Thành giải ngân cho vay 15 triệu đồng để làm vốn. Công ty thuỷ sản Thuận An (An Giang) cũng hỗ trợ 15 triệu đồng nữa để làm vốn cho nhóm.

Trần Vân

Dự án của WB ký hợp đồng làm việc với giáo dục viên đồng đẳng và cộng tác viên

Ngày 16/01/2009 Ban quản lý dự án World Bank kết hợp với TTPC HIV/AIDS tỉnh Thanh Hóa và TTYT thành phố đã ký hợp đồng làm việc (trong hoạt động giảm thiểu sự lây nhiễm HIV/AIDS) với các giáo dục viên đồng đẳng, cộng tác viên xã phường. Trong buổi ký hợp đồng đó có 24 giáo dục viên đồng đẳng và 8 cộng tác viên, đây là đội ngũ đã và đang hoạt động cho dự án. Nhưng theo quy chế mới của năm 2009 tất cả thành viên tham gia dự án đều phải ký hợp đồng bao gồm: hợp đồng trách nhiệm, đơn xin tham gia, bản cam kết, lý lịch trích ngang. Việc ký hợp đồng giúp các giáo dục viên đồng đẳng, cộng tác viên ổn định hoạt động trong công tác phòng chống HIV/AIDS.

Minh Len

Tổ chức dạy nghề và hỗ trợ vốn cho chị em từ trung tâm 05 trở về và NCH

Được sự tài trợ của tổ chức CARE quốc tế tại Việt Nam và các mạnh thường quân, ngày 18/4/2009, Chi cục Phòng chống Tệ nạn xã hội (CCPCTNXH) Tp. Cần Thơ đã tổ chức lễ tổng kết khóa dạy nghề lần 3 cho chị em từ trung tâm 05 trở về. Sau khóa học, 9 chị em có thể kiếm sống bằng nghề làm móng tay và buôn bán nhỏ. Mỗi chị em được hỗ trợ 1 chiếc xe đạp và 1 giỏ đồ nghề. Chi cục cũng cho mỗi người vay 500.000 đồng (không lãi suất) để làm vốn. Nếu hoàn trả vốn tốt, chị em sẽ được Chi cục tiếp tục hỗ trợ vốn vay với lãi suất 0,5%/tháng. Cũng trong buổi tổng kết, Chi cục đã trao 3 triệu đồng cho 1 cặp vợ chồng là thành viên của nhóm Đồng Hành vay để làm vốn bán tạp hóa tại nhà. Hiện tại, CCPCTNXH Cần Thơ đã hỗ trợ vốn cho 39 chị em và NCH. Hoạt động này góp phần giúp cho người sử dụng ma túy, chị em và NCH ổn định cuộc sống và tái hòa nhập cộng đồng.

Thúy Diễm

Tập Huấn Về Chỉ thị 54 - CT/TW

Ngày 09/06/09, tại Tp. Long Xuyên, Ban Tuyên giáo tỉnh ủy An Giang đã tổ chức buổi tập huấn về Chỉ Thị 54 -CT/TW, Luật Phòng Chống HIV/AIDS và hướng dẫn cuộc vận động "3 Tự" cho trên 200 người gồm: Đại diện các cơ quan ban ngành đoàn thể trực thuộc thành phố, cán bộ y tế 13 phường, đại diện các cơ sở sản xuất - kinh doanh, các vị chức sắc tôn giáo, mạnh thường quân, đại diện nhóm NCH Long Xuyên.

Phan Hùng Dũng

Bắc Ninh đào tạo giáo dục viên đồng đẳng

Từ 21–23/03/2009, Dự án phòng chống HIV/AIDS cho thanh thiếu niên tổ chức lớp tập huấn đào tạo giáo dục viên đồng đẳng cho 30 thành viên của nhóm Vì ngày mai tươi sáng Bắc Ninh. Khóa tập huấn cung cấp những kiến thức về ma tuý, các bệnh lây truyền qua đường tình dục, giới tính, những kỹ năng cần thiết và công việc của một giáo dục viên đồng đẳng. Kết thúc tập huấn, 10 người được chọn để tham gia vào nhóm giáo dục viên đồng đẳng của dự án.

Nguyễn Thực (BF Bắc Ninh 2)

Người nhiễm HIV với việ

& quyền đư

Hiến pháp và pháp luật Việt Nam quy định tất cả mọi công dân Việt Nam đều có quyền bình đẳng. Tuy nhiên để Luật đi vào cuộc sống và phát huy hiệu lực của nó thì vẫn còn những khoảng cách và rào cản nhất định.

Quyền dân sự, chính trị là một bộ phận của hệ thống quyền cơ bản của con người, đó là những quyền không thể chuyển nhượng, không thể chia cắt. Công ước quốc tế về các quyền dân sự, chính trị và nhiều công ước khác đã quy định tất cả mọi người đều có quyền được bình đẳng. Với Việt Nam, các quyền của con người về chính trị, dân sự, kinh tế, văn hóa và xã hội được tôn trọng, thể hiện ở các quyền của công dân đã được quy định trong Hiến pháp và pháp luật của Việt Nam. Tất cả mọi công dân Việt Nam đều có quyền bình đẳng, không bị phân biệt đối xử về dân tộc, tôn giáo, trình độ văn hóa, thành phần xã hội, nghề nghiệp, về điều kiện sức khỏe, giới tính... Tại Điều 55 của Hiến pháp đã quy định: "Lao động là quyền và nghĩa vụ của công dân". Điều 45 của Bộ Luật Dân sự và Điều 5 của Bộ Luật Lao động quy định cá nhân có quyền lao động, mọi người đều có quyền làm việc, tự do lựa chọn việc làm, không bị phân biệt đối xử về dân tộc, giới tính, thành phần xã hội, tín ngưỡng, tôn giáo. Như vậy tất cả mọi người, trong đó có người nhiễm HIV đều có quyền được làm việc, quyền được có việc làm phù hợp với sức khỏe, nguyện vọng và nghề được đào tạo, không ai có thể tước đi quyền này của họ. Việc làm rất quan trọng đối với mỗi người và càng quan trọng hơn đối với người nhiễm HIV. Được làm việc sẽ giúp họ tránh được sự tự kỳ thị, nâng cao tự tin trong cuộc sống, tự tin trước mọi người, đồng thời giúp họ quên đi bệnh tật và có điều kiện rèn luyện thể lực, giải tỏa được áp lực về kinh tế cho bản thân, gia đình và xã hội. Người nhiễm HIV có thể làm việc ở tất cả các nghề, các công việc phù hợp với khả năng của họ và nhu cầu tuyển dụng của người chủ sử dụng lao động. Nhưng để tránh sự lây truyền cho người khác, trên cơ sở Pháp lệnh Phòng, chống nhiễm vi rút gây ra hội chứng suy giảm miễn dịch ở người (HIV/AIDS) ban hành năm 1995 và Nghị định số 34/CP ngày 01/6/1996 của Chính phủ hướng dẫn thi hành Pháp lệnh trên, liên bộ Bộ Y tế và Bộ Lao động- Thương binh và Xã hội đã ban hành Thông tư liên tịch số 29/2000/TTLT- BLĐTBXH-BYT ngày 28/12/2000 quy định một số danh mục nghề, công việc mà những người nhiễm HIV không được làm như dịch vụ liên quan đến máu, dịch sinh học; dịch vụ phẫu thuật chỉnh hình, thẩm mỹ có tiếp xúc trực tiếp đến máu và dịch sinh học của cơ thể người. Tuy nhiên những quy định này ngày càng thể hiện sự bất cập, không phù hợp trong thực tiễn vì các phương tiện, trang bị phòng hộ được sử dụng trong y học ngày càng hiện đại và những quy định của Bộ Y tế về vô khuẩn, tiệt khuẩn rất nghiêm ngặt nên đã có thể phòng, chống sự lây nhiễm HIV qua các dịch vụ y tế. Chính vì vậy khi xây dựng Dự thảo Luật Phòng, chống nhiễm vi rút gây ra hội chứng suy giảm miễn dịch ở người (gọi tắt là Luật Phòng, chống HIV/AIDS) để thay thế Pháp lệnh Phòng, chống nhiễm vi rút gây ra hội chứng suy giảm miễn dịch ở người (HIV/AIDS) năm 1995, những quy định trên đã được xem xét để loại trừ ngay từ đầu.

ệc làm
ợc làm việc

Một trong những nguyên tắc trong phòng, chống HIV/AIDS của Đảng và Nhà nước ta là không kỳ thị, phân biệt đối xử với người nhiễm HIV và thành viên gia đình họ. Nhà nước cũng có chính sách khuyến khích các doanh nghiệp, gia đình họ vào làm việc. Những quan điểm, chính sách trên đã được thể hiện rất rõ trong Luật Phòng, chống HIV/AIDS được Quốc hội ban hành ngày 29 tháng 6 năm 2006. Theo quy định của Luật này, người nhiễm HIV được quyền học văn hóa, học nghề, làm việc (điểm c Khoản 1 Điều 4), theo đó Điều 14 của Luật đã quy định người sử dụng lao động có trách nhiệm bố trí công việc phù hợp với sức khỏe và trình độ chuyên môn của người nhiễm HIV; người sử dụng lao động không được chấm dứt hợp đồng lao động, hợp đồng làm việc hoặc ép buộc người lao động còn đủ sức khỏe nhưng phải chuyển việc khác chỉ vì lý do người đó nhiễm HIV; người sử dụng lao động cũng không được yêu cầu người lao động phải xét nghiệm HIV hoặc xuất trình kết quả xét nghiệm HIV đối với người dự tuyển lao động, từ chối tuyển dụng lao động vì lý do người đó nhiễm HIV. Duy nhất có hai nghề phải xét nghiệm HIV trước khi tuyển dụng đó là thành viên tổ lái và nghề đặc biệt thuộc lĩnh vực an ninh quốc phòng (theo quy định tại khoản 1 Điều 20 của Nghị định số 108/2007/NĐ- CP ngày 26 tháng 6 năm 2007 của Chính phủ quy định chi tiết thi hành một số điều của Luật Phòng, chống HIV/AIDS). Việc quy định như trên không phải nhằm mục đích hạn chế quyền làm việc hoặc có sự phân biệt đối xử với người nhiễm HIV mà chính là để bảo vệ sức khỏe và bảo vệ an toàn tính mạng cho họ cùng hàng trăm, ngàn hành khách trên máy bay. Mặt khác khoản 2 Điều 20 của Nghị định cũng quy định khi đã tuyển dụng người lao động vào làm việc ở 2 nghề trên mà người sử dụng lao động phát hiện họ nhiễm HIV thì người sử dụng lao động phải thực hiện đúng các quy định tại Điều 14 của Luật Phòng, chống HIV/AIDS đối với họ.

Điều 45 của Bộ Luật Dân sự và Điều 5 của Bộ Luật Lao động quy định cá nhân có quyền lao động, mọi người đều có quyền làm việc, tự do lựa chọn việc làm, không bị phân biệt đối xử về dân tộc, giới tính, thành phần xã hội, tín ngưỡng, tôn giáo.

Luật Phòng, chống HIV/AIDS được ban hành đã đem lại niềm tin, niềm hy vọng cho người nhiễm HIV, họ đã bớt đi sự mặc cảm vì họ được người thân và cộng đồng chấp nhận, họ không còn quá lo sợ bị mất việc làm hoặc không có việc làm như trước đây. Tuy nhiên để Luật đi vào cuộc sống và phát huy hiệu lực của nó thì vẫn còn những khoảng cách và những rào cản nhất định. Trong thực tế, vẫn còn có hiện tượng người chủ sử dụng lao động cho người lao động nghỉ việc khi biết họ nhiễm HIV hoặc từ chối tuyển dụng vì biết người lao động nhiễm HIV, điều mà họ sợ nhất là nguy cơ lây truyền HIV/AIDS trong cơ quan, đơn vị. Nhưng lý do mà người chủ đưa ra lại không như họ suy nghĩ mà họ thường tìm một lý do khác như thừa biên chế hoặc không còn nhu cầu, không phù hợp... Chính vì vậy, việc truyền thông về Luật, về kiến thức cơ bản về HIV/AIDS là rất quan trọng để có thể giúp người chủ sử dụng lao động hiểu về trách nhiệm phải thực thi Luật, bên cạnh đó là sự cảm thông, chia sẻ, giúp đỡ, tạo điều kiện cho người nhiễm HIV được làm việc để họ cũng có được cuộc sống như bao người bình thường khác trong xã hội.

Luật gia Trịnh Thị Lê Trâm

CÓ HIV = MẤT VIỆC LÀM

Ảnh: PV

Được đứng trên bục giảng luôn là mong ước của người giáo viên. (Ảnh mang tính chất minh họa)

Sau bao nhiêu nỗ lực của giới truyền thông, bao hoạt động của các dự án phòng chống HIV/AIDS, chống kỳ thị, phân biệt đối xử với NCH, kết quả rất đáng khích lệ. Nhưng vẫn còn đó những bi kịch không đáng có. Tâm sự của một cô giáo trẻ với những trăn trở và khao khát được làm việc, được cống hiến theo đúng khả năng của mình bị ngăn trở bởi sự kỳ thị là một nốt nhạc buồn trong cuộc sống hôm nay.

Mục a khoản 2 điều 14 Luật phòng, chống HIV/AIDS quy định: "Người sử dụng lao động không được chấm dứt hợp đồng lao động, hợp đồng làm việc hoặc gây khó khăn trong quá trình làm việc của người lao động vì lý do người lao động nhiễm HIV."

Tôi là cô giáo ở một tỉnh miền núi vùng cao. Ngày mới bước chân vào cổng trường sư phạm, tôi ấp ủ bao hoài bão, tương lai và khát vọng... Sau 3 năm miệt mài ở trường cao đẳng sư phạm tỉnh tôi tốt nghiệp và trở thành cô giáo - một cô giáo trẻ đầy niềm tin và sức sống. Mong ước của tôi là được trở về quê hương đóng góp chút công sức nhỏ bé của mình dạy dỗ các em thơ, thế hệ tương lai của đất nước.

Mong ước của tôi cuối cùng đã thành sự thật. Ra trường vào tháng 6/2003 thì tháng 9/2004 tôi có quyết định đi làm. Tôi vui mừng khôn xiết vì thứ nhất ước mong của tôi đã thoả nguyện, thứ hai là tôi đã kết hôn được 7 tháng mà không có việc gì để làm, không có thu nhập, tôi lại đang mang thai tháng thứ 4. Được đi làm lúc này là một niềm vui lớn của gia đình và của bố mẹ đẻ tôi. Vì bố mẹ tôi vẫn mong tôi sớm có việc làm ổn định cuộc sống. Tôi được phân công công tác tại một trường của xã vùng sâu vùng xa (thuộc vùng 135) của tỉnh, cách nhà 30 km. Đường đèo dốc đi lại rất khó khăn, nhất là vào những hôm trời mưa và vì sức khoẻ yếu lại đang mang thai nên tôi phải ở tập thể tại trường, cuối tuần chồng tôi lại vào thăm và tiếp tế đồ ăn thức uống cho vợ. Dù mới đi làm và mang thai rồi sinh nở nhưng tôi vẫn cố gắng phấn đấu trong công việc, không để ai chê trách điều gì. Trong những đợt khảo sát giáo viên tôi luôn được đánh giá là một giáo viên trẻ có năng lực, nhiệt tình trong công tác đoàn thể... Thời gian cứ thế trôi đi đến tháng 02/2007 sức khoẻ tôi suy yếu rõ rệt, gầy sút cân, lúc nào cũng cảm thấy mệt mỏi... Đúng lúc đó tôi lại có thai, tôi dự định sẽ sinh con thứ hai nhưng gia đình tôi phản đối vì nhà cửa kinh tế chưa ổn định hơn nữa chồng tôi làm ăn thua lỗ, phá sản phải bán hết để trả nợ. Tôi một mình lo làm nhà mới, mọi thứ chi tiêu trong gia đình đặt lên vai khiến tôi mất ăn mất ngủ. Tháng 06/2007, tôi sốt triền miên không rõ lý do lại thêm bị đau họng khó nuốt không ăn được. Đi khám bác sĩ ghi nấm họng nhưng điều trị nửa tháng mà không đỡ. Khi sốt cao quá nhập viện tỉnh được hai ngày thì họ giới thiệu tôi đi Hà Nội. Tôi không biết mình bị làm sao chỉ thấy chồng tôi nói bệnh của tôi phải chữa lâu dài. Khi vào khoa truyền nhiễm bệnh viện Bạch Mai tôi mê man bất tỉnh, CD4 chỉ còn 24 (đấy là sau này nghe mọi người nói vậy). Sang ngày thứ hai ở viện các bác sĩ đến nói chuyện với tôi và cho tôi biết bệnh của mình. Cuối cùng tôi đã biết bệnh của mình, và cũng biết vì sao tôi lại trở nên như thế này?

Đau khổ dằn vặt và xấu hổ chỉ muốn chết đi, tôi làm gì nên tội, từ nhỏ đến lớn đến khi lấy chồng tôi chỉ biết có chồng mình làm sao tôi có thể mắc căn bệnh quái quỷ đó chứ? Lúc ấy tôi nghĩ làm sao mình còn có thể đứng trên bục giảng để giảng dạy cho các em học sinh ngây thơ kia về đạo đức, về giáo dục nhân cách. Tôi không có tư cách để nói với chúng về những điều đó, chúng sẽ nghĩ về tôi như thế nào khi một cô giáo lại mang trong mình HIV, căn bệnh mà từ trước đến nay mọi người vẫn sợ hãi, rồi các đồng nghiệp của tôi... chắc giờ họ cũng đang lo lắng lắm vì trước kia đã sống tập thể cùng tôi, ăn cơm cùng tôi... Cuối cùng tôi đã không vượt qua được sự tự ti mặc cảm về căn bệnh của mình cộng thêm lúc đó dư luận ở trường và nơi tôi sống quá nặng nề, nhà trường cũng không mấy mặn mà với việc tôi trở lại đi làm. Lãnh đạo nhà trường đã nói: "Cháu bỏ thi công chức vào đợt ốm nên sớm muộn gì phòng giáo dục cũng sẽ cắt hợp đồng lao động." Đã mặc cảm lại càng mặc cảm hơn và tôi đã làm đơn xin thôi việc, hợp đồng lao động của tôi chấm dứt vào tháng 12/2007. Khi viết đơn xin thôi việc tôi thực sự đã nghĩ đằng nào thì mình cũng không đi làm được nữa vì sức khoẻ quá yếu, cơ thể chỉ còn 37kg... Gia đình bạn bè ai cũng nghĩ tôi sẽ chết, bản thân tôi cũng chuẩn bị tâm lý rằng mình không sống được nữa...

Tôi đã không vượt qua được mặc cảm về căn bệnh của mình, cộng thêm lúc đó dư luận ở trường và nơi tôi sống quá nặng nề, nhà trường cũng không mặn mà với việc tôi trở lại đi làm. Lãnh đạo nhà trường đã nói: "...sớm muộn gì phòng giáo dục cũng sẽ cắt hợp đồng lao động..." Và tôi đã làm đơn xin thôi việc.

