ປື້ມເສີມການສອນກ່ຽວກັບໂລກເອດ

ສຳລັບ

ສະຖາບັນສ້າງຄູທົ່ວປະເທດ

ກະຊວງສຶກສາທິການ

ການຮ່ວມມືລະຫວ່າງ

ກົມສ້າງຄູ - ຄະນະກຳມາທິການແຫ່ງຊາດລາວເພື່ອອຸຍແນດສະໂກ

ສະໜັບສະໜູນໂດຍ: ອຸຍແນດສະໂກບາງກອກ 2007

ພາກສະເໜີ

ທຸກຄວາມສຳເລັດຂອງໂຄງການສຶກສາໃນການປ້ອງກັນໂລກເອດ (HIV/AIDS) ຂຶ້ນກັບຄວາມຮູ້, ທັດສະນະຄະຕິ, ຄຸນຄ່າ, ທັກສະ ແລະ ການອຸທິດຂອງຜູ້ປະຕິບັດ, ຄູ-ອາຈານ, ເພື່ອໃຫ້ແທດເໝາະກັບສະພາບສັງຄົມ, ການປະຕິບັດທາງດ້ານວັດທະນະທຳ ຫຼື ຄວາມເຊື່ອຖືທາງດ້ານສາສະໜາຂອງປະເທດໜຶ່ງໆ ຕ້ອງໄດ້ມີການດັດປັບໃຫ້ສອດຄ່ອງ, ເນັ້ນກິດຈະກຳ ແລະ ເອກະສານປະກອບໃຫ້ແທດເໝາະກັບສະຖານະພາບຂອງແຕ່ລະປະເທດ ແລະ ຂອງກຸ່ມຄົນເຫຼົ່ານັ້ນ. ທາງເລືອກອີກອັນໜຶ່ງຄວນນຳໃຊ້ອຸປະກອນ ແລະ ກິດຈະກຳໃຫ້ແທດເໝາະກັບສະພາບຂອງທ້ອງຖິ່ນ.

ການປັບປຸງປຶ້ມສອນເສີມເຫຼັ້ມນີ້ແມ່ນຖືເອົາ ການສອນ-ການຮຽນ ດ້ວຍການເຮັດພາກປະຕິບັດຕົວຈິງ. ປຶ້ສອນເສີມເຫຼັ້ມນີ້ຖືກສ້າງຂຶ້ນເພື່ອເປັນຮູບເປັນຮ່າງໃນຮູບການຮຽນຮູ້ຢ່າງມີທິດຄິດປະດິດສ້າງໄປຕາມເປົ້າໝາຍ ແລະ ຈຸດປະສົງ:

ເປົ້າໝາຍລວມຂອງປຶ້ມສອນເສີມເຫຼັ້ມນີ້ແມ່ນເພື່ອໃຫ້ ອາຈານສອນຖ່າຍທອດຄວາມຮູ້ໃຫ້ນັກສຶກສາຄູມີຄວາມເຊື່ອວ່າການສຶກສາສາມາດປະກອບສ່ວນໃຫ້ແກ່ການຄວບຄຸມ ແລະ ປ້ອງກັນໂລກເອດ (HIV/AIDS) ໄດ້ຢ່າງມີປະສິດທິຜົນ, ເປັນຕົວແບບທີ່ສຳຄັນໃນການບັນລຸເປົ້າໝາຍ ແລະ ຈຸດປະສົງຂອງຄວາມສຳເລັດນີ້.

ເປົ້າໝາຍສະເພາະຂອງປຶ້ມສອນເສີມເຫຼັ້ມນີ້ແມ່ນເພື່ອ:

- ຊ່ວຍເຫຼືອຄູສອນໃນການວິເຄາະຂໍ້ມູນພື້ນຖານ, ຂໍ້ມູນທີ່ສຳຄັນ ແລະ ການປະຕິບັດຕ່າງໆ ທີ່ພົວພັນເຖິງການສຶກສາການປ້ອງກັນໂລກເອດ (HIV/AIDS).
- ຊ່ວຍເຫຼືອຄູສອນໃນການກະກຽມແຜນການສອນ - ການຮຽນ, ພັດທະນາອຸປະກອນ ແລະ ເຄື່ອງມືໃນການປະເມີນຜົນ.
- ສອນນັກສຶກສາຄູໃຫ້ມີຄວາມຄິດເອົາໃຈໃສ່ດູແລ ແລະ ຊ່ວຍເຫຼືອຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ແລະ ເປັນໂລກເອດ (HIV/AIDS)
- ປະສານສົມທົບສຶກສາໃນການປ້ອງກັນໂລກເອດ (HIV/AIDS) ສອນເສີມເຂົ້າໃນຫຼັກສູດສະຖາບັນສ້າງຄູທົ່ວປະເທດ.
- ເຮັດໃຫ້ທັກສະການສອນຂອງຄູສູງຂຶ້ນໂດຍການນຳໃຊ້ເຕັກນິກ, ທັກສະຊີວິດ ແລະ ນຳໃຊ້ກິດຈະກຳການສອນແບບເອົານັກຮຽນເປັນໃຈກາງ.
- ປະສົມປະສານການສຶກສາໃນການປ້ອງກັນໂລກເອດ (HIV/AIDS) ແລະ ການດູແລເບິ່ງແຍງເຂົ້າໃນຫຼັກສູດການສອນ-ການຮຽນ.

ເນື້ອໃນກ່ຽວກັບການສຶກສາເພື່ອປ້ອງກັນໂລກເອດ (HIV/AIDS) ທີ່ໄດ້ສະເໜີໃນປື້ມເຫຼັ້ມນີ້ມີ 6 ບົດດັ່ງລຸ່ມນີ້:

ບົດທີ 1: ການຖືພາໂດຍບໍ່ຕັ້ງໃຈ ແລະ ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs)

ບົດທີ 2: ຄວາມຈິງທີ່ເປັນພື້ນຖານກ່ຽວກັບໂລກເອດ (HIV/AIDS)

ບົດທີ 3: ການແຜ່ລະບາດ ແລະ ຜົນກະທົບຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS)

ບົດທີ 4: ສິ່ງເສບຕິດ ແລະ ການຕິດສິ່ງເສບຕິດ

ບົດທີ 5: ການຈຳແນກ, ການລັງກຽດຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນເອດ

ບົດທີ 6: ການດູແລເບິ່ງແຍງຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນເອດ

ວິທີສອນ ແລະ ກິດຈະກຳຕ່າງ ໆ:

ປື້ມສອນເສີມເຫຼັ້ມນີ້ໃຊ້ຄວບຄູ່ກັບວິຊາປະຊາກອນສຶກສາ, ຄູສາມາດດັດປັບເພື່ອໃຫ້ແທດເໝາະກັບຄວາມຕ້ອງການຂອງຄູສອນ, ການຄັດເລືອກເອົາວິທີສິດສອນ, ກິດຈະກຳ ແລະ ສື່ຕ່າງໆ ແມ່ນອີງໃສ່ຈຸດປະສົງ, ເນື້ອໃນ ແລະ ວິທີການປະເມີນຜົນຂອງແຜນການສອນ. ການວາງແຜນກິດຈະກຳຕ່າງໆ ຕ້ອງໄດ້ພິຈາລະນາປັດໃຈຕ່າງໆເຊັ່ນ: ເວລາ, ອຸປະກອນ ແລະ ສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກໃນການສອນ, ແຕ່ວ່າປັດໃຈສຳຄັນກວ່າໝູ່ແມ່ນຈຸດປະສົງ ແລະ ຜົນໄດ້ຮັບຂອງການສອນ. ກິດຈະກຳ ເຊັ່ນ: ລະດົມສະໝອງ, ຫຼິ້ນເກມ, ການແບ່ງກຸ່ມສົນທະນາ, ສະແດງບົດບາດສົມມຸດ, ການສຳພາດ ແລະ ສຶກສາກໍລະນີຕົວຢ່າງ. ກິດຈະກຳເຫຼົ່ານີ້ຈະຊ່ວຍໃຫ້ບັນລຸຜົນສຳເລັດຕາມຄາດໝາຍໄວ້.