Nhưng điều kỳ diệu đã đến với tôi. Tôi được các bạn của nhóm Vì ngày mai tươi sáng Bắc Ninh 1 hỗ trợ tiếp cận thuốc ARV miễn phí. Ngay sau khi uống thuốc được một tháng sức khoẻ tôi tăng lên rõ rệt, ăn ngon miệng và ăn được nhiều hơn... Giờ thì tôi đã uống thuốc được tròn một năm, CD4 tăng lên 405, tôi khoẻ mạnh bình thường như bao người khác. Song cùng với niềm vui thoát chết là nỗi buồn mất việc làm. Giờ tôi có xin việc ở đâu, họ cũng sẽ không nhận vì tôi có HIV! Gia đình tôi lâm vào cảnh khó khăn vì mọi chi phí sinh hoạt chỉ trông vào đồng lương lái xe của chồng tôi, mọi khoản tiền dành dụm đã ra đi khi tôi ốm yếu. Cũng vì lao lực quá và luôn phải làm việc trong tình trạng giấu diếm bệnh tật nên sức khoẻ của chồng tôi giờ cũng không được như trước nữa. Tôi sợ nếu chồng tôi mà suy sụp thì mẹ con tôi sẽ trông cậy vào ai? Tôi ước mình có một công việc để làm phù hợp với sức khoẻ với năng lực của mình để cáng đáng giúp chồng tôi một phần gánh nặng gia đình. Tôi ân hận vì mình đã xin thôi việc quá vội vàng, tôi tiếc công sức bao năm ăn học của mình, bao ước mơ hoài bão chưa thực hiện được. Cuộc đời tôi mới chỉ được đứng trên bục giảng 3 năm 4 tháng, tôi còn quá trẻ để "nghỉ hưu" như thế này!

Hoa Ban Trắng

Ánh sáng cuối đườn

Việc nhiễm HIV đã tước đi của nhiều người không chỉ hạnh phúc gia đình mà còn cả kế sinh nhai. Nhưng sự dấn thân vào "thế giới HIV" bằng con đường tích cực và lạc quan cũng đem lại cho họ những cơ hội việc làm với thu nhập ổn định, thậm chí làm giàu.

Ảnh: Hoài Thanh

Tư vấn cho người cùng cảnh ngộ có thể làm vơi đi nỗi mất mát riêng.

Không muốn xem lại những đoạn phim buồn

Gần năm năm từ bỏ được ma tuý, Bùi Trần Hoàng đã có tất cả: Niềm tin của gia đình, công việc với thu nhập ổn định và... lấy được vợ. Tám năm nghiện chất bột trắng chết người, ăn cắp ăn trộm để có tiền xài, ra vào trại giáo dưỡng như cơm bữa, rồi nhiễm HIV. Gần 3000 ngày tối tăm ấy, mỗi lần nghĩ lại, Hoàng như thấy sợ chính mình. Mỗi ngày qua đi, người đàn ông đã trưởng thành trong Hoàng đều cố gắng để không bao giờ quãng phim buồn ấy diễn lại lần nữa. Bây giờ không còn là kẻ nghiện ma túy, trộm cắp, Hoàng đang là đội trưởng đội chăm sóc thuộc nhóm Vì ngày mai tươi sáng Hà Nội, làm việc cần mẫn, trách nhiệm. Công việc hiện nay của anh là triển khai những hoạt động chăm sóc, hỗ trợ những người đồng cảnh ngộ. Khi biết mình nhiễm HIV, Hoàng tưởng như mình đã đi đến điểm kết thúc của cuộc đời. Nhưng "HIV" đã mở ra cho anh một cánh cửa mới. Khi tham gia sinh hoạt với nhóm tự lực của NCH- nhóm Vì ngày mai tươi sáng, Hoàng đã có động lực để từ bỏ ma túy, tìm lại được ý nghĩa cho cuộc sống, tình yêu với một người phụ nữ đồng cảnh... Nhìn vào nụ cười hiền lành, đôi mắt điểm đạm trên khuôn mặt đã trải nhiều sương gió, và nhìn vào những việc Hoàng đang cố gắng hết sức mình, từng ngày, gia đình và bạn bè của Hoàng đều tin cuộc đời của Hoàng đã bước sang trang mới.

Đường xa không quản khó khăn

Chị Nguyễn Thị Thanh Nga (ở huyện Yên Phong, Bắc Ninh) hai năm liền 2006 - 2007 mất đi 2 người thân yêu nhất: Chồng, sau đến con. Chị về ở với bố mẹ đẻ. Thương con xuất giá mà số phận chẳng may mắn, không được gắn bó với chồng con mấy ngày, bố mẹ chị cố gắng bù đắp cho con gái mọi nỗi thiệt thòi. *"Không phải ai nhiễm HIV cũng đều xấu xí và xấu xa, đều đáng bị kỳ thị"* – Nga đã có cơ hội bày tỏ suy nghĩ trong một chương trình truyền hình. Tham gia sinh hoạt nhóm Vì ngày mai tươi sáng Bắc Ninh, Nga tự tin hơn, khi trực tiếp tham gia nhiều hoạt động cộng đồng. Rồi cuối năm 2007, cơ hội mà Nga chưa từng nghĩ đến xuất hiện, khi đường dây tư vấn pháp luật, HIV/AIDS 18001521 tuyển tư vấn viên - Nga được nhận vào làm. Ban đầu mỗi tuần 1 – 2 ngày trực tư vấn, còn hiện nay mỗi tuần 3 ngày. Từ nhà ở Bắc Ninh đến Trung tâm tư vấn, trụ sở tại phố Núi Trúc (Hà Nội) không dưới 50 km, nhưng đến phiên trực từ 8h sáng – 5h chiều, Nga luôn đến sớm về muộn. Tỏ ra rất có duyên với công việc tư vấn, kiến thức về phòng chống HIV, luật pháp liên quan đến HIV/AIDS được Nga nhập tâm rất nhanh và phát huy tác dụng khi giải quyết các tình huống.

Chị Xuyến cũng ở Bắc Ninh hoàn cảnh rất neo đơn, chồng mất, một mình nuôi hai đứa con. Con lớn của người vợ cả tàn tật, con đẻ của chị, cháu Duyên lại bị nhiễm HIV. Bé Duyên chân ướt chân ráo vào lớp 1 được mấy hôm, chị Xuyến đã được nhà trường mời đến trao đổi về việc muốn tự cháu thôi học, để học sinh và phụ huynh khác không xì xào, kiến nghị. Biết chuyện,

ng...

năm bảy lần đến thuyết phục nhà trường, chị Nga không ngại đưa ra Luật phòng chống HIV/AIDS, tại điều 4 và điều 15 đều quy định Người nhiễm HIV có quyền được học văn hoá... các cơ sở giáo dục không được từ chối tiếp nhận học sinh vì người đó nhiễm HIV". Chị Nga thẳng thắn: *"Nếu cô giáo không phân biệt đối xử với trẻ nhiễm HIV thì các em học sinh cũng không thể tự mà xa lánh"*. Chị cũng khôn khéo liên hệ với đài truyền hình làm một chương trình về trường, với góc độ đang thực hiện phòng chống HIV/AIDS. Cô giáo hiệu trưởng không còn cách nào khác, nên đã vui vẻ đón bé Duyên trở lại trường học.

Sau đó vài tháng, mẹ Xuyến lại được tư vấn làm đơn xin huyện trợ cấp theo diện trẻ mồ côi nhiễm HIV nghèo. 180.000đ/ tháng chưa phải là số tiền lớn, nhưng cũng giúp cho chị Xuyến có thêm đồng ra đồng vào. Phụ với thu nhập từ chăn nuôi, chị Xuyến vừa phải làm mẹ, vừa làm cha nhưng không còn nặng gánh như trước.

Không chỉ khẳng định bản thân mình, mỗi lần hỗ trợ được những chị em cùng cảnh ngộ, chị Nga như vơi đi nỗi mất mát riêng. Và sự thành công của đường dây tư vấn 18001521 với hơn 3.000 cuộc gọi đến trong hơn 1 năm qua có sự đóng góp tận tâm và trách nhiệm của các luật sư, luật gia và cả các tư vấn viên như chị Nga.

"Không phải ai nhiễm HIV cũng đều xấu xí và xấu xa, đều đáng bị kỳ thị"

Lời kết

Kể từ khi các nhóm tự lực của người nhiễm HIV/AIDS ra đời, đến nay con số đã lên tới xấp xỉ 200 nhóm với hàng chục nghìn thành viên. Nhiều thành viên nòng cốt đã trưởng thành cùng với hoạt động tích cực tham gia tuyên truyền phòng chống HIV/AIDS. Những việc làm từ chuyện phân phát bao cao su, trao đổi bơm kim tiêm sạch, chăm sóc, hỗ trợ người nhiễm, vận động người nhiễm tham gia sinh hoạt nhóm; rồi có tổ chức hơn là xây dựng dự án, cho vay tín dụng... Rất nhiều trong số họ đã tìm được cho mình một con đường phát triển ngay trong chính lĩnh vực mà dù muốn hay không đã gắn với định mệnh của họ: HIV/AIDS. Phạm Thị Huệ - Anh hùng châu Á đang say sưa với mô hình tạo việc làm may mặc cho các thành viên nhóm Hoa phượng đỏ; Vũ Tr. (Hà Nội) đã quyết tâm tự học tiếng Anh để đảm nhận vai trò thu thập thông tin HIV/AIDS cho mạng Jvnet; Quách Thị Mai là tình nguyện viên Liên hợp quốc (UNV), thành viên "Ban điều hành mạng lưới những người có HIV"... Chưa có con số thống kê chính thức nào về số người nhiễm HIV có việc làm ổn định. Vũ Tr. cũng như khá nhiều thành viên hoạt động tích cực trong cộng đồng đều mong muốn *"Không phải vì nhiễm HIV mà tôi có thể yêu cầu người khác phải chiếu cố cho tôi một cơ hội việc làm, tạo thu nhập. Nếu ai cũng nghĩ, giữa người nhiễm HIV và người không nhiễm có tinh thần "fairplay" – chơi đẹp theo đúng nghĩa thì chắc chắn tỉ lệ người nhiễm HIV thất nghiệp sẽ nhanh chóng giảm xuống."*

Quang Hưng

Tin vắn

Trong 5 ngày (10 - 14/01/2009) dự án phòng chống và chăm sóc HIV/AIDS tại Việt Nam giai đoạn 3, 2007 - 2012 kết hợp với TTPC HIV/AIDS tỉnh Thanh Hóa tổ chức "khóa tập huấn nhân viên tiếp cận cộng đồng" nhóm 2 cho 23 học viên là giáo dục viên đồng đẳng, nữ quản lý nhà hàng khách sạn.

Minh Len

Tháng 4/2009 Hội LHPN tỉnh Hòa Bình đã hỗ trợ vốn cho "CLB Cùng chia sẻ" thôn Đá Bạc, xã Liên Sơn, huyện Lương Sơn để phát triển nông nghiệp, số tiền hỗ trợ là 15.000.000 đồng. CLB dự kiến sử dụng nguồn vốn này để trồng mây cao sản. Số tiền tuy không nhiều nhưng đã phần nào giúp cho NCH tại thôn Đá Bạc tạo việc làm và tăng thêm thu nhập.

Bùi Thị Hiền

Hai ngày 5-6/3/2009 tại hội trường UBND xã Ân Hòa, huyện Kim Sơn, tỉnh Ninh Bình, Hội điều dưỡng Việt Nam đã tổ chức lớp tập huấn "Chăm sóc và tự chăm sóc cho người có HIV" cho 35 thành viên của nhóm "Khát vọng tình thương Ân Hòa" và đại diện của 3 nhóm VNMTS Ninh Bình 1-2-3. Lớp tập huấn nhằm cung cấp cho các học viên kiến thức kỹ năng chăm sóc cho người nhiễm HIV.

Phan Thành

Từ 28/2 - 03/03/2009 ban quản lý Dự án PC HIV/AIDS cho thanh niên tỉnh Bắc Ninh đã mở lớp tập huấn cho nhóm VNMTS Bắc Ninh 1 nhằm cung cấp kiến thức về HIV/AIDS, sức khoẻ sinh sản, phòng VCT và mục đích của VCT. Trong thời gian tập huấn, ban tổ chức tuyển chọn đội ngũ giáo dục viên đồng đẳng hợp tác và làm việc với dự án PC HIV /AIDS cho thanh niên tại tỉnh Bắc Ninh trong thời gian tới.

BF Bắc Ninh 3

Ngày 01/06 tại Hội trường nhà Văn hóa Thiếu nhi TP. HCM, UB PC HIV/AIDS cùng với Hội PC HIV/AIDS tổ chức Hội trại cho trẻ bị nhiễm và bị ảnh hưởng bởi HIV/AIDS (OVC) của toàn TP. Hội trại ngoài trời bắt đầu từ 15g đến 18g30. Đêm văn nghệ với chủ đề: "Trường của em, bạn của em" diễn ra từ 20g30 đến 22g30. Phó Thủ tướng Trương Vĩnh Trọng đã tới tham dự Hội trại văn nghệ. Các bé tham gia được phát các phiếu tham gia trò chơi như vẽ tranh, tô tượng, tranh cát... Đây là lần đầu tiên UB PC HIV/AIDS cùng với Hội PC HIV/AIDS tổ chức một hội trại dành riêng cho trẻ OVC trên toàn TP.

Quyên Trần

Tự cứu mình & giúp bạn cùng cảnh...

Đã từng nghiện ma tuý và đi cải tạo lao động về, xuất phát từ năm triệu đồng đến nay trong tay anh đã có đến nửa tỷ đồng từ việc tận thu đá phế thải của mỏ than để nung vôi. Anh còn tạo việc làm và thu nhập cho 10 người khác- những người đã cai nghiện ma tuý và vợ người sử dụng ma tuý.

Ảnh: Xuân Cường

Ông chủ lò vôi Phạm Đức Sơn

Được sự giới thiệu của ông Nguyễn Đức Toản, Chi cục trưởng chi cục phòng chống tệ nạn xã hội tỉnh Thái Nguyên, chúng tôi tìm tới nhà anh Phạm Đức Sơn tại xã Yên Lãnh, huyện Đại Từ, Thái Nguyên. Anh Sơn hiện là giáo dục viên đồng đẳng của một dự án do Ngân hàng thế giới tài trợ và là chủ một lò vôi.

Sau khi mãn hạn cải tạo về anh Sơn quyết tâm làm lại cuộc đời. Rất may mắn anh được tham gia khoá học đề án 09 là xây dựng các mô hình điển hình về nhóm giáo dục đồng đẳng, nghị quyết liên tịch 01, chỉ thị 138 CP về sáng lập HTX dịch vụ tiểu thủ công nghiệp. Khi ấy, Hội phụ nữ xã đã rất quan tâm cho anh Sơn vay 5 triệu đồng làm vốn, cộng với tiền đi vay mượn thêm anh Sơn đã đủ tiền để xây cất một lò nung vôi như anh dự tính. May mắn hơn anh mượn được đất xây lò nung vôi, nguồn nguyên liệu thì tận dụng từ nguồn đá kẹp của mỏ than núi Hồng. Kể lại câu chuyện khởi nghiệp của mình nghe đơn giản vậy nhưng những ngày tháng đó với anh Sơn cũng thật gian khó. "Vạn sự khởi đầu nan"- vốn ít, kinh nghiệm ít, chỉ có quyết tâm và nghị lực là "giàu có" nhưng anh Sơn đã vượt qua được thời kỳ khó khăn nhất. "Giờ thì tôi đã đủ mạnh có thể cạnh tranh được với các doanh nghiệp khác trong địa bàn"- Anh Sơn tâm sự. Đến nay, số vốn của anh đã lên đến hơn nửa tỷ đồng, bình quân mỗi tháng công nhân của anh có thu nhập là một triệu đồng một người. Sản phẩm làm ra anh đều tiêu thụ hết.

"Giờ thì tôi đã đủ mạnh có thể cạnh tranh được với các doanh nghiệp khác trong địa bàn"- Anh Sơn tâm sự. Đến nay, số vốn của anh đã lên đến hơn nửa tỷ đồng, bình quân mỗi tháng công nhân của anh có thu nhập là một triệu đồng một người .

Không chỉ lo cho mình, anh Sơn còn giúp những người sử dụng ma tuý có HIV mua vật liệu làm nhà bằng phương thức trả góp, tư vấn hướng nghiệp cho họ. Một người có HIV được anh giúp tâm sự rằng: "Với sức khoẻ suy yếu nếu như anh Sơn không tư vấn cho em trồng cây giống cho bà con trồng rừng thì em chẳng biết làm gì mà sống." Một số anh em khác thì anh Sơn gợi ý đóng gạch sỉ than, nuôi trồng con giống lâm nghiệp... Anh đã mang chất thải của lò vôi rải được một số đoạn đường cấp phối trong xã. Trong vai trò của một giáo dục viên đồng đẳng, anh Sơn cũng luôn là người đi đầu. Trong tháng anh lên kế hoạch sắp xếp cho anh em đi tiếp cận các đối tượng đích để truyền thông về dự phòng HIV, về chống kỳ thị phân biệt đối xử... Anh Sơn khẳng khái nói rằng, là một người đứng đầu phải tích cực, đầu phải chỉ như là đứng nói trước hội nghị, mà phải đi sâu đi sát từng bước, cầm tay chỉ việc, sát sao thường xuyên, không đánh trống bỏ dùi, đôn đốc kiểm tra khắc phục mọi khó khăn phát sinh mới đạt được hiệu quả và tạo dựng được uy tín, sự tin tưởng trong cộng đồng dân cư.

Tuy công việc làm ăn không phải lúc nào cũng thuận lợi (như sau khi có chỉ thị của chính phủ về việc không cho khai thác mỏ đá khiến anh phải di chuyển lò sang một khu đất khác) nhưng anh Sơn vẫn luôn lạc quan và tin tưởng vào bản thân. UBND xã nơi anh cư trú cũng rất tạo điều kiện cho anh mượn đất dựng lò mới và anh cũng đã liên hệ được nguồn đá từ nơi khác để tiếp tục công việc. Dự định của anh là có thể mở rộng thêm hơn nữa công việc hiện tại để tạo điều kiện giúp đỡ được nhiều người cùng cảnh hơn.

Nguyễn Xuân Cường

Hy vọng làm giầu của vợ chồng nhà "Mõ"

Bây giờ anh Nam không phải đạp xe đi xin nước vo mà đã có chiếc xe máy "chuyên dụng" để chở những thùng thức ăn thừa mua lại của các quán cơm, phở. Cũng chiếc xe này anh đưa con đi học, cùng chị đi sinh hoạt, hội thảo, rồi thỉnh thoảng đèo 2 mẹ con chị đi chơi.

Ảnh: Ngọc Thạch

Giờ anh đã có chiếc xe "chuyên dụng" để chở nước vo thay chiếc xe đạp cọc cạch trước kia.

Nhiều người đùa bảo vợ chồng anh chị tham như mõ, đã "Siđa" rồi còn cố làm ngày, làm đêm. Có mỗi đứa con gái mà cũng cố xây cái nhà to vật vã, chắc là để làm nhà tình nghĩa. Anh chỉ cười còn chị phân bua "Có sức khỏe rồi thì phải làm chứ, không thì con nó đói à. Mà phải làm phải xây để cho ông bà, làng xóm biết mình không phải là đồ bỏ đi".

Bắt đầu với 5 triệu đồng vốn vay từ Quỹ Nhi đồng Anh, khi chị tham gia sinh hoạt tại nhóm Hoa Hướng Dương. Anh chị tự xây chuồng nuôi lợn vì trước đây cả 2 vợ chồng đều là thợ hồ.

Ròng rã với chiếc xe đạp cọc cạch, hai bên gacđobu là 2 thùng nước vo to vật anh Nam vào từng ngõ phố, những quán bán hàng ăn để xin những thức ăn thừa người ta đổ đi về nuôi lợn. Lứa lợn đầu tiên xuất chuồng sau 4 tháng, nói là lứa lợn chứ thực ra chỉ có 2 con. Vui mừng vì giá lợn thịt thời điểm đấy cũng khá cao, anh chị đã trả được một phần số vay ban đầu, còn lại vợ chồng chị mua thêm cám và lợn giống. Sau 1 năm đàn lợn của anh chị đã lên đến 15 con.