ການສອນແມ່ນການເຮັດໃຫ້ນັກສຶກສາຄູເຂົ້າໃຈເນື້ອໃນຂອງບົດຮຽນ. ການຮຽນຮ່ວມແມ່ນຮູບແບບວິທີການສອນຢ່າງໜຶ່ງທີ່ມີເປົ້າໝາຍໃຫ້ນັກຮຽນເຂົ້າໃຈເນື້ອໃນບົດຮຽນໄດ້ຄືກັນ, ໄດ້ຮັບການຕອບແທນຮ່ວມກັນ, ແລກປ່ຽນບົດຮຽນ ແລະ ມີບົດບາດຄຽງຄູ່ກັນ. ສະມາຊິກໃນກຸ່ມມີການຊ່ວຍເຫຼືອກັນເພື່ອສຳເລັດບົດຮຽນ ຫຼື ກິດຈະກຳ.

ໜ້າທີ່ ແລະ ຄວາມຮັບຜິດຊອບຂອງຄູສອນ:

ໜ້າທີ່ ແລະ ຄວາມຮັບຜິດຊອບຂອງຄູສອນເອົາໃຈໃສ່ແຜນການ, ການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ, ການຕິດຕາມ ແລະ ປະເມີນຜົນກິດຈະກຳທີ່ໃຊ້ໃນການສອນ. ໜ້າທີ່ ແລະ ຄວາມຮັບຜິດຊອບຂອງອາຈານສອນມີດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້:

1. ສຶກສາຫົວບົດສຳລັບການສອນໂດຍສະເພາະການເອົາໃຈໃສ່ຕໍ່ຈຸດປະສົງ ແລະ ການປະເມີນຜົນເນື້ອໃນກິດຈະກຳ ແລະ ຂໍ້ແນະນຳສຳລັບຄູສອນ.
2. ກະກຽມອຸປະກອນທີ່ຈຳເປັນ ແລະ ແຜນການສອນ .
3. ສາທິດກິດຈະກຳ ແລະ ວິທີການສອນທີ່ຫຼາກຫຼາຍ.
4. ວາງແຜນຕິດຕາມປະເມີນຜົນການສອນ.

ບົດທີ 1
ການຖືພາໂດຍບໍ່ຕັ້ງໃຈ ແລະ ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs)

ເວລາ: 1 ຊົ່ວໂມງ 30 ນາທີ.

ພາກສະເໜີ :

ໃນແຕ່ລະມື້ມີຄົນເປັນພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ ປະມານ 1 ລ້ານຄົນ, ຄົນທີ່ຕິດພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນມີຄວາມສ່ຽງສູງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV). ການປະຕິບັດຕົນ ແລະ ການມີເພດສຳພັນທີ່ປອດໄພຈະຊ່ວຍຫຼຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການຕິດພະຍາດທາງເພດສຳພັນ ລວມທັງການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV). ຜູ້ທີ່ເປັນພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນມີໂອກາດເຮັດໃຫ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ໄດ້ສູງ. ເຮົາສາມາດປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນໄດ້ ດ້ວຍການຮຽນຮູ້, ມີທັກສະທີ່ຖືກຕ້ອງ, ມີຄວາມຮັບຜິດຊອບຕໍ່ການກະທຳຂອງຕົນເອງ. ໂດຍການສ້າງສະພາບແວດລ້ອມທີ່ປາສະຈາກພຶດຕິກຳສ່ຽງຕໍ່ການຕິດພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ ແລະ ເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).

ການຫຼີກເວັ້ນການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ເຮັດໄດ້ຫຼາຍວິທີທາງ. ການປ້ອງກັນຕົນເອງສຳລັບຄົນທີ່ຢູ່ໃນພາວະຄວາມສ່ຽງນັ້ນແມ່ນຂຶ້ນກັບການຕັດສິນໃຈຢ່າງເດັດຂາດຂອງຕົນເອງ, ພ້ອມດຽວກັນກໍໃຫ້ມີການປ່ຽນແປງພຶດຕິກຳສ່ຽງ. ແນວຄວາມຄິດທີ່ໄດ້ສົນທະນາໃນບົດທີໜຶ່ງນີ້ໄດ້ຍົກເອົາສະຖານະການທີ່ເກີດຈາກການມີເພດສຳພັນທີ່ບໍ່ປອດໄພ ຫຼື ການຖືພາໂດຍບໍ່ຕັ້ງໃຈ ແລະ ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນເພື່ອນຳສະເໜີໃຫ້ນັກສຶກສາຄູໄດ້ວິເຄາະ ເພື່ອເລືອກວິທີທາງຊີວິດທີ່ປອດໄພຈາກໂລກເອດ(HIV/AIDS) ຂຶ້ນມາສົນທະນາກັນ. ນັກສຶກສາຄູຈະໄດ້ຮຽນຮູ້ ແລະ ຈະໄດ້ພິຈາລະນາເຖິງຄວາມສຳຄັນຂອງການຕັດສິນໃຈໃນການເລືອກວິຖີທາງຊີວິດທີ່ຖືກຕ້ອງ.

ກ່ອນອື່ນນັກສຶກສາຄູຈະຕ້ອງເຂົ້າໃຈວ່າເອດເກີດຂຶ້ນແລ້ວໃນ ສປປ ລາວ ໂດຍມີຂໍ້ມູນຈາກກະຊວງສາທາລະນະສຸກທີ່ສະແດງໃຫ້ເຫັນດັ່ງລຸ່ມນີ້:

ສະພາບການແຜ່ລະບາດຂອງພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ ຢູ່ ສປປ ລາວ ໃນປີ 2005 - 2006

ຈຳນວນແຂວງ ທີ່ລາຍງານ	17 ແຂວງ
ຈຳນວນຄົນເຈັບ ທີ່ມາກວດ	1.070,729 ຄົນ
ຈຳນວນຊຶມເຊື້ອ ພຕພ ໃໝ່	33,828 ຄົນ

ລ/ດ	ແຂວງ	ລວມ	ຊາຍ	ຍິງ
1	ຂໍ້ມູນຈາກສູນໂລກຜິວໜັງ	782	608	178
2	ນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ	5.741	1.245	4.496
3	ວຽງຈັນ	2.625	617	2.008
4	ບໍລິຄຳໄຊ	872	89	783
5	ຫຼວງພະບາງ	1.100	188	912
6	ໄຊຍະບູລີ	1.863	263	1.600
7	ບໍ່ແກ້ວ	702	199	503
8	ຫຼວງນ້ຳທາ	3.334	1.153	2.181
9	ອຸດົມໄຊ	776	22	754
10	ຊຽງຂວາງ	3.318	925	2.393
11	ຜົ້ງສາລີ	1.042	292	750
12	ຄຳມ່ວນ	697	52	645
13	ສະຫວັນນະເຂດ	2.884	242	2.642
14	ຈຳປາສັກ	3.223	353	2.870
15	ສາລະວັນ	2.276	377	1.899
16	ເຊກອງ	1.501	349	1.152
17	ອັດຕະປື	1.088	197	891
	ລວມ	**33.828**	**7.171**	**26.653**

ກິດຈະກຳທີ 1.1: ຜົນກະທົບຂອງການຖືພາໂດຍບໍ່ຕັ້ງໃຈໃນໄລຍະເປັນໄວໜຸ່ມ.

ເວລາ: 60 ນາທີ

ອຸປະກອນ: ກະດານຂາວ , ເຟີດຊຽນ, ຂໍ້ແນະນຳໃນການສະແດງບົດບາດສົມມຸດ.

ຈຸດປະສົງ: ຫຼັງຈາກສຳເລັດກິດຈະກຳນີ້ແລ້ວນັກສຶກສາຄູຈະສາມາດ:

1. ກຳນົດປັດໃຈຕ່າງໆ ທີ່ນຳພາໄປສູ່ການຖືພາໃນໄລຍະເປັນໄວໜຸ່ມ.
2. ຮັບຮູ້ກ່ຽວກັບຮ່າງກາຍ, ຈິດຕະສາດ, ຜົນກະທົບຕໍ່ເສດຖະກິດສັງຄົມຍ້ອນການຖືພາໃນໄລຍະເປັນໄວໜຸ່ມ.
3. ຮູ້ວິທີປ້ອງກັນການຖືພາໃນໄລຍະເປັນໄວໜຸ່ມ.