Nhớ lại 4 năm trước, khi những thành viên nhóm Vì ngày mai tươi sáng vào thăm anh chị lần đầu tiên, căn nhà cấp bốn cửa bằng mảnh vải cũ che tạm. Hai vợ chồng thì chị người nhỏ bé gầy gò, còn anh thì như bộ xương biết đi, đôi bàn tay khẳng khiu run run, hai má hóp vào. HIV đã ăn mòn anh chị. Nhóm đã tư vấn và đưa con anh chị đi làm xét nghiệm HIV. Ngày chở chị và cháu qua cầu Chương Dương tôi chỉ sợ gió thổi bay mất. Sau 3 ngày lo lắng hồi hộp chờ đợi, khi cầm tờ kết quả xét nghiệm âm tính của con gái, một hy vọng lóe sáng trong đầu anh chị: Cần phải sống và làm việc vì tương lai của con.

Ròng rã với chiếc xe đạp cọc cạch, hai bên gacđobu là 2 thùng nước vo to vật anh Nam vào từng ngõ phố, những quán bán hàng ăn để xin thức ăn thừa người ta đổ đi về nuôi lợn... Sau 1 năm đàn lợn của anh chị đã lên đến 15 con.

Cơ ngơi của anh, chị hôm nay đã khác biệt hoàn toàn. Căn nhà cấp bốn tối tàn thiếu cửa đã được thay bằng là ngôi nhà 2 tầng khang trang. Cái chuồng lợn cũ bây giờ đã trở thành một hệ thống chuồng trại được xây kiên cố. Đàn lợn của anh chị đã lên đến 40 con, anh chị cũng vừa xuất một lứa khoảng 5 tấn.

Anh Nam tâm sự "Mình cố gắng làm để trả nốt số nợ 60 triệu xây nhà, còn đầu tiết kiệm cho con gái đi mổ mắt. Mới 9 tuổi mà mắt nó cận quá chữa mãi không đỡ, phải mổ mới ăn thua".

Ngọc Thạch

** Tên các nhân vật trong bài đã được thay đổi*

Ảnh: Cơ sở Trúc Nguyệt cung cấp

Xâu kết chuỗi hạt, một nghề thủ công nhẹ nhàng phù hợp với thể lực của NCH.

Mô hình dạy nghề cho NCH "CHUỖI HẠT PHA LÊ" hoàn hảo

"Hy Vọng" là tên một nhóm NCH ở xã Cần Đăng, một xã xa xôi của huyện Châu Thành, tỉnh An Giang. Tại đây, nhóm đã kết hợp với doanh nghiệp Trúc Nguyệt dạy nghề cho 30 thành viên của nhóm xâu chuỗi kết hạt. Những chuỗi hạt cườm, pha lê thực sự đã kết nối nhóm lại với nhau và neo buộc họ với những niềm vui của cuộc đời...

Dù mới thành lập chưa đầy 2 năm nhưng câu lạc bộ Hy Vọng đã thật sự là niềm hy vọng của gần 30 thành viên NCH.

Từ những NCH sống riêng lẻ, che giấu bệnh tật, tự cô lập mình và vô cùng tuyệt vọng, họ đã tìm đến nhau, an ủi giúp đỡ nhau cùng điều trị và lao động nuôi sống bản thân. Rồi những người được may mắn sớm đến với chương trình Tư vấn - xét nghiệm, được điều trị phục hồi sức khỏe và duy trì thể lực tìm đến, động viên giúp đỡ người cùng cảnh ngộ vào chương trình điều trị như mình.

Phòng họp trạm y tế xã Cần Đăng là điểm hẹn hàng tháng của nhóm. Họ gặp gỡ để giao lưu thăm hỏi, thông báo cho nhau những thông tin có liên quan đến NCH và nhiều vấn đề khác của xã hội để không có ai lạc hậu với thời sự, rồi họ cùng vui chơi ca hát bên nhau, cùng xoa dịu cho nhau những nỗi đau về thể chất lẫn tinh

thần. Nếu trong nhóm có người vắng mặt, cũng có nghĩa là người đó không khỏe, họ liền cử đại diện kịp thời đến tận nhà thăm hỏi và giúp đỡ, nếu thấy tình hình nghiêm trọng, họ chủ động đưa bạn đến ngay trạm xá hoặc bệnh viện rồi báo với nhóm sau.

Cuộc sống này thật có ý nghĩa cho dù đói nghèo hay bệnh tật nếu có bạn bè ở bên cạnh! Người mạnh khỏe giúp người yếu hơn, đó là phương châm của "Hy Vọng". May mắn hơn nữa cuộc đời vẫn còn rất nhiều người bạn, nhiều những tấm lòng thơm thảo. Và cơ duyên đã đưa nhóm Hy Vọng gặp gỡ với chủ cơ sở Trúc Nguyệt, một doanh nghiệp chuyên về các sản phẩm thủ công mỹ nghệ.

Tháng 8 năm 2008, Kiều Thanh và Thanh Vân, những thành viên tích cực, luôn chiến đấu với bản thân, quyết tâm vượt lên số phận, gắn kết với xã hội, đã đem về cho nhóm một nghề thủ công nhẹ nhàng phù hợp với thể lực của NCH, đó là nghề "xâu chuỗi kết hạt" do cơ sở dạy nghề Trúc Nguyệt về mở lớp tại địa điểm của nhóm.

Những ngày đến lớp thật vô cùng vất vả!

Có bạn vừa trải qua một đêm thức trắng, sáng ra vẫn quyết tâm đến lớp, quyết tâm tự tay làm lấy những sản phẩm ngộ nghĩnh bằng những hạt chuỗi tròn xinh xắn như muốn làm tròn đầy lại cuộc đời vốn đã vỡ vụn của chính mình.

Có bạn đến lớp với làn da nhợt nhạt trong cơn sốt, CD4 chỉ còn 15, bài học hôm trước hôm sau đã quên hết nhưng nhờ lòng say mê lao động, muốn được thấy sản phẩm do chính mình làm ra, cũng có nghĩa là mình còn có ích cho ai đó, hay ít nhất mình cũng còn khả năng làm ra cái gì đó làm đẹp cho cuộc đời, một khả năng mà cứ tưởng đời này kiếp này họ không bao giờ có nữa.

Song song với việc dạy nghề, cơ sở Trúc Nguyệt còn hỗ trợ một học viên nữ có chồng và con đều nhiễm HIV sắm được vài viền lưới làm kế sinh nhai. Kết thúc khóa học, cơ sở Trúc Nguyệt còn hỗ trợ một số nguyên vật liệu để nhóm tổ chức sản xuất và tái sản xuất. Tình yêu thương giữa người và người vô cùng ấm áp đã hâm nóng lại bầu nhiệt huyết của những NCH.

Không có việc gì khó, chỉ sợ lòng không bền, quyết chí ắt làm nên! Lòng say mê học tập và lao động đã khiến cho nhóm Hy Vọng chiến thắng bệnh tật, đem lại lòng tự tin và yêu đời cho chính mình.

Và nhờ sự nhiệt tình, lòng thân thiện, không mảy may kỳ thị của những giáo viên cơ sở Trúc Nguyệt đã giúp các bạn hoàn thành tốt khóa học trong vòng một tháng.

Song song với việc dạy nghề, cơ sở Trúc Nguyệt còn xuất quỹ hỗ trợ cho nhóm giúp đỡ một học viên nữ có chồng và con đều nhiễm HIV, gia cảnh rất nghèo, bị gia đình ruồng bỏ, lánh xa sắm được vài viền lưới làm kế sinh nhai. Kết thúc khóa học, cơ sở Trúc Nguyệt còn hỗ trợ một số nguyên vật liệu để nhóm tổ chức sản xuất và tái sản xuất. Số tiền tuy không lớn, nhưng tình yêu thương giữa người và người, giữa thầy và trò mới thật sự là lớn lao và vô cùng ấm áp đã hâm nóng lại bầu nhiệt huyết vốn đã nguội lạnh từ lâu của những học viên là NCH.

Sau khóa học, ngoài những sản phẩm nhỏ của chương trình dạy nghề, cơ sở Trúc Nguyệt vẫn còn gắn kết, hướng dẫn thêm cho nhóm những sản phẩm lớn theo thị hiếu thị trường như bóp ví, túi xách, bình hoa... Nhờ vậy mà sản phẩm chuỗi hạt của nhóm Hy Vọng ngày càng đa dạng và tinh xảo, dễ dàng tiếp cận với những khách hàng sang trọng và khó tính.

Ngày Quốc tế phụ nữ vừa qua, nhờ sự quan tâm giúp đỡ của các ban ngành huyện tỉnh, đặc biệt là Hội phụ nữ huyện Châu Thành và Hội phụ nữ tỉnh An Giang, Nhóm Hy Vọng đã bán được khá nhiều sản phẩm đem lại nguồn thu đáng kể cho nhóm.

Được sống, được lao động, được chia sẻ yêu thương trong vòng tay nhân ái của đồng loại thì còn gì hạnh phúc hơn? Mong rằng với tinh thần tương thân tương ái vốn là truyền thống của dân tộc ta, sẽ càng ngày càng có nhiều những sự kết hợp tương trợ lẫn nhau, không phân biệt kỳ thị có H hay không có H, để NCH có thể sống bình thường và có ích như bao người.

Bích Thủy

HIV VÀ V

Cũng như bất kỳ ai trong xã hội, công ăn việc làm đối với NCH là một vấn đề thiết thân, vô cùng quan trọng. Có HIV có phải là một trở ngại đối với họ và đó là những trở ngại gì?

Chính quyền chăm lo, cá nhân năng động

Ông Nguyễn Đức Toản - Chi cục trưởng chi cục PC TNXH tỉnh Thái Nguyên

Trước hết tạo việc làm cho người sau cai nghiện là chủ trương, chính sách chung của Đảng và Nhà nước, vì vậy tất cả các ban ngành trong địa phương phải hết sức tạo điều kiện về việc làm cho đối tượng này bao gồm cả NCH, nhưng tạo việc làm cho người sau cai còn nhiều vấn đề cần bàn. Hiện nay, tại Thái Nguyên ngành LĐTBXH chỉ đạo giao cho 9 huyện, thành phố, thị xã thành lập các trung tâm dạy nghề cho người sau cai nghiện, với phương châm gắn học nghề với việc cai nghiện, tạo việc làm phù hợp sau cai nghiện. Nhưng việc thực hiện chủ trương này rất khó khăn, do số đối tượng này đông (5.724 người), việc làm thì hạn chế bởi các doanh nghiệp ít quan tâm đến nguồn nhân lực này. Ngay ở các trung tâm dạy nghề, giám đốc phải tự tìm việc làm cho học viên và thường gặp nhiều khó khăn về đầu ra của sản phẩm. Mà không tiêu thụ được sản phẩm thì sản xuất cũng ngưng trệ. Việc đào tạo nghề thiết thực cho người sau cai phù hợp với từng địa phương, từng trung tâm là phương châm của chi cục. Từng địa phương sẽ xem vấn đề giải quyết việc cho người sau cai bao gồm cả NCH sao cho phù hợp với từng địa phương. Với trung tâm của tỉnh có ký hợp đồng làm đá mỹ nghệ, trung tâm các huyện có thể trồng rau, nuôi cá, nuôi trâu, bò, nuôi vịt lấy trứng, ươm cây lâm nghiệp giống với các huyện miền núi... Nhu cầu việc làm của người cai nghiện và sau cai là rất lớn. Ngoài chính quyền địa phương phải chăm lo, cá nhân và gia đình của họ cũng cần phải có sự năng động, sáng tạo và tự chủ trong việc tìm việc làm.

Khi người ta cần thì mình nên giúp

Chị Nguyễn Châu Trúc Anh- Chủ doanh nghiệp dạy nghề Trúc Nguyệt (29 Hoàng Văn Thụ- phường Mỹ Bình- TP Long Xuyên)

Mẹ tôi dạy rằng sống ở trên đời phải có lòng thiện. Nhờ mẹ, khi tiếp xúc với NCH tôi nhận thấy con người ta, ai cũng có mặt này, mặt khác, cái xấu cái tốt đan xen, nhưng một người khi đã biết mình có HIV giống như đứng trước cái chết vậy, nên người ta thường muốn sống tốt hơn. Vì vậy, phải giúp đỡ họ. Tôi chỉ nghĩ đơn giản, ai cần thì mình giúp thôi. Dạy nghề cho NCH cũng là một trong những cách giúp họ có được một con đường kiếm sống lương thiện. Nhiều người hoàn cảnh cũng rất khổ, nhất là chị em phụ nữ. Tôi dạy họ cách xâu chuỗi hạt. Mẹ tôi và tôi giúp họ cả về vốn lẫn nguyên liệu. Các học viên đến cơ sở tôi lấy nguyên liệu về kết sau đó sản phẩm đem lại chỗ tôi tiêu thụ giúp. Nhiều khi cũng lỗ đó nhưng xác định là chị em mới làm, sản phẩm chưa tiêu thụ được nên mới vậy. Học viên là NCH cũng cần cù, chịu khó và khéo tay lắm.

VIỆC LÀM

"Lộ diện" chắc khó vay vốn, xin việc hơn

Đỗ Thị Hải Yến: tình nguyện viên của Dự án "Phật giáo Hà Nội tham gia vào hoạt động chăm sóc và hỗ trợ cho người nhiễm HIV/AIDS tại cộng đồng"

Người nhiễm HIV rất khó tìm việc làm hoặc vay vốn làm ăn. Các nhà thẩm định cho vay vốn không tin lắm vào khả năng lao động của người nhiễm HIV, họ nghĩ người có H như chúng tôi là những người "sống nay chết mai", không làm ăn gì được. Tôi đang lo khi nào dự án mà tôi tham gia với vai trò là tình nguyện viên kết thúc thì mình sẽ làm gì đây để có thu nhập, vì suốt thời gian qua làm việc của dự án, tôi đã bị lộ diện là người nhiễm HIV, cả làng cả xã đều biết, chắc tôi xin việc sẽ khó, vay vốn làm ăn càng khó hơn. Nếu như trước đây cộng đồng kỳ thị người nhiễm HIV ra mặt thì giờ không thế nữa, kín đáo hơn, hay có thể nói là sự kỳ thị tinh vi hơn, khi động chạm tới vấn đề việc làm.

Không sức khỏe, không nghề nghiệp, bán hàng không ai mua

Chị Phạm Thị Tân, xã Yên Thường, huyện Gia Lâm, Hà Nội

Cuộc sống của em sau khi chồng chết, bản thân nhiễm HIV vất vả lắm. Không có sức khoẻ, nghề nghiệp lại chẳng có, đi chợ thì chẳng ai mua hàng của mình, em phải theo người làng lên Đa Hội, Bắc Ninh nhặt than, sắt vụn kiếm 2 - 3 chục mỗi ngày, nhưng đâu phải ngày nào cũng kiếm được ngần đấy tiền. Đi làm như vậy đã cực rồi nhưng em bị mọi người hắt hủi ghê lắm, họ chửi đuổi mình không cho vào nhặt than, lại còn bảo ngồi gần nó là lây AIDS đấy, đừng nói chuyện với nó. Chẳng biết làm sao được, thôi thì họ đuổi đằng trước, mình chạy ra sau, khi nào họ đi khỏi thì mình lại vào bãi để nhặt. Nếu không thì biết lấy đâu ra tiền để nuôi thân mình đây, chứ con em thì phải sống dựa hoàn toàn vào ông bà ngoại.

Em phải tự viết đơn xin thôi việc

Một phụ nhiễm HIV giấu tên ở Hà Nội

Từ khi có thai, xét nghiệm biết mình bị nhiễm, em vẫn đi làm may ở công ty 27-7 cho tới khi bước sang tháng thứ 7, do thường xuyên phải đi bệnh viện để nhận thuốc, em làm đơn xin được nghỉ để sinh con sớm hơn 2 tháng với lý do thai không khoẻ. Sau khi sinh cháu hơn một tháng, chồng em mất, công ty biết chồng em chết vì bệnh gì. Hết thời gian nghỉ đẻ em tiếp tục đi làm, được chục ngày, bên phòng tổ chức gọi em lên yêu cầu em nghỉ ở nhà một tháng, ăn lương cơ bản, rồi bảo em đi xét nghiệm HIV, đưa kết quả cho giám đốc. Em không đi làm xét nghiệm và viết ngay giấy và đề dương tính vào đó. Vài hôm sau phòng tổ chức nhắn em lên và khuyên em viết đơn xin thôi việc vì làm nghề may bình thường không sao, chẳng may kim đâm vào tay, chảy máu, mọi người sợ lây nhiễm. Nếu em nghỉ việc, lãnh đạo công ty sẽ trợ cấp cho em 10 triệu đồng. Đến nước này thì em không còn cách nào khác là viết đơn xin thôi việc.

Nếu được tin tưởng, chúng tôi sẽ chứng tỏ cho mọi người thấy...

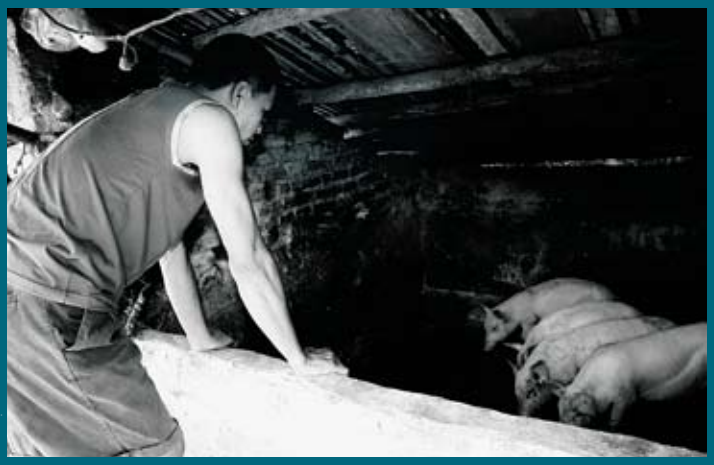
Bùi Viết Thành, thành viên Ban chủ nhiệm CLB "Bình minh xanh" xã Vũ Tây, Kiến Xương, Thái Bình

Năm 2004, tôi có đề xuất với lãnh đạo Uỷ ban cho vay 1 triệu đồng phát triển chăn nuôi nhưng bị từ chối vì người nhiễm HIV không có khả năng hoàn trả vốn. Trong con mắt của mọi người, người nhiễm HIV yếu ớt, sức khoẻ kém, không còn khả năng lao động, nhưng nếu có cơ hội được lãnh đạo địa phương tin tưởng cho vay vốn, chúng tôi sẽ chứng tỏ cho cộng đồng thấy chúng tôi những người sống chung với HIV chưa chuyển giai đoạn AIDS vẫn còn khả năng lao động, có thể tạo lập sự nghiệp, vẫn còn có ích cho gia đình và xã hội.

Hồng Quyên - Minh Thúy thực hiện

Đống nghề thì sống

Trong cái thời buổi suy thoái kinh tế này, người khỏe mạnh bình thường mà có được một công ăn việc làm ổn định đã là khó khăn, đối với những người mang trong mình HIV lại càng khó khăn hơn gấp bội. Nhưng nụ cười vẫn nở trên môi họ...



Ảnh: Phạm Hoài Thanh

Chăn nuôi

Ảnh: Phạm Hoài Thanh

Chạy xe ôm

Công nhân - Lái xe ôm – Kiếm củi khô - Thợ xây...

T là một công nhân cầu đường với tương lai đang rộng mở phía trước vì T đang theo học lớp Đại học tại chức. Sau ngày biết bệnh một thời gian, T xin thôi công tác do không thể vượt qua các áp lực khác từ phía cơ quan. Được gia đình hỗ trợ, T mua cho một chiếc xe máy để chạy xe ôm cho phù hợp với sức khỏe của mình. T thường hay đón khách ở cổng bệnh viện đa khoa tỉnh. Có ngày kiếm được vài ba chục ngàn, cũng có ngày chả đủ tiền đổ xăng, người khôn của khó, riêng việc nhanh nhẹn chào mời hay lôi kéo khách là T đã thua hẳn mấy tay xe ôm kỳ cựu ở đây rồi. Nhưng cũng tạm yên tâm với công việc này, T bắt đầu tham gia các hoạt động của CLB tự lực Hy Vọng Bắc Kạn. Là thành viên trong ban điều hành, T rất năng nổ trong các hoạt động. Đến ngày kỷ niệm sinh nhật CLB tròn một tuổi, T mạnh dạn đứng trước ống kính truyền hình địa phương phát biểu, tin này đã được báo đài địa phương phát liên tục trong các chương trình của tỉnh. Khách đi xe ôm đã ít lại càng ít hơn theo từng ngày mà không hiểu tại sao. Chán nản, T nghỉ chạy xe ôm, ở nhà lên rừng lấy củi bán, nhưng củi ngày một hiếm, đến cây con cũng chẳng còn mà chặt nữa. Sẵn có nghề xây trong tay, T suy nghĩ và chuyển sang làm thợ xây, giờ đây hàng ngày hai vợ chồng lại cùng nhau đi làm, cùng nhau về nấu cơm, công việc tuy vất vả nhưng vợ chồng T cảm thấy vui và tin vào một ngày mai tốt đẹp hơn.

Làm bánh nếp – Bán rau – Bán ngô nướng – Phụ xây...

V- vợ T là cô gái người dân tộc Nùng khéo tay hay làm, các loại bánh do cô làm đều bán rất chạy. Nghề làm bánh sẽ theo cô vì bánh của cô ngon và lạ miệng nên số lượng bánh bán ra hàng ngày đủ nuôi cô và cái tổ ấm bé nhỏ ấy có một cuộc sống khá đầy đủ, nhưng rồi một ngày cái tin hai vợ chồng V nhiễm HIV lan rộng khắp nơi, khách mua bánh của cô ngày càng ít dần, cô suy nghĩ và đổi nghề sang chạy chợ bán rau. Những ngày đầu mấy xảo rau của cô bán hết veo trong buổi sáng, vì cô chủ nhỏ luôn chịu thương chịu khó thức khuya dậy sớm để mua được những mớ rau xanh non nhất chợ, lại xì sầm to nhỏ, lại những lời dị nghị và rồi những mớ rau xanh của cô cứ khô quắt qeo mỗi ngày. Ngán ngẩm, vốn thì hết,

Ảnh: Phạm Hoài Thanh

Làm gối bông

V và chồng mày mò vào tận bản làng sâu để mua từng bắp ngô về để chiều tối đem nướng ở ngã ba chỗ đông dân nhất. Mấy ngày đầu, V nướng đến đâu bán hết đến đó, mỗi ngày cũng được vài chục ngàn đồng, đủ mua rau mua gạo nuôi con. V vui lắm, cô điện thoại khoe với các anh chị cùng CLB *"Em bán tốt lắm, cứ như thế này thì em không phải lo gì nữa chị ạ"*. Mời các anh chị lên ăn cho đắt hàng, nhưng mỗi lần lên hàng của cô đều bán hết cả. Không được ăn nhưng các bạn trong CLB cũng vui mừng cho vợ chồng V vì bán được hàng. Không được bao lâu, cái thị xã bé tý ấy lại lần nữa làm cho vợ chồng V thất nghiệp, ngô nướng đầy ra đó ngồi cả buổi tối chả ai buồn mua, chả ai hỏi han câu nào cả. Các bạn trong CLB được một phen ăn no nê mà lòng lại buồn não nề, chẳng biết mai đây cô gái nhỏ bé và chăm chỉ này lại đổi nghề gì nữa đây...

Mới đổi nghề từ chạy xe ôm sang thợ xây nên T chưa quen với công việc mới và thấy mệt mỏi, nhưng có vợ đi cùng phụ xây nên T cảm thấy phấn chấn với hy vọng vào công việc mới này sẽ có thể kiếm thu nhập cho hai vợ chồng...

Vẫn phải sống tốt

Không một nghề nào, một công việc ổn định nào mà NCH có thể làm lâu dài, nhưng điều đó không làm cho vợ chồng T-V, và rất nhiều những người nhiễm HIV/AIDS chán nản và đầu hàng số phận. Đôi vợ chồng T-V hiện tại đã có công việc mới, chồng xây vợ phụ, công việc thật vất vả nhưng không vì thế làm mất đi niềm tin vào một ngày mai tốt đẹp hơn, không chỉ cho vợ chồng họ mà cả cộng đồng người nhiễm HIV nói chung cho dù ngày mai rất có thể họ lại phải đổi một công việc khác. *"Có sao đâu, mình cũng như bao nhiêu người khác nữa đang phải sống trong thời buổi khủng hoảng kinh tế thị trường mà, nên khó kiếm việc cũng là lẽ đương nhiên"*. T, chồng V nói giọng thản nhiên, bàn tay dính đầy vôi vữa của T nhanh thoăn thoắt xây lên những hàng gạch cho ngôi nhà, không xa nữa ngôi nhà ấy sẽ khánh thành, một công trình nữa được hoàn thiện. Vợ chồng T lại tiếp tục xây thêm nhiều ngôi nhà nữa...

Hà Thị Quyên
CLB Hy Vọng Bắc Kạn

ĐỂ KHÔNG AI BỊ LÃNG

Ngôi nhà nhỏ của anh Sawai Khidphokha nằm bên con đường chính đi qua xã Nongphluang (huyện Jakkarat, tỉnh Nakhornrachaima). Anh đang chơi với hai cậu con trai nhỏ trên chiếc gường kê dưới tán cây râm mát. Gương mặt anh rạng rỡ, ít ai ngờ người đàn ông này đã sống chung với HIV từ 6 năm qua.

HIV và thất nghiệp...

"Cách đây hơn chục năm, tôi làm công nhân xây dựng ở Bangkok. Tôi chưa biết gì tới bao cao su nên chắc là tôi nhiễm HIV từ hồi đó. Sáu năm trước thấy người cứ yếu dần đi, xét nghiệm mới biết là mình bị nhiễm HIV." Anh Sawai khá bình thản khi hé lộ về tình trạng bệnh tật hiện nay của mình. *"Đó là khoảng thời gian tồi tệ nhất trong cuộc đời của tôi"* - Lắc đầu như cố xua đi nỗi ám ảnh về những tháng ngày buồn khổ, anh tâm sự. Trước khi bị nhiễm HIV, thu nhập của cả nhà trông chờ vào công việc kinh doanh buôn bán nhỏ của hai vợ chồng. Từ khi bị bệnh, công việc làm ăn sa sút, không ai dám bén mảng tới mua hàng của vợ chồng anh. Không chịu nổi áp lực của dư luận, vợ anh bỏ nhà đi nơi khác làm ăn sinh sống, bỏ lại mình anh trong sự cô độc và mặc cảm. Cuộc sống càng khó khăn hơn khi tất cả ngân hàng đều quay lưng lại. *"Chẳng ai dám thuê mướn hay cho một người nhiễm HIV vay tiền. Sợ bị lây bệnh đã đành, họ còn sợ tôi sẽ chết trước khi có thể thanh toán hết nợ nần."* - Saiwai cười buồn. Nhưng giờ mọi việc đã thay đổi sau khi Hiệp hội Phát triển Cộng đồng và Dân số (PDA), tổ chức phi lợi nhuận vì người nghèo của Thái Lan, cho anh vay một khoản tín dụng nhỏ là 24.000 Batt (khoảng 12,5 triệu đồng) nằm trong Dự án đối tác tích cực để đầu tư chăn nuôi lợn gà. Từ năm 2005 tới nay, đàn gà vịt cứ sinh sôi nảy nở, mang lại một khoản thu nhập không nhỏ đủ để anh tiếp tục đầu tư chăn nuôi lợn và bò. Cuộc sống từ khi có việc làm, có thu nhập bớt đi nỗi buồn bệnh tật. Anh không còn thấy cô đơn, mặc cảm như trước: *"Tôi như được sinh ra một lần nữa"* - Sawai chia sẻ niềm sung sướng của mình.

Anh Sawai Khidphokha đã tìm được cho mình một cộng sự ăn ý, không ai khác chính là vợ mình. Phải nói rằng, PDA không chỉ mang lại cho anh công việc và thu nhập mà còn giúp vợ chồng, cha con đoàn tụ.

PDA và nét mới của dự án đối tác tích cực

Dự án đối tác tích cực là ý tưởng của nhà phát động chiến dịch vì bệnh nhân HIV/AIDS nổi tiếng của Thái Lan - ông Mechai Viravaidya. Khi là thành viên nội các Thái Lan vào những năm 90, ông phụ trách chương trình phòng chống HIV/AIDS của Thái Lan. Ông Mechai cho biết, khoảng những năm đầu thế kỷ 21, hoạt động phòng chống HIV/AIDS của Thái Lan bắt đầu có dấu hiệu đi xuống. Vì thế, vào năm 2004, khi đứng đầu Hiệp hội Phát triển Cộng đồng và Dân số (PDA), ông đã kêu gọi sự chung tay góp vốn của giới doanh nghiệp vì bệnh nhân HIV/AIDS. Với số tiền viện trợ 300.000 USD của Tổ chức Pfizer Foundation (thuộc tập đoàn dược phẩm khổng lồ Pfizer của Mỹ) vào năm 2004, từ một chương trình thử nghiệm nhỏ ban đầu chỉ cấp vốn cho 189 người bị nhiễm HIV/AIDS, ông Mechai đã mở rộng thành dự án đối tác tích cực như hiện nay.

Thực tế, tín dụng nhỏ không phải là một khái niệm mới. Cái mới ở đây là yếu tố cộng tác. Để được vay vốn, người nhiễm HIV phải tìm một cộng sự hoàn toàn khỏe mạnh, cùng hợp tác kinh doanh. Như vậy, thay vì trở thành gánh nặng cho xã hội, người nhiễm HIV giờ đây có thể mang thu nhập về cho cộng đồng. *"Điều quan trọng là chính người cộng sự đã giúp thay đổi cách nhìn của*

G QUÊN

Sau 6 năm sống chung với HIV, Sawai Khidphokha đã giúp mọi người hiểu ra rằng nếu NCH được quan tâm chia sẻ, họ chẳng những mạnh khỏe mà còn sống có ích cho gia đình và cộng đồng.

Vợ chồng anh Somsak Prempreeda bên xưởng đá của gia đình

xã hội đối với người nhiễm HIV, giúp họ hòa nhập cộng đồng" - Trợ lý giám đốc PDA của tỉnh Nakhornrachaima - ông Nathaphon Pholmonang tâm đắc.

Vì họ là những người bình thường

Anh Sawai Khidphokha đã tìm được cho mình một cộng sự ăn ý, không ai khác chính là vợ mình. Phải nói rằng, PDA không chỉ mang lại cho anh công việc và thu nhập mà còn giúp vợ chồng, cha con đoàn tụ. Nhìn vào hoàn cảnh của gia đình anh, người dân trong thôn hiểu ra một điều, người nhiễm HIV nếu được quan tâm chia sẻ, họ chẳng những mạnh khỏe mà còn sống có ích cho gia đình và cộng đồng. Đôi vợ chồng Somsak và Wassana Prempreeda cũng là một minh chứng sinh động cho điều này. Họ là chủ nhân của một trong những cơ sở sản xuất đá trang trí xây dựng có tiếng ở huyện Sikhue thuộc tỉnh Nakhornrachaima.

Nhìn người đàn ông cao lớn, vạm vỡ cặm cụi đục khắc trong lớp mây bụi trắng xóa, chẳng thể tin anh đang sống chung với HIV. Bỏ khẩu trang che mặt, Somsak nở nụ cười rất tươi chào đón những vị khách từ xa tới. Xem ra công việc kinh doanh ở đây đang rất thuận buồm xuôi gió. *"Từ khi được vay tiền của dự án, tôi bàn với em trai cộng tác cùng tôi mở rộng cơ sở sản xuất đá, thuê thêm lao động, thu nhập cũng khá, vợ chồng tôi cũng tiết kiệm được một khoản tiền gửi ngân hàng."* Somsak cũng không quên bày tỏ lòng biết ơn PDA và người đưa ra ý tưởng đối tác tích cực, nhà phát động chiến dịch Vì người nhiễm HIV/AIDS nổi tiếng của Thái Lan, ông Mechai Viravaidya. *"Chúng tôi không biết sẽ tiếp tục sống như thế nào nếu không có PDA và ông Mechai."*

Trong khi đó, rất đơn giản, vị cứu tinh của những người nhiễm HIV như Somsak - ông Mechai cho rằng *"Cuộc sống của người nhiễm HIV so với 4 - 5 năm trước đã thấy khác nhiều. Họ có việc làm, có thu nhập, xã hội chấp nhận khả năng làm việc của người nhiễm HIV, không kỳ thị xa lánh họ. Dự án đối tác tích cực cho thấy, người nhiễm HIV và người bình thường có thể sống chung trong môi trường gần gũi và thân thiện, có thể cộng tác làm ăn, tạo thu nhập. Tóm lại, người nhiễm HIV cũng bình thường như bao người khác trong xã hội."*

Đó chính là điều tốt đẹp nhất mà Mechai và các cộng sự đã và đang dành cho những người nhiễm HIV, những mong không còn bất cứ ai phải khổ đau vì bị bỏ rơi, bị lãng quên trong cuộc đời này. Không thể như thế vì "họ cũng là những người bình thường".

Phóng sự của Hồng Quyên

Ngoài chuyện ăn sáng, quán của Mẹ còn là nơi trao đổi dăm ba câu chuyện.

Vì ngon và rẻ nên nhiều người còn mua mang về.

VIỆC NHỎ VỪA

Có một thời sức khỏe của Mẹ suy sụp, tưởng chừng không còn sống được, rồi được tiếp cận với ARV nên khỏe lại nhanh chóng. Nhưng khỏe rồi lại không có công ăn việc làm. Loay hoay mãi, không vốn liếng biết làm gì đây? Suy nghĩ mãi, cuối cùng rồi cô quyết định bán bún cá, một món ăn sáng rẻ tiền, phù hợp với bà con chòm xóm quanh cái ấp Bình Chánh - Châu Phú nơi cô sinh sống.

Chỉ với khoảng 80 nghìn đồng mỗi ngày cộng thêm dăm ba cái nồi, vài chục bát đũa với mấy cái ghế tuềnh toàng. Hàng ngày Mẹ dậy từ 3h30 đến 4 giờ ra chợ mua rau, cá, bún về bắc nồi nước lên. 5 giờ là vừa kịp dọn ra bán. Từ giờ đó là quán của Mẹ bắt đầu đông dần, đến 7 - 8 giờ là cô thu dọn rửa ráy dụng cụ bát đĩa. Mỗi ngày như vậy Mẹ kiếm được khoảng 20 - 30 nghìn.

Thời gian còn lại trong ngày cô tham gia công tác xã hội. Những công việc cô làm cho những người cùng cảnh ngộ, tích cực tham gia các hoạt động cộng đồng và sự hồi phục sức khỏe nhanh chóng của Mẹ góp phần làm bà con hiểu biết hơn về HIV nên dần dần bát bún của cô càng trở nên thân thuộc trong bữa ăn sáng của họ.

Bài và ảnh: Hoài Thanh

Thường chỉ 7-8 giờ là My hết hàng. Cô bắt đầu dọn dẹp.

Cô xách nước...

Rửa bát...

Tuy vất vả một chút vào lúc sáng sớm nhưng mỗi sáng như vậy My cũng lời được 20-30 ngàn.

SỨC

Quán bún chị My rất được lũ trẻ ưa chuộng vì chị bán rất rẻ thậm chí 1.000đ chúng cũng được chị phục vụ nhiệt tình.

Xong buổi bán hàng. My lọc cọc chiếc xe đạp đi làm công tác xã hội.

Sự ân cần thăm hỏi của My không chỉ hỗ trợ cho nhiều người mà còn mang lại niềm vui và sự tự tin cho chính cô.

CHĂM SÓC TẠI NHÀ những triệu chứng thường gặp

NCH có thể gặp một hoặc nhiều triệu chứng do chính vi rút HIV hoặc các nhiễm trùng cơ hội gây ra. Một số triệu chứng có thể điều trị tại nhà, một số triệu chứng báo hiệu các bệnh nguy hiểm cần được chuyển đến các bác sỹ chuyên khoa.

Chán ăn

Căng thẳng, lo lắng hay trầm cảm đều có thể gây nên tình trạng chán ăn. Chán ăn cũng còn có thể do bị nhiễm trùng cơ hội.

Chăm sóc tại nhà

Khuyến khích ăn

1. Ăn từng ít một và ăn nhiều lần.
2. Ăn cùng với những người khác. Ăn khi thức ăn còn ấm có thể làm cho ăn ngon miệng hơn.
3. Giữ sạch miệng bằng cách đánh răng thường xuyên hoặc súc miệng bằng nước muối (1/2 thìa muối pha trong một chén nước) sau khi ăn. Uống liên tục từng ngụm nhỏ các loại nước có nhiều năng lượng như nước hoa quả pha đường.
4. Ăn uống một số vị thuốc nam để làm cho ngon miệng hơn ví dụ gừng, hành khô, cần tây, củ cải, vỏ quít, quế, mướp đắng (khổ qua) hoặc lá vông nem.
5. Nấu cháo hạt sen với củ mài (hoài sơn) hoặc hạt ý dĩ.
6. Uống các loại vitamin như vitamin tổng hợp hoặc vitamin B tổng hợp để làm cho ngon miệng hơn. Uống mỗi lần 1 viên, mỗi ngày 2-3 lần.

Điều trị nguyên nhân gây ra chán ăn

Người chăm sóc cần giúp bệnh nhân cảm thấy thoải mái và dễ chịu hơn.

Khi nào thì cần đến bác sỹ

Nếu người bệnh không thể ăn được gì vì tình trạng này có thể dẫn đến suy dinh dưỡng hoặc sút cân nhanh.

Ghi chú

Nếu bệnh nhân không thể ăn nhiều một lúc thì cố gắng ăn ít một và ăn nhiều lần để củng cố khả năng miễn dịch của cơ thể.

Bài thuốc "Sâm Linh Bạch truật tán"

- Đẳng sâm: 16g
- Bạch truật: 12g
- Phục linh: 12g
- Cam thảo: 12g
- Hoài sơn: 12g
- Biến đậu: 12g
- Liên nhục: 12g
- Ý dĩ :12g

Sắc uống ngày 1 thang.

Mất thị lực

Mất thị lực do virut Cytomegalo (CMV) thường gặp ở những người hệ thống miễn dịch bị tổn thương. Ban đầu người bệnh có thể có những bất thường về nhìn, ví dụ như nhìn thấy các điểm đen trôi nổi.

Chăm sóc tại nhà

Mất thị lực ở người có HIV do hệ thống miễn dịch bị suy yếu, không giống như các dạng mất thị lực khác mà ở dạng cấp tính, thường dẫn đến mất thị lực nhanh do nhiễm CMV ở võng mạc.