ວິທີການດຳເນີນ: ແບ່ງນັກສຶກສາຄູ ອອກເປັນ 2 ກຸ່ມໆລະ 6 ຄົນ. ສ່ວນທີ່ເຫຼືອແມ່ນໃຫ້ເປັນຜູ້ສັງເກດ. ໃຊ້ເວລາກະກຽມການສະແດງບົດບາດສົມມຸດ 10 ນາທີ.

ກຸ່ມທີ 1 :

ໃຫ້ຄົ້ນຄິດ ແລະ ກະກຽມສະແດງບົດບາດສົມມຸດກ່ຽວກັບຜົນກະທົບທາງດ້ານຮ່າງກາຍ, ຈິດຕະສາດຂອງການຖືພາໃນໄລຍະເປັນໄວໜຸ່ມ.

ກຸ່ມທີ 2 :

ໃຫ້ຄົ້ນຄິດ ແລະ ກະກຽມສະແດງບົດບາດສົມມຸດກ່ຽວກັບການຖືພາໃນໄລຍະເປັນໄວໜຸ່ມ ທີ່ມີຜົນກະທົບຕໍ່ເສດຖະກິດ-ສັງຄົມ.

1. ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມໃຊ້ເວລາ 10 ນາທີ. ເພື່ອສະແດງບົດບາດສົມມຸດ.
2. ແຕ່ລະກຸ່ມສາມາດບັນທຶກຈຸດສຳຄັນ ຫຼື ສິ່ງທີ່ຕ້ອງເອົາໃຈໃສ່ໃນການສະແດງບົດບາດສົມມຸດຂອງທັງສອງກຸ່ມ. ຫຼັງຈາກທັງສອງກຸ່ມໄດ້ສະແດງບົດບາດສົມມຸດແລ້ວ, ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມພ້ອມທັງຜູ້ສັງເກດໄດ້ສະແດງຂໍ້ຄິດເຫັນກ່ຽວກັບການສະແດງຂອງເຂົາເຈົ້າ ແລະ ມີຄຳຖາມຕ່າງໆ.
3. ສະຫຼຸບຜົນໄດ້ຮັບຂອງການສະແດງບົດບາດສົມມຸດ (ໃຊ້ເອກະສານປະກອບກິດຈະກຳ 1.1)

ອາຈານສອນອາດໃຊ້ຄຳຖາມຕໍ່ໄປນີ້ເພື່ອກະຕຸກຊຸກຍູ້ການສົນທະນາ:

- ➢ ມີຄວາມຮູ້ສຶກແນວໃດຕໍ່ການປະຕິບັດກິດຈະກຳນີ້ ?
- ➢ ກຸ່ມທີ່ສະແດງເປັນໄວໜຸ່ມຖືພາມີຄວາມຮູ້ສຶກແນວໃດ?
- ➢ ມີທັດສະນະແນວໃດຕໍ່ການສະແດງເຖິງການຖືພາຂອງກຸ່ມຕົນເອງ?.
- ➢ ຜົນກະທົບຂອງການຖືພາໃນໄລຍະເປັນໄວໜຸ່ມເປັນຄືແນວໃດ?
- ➢ ຕາມຄວາມຄິດຂອງເຈົ້າ, ການຖືພາມີຜົນກະທົບຕໍ່ຜູ້ຊາຍຄືກັນກັບການກະທົບຕໍ່ແມ່ຍິງບໍ? ມີອັນໃດແດ່ທີ່ແຕກຕ່າງກັນ? ມີອັນແດ່ທີ່ຄືກັນ?
- ➢ ສາເຫດຂອງການຖືພາໂດຍບໍ່ຕັ້ງໃຈມີອັນໃດແດ່?
- ➢ ແມ່ຍິງ ຫຼື ຜູ້ຊາຍຈະໄດ້ຮັບການຕຳນິ? ຍ້ອນຫຍັງ?
- ➢ ເຈົ້າຈະສາມາດຫຼີກລ່ຽງຈາກການຖືພາໂດຍບໍ່ຕັ້ງໃຈໄດ້ຄືແນວໃດ?

ການປະເມີນຜົນ:

ໃຫ້ນັກສຶກສາຄູຂຽນຄວາມຮູ້ ແລະ ທັກສະ ທີ່ໄດ້ຮຽນຮູ້ມາ 2 ຢ່າງ .

ຜົນໄດ້ຮັບຂອງການຮຽນ:

1. ມີຄວາມເຂົ້າໃຈຜົນກະທົບຕໍ່ຊີວິດຂອງເຂົາເຈົ້າທີ່ຖືພາໃນໄລຍະເປັນໄວໜຸ່ມ.
2. ມີສະຕິຕໍ່ບັນຫາທາງເພດ ແລະ ການຖືພາໃນໄລຍະເປັນໄວໜຸ່ມ (ຜົນກະທົບຕໍ່ແມ່, ລູກ ແລະ ຄອບຄົວ).
3. ທັກສະໃນການຫຼີກລຽງຕໍ່ການຖືພາໂດຍບໍ່ໄດ້ຕັ້ງໃຈ (ນຳໃຊ້ການຄຸມກຳເນີດ, ທັກສະການຕໍ່ລອງກັບຄູ່ກໍລະນີ ແລະ ອື່ນໆ).

ຂໍ້ແນະນຳສຳລັບອາຈານສອນ:

ສຳລັບແມ່ທີ່ຖືພາແຕ່ອາຍຸຍັງນ້ອຍຈະມີອັນຕະລາຍຕໍ່ຮ່າງກາຍ ເພາະວ່າອະໄວຍະວະເພດຍັງບໍ່ທັນຂະຫຍາຍຕົວເຕັມສ່ວນ, ການຖືພາສຳລັບເດັກຍິງສ່ຽງຫຼາຍຕໍ່ການຕິດພະຍາດແຊກຊ້ອນຕ່າງໆ ແລະ ກະທົບຕໍ່ລູກໃນທ້ອງອີກດ້ວຍ ເຊິ່ງຈະນຳໄປສູ່ຄວາມຕາຍໄດ້ .

ກິດຈະກຳ 1.2: ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs)

ເວລາ: 30 ນາທີ

ອຸປະກອນ: ແຜ່ນພາບທີ່ມີຂໍ້ຄວາມກ່ຽວກັບພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນຢູ່ຂ້າງໃນ, ບັດຄຳຖາມ, ປຶ້ມແຜ່ນພັບກ່ຽວກັບພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ, VCD ກ່ຽວກັບພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ.

ຈຸດປະສົງ: ຫຼັງຈາກປະຕິບັດກິດຈະກຳນີ້ແລ້ວນັກສຶກສາຄູຈະສາມາດ:

1. ໃຫ້ຄຳນິຍາມຂອງຄຳວ່າ " ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ "
2. ອະທິບາຍອາການທີ່ຄ້າຍຄືກັນຂອງພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ ແລະ ສາເຫດຂອງມັນ.
3. ອະທິບາຍກ່ຽວກັບ ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນແຕ່ລະຊະນິດ.
4. ຮັບຮູ້ ແລະ ເຂົ້າໃຈ ຕໍ່ກັບບັນຫາຂອງພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ ແລະ ໂລກເອດ.
5. ຮັບຮູ້ ແລະ ເຂົ້າໃຈເຖິງສາຍພົວພັນລະຫວ່າງພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ ແລະ ໂລກເອດ

ວິທີການດຳເນີນ:

ແບ່ງນັກຮຽນຄູໃນຫ້ອງອອກເປັນ 3 ກຸ່ມຕາມຄວາມເໝາະສົມໂດຍໃຫ້ນັກຮຽນຍິງ ແລະ ນັກຮຽນຊາຍເທົ່າກັນ.

- ໃຫ້ຕ່າງໜ້າຂອງແຕ່ລະກຸ່ມມາຈັບສະຫຼາກເອົາໜຶ່ງບັດຄຳຖາມ. ແຕ່ລະບັດກໍຈະມີສອງຄຳຖາມທີ່ຄູສອນໄດ້ກຽມໄວ້. ເພື່ອສົນທະນາພາຍໃນກຸ່ມ. (ໃຊ້ເວລາກະກຽມ 15 ນາທີ).
- ໃຫ້ຕ່າງໜ້າແຕ່ລະກຸມລາຍງານ, ພ້ອມທັງມີການຕອບຂໍ້ຊັກຖາມຂອງນັກຮຽນຜູ້ອື່ນໃນຫ້ອງຮຽນ.
- *ຄູສອນກະກຽມບັດຄຳຖາມສາມບັດແຕ່ລະບັດມີສອງຄຳຖາມໄວ້ລ່ວງໜ້າກ່ອນ ດ້ວຍຄຳຖາມ :*

1. ນັກຮຽນຄູຄິດແນວໃດຕໍ່ກັບພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ? ແລະມີຄວາມເຊື່ອຄືແນວໃດ?

2. ນັກຮຽນຄູຮູ້ຫຍັງແດ່ກ່ຽວກັບພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ?

3. ນັກຮຽນຄູຈະເລີ່ມຕົ້ນສົນທະນາກັບເພື່ອນຂອງຕົນໃຫ້ຮູ້ຈັກກ່ຽວກັບພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນໄດ້ແນວໃດ?

4. ເສັ້ນທາງທີ່ຫຼີກລຽງຈາກພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນມີຄືແນວໃດ?

5. ນັກຮຽນຄູບອກໄດ້ບໍ່ວ່າແມ່ນໃຜເປັນຜູ້ແຜ່ເຊື້ອພະຍາດເຫຼົ່ານີ້ ? ຍ້ອນຫຍັງ?

6. ອາການຂອງພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ ເປັນຄືແນວໃດ? ແລະ ສາມາດແຜ່ເຊື້ອໄດ້ແນວໃດ?

✳ ເປີດແຜ່ນ VCD ກ່ຽວກັບພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ ແລະ ໂລກເອດໃຫ້ເບິ່ງ (ຖ້າມີເງື່ອນໄຂ) ຫຼື ໃຫ້ນັກສຶກສາຄູອ່ານເນື້ອໃນຂອງແຜ່ນພັບກ່ຽວກັບພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ ແລະ ໂລກເອດໃຫ້ໝູ່ຟັງ.

✳ ຄູສອນພ້ອມກັບນັກຮຽນຄູພ້ອມກັນສະຫຼຸບຮ່ວມກັນກ່ຽວກັບການຄົ້ນຄວ້າ.

ການປະເມີນຜົນ: ວິເຄາະຄວາມຮູ້ຂອງນັກສຶກສາຄູກ່ຽວກັບ ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ.

ຜົນໄດ້ຮັບຂອງການຮຽນ:

✳ ນິຍາມ, ອາການ, ປະເພດຕ່າງໆ, ຄວາມເຊື່ອຜິດໆ ແລະ ການປ້ອງກັນພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ ແລະ ໂລກເອດ.

✳ ເພີ່ມຄວາມມີສະຕິຕໍ່ການປ້ອງກັນພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ ແລະ ໂລກເອດ.

ຂໍ້ແນະນຳສຳລັບອາຈານສອນ:

ກິດຈະກຳນີ້ ໃຫ້ນັກສຶກສາຄູໄດ້ແລກປ່ຽນຂໍ້ມູນເຊິ່ງກັນ ແລະ ກັນ ແລະ ເຂົາເຈົ້າໄດ້ຮັບຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນທີ່ຖືກຕ້ອງ.

ເອກະສານປະກອບກິດຈະກຳ 1.1 :

ຜົນກະທົບຂອງການຖືພາໂດຍບໍ່ຕັ້ງໃຈໃນໄລຍະເປັນໄວໜຸ່ມ

ເດັກນ້ອຍທີ່ເກີດຈາກແມ່ທີ່ຍັງເປັນໄວໜຸ່ມ ຈະມີນ້ຳໜັກຕ່ຳກວ່າເດັກນ້ອຍທີ່ເກີດຈາກແມ່ທີ່ມີອາຍຸໄວສົມຄວນ. ບາງຄັ້ງເດັກຍິງໄວໜຸ່ມມີຄວາມຢ້ານກົວຕໍ່ການຖືພາ ແລະ ພະຍາຍາມເອົາລູກອອກແບບບໍ່ຖືກຕ້ອງດ້ວຍຫຼາຍຮູບແບບ ເຊິ່ງເປັນການທຳລາຍມົດລູກ, ເປັນຜົນສະທ້ອນຕໍ່ການຖືພາໃນຕໍ່ໜ້າ. ໃນຫຼາຍໆປະເທດການເອົາລູກອອກແມ່ນການເຮັດຜິດກົດໝາຍ.

ຖ້າວ່າຍິງໜຸ່ມທີ່ບໍ່ໄດ້ແຕ່ງງານຫາກຖືພາ, ພວກເຂົາອາດປະສົບກັບຄວາມທໍລະມານ ແລະ ມີຄວາມຊອກຊ້ຳທາງດ້ານຈິດໃຈ. ສັງຄົມ ແລະ ຄອບຄົວດູໝິ່ນ ຫຼື ບັງຄັບໃຫ້ເອົາລູກອອກ. ໝູ່ເພື່ອນອາດຈະບໍ່ພົວພັນ ແລະ ເວົ້າເຍາະເຍີ້ຍສຽດສີ, ອາດຈະບໍ່ສາມາດສືບຕໍ່ຮຽນໜັງສືອີກ. ພໍ່, ແມ່ ອາດຈະບັງຄັບໃຫ້ແຕ່ງງານກັບຜູ້ຊາຍທີ່ເຮັດໃຫ້ຖືພາ ຫຼື ກັບຜູ້ຊາຍທີ່ຕົນບໍ່ໄດ້ຮັກມາກ່ອນ. ເພື່ອຫຼີກລຽງຈາກຄວາມອັບອາຍ, ການເຍາະເຍີ້ຍ. ການແຕ່ງງານແບບນີ້ອາດນຳໄປສູ່ບັນຫາຕ່າງໆ ເພາະວ່າທັງສອງຄົນບໍ່ທັນມີຄວາມພ້ອມທີ່ຈະຮັບໜ້າທີ່ໃນການເປັນ ພໍ່, ແມ່, ຜູ້ປົກຄອງ. ພວກເຂົາອາດບໍ່ມີອາຊີບ ຫຼື ບໍ່ມີລາຍໄດ້ ແລະ ອາດຈະບໍ່ມີ ຄວາມສາມາດລ້ຽງດູເອົາໃຈໃສ່ຄອບຄົວ ແລະ ລູກນ້ອຍໄດ້ .

ຜົນກະທົບຂອງການຖືພາໃນໄລຍະເປັນໄວໜຸ່ມສ່ວນໃຫຍ່ຈະແມ່ນເດັກຍິງ, ວິທີທາງທີ່ດີທີ່ສຸດເພື່ອຫຼີກລຽງບັນຫານີ້ຕ້ອງຫຼີກເວັ້ນການມີເພດສຳພັນກັນ. ຖ້າວ່າສອງຄົນຕົກລົງເຫັນດີນຳກັນ, ເຂົາເຈົ້າຄວນສົນທະນາກ່ຽວກັບການຄຸມກຳເນີດ ແລະ ຫາວິທີປ້ອງກັນ ໂດຍການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ, ກິນຢາຄຸມກຳເນີດ ແລະ ອື່ນໆ. ເພື່ອຊຸກຍູ້ເຮັດກິດຈະກຳນີ້ຕ້ອງເກັບກຳຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບແບບແຜນຂອງສັງຄົມ ແລະ ການປະຕິບັດຕົນໃນເວລາຖືພາ. ໄປເອົາຂໍ້ມູນນຳຄຼີນິກ, ສູນໃຫ້ຄຳປຶກສາ ແລະ ໃຫ້ຄຳແນະນຳແກ່ ຍິງໜຸ່ມ, ຊາຍໜຸ່ມ ໃນກໍລະນີຖືພາ. ແຕ່ຕ້ອງຮັບຮູ້ກ່ຽວກັບວັດທະນະທຳ , ຮີດຄອງປະເພນີ ແລະ ສາສະໜາ ຂອງແຕ່ລະຄົນນຳອີກ.