Chăm sóc tại nhà để đề phòng mất thị lực

a. Giữ gìn sức khoẻ để duy trì hệ thống miễn dịch của cơ thể.
b. Khi có biểu hiện bất thường về thị lực cần đến khám bác sỹ ngay.

Khi nào thì cần đến bác sỹ

c. Ngay sau khi thấy mất thị lực, nhìn kém hoặc thường xuyên thấy các điểm đen trôi nổi.

Ghi nhớ

1. Nếu không điều trị đúng cách và nhanh chóng, nhiễm CMV có thể gây mù.
2. Các thuốc điều trị mất thị lực có thể có một số tác dụng phụ như tiêu chảy, mệt mỏi, sốt... Cần đến bác sỹ ngay khi có các triệu chứng này.
3. Ăn các loại thức ăn sau: cá, thịt gà, đậu phụ, giá đỗ và tỏi để tăng cường hệ thống miễn dịch.

Đau cơ/khớp

Trong suốt quá trình bị bệnh, người có HIV có thể bị đau cơ hoặc đau khớp bất cứ lúc nào. Nằm yên một chỗ và ít cử động sẽ ảnh hưởng đến tuần hoàn máu, dẫn đến đau khớp và đau cơ. Làm giảm triệu chứng đau sẽ làm cho người có HIV cảm thấy dễ chịu hơn.

Chăm sóc tại nhà

1. Uống thuốc giảm đau.
2. Bôi dầu cao để làm giảm đau cơ.
3. Xoa bóp nhẹ nhàng tay, chân và lưng của người có HIV. Người xoa bóp cần xoa tay bằng phấn rôm hoặc kem bôi da trước khi xoa bóp cho người bệnh để cho tay trơn và ấm, tránh làm tổn thương da của người bệnh.
4. Xoa nhẹ nhàng tay và chân người bệnh bằng cả hai lòng bàn tay, bắt đầu từ cánh tay cho đến đầu các ngón tay và từ đùi đến ngón chân. Xoa lại như trên, mạnh hơn một chút, hết tay rồi đến chân nhiều lần cho đến khi sờ vào cảm thấy da ấm hơn.
5. Di động các khớp sau: các khớp ngón tay, các khớp ngón chân và khuỷu tay. Gấp khuỷu tay rồi nâng cao ngang vai rồi duỗi tay ra, nâng toàn bộ tay lên rồi xuống. Gấp gối và gấp đùi vào bụng nếu người bệnh không tự tập thể dục được.
6. Chỉ xoa bóp các vùng cơ, hỏi người có HIV xem có đau không. Nhẹ nhàng dò tìm các điểm đau rồi dùng ngón cái hoặc một vật nóng ấn vào điểm đau ở mức độ người bệnh có thể chịu được, đếm từ 1 đến 5 rồi thả ra.
7. Nếu người bệnh bị đau cổ tay, cổ chân hoặc đau cơ, xoa bóp nhẹ nhàng vùng đau bằng một miếng gạc nóng bọc các loại thuốc nam (ví dụ như riềng và muối bọc trong một tấm vải, hoặc nghệ và gừng). Hấp gói này trước khi xoa để các vị thuốc có thể tiết ra.

Bài thuốc: Đau đầu gối

Đơn gối hạc: 30g
Phòng kỷ
Tỳ giải
Tỏ mộc
Mộc thông
Thổ phục
Huyền sâm
Huyết giác
Hoàng đằng
Mỗi thứ đều 15 gam, sắc uống

Mệt mỏi/mất ngủ

Tình trạng mệt mỏi hay mất ngủ đều có thể do thiếu máu, bệnh tim, hen hoặc do nhiễm trùng cơ hội. Lo lắng hoặc ít nghỉ ngơi cũng có thể gây nên triệu chứng này.

Chăm sóc tại nhà

1. Nghỉ ngơi.
2. Người chăm sóc cần giúp người bệnh cảm thấy thư giãn và thoải mái.
3. Uống các loại thuốc nam giúp ngủ dễ như sau:

Bài 1
Dây lạc tiên: 16g
Cây xấu hổ (trinh nữ): 16g
Lá vông khô: 16g
Lá dâu khô: 16g
Các vị trên sao thơm, đổ 3 bát nước sắc còn 1 bát chia làm 2 lần uống vào buổi sáng và buổi chiều. Nếu uống vào buổi sáng gây buồn ngủ thì có thể uống vào buổi chiều, 30 phút sau bữa ăn tối.

Bài 2
Củ bình vôi (thái mỏng, sao vàng): 06g
Tâm sen (sao vàng): 06g
Chè vằng (sao vàng): 06g
Cho vào ấm rồi cho nước sôi vào như uống trà.

Khi nào thì cần đến bác sỹ

1. Nếu tình trạng yếu mệt kéo dài hoặc nặng thêm.
2. Quá căng thẳng hoặc mất ngủ kéo dài.

Ghi nhớ

Chỉ nên dùng thuốc an thần, gây ngủ theo đơn của bác sỹ.

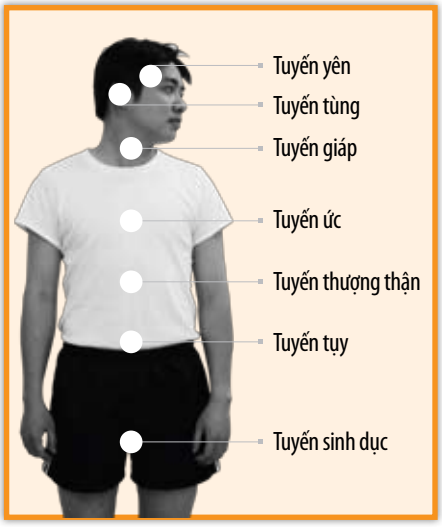
Nguồn: Sổ lịch Chăm sóc Người có HIV.
Viện Nghiên cứu Phát triển Xã hội. 2005.

SUỐI NGUỒN TƯƠI TRẺ

BÀI TẬP TĂNG CƯỜNG THỂ LỰC

Tập luyện và hoạt động thể lực là phương pháp tự chữa trị rất có lợi cho NCH. Ai cũng biết, có sức khỏe là có tất cả. Sau đây là bài tập mà nhiều bạn có HIV đã áp dụng và thấy rất hiệu quả.

7 trung tâm năng lượng của cơ thể đóng ở 7 tuyến nội tiết:



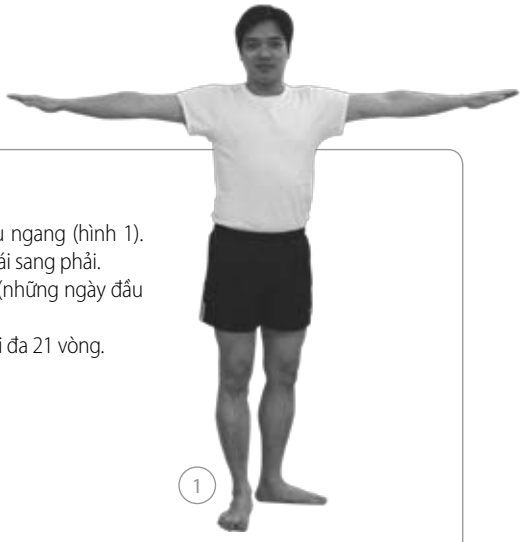
Các trung tâm năng lượng này chuyển động xoáy với vận tốc rất lớn. Khi tất cả các trung tâm này đều chuyển động nhanh và cùng một tốc độ, cơ thể sẽ ở trong một trạng thái hoàn hảo. Khi một hoặc nhiều trung tâm này chuyển động chậm đi, cơ thể sẽ bắt đầu quá trình lão hóa và sức khỏe sẽ bắt đầu giảm sút.

5 thức tập trong bài tập này sẽ giúp bạn:

- Chống lão hóa, trẻ mãi.
- Khỏe và linh hoạt.

Điều này có đúng không? Xin các bạn tập thử 1 tháng rồi sẽ rõ.

Nguồn: Sổ lịch Chăm sóc Người có HIV. Viện Nghiên cứu Phát triển Xã hội. 2005.
Ảnh: Hoài Thanh

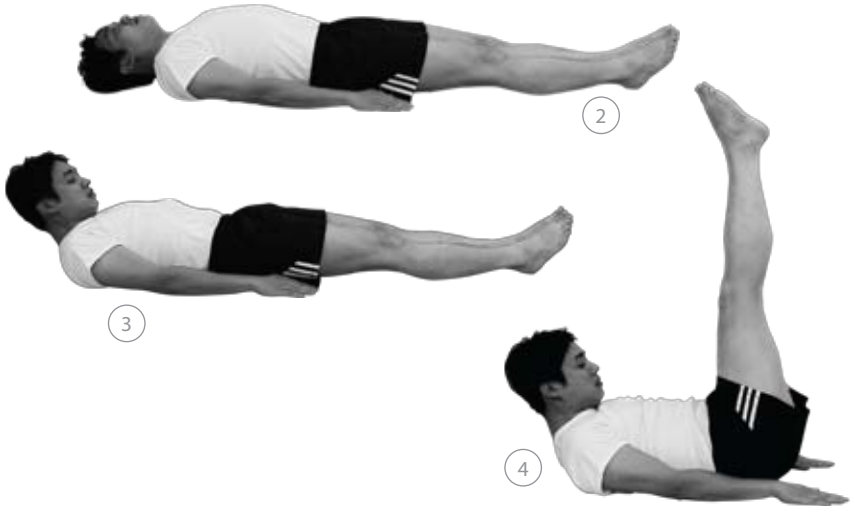


Thức thứ nhất

- Bạn đứng giang thẳng 2 tay theo chiều ngang (hình 1). Sau đó xoay tròn theo kim đồng hồ từ trái sang phải.
- Khi cảm thấy hơi chóng mặt thì ngưng (những ngày đầu mới tập khoảng 3 - 6 vòng).
- Những ngày sau có thể nâng dần lên, tối đa 21 vòng.

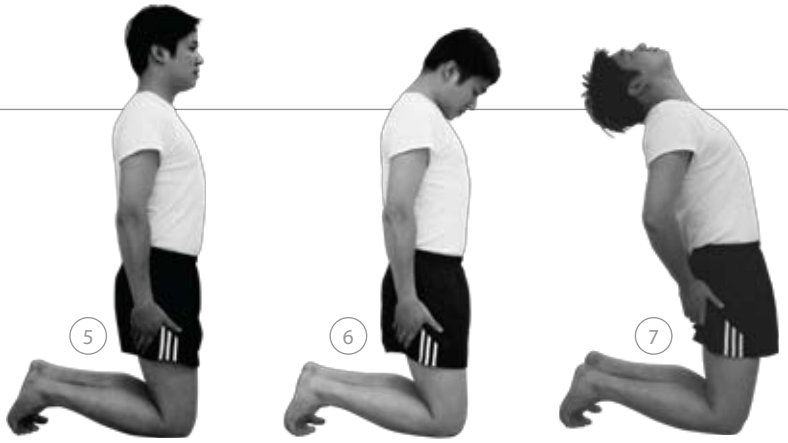
Thức thứ hai

- Bạn nằm dài trên 1 tấm thảm hoặc 1 tấm đệm bằng phẳng, duỗi lưng, thẳng người, hai cánh tay dọc theo hông, bàn tay úp xuống, các ngón tay sát vào nhau, bàn chân duỗi thẳng (hình 2).
- Nhấc đầu lên, thu cằm vào ngực đồng thời nhấc 2 cẳng chân lên đầu gối thẳng trong tư thế thẳng đứng, hít vào (hình 3).
- Từ từ thả đầu và hai cẳng chân xuống, đầu gối thẳng, thở ra (hình 4).
- Những ngày đầu có thể làm từ 3 đến 6 lần, tăng dần sau đó, tối đa là 21 lần/ngày.



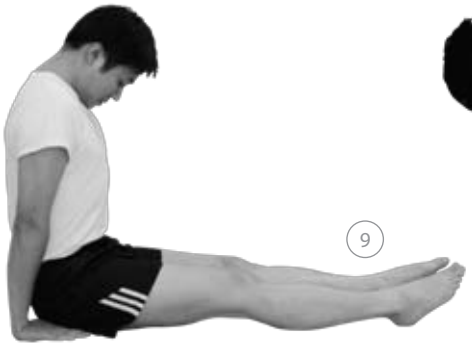
Thức thứ ba

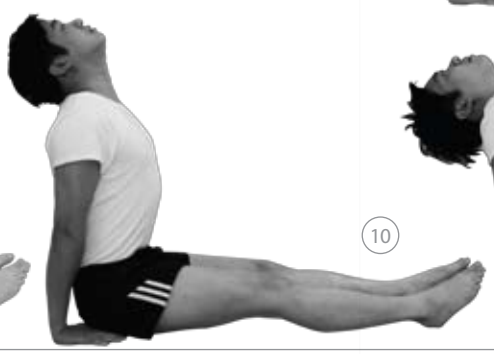
- Bạn quỳ gối trên sàn và giữ cho thân mình thẳng đứng, hai tay áp sát vào đùi (hình 5).
- Cúi đầu, thu cằm vào ngực (hình 6).
- Nghiêng đầu và cổ về phía sau càng xa càng tốt, đồng thời ngả người ra sau cong hẳn cột sống, hít vào (hình 7).
- Quay về tư thế thẳng đứng, thở ra.
- Những ngày đầu tập từ 3 đến 6 lần, sau tăng dần, tối đa 21 lần/ngày.



Thức thứ tư

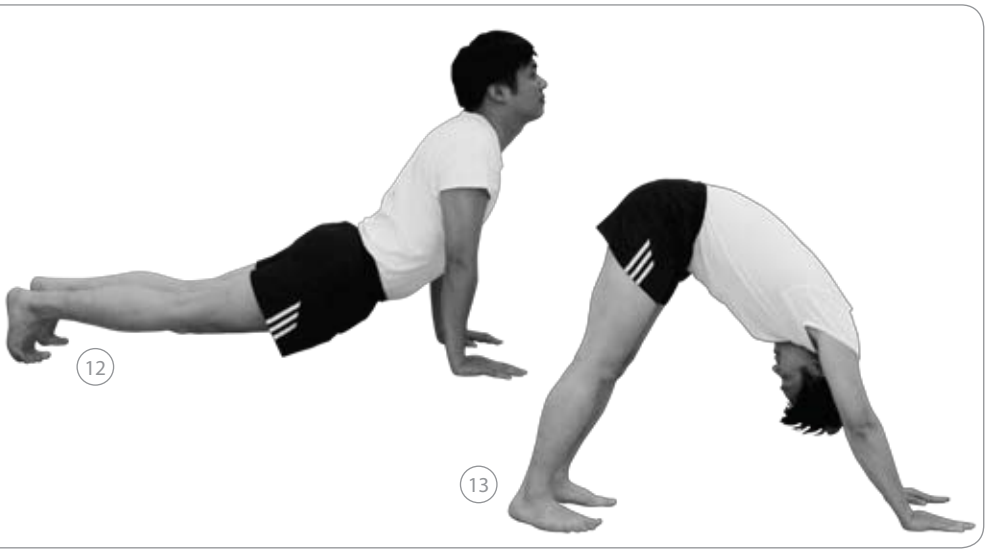
- Bạn ngồi trên sàn nhà, 2 chân duỗi ra phía trước (hai bàn chân cách nhau 20 cm), 2 gan bàn tay úp xuống sàn, dọc theo mông (hình 8). Cúi đầu, thu cằm vào ngực (hình 9).
- Ngả đầu ra phía sau càng xa càng tốt, đồng thời nhấc mình lên sao cho đầu gối cong lại và 2 cánh tay thẳng đứng (hình 10,11), hít vào. Ở tư thế này thân mình song song với sàn nhà thẳng góc với 2 cánh tay và 2 cẳng chân. Các cơ bắp của cơ thể gồng căng.
- Trở lại tư thế ban đầu (thở ra).
- Bạn hãy thư giãn các cơ bắp và nghỉ một lúc trước khi lập lại các động tác của thức này.
- Những ngày đầu có thể tập từ 3-6 lần, sau đó tập tăng dần tối đa 21 lần/ngày.





Thức thứ năm

- Thân hình của bạn hướng xuống đất, hai bàn tay chống xuống sàn; gan bàn tay áp xuống sàn các ngón cong lại. Cho thân mình ở trong tư thế lún xuống. Rồi ngả đầu ra phía sau càng xa càng tốt (hình 12).
- Đưa thân mình lên trên tạo thành hình chữ V ngược. Đồng thời đưa cằm áp sát vào ngực, hít vào (hình 13).
- Trở lại tư thế (hình 12), thở ra.
- Lần đầu có thể tập từ 3 – 6 lần, sau đó nâng dần lên tối đa 21 lần/ ngày.



"MỘT NGÀY BÊN NHAU" VỚI TĂNG NI CHÙA DIỆU GIÁC

Ngày 14/3/2009, tại Chùa Tăng Hội thị trấn Trảng Bom, huyện Trảng Bom, tỉnh Đồng Nai, các tăng ni đến từ Phòng tư vấn và Hỗ trợ cộng đồng Chùa Diệu Giác (PTVHTCĐ-DG) 177 đường Trần Não, phường An Bình, Quận 2 Tp. Hồ Chí Minh đã tổ chức buổi tu thiền với chủ đề "Một ngày bên nhau" cho 30 thân chủ là NCH và thân nhân của họ hiện đang sống trên địa bàn tỉnh Đồng Nai.

Mọi người dâng hương nơi chánh điện Chùa Tăng Hội để cầu nguyện cho những người có HIV/AIDS và thân nhân của họ có thêm sức mạnh để cùng sống chung với căn bệnh thế kỷ. Sau lễ cầu nguyện là bài thực tập tu thiền nhằm giúp các thân chủ có thể quán xuyến được cơ thể của mình từ hơi thở tới bước đi, lời nói hay cách làm chủ tinh thần.

Cuối buổi sáng, các thân chủ đã đưa ra những câu hỏi kín và được quí sư thầy, sư cô tập hợp lại để buổi chiều cùng nhau chia sẻ.

Buổi chiều, bắt đầu từ 13 giờ 30 phút mọi người tập trung và cùng vui chơi với những trò chơi đem lại những tiếng cười thật thoải mái nhưng cũng mang tính giáo dục cao do chính những người đang sống chung với HIV góp vui. Sau khi thư giãn, các thân chủ cùng quí sư thầy, sư cô đã thảo luận và chia sẻ về những câu hỏi, vướng mắc mà thân chủ gặp phải trong cuộc sống theo hướng giải quyết tích cực cho các thân chủ để cùng nhau học hỏi. Cuối buổi sinh hoạt, các thân chủ còn được quí sư thầy, sư cô tặng quà, món quà tuy nhỏ nhưng đầy ý nghĩa với mỗi thân chủ vì đó là xã hội vẫn đang quan tâm, chia sẻ và cảm thông với họ.

Buổi sinh hoạt "Một ngày bên nhau" đã phần nào làm vơi đi nỗi buồn phiền, mặc cảm của thân chủ, mọi người cùng vui chơi, cùng chia sẻ mà không phải lo sợ bị phân biệt đối xử. Sự quan tâm, chăm sóc tận tình của các tăng ni cùng những chia sẻ của người cùng cảnh ngộ đã giúp các thân chủ tự tin hơn, có thêm nghị lực vượt qua căn bệnh thế kỷ để sống có ích hơn cho bản thân, gia đình và xã hội.