ເອກະສານປະກອບກິດຈະກຳ 1.2a

ການຮັບຮູ້ກ່ຽວກັບພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ

ຕາຕະລາງຂ້າງລຸ່ມນີ້ໃຊ້ເພື່ອເຮັດກິດຈະກຳ 2 ແລະ ໃຊ້ໄວ້ເປັນເອກະສານອ່ານເສີມຫຼັງຈາກເຮັດກິດຈະກຳນີ້ແລ້ວ, ໃຊ້ຄຳຖາມ ແລະ ຄຳຕອບໃນຕາຕະລາງເພື່ອເຮັດບົດຝຶກຫັດ ໂດຍໃຫ້ເລືອກຄຳຕອບ ຂອງອາການທີ່ສະແດງອອກໃຫ້ຖືກກັບພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ.

ຕາຕະລາງ : ລາຍຊື່ ແລະ ອາການຂອງພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ

ຊື່ຂອງພະຍາດ	ອາການທີ່ສະແດງອອກ
ກາມມະໂລກ Syphillis	ໜັງຫຸ້ມອະໄວຍະວະແຂງດ້ານ, ບໍ່ເຈັບປວດ, ເບິ່ງຄືວ່າສະອາດ, ເປັນບາດແຜຕາມອະໄວຍະວະເພດຊາຍ ແລະ ຍິງ, ມີໄຂ້ປະຈຳ, ເຈັບຄໍ, ຜົມລົ່ນເປັນບ່ອນ, ມີຕຸ່ມຕາມຝາມື, ພື້ນຕີນ, ໜ້າເອິກ ແລະ ຫຼັງ (ກາມມະໂລກ)
ແຜຣິມອ່ອນ Chancroids	ມີບາດແຜ, ເຈັບ, ຕ່ອມກະດັນຂາ (Lymph) ໄຄ່ ແລະ ເຈັບຂ້າງດ່ຽວ (ເປັນເຊື້ອຈຸລະໂລກ)
ຕຸ່ມໃສອະໄວຍະວະເພດ Herpes Genitals	ມີແຜຫຼາຍບ່ອນ, ແຜບໍ່ເລິກ, ປົວຍາກ, ເຈັບປວດຫຼາຍມີອາການໄຂ້, ຍ່ຽວຍາກ (ເປັນເຊື້ອຈຸລະໂລກ).
ໂລກໜອງໃນແທ້ Gonorrhea	ຈະມີນ້ຳຢາງເຫຼືອງໄຫຼອອກຈາກອະໄວຍະວະເພດຊາຍ ແລະ ຍິງ, ເຈັບໃນເວລາຍ່ຽວ ແລະ ເວລາຮ່ວມເພດ (ເປັນເຊື້ອກາມມະໂລກ)
ໂລກໜອງໃນທຽມ Chlamydia	ມີການໄຫຼຂອງສິ່ງເປິະເປື້ອນຢ່າງຜິດປົກກະຕິຈາກອະໄວຍະວະເພດ ຍິງ-ຊາຍ, ມີເລືອດອອກ, ເຈັບໃນເວລາຮ່ວມເພດ ແລະ ຍ່ຽວ (ເປັນເຊື້ອກາມມະໂລກ).
ຕັບອັກເສບບີ Hepatitis B	ການຕິດເຊື້ອຮ້າຍແຮງຈະມີອາການສະແດງອອກດັ່ງນີ້: ບໍ່ຢາກກິນເຂົ້າ, ວິນຫົວ, ປວດຮາກເປັນໄຂ້, ເຈັບຄໍ , ຄໍ່ໄຄ່, ຍ່ຽວເປັນສີຂຸ້ນດຳ, ເຈັບບໍລິເວນທ້ອງນ້ອຍ (ເປັນເຊື້ອຈຸລະໂລກ).
ທໍ່ສົ່ງປັດສະວະອັກເສບ	ເຈັບໃນເວລາຍ່ຽວ, ອາດມີນ້ຳໜອງ / ນ້ຳຢາງເຫຼືອງໄຫຼອອກຈາກອະໄວຍະວະເພດຊາຍ-ຍິງ (ເປັນເຊື້ອກາມມະໂລກ).
ຕ່ອມໝາກອັນທະໄຄ່ Proctosis	ຄັນ, ແສບບໍລິເວນຮູທະວານ, ມີໜອງ / ນ້ຳຢາງເຫຼືອງໃນອາຈົມ, ເຈັບປານກາງຫາແຮງໃນເວລາທີ່ລຳໄສ້ເໜັງຕີງ, ອາດມີອາການຖອກທ້ອງ ແລະ ໄຂ້ ເຊິ່ງ 3 ໃນ 10 ຄົນ ອາດຈະບໍ່ມີການສະແດງອາການໃດໆ ອອກມາ.
ຫອນໄກ່	ມີເກັດຕາມໜັງບໍລິເວນຮູທະວານ ຫຼື ອະໄວຍະວະເພດຊາຍ-ຍິງ (ເປັນເຊື້ອຈຸລະໂລກ)
ໂລນ (Grabs)	ໝັດ, ເມັນໃນບໍລິເວນທີ່ມີຂົນຂອງລຳຕົວເຮັດໃຫ້ມີອາການຄັນ,ໂດຍສະເພາະຍາມກາງຄືນ (ເປັນເຊື້ອກາຝາກ).
ຂີ້ຫິດ Scabies	ເປັນຕຸ່ມແດງຄັນໃນມື, ອະໄວຍະວະເພດ ຊາຍ-ຍິງ, ໜ້າເອິກ, ຫຼັງ (ເປັນເຊື້ອກາຝາກ).
ເຊື້ອໂລກເອດ (HIV)	ທຳລາຍລະບົບພູມຕ້ານຂອງຮ່າງກາຍ, ບໍ່ສາມາດປົວໄດ້ກາຍເປັນໂລກເອດ.

ເອກະສານປະກອບກິດຈະກຳ 1.2 b

ຮູ້ຈັກພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs)

ຄຳສັບ STDs (Sexual Transmitted Diseases) ໝາຍເຖິງພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ. STI (Sexual Transmitted Infections) ໝາຍເຖິງການຕິດເຊື້ອພະຍາດຈາກການມີເພດສຳພັນ. UTI (Urinary Tract Infection) ໝາຍເຖິງການຕິດເຊື້ອຈາກລະບົບທາງເດີນປັດສະວະ ແລະ RTI (Reproductive Tract Infection) ໝາຍເຖິງການຕິດເຊື້ອທາງລະບົບສືບພັນ. ໃນນັ້ນການຕິດເຊື້ອຂອງ RTI ແລະ UTI ບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງມີເພດສຳພັນເທົ່ານັ້ນ.

ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ(STIs) ແມ່ນພະຍາດຕິດຕໍ່ ແລະ ແຜ່ລະບາດຈາກຄົນໜຶ່ງໄປສູ່ອີກຄົນໜຶ່ງ ໂດຍຜ່ານການມີເພດສຳພັນກັບຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອທີ່ບໍ່ມີການປ້ອງກັນ. ການມີເພດສຳພັນທີ່ບໍ່ມີການປ້ອງກັນລວມດ້ວຍການມີເພດສຳພັນທາງຊ່ອງຄອດ, ທາງປາກ ແລະ ທາງຮູທະວານ.