Dương Văn Dũng
Nhóm Bạn và tôi Đồng Nai

Thêm một nhóm mới tại Tp. Hồ Chí Minh

Do nhu cầu phát triển, ngày 18/04/2009 nhóm Vì Ngày Mới đã tách ra thành nhóm Vì Ngày Mới 1 và Vì Ngày Mới 2. Nhóm Vì Ngày Mới 1 có trụ sở tại số 2 Nguyễn Văn Lịch. P. Linh Tây, Q. Thủ Đức (điện thoại: 0988515744), trưởng nhóm là Vũ Hồng Tứ, phó trưởng nhóm là Nguyễn Đại Thắng. Nhóm Vì Ngày Mới 2 có trụ sở tại 54/12 Đường 36, P. Linh Đông, Q. Thủ Đức (điện thoại: 0908333420), trưởng nhóm là Trần Nguyễn Ngọc Quyên, phó trưởng nhóm Nguyễn Hoàng Phương Thanh. Cả hai nhóm vẫn giữ tôn chỉ, mục đích hoạt động là: Nâng cao chất lượng sống toàn diện cho NCH với các hoạt động chính: Tiếp cận, tư vấn, chuyển gởi, chăm sóc tại nhà cho NCH, ngoài ra nhóm còn có các sinh hoạt định kỳ có chủ đề và các hoạt động khác cùng Mạng lưới các nhóm tự lự phía Nam (SPN+).

Quyên Trần

Lớp tập huấn Safe Wat

Ngày 29/4/2009 tại TP Hồ Chí Minh đã diễn ra lớp tập huấn về Safe Wat (Chương trình cấp phát miễn phí dung dịch làm sạch nước) đầu tiên tại Tp. Hồ Chí Minh. Lớp tập huấn được sự tài trợ của PSI và do Mạng lưới các nhóm tự lự phía Nam (SPN+) đứng ra tổ chức. Tham gia lớp tập huấn có 25 thành viên đến từ các nhóm thuộc SPN+, Chương trình AIDS, phòng hồi gia Quận 1, đại diện TTYT Dự Phòng An Giang và các nhóm tự lực ở Cần Thơ.

Giai đoạn 1 của dự án bắt đầu từ Tháng 07/2008 đến 01/2009 và giai đoạn 2 từ 04/2009 đến 09/2009. Giai đoạn 2 PSI có triển khai đẩy mạnh việc cấp phát dung dịch Safe Wat đến với đúng đối tượng là những người sống chung với HIV và những gia đình bị ảnh hưởng bởi HIV. Nhà tài trợ PSI cũng mong muốn Safe Wat sẽ được người sử dụng dùng đúng mục đích.

Sau khóa tập huấn học viên hiểu rõ hơn về Safe Wat với sản phẩm làm sạch nước giúp loại bỏ vi khuẩn gây tiêu chảy, lỵ và một số vi khẩn gây bệnh đường ruột – loại bệnh mà NCH rất hay gặp phải.

Quyên Trần

Thái Bình: Giao lưu với học viên tại trung tâm 06

Tối 30/4 tại hội trường Trung tâm 06 đã diễn ra đêm giao lưu phòng chống AIDS giữa học viên Trung tâm 06 với nhóm VNMTS Thái Bình và Đoàn thanh niên phường Lê Hồng Phong - Tp. Thái Bình. Tới dự đêm giao lưu có đại diện Sở y tế Thái Bình, TTPC AIDS Thái Bình. Những tiết mục văn nghệ, tiểu phẩm và hài kịch truyền thông của nhóm trong đêm giao lưu đã giúp các học viên có thêm kiến thức về dự phòng lây nhiễm HIV, sống tích cực, quyết tâm cai nghiện, không bi quan, mặc cảm và tự tin hòa nhập cộng đồng.

Bùi Thị Biển

Tọa đàm "Tuyên truyền về tác hại của ma túy"

Sáng ngày 7/5/2009, 12 thành viên của Vì ngày mai tươi sáng Bắc Ninh 1 đã tham dự tọa đàm "Tuyên truyền về tác hại của ma túy". Tại đây, nhóm đã chia sẻ về những hoạt động mà nhóm đang thực hiện, với khó khăn, thuận lợi. Đồng thời đưa ra những kiến nghị với các cấp lãnh đạo, cơ quan chức năng nhằm tạo nên sự đồng thuận trong quy định, chính sách để tạo thuận lợi cho các hoạt động giảm tác hại và đẩy mạnh công tác tuyên truyền về tác hại của ma túy, giảm kỳ thị phân biệt đối xử với NCH...

Phúc Tình

Phụ nữ có H ngày càng được quan tâm nhiều hơn

Từ ngày 4 - 12/03/09, Trung tâm Nâng cao Chất lượng Cuộc sống phối hợp cùng mạng lưới Tình bạn Thống nhất phía Nam tổ chức 5 lớp tập huấn cơ bản về giới cho trên 100 phụ nữ có H. Đây là hoạt động nằm trong dự án "Lồng ghép Giới trong dịch vụ chăm sóc và điều trị: Đáp ứng nhu cầu của phụ nữ sống với HIV/AIDS tại Việt Nam" đang được triển khai tại Hải Phòng và Tp. Hồ Chí Minh. Các lớp tập huấn đã cung cấp kiến thức cơ bản về Giới và Quyền con người cho phụ nữ có H.

Nhóm Tình Bạn 1

Tin vắn

Ngày 11 - 14/5, tại Hà Nội đã diễn ra lớp tập huấn về kỹ năng tư vấn cho tiếp cận viên nhóm "vợ, bạn tình của người sử dụng ma tuý". Tham gia lớp tập huấn có 20 thành viên đến từ Hà Giang, Lạng Sơn và Hà Nội. Trong 4 ngày tập huấn, các học viên được cung cấp các kỹ năng cơ bản về tư vấn tâm lý, đồng thời cũng được giao lưu, chia sẻ những trải nghiệm trong cuộc sống của bản thân. Sau khóa tập huấn, các học viên của Hà Giang và Lạng Sơn còn tham dự buổi sinh hoạt nhóm định kỳ của 2 quận Hoàng Mai và Long Biên.

Khánh Phương

Ngày 21 - 25/4 tại Điện Biên, TT phát triển cộng đồng đã tổ chức khóa tập huấn về kỹ năng truyền thông tại cộng đồng cho 21 NCH là thành viên của CLB Tia nắng mới tỉnh Điện Biên. Khóa học nhằm truyền đạt những kỹ năng phát triển nhóm, giúp các thành viên tham gia có đủ những kiến thức cơ bản về truyền thông. Sau khóa tập huấn nhóm sẽ phối hợp cùng Trung tâm phát triển cộng đồng làm công tác truyền thông như chia sẻ kiến thức, truyền thông thay đổi nhận thức của người dân về HIV/AIDS tại các xã của dự án.

Nhóm Điện Biên

Ngày 30 - 31/3/2009, Sở Y tế Hải Phòng phối hợp cùng Tổ chức Dịch vụ dân số quốc tế (PSI) tổ chức khóa học về tiếp cận và truyền thông với người sử dụng ma túy đang tiêm chích cho nhân viên tiếp cận cộng đồng của 2 dự án Sống Đẹp và DFID. Chủ đề khóa học là Chương trình "Phá vỡ chu kỳ" với thông điệp truyền thông "H - I - T". Trong đó, H (Help): người tiêm chích không giúp người nghiện hút chích mũi tiêm đầu tiên; I (Inject): người tiêm chích không chích trước mặt người nghiện hút, T (Talk): người tiêm chích không nói về những tiện lợi của việc chích ma túy như: phê hơn, nhanh hơn, rẻ hơn... cho người nghiện hút. Sau khóa học, những nhân viên tiếp cận cộng đồng sẽ lồng ghép thông điệp "H - I - T" cho khách hàng trong công việc hằng ngày của mình.

Nguyễn Thành An - ML Tinh Thần

Từ tháng 4/2009, Trung tâm PC AIDS Tp. Nha Trang, Khánh Hòa đã triển khai điều trị OPC cho trẻ có HIV tại 31 Lê Thành Phương, Nha Trang. Tại đây, trẻ sẽ được khám và điều trị nhiễm trùng cơ hội, kiểm tra CD4, điều trị ARV hoàn toàn miễn phí.

Thu Nguyệt - CLB Niềm Tin Nha Trang

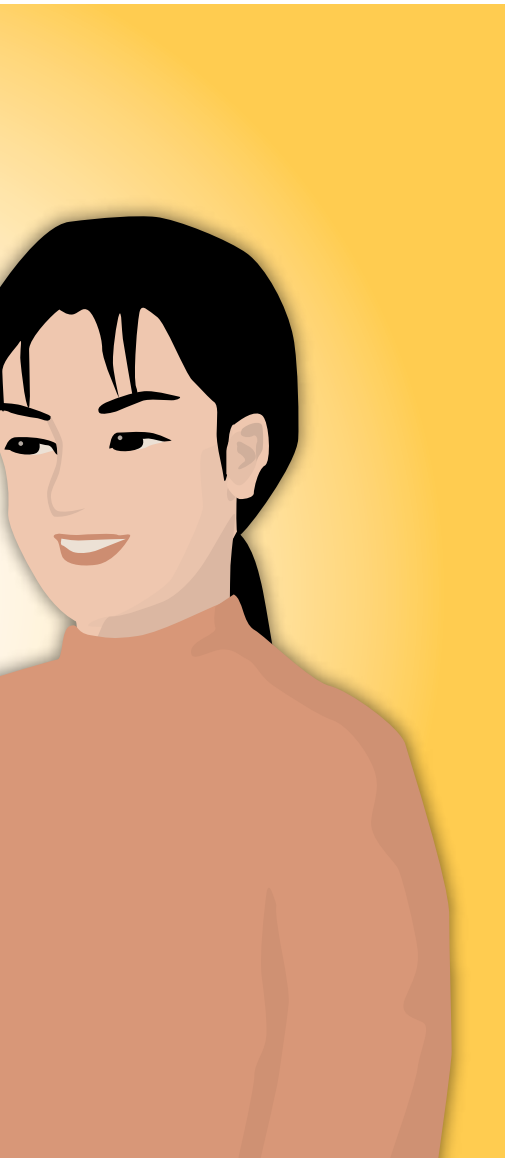
Những mảnh ghép kỳ diệu

Những mảnh đời bất hạnh tưởng rằng sẽ không còn ý nghĩa gì nữa. Vậy mà khi được ghép lại với nhau, chúng lại trở nên kỳ diệu vô cùng không chỉ đối với mỗi cá nhân mà còn với cả với cộng đồng.

Kể từ ngày chồng tôi qua đời, tôi rất hoang mang và lo lắng rằng không biết lúc nào sẽ đến lượt mình đây? Chồng tôi vì tiêm chích ma tuý nên vô tình mắc căn bệnh AIDS từ lúc nào không hay và tôi cũng lây bệnh từ chồng. Chúng tôi chỉ có một sự may mắn lớn, đó là đứa con trai khỏe mạnh. Khi mang bầu, tôi xét nghiệm HIV và có kết quả là (+). Tôi đã tìm sách báo để đọc và không ngần ngại tìm đến các địa chỉ tư vấn có chất lượng để hỏi sau đó áp dụng các biện pháp "dự phòng lây truyền từ mẹ sang con". Nhờ đó, con trai của tôi hiện nay 3 tuổi có kết quả xét nghiệm (-) với HIV. Tôi coi đó chính là thành công bước đầu của tôi để chiến thắng căn bệnh này. Tiếp theo đó tôi được tuyển chọn vào đội ngũ giáo dục viên đồng đẳng tham gia sinh hoạt CLB người nhiễm. Ngày đầu tiên đến CLB cũng là ngày tôi quen anh. Rồi một khoá tập huấn 3 ngày về HIV/AIDS và thật là trùng hợp tôi và anh cùng có tên trong danh sách. Qua những ngày học tập tìm hiểu về HIV chúng tôi hiểu nhau hơn. Và chúng tôi quyết định xây đắp lên một ngôi nhà mới, một niềm hạnh phúc mới. Tôi giúp anh cai nghiện và đã thành công.

Thời gian sau đó, hằng ngày tôi và anh đến các bệnh viện có phòng điều trị cho bệnh nhân có H. Thông qua bác sỹ điều trị, tôi với anh tiếp xúc với người có H để thăm hỏi động viên những bạn đó cố gắng phấn đấu để dành lại sự sống cho mình. Ngoài ra chúng tôi cũng đến nhà thăm hỏi, chia sẻ cuộc sống hằng ngày. Chúng tôi tìm hiểu nhiều hơn về HIV/AIDS thông qua các buổi tập huấn và tài liệu rút kinh nghiệm từ thực tế. Bên cạnh đó chúng tôi còn nhận BKT từ dự án để phát và tuyên truyền cho những người nghiện chích ma tuý thay đổi hành vi để phòng lây nhiễm HIV cho họ và cho cộng đồng, giúp đỡ các bạn cai nghiện ma tuý... Từ đó tôi thấy anh vui vẻ hơn và những việc làm đó đã giúp anh đoạn tuyệt được với ma tuý.

Trong một thời gian ngắn, chúng tôi đã giúp đỡ rất nhiều bạn cùng cảnh với mình đi xét nghiệm HIV và giới thiệu đến phòng khám ngoại trú để điều trị ARV. Bên cạnh đó chúng tôi không ngừng học hỏi nâng cao kiến thức của



mình, để giúp ích cho cộng đồng nhiều hơn nữa. Và giờ đây tất cả các bạn có nghi ngờ mình bị nhiễm HIV và các bạn có H đều tìm đến với chúng tôi để chia sẻ và nhờ giúp đỡ. Chúng tôi thật sự thấy vui và hạnh phúc khi biến bất hạnh của mình trở thành động lực lớn cho cuộc sống bản thân và giúp ích được cho cộng đồng.

Nguyễn Minh Len
CLB thân thiện TP Thanh Hoá

Vượt lên chính mình

Xóm lưới là một xóm nằm ven sông Bình Thuỷ, Cần Thơ, có một gia đình nằm trong một con hẻm rất nhỏ chỉ qua được một chiếc xe máy. Gia đình này có 6 thành viên nhưng chẳng may đã có hơn 2 người nhiễm HIV.

Vợ chồng T và P trước đây vì ham chơi nên đã sa vào con đường tiêm chích và nay mang trong mình căn bệnh thế kỷ. T đang bị lao nặng, tràn dịch màng phổi, CD4 chỉ còn "năm mươi mấy", còn cô vợ là P cũng sụt cân trầm trọng.

Vào thời điểm đấy gia đình họ thật sự lâm vào bế tắc, những người bệnh thì sống được ngày nào hay ngày đấy, bà mẹ già không có việc làm chỉ biết ôm nỗi buồn phiền vì con đứa thì bệnh nặng, đứa thì mất. Hàng ngày nhìn đứa cháu nội mà đau lòng, bà nghĩ cuộc đời các con bà coi như chấm hết!

Họ cứ sống buông trôi như thế cho đến khi một bất ngờ đã xảy đến với cặp vợ chồng T và P là P đã có thai. Sự việc này khiến hai vợ chồng quyết tâm làm lại cuộc đời vì... đứa con sắp chào đời của mình. Hai vợ chồng tự cai nghiện tại nhà và P thì đi khám thai để được uống thuốc dự phòng lây truyền HIV từ mẹ sang con. T thuê xe để chạy xe ôm, P bán vé số. Họ kiếm tiền để sống, để chờ ngày đứa con ra đời. Cuối cùng, P đã sinh được một bé trai thật kháu khỉnh để thương. Bé được uống thuốc dự phòng và được cấp sữa uống trong thời gian mới sinh để tránh lây nhiễm HIV từ mẹ sang con. Hai vợ chồng rất vui vẻ: *"Tụi con cực khổ thế nào cũng được miễn sao con con được mạnh khoẻ"*. Và niềm hạnh phúc lớn lao cũng đến với họ: 18 tháng sau khi xét nghiệm đứa bé có kết quả âm tính với HIV.

Kể từ lúc đó hai vợ chồng T - P luôn cố gắng hết sức mình để sống tốt, sống tích cực, kiếm tiền lo cho con. Hiện nay T là tình nguyện viên của nhóm chăm sóc NCH và được hỗ trợ của Chi cục phòng chống tệ nạn xã hội cho vay một số vốn để mua xe hành nghề xe ôm. Cũng có lúc tiền chạy xe lo hết cho vợ con, tới lúc xe hư thì không có tiền sửa, T đành phải chạy đến chi cục phòng chống tệ nạn xã hội để vay. May mắn cho T, khi chị Phượng - Chi cục trưởng có quan điểm rất chí tình: *"Khi T đã quyết định làm lại cuộc đời và chí thú làm ăn, tại sao lại không giúp!"* Nhờ đó, cuộc sống của vợ chồng T đã khấm khá dần lên. Hiện nay, T đã mua được chiếc ghe để hành nghề mua bán ve chai bằng đường sông. Cuộc sống khá ổn định, đứa con thì mập mạp dễ thương, hai vợ chồng T - P tâm sự: *"Nếu như không có con, hai vợ chồng tôi có khi đã chết từ lâu rồi. Bây giờ mới thấy được cuộc sống có ý nghĩa và như từ cõi chết trở về!"*

"Nếu như không có con, hai vợ chồng tôi có khi đã chết từ lâu rồi. Bây giờ mới thấy được cuộc sống có ý nghĩa và như từ cõi chết trở về!"

Dương Ngọc

NẮNG TƯƠI HỒNG cho "chị Năm" và "cháu cô Ba"

Ảnh: Minh Khải

LIÊN MINH NIỀM TIN & 567
CÂU LẠC BỘ NIỀM TIN ĐẤT MŨI
PHƯƠNG ÁN NUÔI CÁ PHI ĐÀI LOAN THÂM CANH
TRẦN MINH KHẢI
QUẢN LÝ CHĂN NUÔI LIÊN MINH NIỀM TIN & 567
ĐT: 0918.364625

Hy vọng nuôi cá sẽ tăng thêm thu nhập cho các thành viên trong CLB.

Câu lạc bộ (CLB) Niềm tin Đất Mũi là một CLB của NCH và thân nhân tại Tp. Cà Mau. Được chính quyền địa phương ra quyết định thành lập, cho phép được dùng con dấu riêng nên CLB có khá nhiều thuận lợi về mặt pháp lý. Thế nhưng tài chính thì vẫn phải tự lo. Ngoài những suất tuyên truyền viên đồng đẳng được phụ cấp và hỗ trợ, các thành viên khác trong CLB phải vận dụng khả năng lao động, sáng tạo để kiếm sống.

Từ khi liên minh với nhóm 567 Vũng Tàu (4/2008), nhiều ý tưởng và cách làm mới được hình thành. Thuê ao thả cá để kiếm thu nhập và có công việc làm cho các "chị Năm" (nữ bán dâm) và "con cháu cô Ba" (người nghiện ma tuý).

Trăn trở nhiều tháng cuối cùng câu lạc bộ quyết tâm tiến hành việc thuê ao nuôi cá. Ao nằm ở Khu 6 Hải Ngư, huyện Vĩnh Châu, tỉnh Sóc Trăng. Ao có diện tích hơn 1.500 m^2. Gom góp nhiều nguồn và được nhóm 567 Vũng Tàu hỗ trợ thêm về tài chính, nhân sự CLB Hy vọng đã có thể trả tiền thuê ao với giá thuê 3 triệu/năm.

CLB đã thả xuống ao 10.000 con cá rô phi giống (loại 400con/kg). Theo dự trù thì sau 6 tháng CLB sẽ thu được hơn 1.500 kg cá thương phẩm và bán được từ 20 triệu đến 25 triệu. Giờ được hơn 4 tháng, cá đã lớn thấy rõ (độ 3, 4 ngón tay người lớn). Cá ăn nhiều hơn nên anh chị em trong CLB cũng phải cố gắng nhiều hơn trong việc tìm kiếm thức ăn cho cá như đi xin cơm thừa về làm thực phẩm cho cá ngoài các thức ăn chế biến cơ bản.

Dự kiến của anh chị em trong CLB là nếu đợt cá này suôn sẻ cho kết quả tốt, CLB sẽ nuôi cua biển trong đợt tới. Bên cạnh niềm vui lao động, CLB còn có điều phấn khởi là 2 bạn mới đi cai nghiện về đã có môi trường tốt để thực hiện hậu cai và 2 thành viên nữ khác rời trung tâm giáo dục lao động xã hội về cũng có công việc để làm lại cuộc đời.

Lãnh đạo CLB Hy vọng rất lạc quan: dù khó khăn còn nhiều do sức khoẻ và tài chính eo hẹp nhưng một lối đi đã mở: chăn nuôi để tăng thu nhập cho thành viên CLB ngoài thời gian làm tuyên truyền viên đồng đẳng cho các dự án.

Trần Minh Khải

Đêm giao lưu "Chung tay thắp sáng niềm tin"

Màn trình diễn của hai cha con anh Hiển trong đêm giao lưu đã khiến người xem thật sự xúc động.

Tối 26/4/2009 Trung tâm hỗ trợ cộng đồng Vạn Hoa, xã Đông Xá, Vân Đồn, Quảng Ninh, đã phối hợp cùng với Đoàn thanh niên xã Đông Xá và Trung đoàn 242 tổ chức đêm giao lưu văn nghệ "Chung tay thắp sáng niềm tin". Đêm diễn đã được tổ chức tại sân UBND, đến dự có: Ông Đinh Dương Hoàn - phó chủ tịch UBND xã Đông Xá, ông Hoàng Văn Liên - Chủ nhiệm Trung tâm hỗ trợ cộng đồng Vạn Hoa, ông Phạm Văn Bình - Bí thư đoàn thanh niên xã, bà Lê Thị Na - Chủ tịch hội phụ nữ xã và các bí thư chi bộ, trưởng các thôn thuộc xã, giáo viên tiểu học, cùng với hơn 300 người dân.

Các tiết mục văn nghệ do Trung đoàn 242, Đoàn thanh niên xã và các em trường tiểu học xã biểu diễn rất đặc sắc. Ánh mắt của tất cả những người có mặt đêm diễn đều hướng lên sân khấu khi hai bố con anh Thế Hiển và Đình Luân biểu diễn bài Dấu chấm hỏi của nhạc sĩ Thế Hiển. Bé Đình Luân nhập vai rất đạt làm cho những người có mặt buổi tối ngày hôm đó không khỏi xúc động. Những ánh mắt chia sẻ, đâu đó có những giọt nước mắt cảm thông cho số phận của em bé trong bài hát. Tiếp sau bài hát là những câu hỏi liên quan đến HIV/AIDS của ban tổ chức dành cho khán giả, trình diễn thời trang bao cao su, bơm kim tiêm, nhằm chuyển tải thông điệp tới khán giả "An toàn trong quan hệ tình dục và an toàn trong tiêm chích".

Đêm diễn đã khép lại, nhưng những ấn tượng sâu sắc đã để lại trong lòng người xem. Các ban ngành, đơn vị và mỗi cá nhân cần sẻ chia với những mảnh đời bất hạnh để không còn hình ảnh của những đứa bé vô tội đi xin từng hạt cơm rơi.

VNMTS Vân Đồn

Cùng Phòng chống HIV/AIDS

Đã lâu rồi HIV/AIDS
Đại dịch làm nhân loại phải lo
AIDS nay đã có ARV
Thuốc anh phải uống, phải uống đúng giờ
Sức khoẻ tăng dần kéo dài tuổi xuân

Chị em mình một lòng kiên quyết
Nhắc nhở nhau phòng tránh HIV
Mại dâm, ma tuý lánh xa
Quyết tâm xa lánh, quyết tâm phòng ngừa
Ai ơi nhớ rằng: hạnh phúc gia đình
Một vợ một chồng, vợ chồng thuỷ chung
Đừng để chết vì không hiểu biết
Hãy cùng nhau phòng tránh AIDS đi
Tránh xa tình dục không bao
Nhớ thêm đường máu, mẹ truyền sang con
Ai ơi nhớ rằng: một vợ một chồng là ngừa HIV

AIDS đến rồi mau chèo mau chống
Để bà con ta tránh lây lan
Bệnh chưa có thuốc có thang
Cũng chưa tiêm chủng ối a! dự phòng
Không có cách nào chỉ có cách này:
Đó là cùng nhau thông tin.

Tôi viết bài thơ này xin gởi tặng Đặc san. Mong rằng bài thơ ngày nào đó sẽ được đăng. Xin cám ơn rất nhiều.

Dương Thanh Phong
Câu lạc bộ Niềm tin Cai Lậy

NCH sinh con
Nhu cầu và thực tế

Ngày càng có nhiều NCH tìm đến cán bộ tư vấn hỗ trợ tâm lý xã hội cho NCH tại khoa truyền nhiễm, bệnh viện Đống Đa (Hà Nội) chia sẻ nhu cầu muốn sinh con, tìm hiểu những dịch vụ hỗ trợ sinh sản cho NCH, tìm kiếm những thông tin cần thiết cho bản thân mình trước khi có một quyết định quan trọng.

B.S Đỗ Quan Hà, Trưởng phòng Nghiên cứu và Đào tạo (BV Phụ sản TW), đang giới thiệu phác đồ điều trị dự phòng lây truyền từ mẹ sang con.

Có con, một nhu cầu - nhiều lý do

Những người có nhu cầu sinh con đều đưa ra rất nhiều lý do khiến họ mong muốn có con. Có người muốn có con vì không chịu được sức ép của hai bên gia đình, có người muốn có con để đảm bảo hôn nhân, có người muốn có con vì "thấy bạn bè có thì cũng muốn có", có người sinh con để "hưởng thừa kế" của ông bà, có người muốn có con để chứng minh sự chung thuỷ của mình với vợ/chồng...Và tất nhiên, trong số đó có rất nhiều người muốn có con vì bản thân mình thực sự muốn có.

Khi làm việc với cán bộ tư vấn, hỗ trợ tâm lý , những NCH có điều kiện để suy nghĩ và trả lời những câu hỏi như

1. Điều gì khiến anh/chị nghĩ về việc sinh con trong thời điểm hiện tại?
2. Quan điểm của vợ/chồng hay người thân của anh/chị về vấn đề này như thế nào?
3. Còn lý do nào khác, ngoài lý do nhiễm HIV, ảnh hưởng đến quyết định có con của hai người trong thời gian hiện tại?
4. Hiện nay, anh có biết ai cùng mong muốn như anh/chị không? nếu biết, anh/chị có thể chia sẻ thêm về các giải quyết vấn đề sinh con của người đó?
5. Anh/chị đã nghĩ đến những cách thức

khác để có thể có con chưa: ví dụ như thụ tinh nhân tạo? hay xin tinh trùng của một người khác?

6. Nếu anh/chị quyết định mạo hiểm có con và vợ của anh cũng bị nhiễm HIV và ốm đau thì ai sẽ chăm sóc cho con?
7. Nếu vợ chồng anh/chị quyết định sinh con, anh/chị đã có sự chuẩn bị như thế nào về kinh tế, sức khoẻ?
8. Anh/chị đã có cháu nào chưa, tình trạng sức khoẻ hiện nay của cháu ra sao?

Việc trả lời những câu hỏi này sẽ giúp cho NCH xác định đó là nhu cầu là của ai để tránh việc có con là "do nhu cầu của một người khác" như để thoả mãn nhu cầu của gia đình hay để giải toả những áp lực đối với những NCH nhưng chưa công khai tình trạng HIV của mình, hay đó chỉ là một nhu cầu "theo nhóm bạn bè"... và đồng thời nó cũng giúp NCH nhận thức được mức độ sẵn sàng thực hiện mong ước và nhu cầu này của chính họ.

Ý kiến chuyên gia

Do số lượng NCH chia sẻ về nhu cầu thực sự muốn có con khá lớn, vì vậy ISDS đã tổ chức những buổi tư vấn nhóm cho những cặp vợ chồng có nhu cầu.

Trong quá trình tư vấn, các bác sỹ đều khẳng định: việc sinh con đối với NCH là một điều hoàn toàn có thể khi các cặp vợ chồng đã sẵn sàng về kinh tế, sức khoẻ, điều kiện chăm sóc, nuôi dưỡng... Theo ý kiến của B.S Trần Quốc Tuấn (BV Đống Đa), với những trường hợp NCH đang sử dụng ARV thì trước khi sinh con hai vợ chồng cần xem xét một số chỉ số lâm sàng như CD4, tải lượng vi rút, nếu CD4 càng cao, tải lượng vi rút càng thấp thì khả năng lây nhiễm sang cho con càng ít. Các bác sỹ cũng có những hướng dẫn thêm cho trường hợp chỉ có chồng/vợ có HIV (+) và cả hai vợ chồng cùng có HIV (+).

Việc kết hợp điều trị ARV và các bệnh nhiễm trùng cơ hội khi mang thai và sinh đẻ cũng như những vấn đề liên quan đến điều trị dự phòng lây truyền HIV từ mẹ sang con cũng được thảo luận khá kỹ. Với những NCH là nữ đang sử dụng thuốc ARV – phác đồ có Enfaviren thì cần trao đổi với bác sỹ điều trị để thay đổi phác đồ điều trị trước khi quyết định có con. Trong quá trình thăm khám định kỳ, nếu NCH mong muốn có con thì cũng trao đổi trực tiếp với bác sỹ điều trị để bác sỹ có những điều chỉnh và hướng dẫn. Nhiều NCH quan tâm đến việc uống thuốc dự phòng lây truyền từ mẹ sang con từ tuần thứ 14 hay tuần 28, B.S Đỗ Quan Hà, Trưởng phòng Nghiên cứu và Đào tạo (BV Phụ sản TW) cho biết: từ năm 2008, phác đồ điều trị lây truyền mẹ con từ tuần thứ 28 là phác đồ điều trị được khuyến khích sử dụng bởi vì nếu so sánh với việc điều trị từ tuần thứ 14 thì việc điều trị từ tuần thứ 28 cũng đảm bảo hiệu quả và không mất quá nhiều chi phí, người mẹ không phải sử dụng quá nhiều thuốc làm ảnh hưởng đến sức khoẻ.

Dịch vụ hỗ trợ sinh sản cho NCH

Nhiều NCH bày tỏ lo lắng về việc tiếp cận dịch vụ hỗ trợ sinh sản cho NCH hiện nay. Những NCH cho biết họ không biết tìm đến đâu để được hỗ trợ, quy trình hỗ trợ ra sao, chi phí như thế nào, thái độ của bác sỹ... Đặc biệt có một số NCH đang tham gia hỗ trợ những chị em đồng đẳng còn chia sẻ thêm rằng khi đưa chị em đến tháng sinh vào một số bệnh viện lớn ở Hà Nội thì gặp phải khó khăn là các bác sỹ yêu cầu ký cam kết đồng ý thắt ống dẫn trứng (triệt sản) trước khi mổ đẻ. Trao đổi về vấn đề này, bác sỹ Hà chia sẻ, nếu NCH tìm đến phòng khám sản chung của những bệnh viện lớn thì sẽ gặp khó khăn vì tại các phòng khám này luôn trong tình trạng quá tải, hơn nữa việc cung cấp dịch vụ cho những NCH tại các phòng khám này còn chưa đáp ứng được nhu cầu. Vì vậy khi NCH có nhu cầu tiếp cận dịch vụ tại bệnh viện sản có thể tìm đến phòng tư vấn trước, lập hồ sơ tại phòng tư vấn, sau đó sẽ được chăm sóc, điều trị theo quy định của bệnh viện.

Về việc ký cam kết trước khi mổ đẻ, lời khuyên của các bác sỹ chuyên khoa là bệnh nhân cần phải bình tĩnh đọc kỹ cam kết trước khi mổ. Nếu bệnh nhân không đồng ý với việc thắt ống dẫn trứng thì không viết câu đó vào cam kết. Không có sự ràng buộc giữa việc ký cam kết trước khi mổ với việc bắt buộc phải đồng ý thắt ống dẫn trứng khi chưa có sự đồng ý của NCH.

Có thể thấy, nhu cầu có con là một nhu cầu chính đáng của những NCH. Với trên 130.000 NCH tại Việt Nam hiện nay thì vấn đề tư vấn, hỗ trợ cho NCH trong việc sinh con là công việc rất lớn của các bác sỹ điều trị, bác sỹ chuyên khoa, các nhân viên hỗ trợ tâm lý xã hội, và tất nhiên là cả những người hoạch định chính sách. Về phía NCH, hy vọng những thông tin trên đã phần nào giúp ích được cho các bạn, và các bạn có thể tự nhắc mình rằng: để thực hiện được nhu cầu và nhiệm vụ thiêng liêng này, chúng ta cần có thời gian để suy nghĩ, chuẩn bị thật kỹ lưỡng cho mình về sức khỏe, kinh tế, các điều kiện cần thiết để nuôi dưỡng một đứa trẻ lớn lên cũng như không ngừng tìm đến những dịch vụ hỗ trợ tâm lý xã hội, y tế, những bạn bè cùng cảnh ngộ để được chia sẻ và có thêm thông tin cho mình.

Mai Thị Việt Thắng

Nghiên cứu về Nhu cầu và Quyền sức khỏe tình dục và sinh sản của NCH ở Việt Nam do Viện nghiên cứu Phát triển Xã hội triển khai thực hiện vào tháng 3/2009.

Trong 2598 NCH tại 22 tỉnh, thành phố tham gia vào nghiên cứu, có **499 người (19.2%)** trả lời muốn có con hoặc muốn có thêm con. Và kể từ khi biết là mình có HIV có **438 người (16.9%)** đã mang thai hoặc làm người khác mang thai.

Có trên **300 người** là bạn đời hoặc bạn tình không có HIV của NCH tham gia vào nghiên cứu, trong đó gần **24%** cho biết muốn có con hoặc có thêm con, trên **20%** trả lời dự định sẽ có con hoặc có thêm con với người bạn đời có HIV.

THI ÂN
BẤT CẦU BÁO

Hễ thấy ai có dấu hiệu hoặc nguy cơ lây nhiễm HIV, Hải đều tìm đến la cà bắt chuyện rồi hướng dẫn họ đi tư vấn xét nghiệm. Giúp người không điều kiện nhưng không phải lúc nào cũng thuận lợi, đó là chưa kể có khi còn bị mắng mỏ tơi bời, nhưng Hải không hề nản chí sờn lòng, bởi vì cảm giác hoảng loạn suy sụp, không muốn chia sẻ cùng ai, Hải đã từng nếm trải, và cũng nhờ người bạn cùng cảnh ngộ đã kiên trì giúp anh thoát khỏi tâm trạng đen tối. Giờ đây, anh đã bình tâm, tính kiên trì nhẫn nại cũng chính là học được từ người bạn ấy.

Chỗ của Hải ở là một xã vùng biên giới Tây Nam. Người dân ở đây qua lại Campuchia dễ như đi chợ. Theo dấu họ, HIV cũng vượt đường ranh giới không mảy may trở ngại. Hết làng trên rồi xóm dưới, số người lây nhiễm mỗi ngày một đông, khiến cho Hải càng bận rộn hơn.

Còn nhớ một lần anh đến la cà nhà ông D, vận động ông D đi xét nghiệm vì mấy lúc gần đây ông D đau ốm liên miên, anh đã chẳng những không được đón tiếp niềm nở mà còn bị vợ ông D chửi như tát nước vào mặt với những lời vô cùng khiếm nhã. Hải vẫn kiên trì. Lần cuối cùng anh đến, ông D đã quá nặng, người ốm giơ xương, sốt oằn oại, khắp người đau nhức. Người con trai đi làm ăn xa về thăm cha hốt hoảng vì tất cả những dấu hiệu của AIDS đều có ở cha mình, trong khi người mẹ cứ khư khư cho là ông D bị bệnh gan và đường ruột, uống thuốc bắc một thời gian sẽ khỏi. Gặp Hải, người con trai rất mừng, anh ta muốn nhờ Hải đưa cha đi xét nghiệm. Tất nhiên Hải sẵn sàng, nhưng đã quá muộn. Ông D được xét nghiệm có kết quả dương tính, nhưng ông không chịu nổi, đã qua đời trước khi được vào chương trình điều trị.

Vợ ông D khóc than vật vã, tự nguyền rủa số phận mình, một đời tận tụy vì chồng vì con, vậy mà đã bị ông D dối gạt còn truyền cho căn bệnh kinh khủng này. Khó khăn lắm người con trai mới làm cho mẹ nguôi ngoai đôi chút.

Nguồn: Internet

Con là con của người tốt, con sẽ noi gương ba, lớn lên con nhất định sẽ làm người tốt.

Tang lễ xong, gia đình nhờ Hải đưa bà D đi xét nghiệm. Tâm trạng bà rất bi đát, sa sút thấy rõ, bà cả quyết mình đã bị si đa rồi và luôn miệng nguyền rủa ông chồng đã chết.

Đến ngày hẹn nhận kết quả, người con trai bận không cùng mẹ đi được, Hải một mình đưa bà D đi bằng xe đò. Tới nơi thì giờ làm việc buổi sáng sắp hết nhưng tư vấn viên cũng nán lại để tư vấn lần hai và thông báo kết quả của bà là âm tính.

Nhìn bà D trở ra với nét mặt rạng rỡ, Hải vui mừng không cầm được nước mắt. Vậy là thêm một người nữa thoát khỏi hiểm họa HIV.

Nhưng bỗng nhiên bà D thay đổi thái độ, thay vì chia sẻ niềm vui cùng người đã tận tình giúp đỡ mình thì bà D tỏ ra lạnh lùng một cách kỳ lạ.

Nhiều lượt thành công, một đôi lần thất bại thì có nghĩa lý gì, huống chi nhờ có anh mà nhiều người đã phục hồi "phong độ", còn giúp cho bạn tình của họ biết cách phòng chống lây nhiễm.

Cả một đoạn đường dài cùng nhau đi bộ, bà D chẳng nói một lời nào. Khi cả hai tới bến xe, bà mới ngại ngùng lên tiếng:

- Hay là... chú Hải về trước đi, tôi ghé vào siêu thị mua một vài món đồ, sẽ về sau.

Hải hiểu ý bà nên thoải mái trả lời:

- Dạ được! Nhưng chị nhớ đừng quá lâu, sợ hết xe đó!

Bà D "ừ" một tiếng rồi quay lưng đi. Hải bước lên xe. Anh hiểu rất rõ thái độ của bà D, bà D bây giờ là một người mạnh khỏe, bà không muốn đi chung, càng không muốn ngồi chung với người có H như Hải.

Chuyến xe chiều về biên giới thưa khách nên phải đợi lâu. Bà D vào siêu thị mua sắm đã đời, trở ra thấy chiếc xe đò màu xanh lục vẫn còn nguyên đó, bà rầu rĩ bước lên. Người phụ xế xách hộ bà mấy túi hành lý và chỉ cho bà chiếc ghế trống cạnh Hải. Mặt bà xịu xuống thấy rõ, rồi bà chỉ cái ghế ở hàng trên:

- Tôi ngồi đây được không?
- Không được! Ghế đó có người dặn rồi. Dì làm ơn ngồi ghế này dùm con đi.