ວິທີການຕິດຕໍ່ຂອງພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STDs)

1. ຖ້າວ່າຄົນຜູ້ໜຶ່ງມີເພດສຳພັນກັບຄູ່ນອນທີ່ມີເຊື້ອພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs), ນັບທັງການມີເພດສຳພັນທາງຊ່ອງຄອດ, ທາງປາກ ຫຼື ທາງຮູທະວານມັນກໍຈະພາໃຫ້ຕິດເຊື້ອພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs) ໄດ້.
2. ການຕິດຕໍ່ຂອງພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STDs) ຕ້ອງຜ່ານເນື້ອເຫຍື່ອໂດຍກົງ ຫຼືວ່າ ຜ່ານບາດແຜທີ່ມີເລືອດ, ນ້ຳເຊື້ອ ຫຼື ນ້ຳເມືອກ ຂອງຄົນຕິດເຊື້ອ.

ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STDs) ບາງຊະນິດສາມາດຕິດຕໍ່ໄດ້ໂດຍ:

1. ໃຊ້ເຂັມສັກຢາທີ່ຕິດເຊື້ອຮ່ວມກັນ (ກາມມະໂລກ, ຕັບອັກເສບ B, C, D ແລະ G, ເຊື້ອໂລກເອດ).
2. ການສົ່ງເລືອດຂອງຄົນທີ່ມີເຊື້ອ (ກາມມະໂລກ, ຕັບອັກເສບ B, C, D ແລະ G, ເຊື້ອໂລກເອດ).
3. ແມ່ທີ່ຕິດເຊື້ອຕິດຕໍ່ໃສ່ລູກ (ກາມມະໂລກ, ຕັບອັກເສບ B, C, D ແລະ ເຊື້ອໂລກເອດ).

ເປັນຫຍັງ? ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STDs) ຍັງບໍ່ທັນໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວ

1. ຜູ້ຊາຍ ແລະ ແມ່ຍິງ ທີ່ຕິດເຊື້ອພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ ແລະ ໂລກເອດ ຍັງບໍ່ທັນມີອາການ, ສະນັ້ນເຂົາເຈົ້າຈຶ່ງບໍ່ໄປຊອກປິ່ນປົວ.
2. ການໄປປິ່ນປົວຢູ່ໂຮງໝໍ ແລະ ຄຼີນິກກ່ຽວກັບກໍລະນີຕ່າງໆ ຂອງພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນຍັງບໍ່ທັນມີການລາຍງານຫຼາຍ.
3. ຕາມປົກກະຕິຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs) ກ່ອນອື່ນຈະໄປຫາຜູ້ໃຫ້ຄຳແນະນຳກ່ຽວກັບສຸຂະພາບກ່ອນ ເພື່ອເປັນທາງເລືອກ ຫຼື ຊື້ຢາຈາກຮ້ານຂາຍຢາມາກິນໂດຍບໍ່ມີການແນະນຳ ແລະສັ່ງຢາຈາກທ່ານໝໍ.

ເວລາໃດຄົນເຮົາມີຄວາມສ່ຽງໃນການຕິດເຊື້ອພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs)?

1. ເວລາມີເພດສຳພັນກັບຫຼາຍໆຄົນ
2. ເວລາມີເພດສຳພັນໂດຍບໍ່ມີການປ້ອງກັນ (ບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອານາໄມ)

ຄວາມບໍ່ເຂົ້າໃຈບັນຫາຕ່າງໆ ກ່ຽວກັບພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs)

1. ມີເພດສຳພັນທາງຊ່ອງຄອດ ແມ່ຍິງ ຫຼື ຜູ້ຊາຍຕ້ອງພ້ອມກັນປິ່ນປົວພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs).
2. ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs) ຕິດຕໍ່ກັນໄດ້ດ້ວຍການໃຊ້ຫ້ອງນ້ຳຮ່ວມກັນ.
3. ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs) ຕິດຕໍ່ກັນໄດ້ດ້ວຍການອາບນ້ຳໃນສະອາບນ້ຳ ດຽວກັນ.
4. ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs) ຕິດຕໍ່ກັນໄດ້ດ້ວຍການນອນຮ່ວມກັນ.
5. ແມງໄມ້ກັດຕອດສາມາດຕິດເຊື້ອພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs).
6. ງູໃຫຍ່ກັດສາມາດຕິດເຊື້ອພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs).
7. ເຮົາສາມາດຕິດເຊື້ອພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs)ໄດ້ດ້ວຍການນັ່ງບ່ອນຂອງຄົນເຈັບທີ່ມີເຊື້ອພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs).
8. ເຮົາສາມາດຕິດເຊື້ອພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ(STIs) ຖ້າວ່າເຮົາໄປຍ່ຽວໃສ່ບ່ອນທີ່ຜູ້ຕິດເຊື້ອພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນໄດ້ຍ່ຽວໃສ່ກ່ອນແລ້ວ.

ອາການທົ່ວໄປທີ່ສະແດງອອກຂອງພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs)

1. ແສບ/ເຈັບເວລາຍ່ຽວ/ຍ່ຽວຍັດ.
2. ມີໜອງຢູ່ອະໄວຍະວະເພດ / ເປັນບາດ / ເຈັບ / ບໍ່ເຈັບ.
3. ໝາກກະດັນຂາໄຄ່.
4. ຄັນໃນບໍລິເວນກົກຂາ.
5. ມີຕຸ່ມຕາມຕົນຕົວແຕ່ບໍ່ຄັນ.
6. ມີຕຸ່ມຢູ່ອ້ອມຮອບອະໄວຍະວະເພດ ຊາຍ-ຍິງ ແລະ ບໍລິເວນຮູທະວານ.
7. ອາການຄືເປັນໄຂ້ຫວັດ, ມີໄຂ້, ເຈັບປວດຕາມຕົນໂຕ ແລະ ເຈັບຫົວ.

ແມ່ຍິງ

1. ມັກມີນ້ຳໄຫຼອອກຈາກຊ່ອງຄອດ (ສີເຫຼືອງ, ຄ້າຍຄືໜອງ, ມີກິ່ນເໝັນ, ມີເລືອດ).
2. ເຈັບທ້ອງນ້ອຍ.
3. ມີເລືອດອອກຈາກຊ່ອງຄອດບາງຄັ້ງຄາວ.
4. ເຈັບ / ຄັນອ້ອມ ໆ ອະໄວຍະວະເພດ.
5. ເວລາຮ່ວມເພດເຈັບປວດ.

ຜູ້ຊາຍ

1. ມີໜອງຍ້ອຍອອກຈາກອະໄວຍະວະເພດຊາຍ
2. ກົກຂາ/ແອບແອຂາໄຄ່
3. ຖົງອັນທະໄຄ່ ແລະ ເຈັບ

ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs) ອາດຈະບໍ່ມີອາການສະແດງອອກ

ຕາມປົກກະຕິຈະເຫັນອາການໃນຜູ້ຊາຍ, ແມ່ຍິງ, ບາງຄັ້ງການຕິດເຊື້ອຍັງບໍ່ທັນມີການສະແດງອາການອອກມາ ແລະ ຈະສັງເກດເຫັນໄດ້ກໍຕໍ່ເມື່ອຫຼັງຈາກກວດຜູ້ຊາຍ ແລະ ບົ່ງມະຕິວ່າຕິດເຊື້ອພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs) ຫຼື ບໍ່ ?

ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs) ຈະບໍ່ແຜ່ຂະຫຍາຍດ້ວຍ:

ໃຊ້ຫ້ອງນ້ຳສາທາລະນະ, ແມງໄມ້ກັດ/ຕອດ, ການຊ່ວຍຕົນເອງ, ກິນອາຫານຮ້ອນ, ເລືອດບໍ່ດີ, ເຮັດວຽກຢູ່ບ່ອນທີ່ມີອາກາດຮ້ອນ.

ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs) ບໍ່ສາມາດປິ່ນປົວໄດ້ດ້ວຍ:

ການກິນອາຫານປະເພດໃດໜຶ່ງ, ໃຊ້ນ້ຳມັນທາ, ຮ່ວມເພດກັບເດັກຍິງ/ຊາຍທີ່ບໍລິສຸດ.

ການສະແດງອາການແຊກຊ້ອນຂອງພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs) ທີ່ບໍ່ໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວ.

1. ພະຍາດທີ່ເກີດໃນບໍລິເວນທ້ອງນ້ອຍມົດລູກໄຄ່, ທໍ່ສົ່ງໄຂ່ ແລະ ຮວຍໄຂ່ອັກເສບເຮັດໃຫ້ເຈັບໃນບໍລິເວນທ້ອງນ້ອຍ, ມີໜອງໄຫຼອອກມາຈາກອະໄວຍະວະເພດ ແລະ ເປັນໄຂ້.
2. ມີລູກນອກພົກ.
3. ຫຼຸລູກ, ລູກເກີດກ່ອນກຳນົດ, ຕາຍໃນໄວເດັກ (ອາດຕາຍໃນທ້ອງແມ່ເວລາຖືພາ)
4. ມີຜົນກະທົບຕໍ່ດວງຕາຂອງເດັກເກີດໃໝ່ - ຕາບອດ (ຍ້ອນພະຍາດໜອງໃນ).
5. ທຳລາຍອະໄວຍະວະສືບພັນທັງ ຍິງ-ຊາຍ.
6. ເດັກເກີດມາຜິດປົກກະຕິ.
7. ມະເຮັງມົດລູກ.
8. ເຈັບແອບແອຂາ / ເຈັບຂາໜີບ.
9. ຕາຍຍ້ອນຊຶມເຊື້ອ, ການມີລູກນອກພົກ ຫຼື ມະເຮັງປາກມົດລູກ.

ສາຍພົວພັນລະຫວ່າງພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ ແລະ ໂລກເອດ

- ເສັ້ນທາງການຕິດຕໍ່ຂອງພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs) ຄືກັນກັບເສັ້ນທາງການຕິດຕໍ່ຂອງເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).
- ວິທີການປ້ອງກັນພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs) ແລະ ພຶດຕິກຳຕ່າງໆ ກໍຄືກັນກັບການປ້ອງກັນການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ(HIV).
- ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs) ມີໂອກາດເຮັດໃຫ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ສູງຂຶ້ນ(10 ເທົ່າໃນກໍລະນີທີ່ອະໄວຍະເພດມີບາດແຜ, 5 ເທົ່າໃນກໍລະນີອະໄວຍະເພດມີໜອງຍ້ອຍ).
- ຖ້າວ່າຄົນຕິດເຊື້ອພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນມີບາດແຜໃໝ່ໆ ຈະມີຄວາມສ່ຽງໃນການຕິດເຊື້ອພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນຊະນິດອື່ນໄດ້ສູງຂຶ້ນ.
- ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນບາງຊະນິດສາມາດປິ່ນປົວໄດ້ແຕ່ວ່າໂລກເອດ (HIV / AIDS) ບໍ່ສາມາດປິ່ນປົວໄດ້.

- ໂດຍທົ່ວໄປແລ້ວການປິ່ນປົວຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນຕ້ອງເອົາໃຈໃສ່ປິ່ນປົວໃຫ້ດີ.
- ຄົນສ່ວນຫຼາຍມີຄວາມສ່ຽງໃນການຕິດເຊື້ອພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs) ກໍຄືການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).
- ການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມແມ່ນວິທີການປ້ອງກັນທີ່ດີທີ່ສຸດຕໍ່ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ແລະ ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs).
- ການປິ່ນປົວພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນໃນຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ແມ່ນອັນຕະລາຍ ແລະ ຫຍຸ້ງຍາກຫຼາຍ ຍ້ອນວ່າລະດັບຄວາມຕ້ານທານຂອງຮ່າງກາຍຕໍ່ພະຍາດເຫຼົ່ານີ້ຕ່ຳຫຼາຍ.
- ການປ້ອງກັນພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (STIs) ແມ່ນໜຶ່ງໃນຍຸດທະວິທີຫຼັກໃນການຕໍ່ສູ້ການລະບາດຂອງໂລກເອດ (HIV / AIDS).

ບົດທີ 2
ຄວາມຈິງທີ່ເປັນພື້ນຖານກ່ຽວກັບໂລກເອດ (HIV/AIDS)

ເວລາ : 2 ຊົ່ວໂມງ 30 ນາທີ

ພາກສະເໜີ :

ເນື້ອໃນຂອງ ບົດທີ 2 ນີ້ ມີຄວາມສຳຄັນເພື່ອໃຫ້ນັກສຶກສາຄູມີຄວາມຮັບຮູ້ກ່ຽວກັບຄວາມໝາຍຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ລວມທັງສະພາບ ແລະ ພຶດຕິກຳທີ່ພົວພັນເຖິງຄວາມສ່ຽງສູງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV/AIDS) .

ປັດຈຸບັນຄົນສ່ວນຫຼວງຫຼາຍຢາກຮູ້ວ່າເປັນຫຍັງໂລກເອດຈຶ່ງຕິດຕໍ່ໃສ່ພວກເຂົາ ແລະ ຕິດຕໍ່ໄດ້ແນວໃດ? ພະຍາດດັ່ງກ່າວນີ້ສ່ວນໃຫຍ່ແລ້ວແມ່ນເກີດຂຶ້ນຢູ່ໃນປະເທດດ້ອຍພັດທະນາ ແລະ ມີລະດັບການສຶກສາຕ່ຳ, ແຕ່ໂລກເອດກໍເກີດຂຶ້ນກັບສັງຄົມ ແລະ ຊົນຊັ້ນທີ່ຮັ່ງມີໄດ້ເຊັ່ນດຽວກັນ. ເຊື້ອໂລກເອດສາມາດຕິດຕໍ່ໃສ່ຄົນເຮົາໄດ້ໂດຍບໍ່ຈຳແນກອາຍຸ, ຊົນຊັ້ນ, ເຊື້ອຊາດ, ສາສະໜາ ແລະ ເສດຖະກິດສັງຄົມ . ພຶດຕິກຳທີ່ສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດໃນປະຈຸບັນແມ່ນ: ການຮ່ວມເພດທີ່ບໍ່ມີການປ້ອງກັນ (ບໍ່ໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມ), ໃຊ້ເຂັມສັກຢາເສບຕິດເຂົ້າເສັ້ນເລືອດຮ່ວມກັນ. ເນື້ອໃນລະອຽດຄວາມເປັນຈິງກ່ຽວກັບໂລກເອດ (HIV/AIDS) ແມ່ນພວກເຮົາຈະໄດ້ຮຽນຮູ້ໃນກິດຈະກຳຕ່າງໆ.

ກິດຈະກຳ 2.1 : ການແນະນຳຄວາມຮູ້ ແລະ ຄວາມຈິງກ່ຽວກັບໂລກເອດ (HIV/AIDS).

ເວລາ : 90 ນາທີ

ອຸປະກອນ : ເຈັ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່, ກາວ, ເຈັ້ຍສີແຜ່ນນ້ອຍ, ມີດຕັດ.

ຈຸດປະສົງ : ຫຼັງຈາກສຳເລັດກິດຈະກຳນີ້ແລ້ວນັກສຶກສາຄູຈະສາມາດ :

1. ໃຫ້ນິຍາມແລະຄວາມໝາຍຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS).
2. ອະທິບາຍໄດ້ກ່ຽວກັບຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV/AIDS) ແລະ ເປັນໂລກເອດ.
3. ອະທິບາຍໄດ້ກ່ຽວກັບການແຜ່ລະບາດຂອງ ໂລກເອດ (HIV/AIDS).

ວິທີການດຳເນີນ:

1. ອະທິບາຍຈຸດປະສົງຂອງແຕ່ລະກິດຈະກຳໃຫ້ແກ່ນັກສຶກສາຄູ.
2. ໃຫ້ນັກຮຽນຄູສົນທະນາ ແລະ ແລກປ່ຽນຄຳຄິດຄຳເຫັນຊຶ່ງກັນ ແລະ ກັນ. (ໃຊ້ເວລາ 30 ນາທີ).
3. ໃຊ້ຄຳຖາມຕໍ່ໄປນີ້ ເພື່ອເປັນຂໍ້ແນະນຳສຳລັບການສົນທະນາ:
   - ຖາມນັກສຶກສາຄູແຕ່ລະຄົນເພື່ອແລກປ່ຽນຄຳເຫັນວ່າເຂົາເຈົ້າໄດ້ຍິນກ່ຽວກັບໂລກເອດ (HIV/AIDS) ເປັນຄືແນວໃດ?
   - ຄັ້ງທຳອິດໄດ້ຍິນເມື່ອໃດ?
   - ໄດ້ຍິນມາຈາກໃສແດ່?