Thế là bà D đành miễn cưỡng ngồi xuống cạnh Hải làm cho anh vô cùng lúng túng, giá mà còn một chuyến xe nào khác, dù trễ mấy anh cũng sẵn sàng ở lại đi sau để cho bà D được hoàn toàn thoải mái, đằng này, đây đã là chuyến cuối cùng, Hải cũng giống như bà D, đành bó tay.

Chiếc xe đò vừa chạy vừa dừng để rước khách, hai kẻ đồng hành bất đắc dĩ phải miễn cưỡng ngồi cạnh nhau với tư thế vô cùng kỳ quặc hơn 4 tiếng đồng hồ ròng rã làm cho mọi người trên xe đều để ý.

Cuối cùng xe cũng đổ bến. Cả hai cùng xuống xe, mỗi người một ngả. Buổi chiều nơi quê núi hoàng hôn thường tới sớm, Hải người không hành lý, một mình tản bộ về nhà, trong lòng anh bỗng dâng lên một nỗi buồn khó tả.

Cuối cùng xe cũng đổ bến. Cả hai cùng xuống xe, mỗi người một ngả. Buổi chiều nơi quê núi hoàng hôn thường tới sớm, Hải người không hành lý, một mình tản bộ về nhà, trong lòng anh bỗng dâng lên một nỗi buồn khó tả.

Mải miên man nghĩ ngợi, tới nhà lúc nào không hay. Đứa con trai chạy ra mừng ba, rồi nó dành lấy cái mũ còn ấm mồ hôi ba nó, một tay còn lại, nó nắm lấy tay Hải kéo vào nhà, rối rít hỏi:

- Bà Năm có sao không ba?

Hải mệt mỏi trả lời:

- Không sao.

Thằng nhỏ vui mừng:

- Thiệt vậy hả ba? Chắc là bà năm vui mừng lắm hả?
- Ừ!
- Bộ ba mệt lắm hả? Có đói bụng không? Con đói quá rồi ba ơi!

Rồi thằng Sơn (tên của đứa con) giở cái lồng bàn ra, Hải ngạc nhiên nhìn những món ăn thịnh soạn trên mâm:

- Ở đâu ra nhiều món ngon thế này?

Thằng Sơn vừa ăn vừa nói:

- Bác Hai trong Vĩnh Gia cho đó. Nhà Bác Hai có giỗ, sáng nay bác ghé mời ba nhưng ba đi vắng, hồi chiều bác sai chị Hạnh đem mâm hậu cho mình đó ba. Con thèm muốn chết mà không dám ăn, con chờ ba về, cha con mình ăn cho vui. Ăn đi ba!
- Ừ! Con cũng ăn đi!

Thằng Sơn vừa nhai ngốn ngoảm cái cánh gà chiên bơ vừa nói:

- Ngon quá hé ba? Sao bác Hai thương nhà mình quá vậy ba?

Hải hỏi vặn lại:

- Sao con biết bác Hai thương nhà mình?
- Thì... Có món gì ngon bác cũng đều cho mình, vậy không phải là thương thì là gì?
- Ừ! Cũng phải.

Thằng Sơn lại hỏi:

- Sao bác ấy thương ba dữ vậy ba?

Hải túng túng:

- Thì... vì bác là người tốt.

Đôi mắt ngây thơ sáng lên:

- Vậy thì ba của con cũng là người tốt rồi.

Hải cười:

- Cái thằng nhỏ này! Sao con lại nghĩ vậy?
- Thì bác Hai biết thương người, giúp đỡ mọi người vô điều kiện. Ba con cũng vậy. Ba chính là người tốt nhất trên đời!

Hải bật cười :

- Vậy sao? Vậy còn con, con là người gì?
- Con là con của người tốt, con sẽ noi gương ba, lớn lên con nhất định sẽ làm người tốt.

Câu nói ngây thơ mà chân thật của trẻ thơ đã làm cho lòng anh như ấm lại, anh đưa một ngón tay út về phía Sơn:

- Nói thì phải giữ lời à nha!

Sơn cũng đưa ngón tay nhỏ bé móc chặt tay cha nó thay cho lời cam kết.

Căn nhà nhỏ phút chốc tràn ngập tiếng cười tiếng nói. Hải bất ngờ và vô cùng hạnh phúc khi chợt hiểu ra mình đang sống những ngày thật có ích và những việc làm tưởng như bình thường của anh đã trở thành những hình ảnh đẹp nhất trong suy nghĩ của đứa con. Nó chính là tài sản vô giá của đời anh.

Châu Bích Thủy

Mang thai có phải đổi thuốc ARV?

Nguồn: 24h.com

Tôi điều trị thuốc ARV đã 2 năm theo phác đồ d4t+ 3tc+ nvp, nhưng tôi bị tác dụng phụ phân bổ mỡ không đều và hiện nay tôi đang mang thai 4 tháng, xin hỏi tôi có phải đổi sang phác đồ điều trị khác để dự phòng cho con hay không?

N. H. L (Thái Nguyên)

Khi một người có HIV đang điều trị ARV mang thai, thông thường bác sĩ sẽ chỉ định thay D4T bằng AZT vì qua thử nghiệm người ta thấy AZT có tác dụng giảm lây truyền HIV từ mẹ sang con và có lợi cho thai phụ. Tuy nhiên bạn đã có thai ở tháng thứ 4 , tôi khuyên bạn nên tới khám tại nơi đang điều trị ARV cho bạn để bác sĩ cân nhắc và chỉ định thuốc phù hợp với tình trạng mang thai của bạn và có thể ngăn chặn tình trạng phân bố mỡ không đều của bạn phát triển thêm. Bởi không ai có thể biết rõ tình trạng sức khỏe của bạn bằng người thầy thuốc vẫn đang theo dõi bệnh tình của bạn hiện tại. Cũng phải nói thêm rằng tình trạng phân bố mỡ không đều do tác dụng phụ của thuốc mà bạn hỏi ở trên sẽ không mất đi dù bạn có thay thuốc hay không, tác dụng phụ này gần như là tồn tại vĩnh viễn cùng với bạn. Đó cũng là một mặt trái không mong muốn của thuốc mà bạn phải "sống chung".

Thiếu máu do thuốc

Nguồn: karabo.org.za

Tôi điều trị ARV phác đồ 1A, được 2 tháng thì tôi được bác sỹ điều trị đổi phác đồ điều trị mới zdv + 3tc+ nvp tới nay là 6 tháng nhưng gần đây tôi thấy cơ thể bị mất thăng bằng và đi lại rất khó, tôi muốn hỏi biểu hiện như vậy là thế nào?

N. T. H (Thái Bình)

Bạn không nói rõ lý do vì sao sau 2 tháng điều trị, bác sỹ của bạn lại đổi từ phác đồ 1a (d4t+3tc+nvp) sang phác đồ 1c (zdv + 3tc+ nvp). Chắc chắn là có lý do xác đáng và phác đồ mới phù hợp hơn với bạn. Thông thường các tác dụng không mong muốn của thuốc sẽ thể hiện trong 2-3 tháng đầu khi dùng thuốc. Vì thế, nếu như bạn đã điều trị 6 tháng rồi mới xuất hiện tượng như bạn nói: mất thăng bằng, đi lại khó... có thể do thiếu máu. Đây là do tác dụng phụ của zdv- thuốc gây ức chế tủy, giảm hồng cầu, bạch cầu, tiểu cầu. Nếu bạn thấy hoa mắt chóng mặt, đặc biệt khi thay đổi tư thế, da xanh, niêm mạc nhợt thì đúng là bạn bị thiếu máu. Dù sao với những triệu chứng như vậy, bạn nên quay lại cơ sở đang điều trị ARV cho bạn để khám và làm xét nghiệm cần thiết. Dựa trên kết quả khám, xét nghiệm thầy thuốc sẽ cho bạn các chỉ định điều trị phù hợp.

Thuốc phối hợp có tốt?

Nguồn: mg.co.za

Tôi đang điều trị ARV thuốc 3 trong 1 nhưng tôi nghe nói thuốc điều trị 3 viên tốt hơn, và lâu kháng thuốc hơn, như vậy có đúng không?

Đ. M. T (Tp. Hồ Chí Minh)

Thuốc ARV viên phối hợp (3 trong 1) theo kinh nghiệm điều trị cho thấy sử dụng dễ hơn (số viên thuốc, số lần uống thuốc giảm), khả năng tuân thủ điều trị cao hơn (dễ uống, dễ nhớ, dễ theo dõi, không quên thuốc, bỏ uống thuốc) và như vậy hiệu quả điều trị cũng tốt hơn. Thuốc phối hợp 3 trong 1 hay thuốc đơn chất chỉ là vấn đề về dạng thuốc thôi. Nếu bạn uống viên phối hợp hay 3 viên rời, tác dụng dược lý không có gì khác nhau, vì hàm lượng thuốc, hoạt chất đều như nhau. Như vậy, không có chuyện "thuốc tốt hơn, lâu kháng thuốc hơn" như lời đồn thổi mà bạn nghe được đâu. Thậm chí y học còn đang nghiên cứu dạng thuốc chỉ cần uống 1 viên thuốc một ngày thôi, vì loại thuốc này có thời gian bán thải dài nên vẫn cho hiệu quả như uống nhiều viên, nhiều lần. Được như vậy đỡ cho người bệnh nhiều lắm chứ. Vì vậy, bạn hoàn toàn có thể yên tâm dùng thuốc.

Phơi nhiễm HIV và điều trị dự phòng

Nguồn: dantri

Tôi sống chung với một người bạn là NCH. Tôi được biết khi bị phơi nhiễm với HIV, có thuốc để điều trị. Xin hỏi thuốc đó là thuốc gì, có tác dụng ngăn ngừa lây nhiễm 100% không? Những trường hợp nào bị coi là phơi nhiễm với HIV và phải dùng thuốc?

trai_xau_xi@yahoo.com

Trước hết phải nói ngay với bạn rằng, HIV không dễ lây nhiễm nếu trong cuộc sống sinh hoạt, làm việc mọi người đều có ý thức phòng ngừa. HIV không lây qua các quan hệ giao tiếp thông thường như bắt tay, ôm hôn, dùng chung dụng cụ lao động, ăn uống chung cốc chén, ngủ chung giường, hay qua muỗi đốt, hắt hơi, ho, dùng chung nhà vệ sinh, bồn tắm, bể bơi, khăn tắm... HIV có nhiều trong máu, tinh dịch, dịch âm đạo và sữa của người

nhiễm HIV. Do đó, có thể nhiễm HIV nếu: Sử dụng bơm kim tiêm, các dụng cụ xuyên chích qua da chung với người có HIV; giao hợp qua đường âm đạo hoặc hậu môn với người nhiễm HIV mà không dùng bao cao su; mẹ nhiễm HIV truyền cho con trong quá trình mang thai, sinh nở hoặc cho con bú; nhận máu hoặc các sản phẩm từ máu có nhiễm HIV. HIV có thể truyền từ máu, tinh dịch, dịch âm đạo, sữa của người mang vi rút sang người khác trong trường hợp truyền máu hoặc có tiếp xúc với vết thương hở, xây xát trên da, hay niêm mạc (mắt, âm đạo, niệu đạo, trực tràng, miệng). Tuy nhiên, số lượng virus phải đủ lớn thì mới gây nhiễm cho người khác được. Nói như vậy để bạn không quá lo lắng khi sống cùng người bạn có HIV. Về chuyện phơi nhiễm mà bạn hỏi lại là một một câu trả lời không đơn giản.

Trước hết, phơi nhiễm được chia làm 2 loại: Phơi nhiễm do nghề nghiệp (ví dụ cán bộ y tế tiếp xúc với máu và dịch của bệnh nhân) và phơi nhiễm không do nghề nghiệp, do tai nạn rủi ro. Trong trường hợp phơi nhiễm do nghề nghiệp, người ta thường xác định ngay được nguồn lây nhiễm (là bệnh nhân hay người có HIV) và vì thế có thể phần nào đánh giá ngay được mức độ nguy cơ. Thời điểm xảy ra phơi nhiễm cũng dễ xác định. Điều này rất có ý nghĩa trong điều trị dự phòng sau phơi nhiễm. Điều trị dự phòng sau phơi nhiễm là biện pháp nhằm chống lại sự tồn tại và phát triển của HIV trong cơ thể sau khi cơ thể đã tiếp xúc với virus (phơi nhiễm). Người bị phơi nhiễm cần được điều trị trong vòng 72 giờ sau phơi nhiễm và uống thuốc trong 4 tuần sau đó. Cho đến nay, thống kê cho thấy 100% trường hợp phơi nhiễm do nghề nghiệp được điều trị dự phòng đạt kết quả tốt - không có trường hợp nào nhiễm HIV. Còn trong trường hợp phơi nhiễm không do nghề nghiệp thì phức tạp hơn nhiều. Phơi nhiễm không do nghề nghiệp thường do hành vi không an toàn như tiêm chích chung bơm kim tiêm, quan hệ tình dục không dùng bao cao su... hoặc bị tai nạn như bao cao su rách, giẫm phải bơm kim tiêm có máu... Mức độ nguy cơ phụ thuộc vào nhiều yếu tố, trong từng hành vi cụ thể, lượng virus có trong máu của đối tượng nguồn, có chảy máu hay có vết thương, vết xây xước khi quan hệ tình dục không... Vì thế khó mà nói được chắc chắn bao nhiêu phần trăm như bạn đòi hỏi trong trường hợp này. Với những người có nguy cơ cao cần làm ngay xét nghiệm HIV để xem mình có bị nhiễm HIV từ trước không và điều trị dự phòng ngay bằng thuốc kháng virus. Thuốc điều trị dự phòng có tác dụng cao nhất nếu được uống trong vòng 24 đến 72 giờ sau khi xảy ra phơi nhiễm. Loại thuốc có thể sử dụng là AZT và 3TC hoặc thuốc phác đồ bậc 1 gồm 3 loại thuốc như với người có HIV. Tuy nhiên, điều này phải được bác sĩ chuyên khoa quyết định. Bác sĩ sẽ cân nhắc giữa mức độ nguy cơ, lợi ích và những bất lợi của việc điều trị dự phòng trong từng trường hợp cụ thể để quyết định việc có điều trị hay không.

Nuôi con của người có H

Nguồn: Nguyễn Thắng

Ảnh mang tính chất minh họa

Vợ chồng chúng tôi bị vô sinh, nhờ người quen giới thiệu, chúng tôi có nhận nuôi một bé gái 5 ngày tuổi và yêu cầu người mẹ xét nghiệm HIV. Sau ít ngày, người mẹ nhận kết quả (+) nên đã bỏ trốn. Nhiều người khuyên tôi nên gởi bé vào trung tâm hỗ trợ xã hội, nhưng chúng tôi không đành lòng vì những ngày chăm sóc đã mến tay mến chân, nhưng nếu tiếp tục nuôi thì sợ bị lây nhiễm.Vậy chúng tôi phải làm sao trong tình huống này?

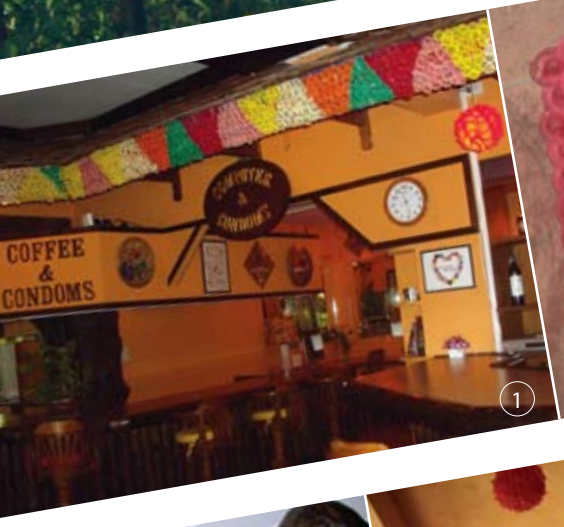
Nguyễn Trần Phương (Hải Dương)

Bạn Phương thân mến, hẳn bạn cũng nghĩ, em bé mà vợ chồng bạn nhận nuôi đâu có tội tình gì. Trong thực tế, đã có những em bé là con của người có HIV được nhận làm con nuôi trong những gia đình bình thường, bố mẹ nuôi không phải là người có HIV. Có những em bé sau khi ra đời, người mẹ nhiễm HIV bỏ rơi ngay tại bệnh viện và đã được những người thầy thuốc giàu lòng nhân ái chăm sóc trước khi được chuyển lên trung tâm hỗ trợ xã hội. Nếu ai có dịp lên thăm các em trên trung tâm đều không cầm lòng được trước những khuôn mặt ngây thơ, non nớt, những ánh mắt trong veo và nhất là sự khao khát được vuốt ve, được bế ẵm của các bé. Trường hợp của bé mà bạn nuôi sẽ có hai khả năng. Một là bé may mắn không nhiễm HIV. Trường hợp này thì chắc bạn chẳng cần ai tư vấn cũng có thể tự quyết định được. Khả năng thứ hai là bé bị nhiễm HIV. Để biết chính xác bé có nhiễm HIV hay không chỉ có một cách duy nhất là làm xét nghiệm máu: lần thứ nhất xét nghiệm khi bé 3 tháng tuổi và lần thứ hai sau đó 1 tháng. Nếu cả hai lần xét nghiệm này đều cho kết quả HIV âm tính thì có thể kết luận là bé không bị nhiễm HIV. Nếu kết quả là dương tính thì xét nghiệm lại sau khi bé 18 tháng tuổi để cho kết quả chắc chắn. Bạn có nói rằng, những ngày chăm sóc vừa qua đã khiến hai vợ chồng bạn quyến luyến bé và không đành lòng rời xa. Vậy thì bạn có thể tiếp tục nuôi bé cho đến khi có kết quả chắc chắn về tình trạng nhiễm HIV của bé. Trong thời gian này bạn và gia đình có thể áp dụng những biện pháp phòng tránh lây nhiễm: tránh không để bé bị chảy máu, trong trường hợp bé bị chảy máu thì tránh không để máu của bé tiếp xúc với vết thương hở, vết xây xước của người trong nhà. HIV không lây truyền qua ôm ấp, hôn, ngủ chung giường, muỗi đốt, dùng chung đồ dùng gia đình như chén, bát, chậu, khăn tắm. Do HIV không dễ lây truyền nếu hiểu rõ về đường lây và cách phòng tránh nên hoàn toàn có thể sống chung với người có HIV, bạn và gia đình không cần phải lo ngại quá về điều này.

(Trang tư vấn được sự trợ giúp của ThS.BS Trần Quốc Tuấn - BV Đống Đa - Hà Nội)

Nhà hàng phòng chống AIDS

BẮP CẢI & BAO CAO SU



1

2

3

4

5

1. Cafe Bao cao su - thơm ngon hảo hạng
2. Thảm ngồi bao cao su - đảm bảo êm và... an toàn nhất
3. Ăn 10 - tặng 1
4. Bóng đèn bao cao su - rực rỡ và không nóng chảy
5. Thời trang từ bao cao su và thuốc tránh thai
6. "Ma trận" bao cao su

Ảnh: Mai Anh

Nằm ở Sukhumvit Soi 12, Băng Cốc, trong một khu vườn khá thơ mộng, "Bắp cải và Bao cao su" thật sự khiến những người đặt chân tới đây ngỡ ngàng bởi nguyên liệu trang trí khá độc đáo của mình – bao cao su. Bao cao su đủ loại, đủ kiểu, xuất hiện ở khắp mọi nơi, từ gian hàng lưu niệm đến những bức tượng, những chi tiết trang trí, thảm ngồi, đèn... thậm chí, nhà hàng còn tặng bạn một bao cao su miễn phí sau mỗi bữa ăn.

Hải Vương

6