- ➢ ນັກຮຽນຄູມີຄວາມຮູ້ສຶກແນວໃດ?
4. ບັນທຶກທຸກໆຂໍ້ຕອບໄວ້ກະດານ ຫຼື ແຜ່ນເຈັ້ຍ.
5. ອ່ານແຕ່ລະຂໍ້ຕອບໃຫ້ລະອຽດ, ຈະແຈ້ງ, ຖາມນັກສຶກສາຄູຄືນວ່າແຕ່ລະຂໍ້ຕອບນັ້ນຖືກຕ້ອງ ຫຼື ຜິດ.
   (ເບິ່ງເອກະສານປະກອບກິດຈະກຳ 2.1b).
6. ກວດຄືນຄຳເຫັນທີ່ບໍ່ຖືກຕ້ອງ.
7. ໃຫ້ນັກຮຽນຄູບອກຊື່ຫຍໍ້ຂອງເອດ (AIDS) (ກຸ່ມອາການທີ່ເກີດຈາກພູມຕ້ານທານເສື່ອມ) ແລະ ຊື່ຫຍໍ້ຂອງເຊື້ອໂລກເອດ (HIV), (ເຊື້ອຈຸລະໂລກທີ່ເຮັດໃຫ້ພູມຕ້ານທານໃນຄົນເສື່ອມ).
8. ອ່ານແຕ່ລະຂໍ້ ແລະ ໃຫ້ນັກສຶກສາຄູບອກວ່າແຕ່ລະຂໍ້ນັ້ນ **ຖືກ** ຫຼື **ຜິດ.**
9. ຢາຍບັດຄຳ 2 ຫຼື 3 ແຜ່ນໃຫ້ນັກສຶກສາຄູແຕ່ລະຄົນ ແລ້ວ ໃຫ້ເຂົາເຈົ້າຂຽນ 2 - 3 ຄຳ ຫຼື 2 - 3 ປະໂຫຍກ, ເປັນຫຍັງຈຶ່ງຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບເຊື້ອໂລກເອດ (HIV / AIDS).
10. ຕິດບັດຄຳໃສ່ກະດານ

• ນຳພານັກສຶກສາຄູຫຼິ້ນເກມແລກນ້ຳ

ຈຸດປະສົງຂອງກິດຈະກຳ:

- ບອກຂໍ້ມູນທີ່ຖືກຕ້ອງໃນໂອກາດສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ.
- ສາມາດປະເມີນໂອກາດສ່ຽງຂອງຕົນເອງໃນຖານະໄວໜຸ່ມຕໍ່ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດຈາກການມີເພດສຳພັນ.
- ສາມາດກຳນົດທາງເລືອກໃນການປ້ອງກັນການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ປະເມີນຄວາມເປັນໄປໄດ້ຂອງທາງເລືອກທີ່ເຮັດໄດ້ໃນສະຖານະການຕ່າງໆ.

ອຸປະກອນ: ສານໂຊດຽມຮາຍດອກໄຊ, ນ້ຳສະອາດ, ຈອກນ້ອຍ(ຫຼອດແກ້ວ)ໃສ່ນ້ຳຈຳນວນ 2 ເທົ່າຂອງນັກສຶກສາຄູ, ທໍ່ດູດເທົ່າຈຳນວນນັກສຶກສາຄູ, ສານລະລາຍ ຟີນອຟທາລີນ, ກັບສຳລັບມ້ຽນຈອກນ້ຳ (ຫຼອດແກ້ວ)

ວິທີກຽມອຸປະກອນຫຼິ້ນເກມແລກນ້ຳ:

1. ໃສ່ສານ ໂຊດຽມຮາຍດອກໄຊ ໃນຈອກ(ຫຼອດແກ້ວ) 1 ໜ່ວຍ ປະມານ 1/4 ບ່ວງກາເຟ
2. ເອົານ້ຳສະອາດເທລົງໃສ່ຈອກ(ຫຼອດແກ້ວ) ໃຫ້ໄດ້ເຄິ່ງຈອກ (ຫຼອດແກ້ວ)
3. ເອົາຈອກ (ຫຼອດແກ້ວ) ທີ່ໃສ່ນ້ຳສະອາດໄວ້ 2 ຈອກ ແລ້ວເອົານ້ຳທີ່ໃສ່ສານໂຊດຽມຮາຍດອກໄຊປົນກັບຈຳນວນທີ່ເຫຼືອ
4. ເອົາທໍ່ດູດໃສ່ໄວ້ແຕ່ລະຈອກ (ຫຼອດແກ້ວ)
5. ກຽມຈອກເປົ່າ (ຫຼອດເປົ່າ) ອີກ 1 ຊຸດ ເທົ່າຈຳນວນນັກສຶກສາຄູວາງຮຽງກັນໄວ້ເພື່ອໃຫ້ແຕ່ລະຄົນແບ່ງນ້ຳອອກເພື່ອເກັບໄວ້ ໂດຍແຍກເປັນ 2 ຊຸດໆລະ 6 ຈອກ (ຫຼອດແກ້ວ)

ວິທີດຳເນີນ:

1. ສະເໜີເອົາອາສາສະໝັກ 6 ຄົນ, ຢາຍຫຼອດແກ້ວມີນ້ຳທີ່ໄດ້ແຍກໄວ້ 6 ໃຫ້ອາສາສະໝັກຈັບໄວ້ຄົນລະຫຼອດ, ໃຫ້ອາສາສະໝັກໃຊ້ທໍ່ດູດດູນນ້ຳອອກຈາກຫຼອດແກ້ວຂອງຕົວເອງປະມານເຄິ່ງໜຶ່ງໄປໄວ້ຫຼອດແກ້ວເປົ່າຄົນລະຫຼອດ, ແຍກຫຼອດນ້ຳຊຸດທີ 2 ຂອງອາສາສະໝັກໄວ້ຕ່າງຫາກ, ໃຫ້ອາສາສະໝັກໄປນັ່ງລວມກັນຢູ່ບ່ອນໜຶ່ງຕ່າງຫາກ ແລະ ແນະນຳອາສາສະໝັກວ່າບໍ່ຕ້ອງໄປແຕະຕ້ອງຫຼອດນ້ຳທີ່ເກັບໄວ້

2. ຢາຍຫຼອດແກ້ວທີ່ມີນ້ຳທີ່ເຫຼືອພ້ອມດ້ວຍ ທໍ່ດູດໃຫ້ນັກສຶກສາຄູທີ່ຍັງເຫຼືອ
3. ເມື່ອທຸກຄົນໄດ້ຫຼອດນ້ຳແລ້ວໃຫ້ແຕ່ລະຄົນສັງເກດນ້ຳໃນຫຼອດແກ້ວຂອງຕົນເອງວ່າມີຫຍັງແຕກຕ່າງຈາກຂອງໝູ່ ຫຼື ບໍ່?
4. ຈາກນັ້ນໃຫ້ແຕ່ລະຄົນໃຊ້ທໍ່ດູດໆນ້ຳອອກຈາກຫຼອດແກ້ວປະມານເຄິ່ງໜຶ່ງແລ້ວເອົາໄປໄວ້ໃນຫຼອດແກ້ວເປົ່າ, ໜຶ່ງຄົນຕໍ່ໜຶ່ງຫຼອດແກ້ວໂດຍລະວັງບໍ່ໃຫ້ສີດໃສ່ໃນຫຼອດທີ່ໝູ່ດູດໃສ່ແລ້ວ.
5. ເມື່ອທຸກຄົນເອົານ້ຳໄປໄວ້ໃນຫຼອດແກ້ວເປົ່າທີ່ແຍກໄວ້ແລ້ວໃຫ້ທຸກຄົນ(ຍົກເວັ້ນອາສາສະໝັກ)ມາຢືນເປັນວົງມົນ ໃຫ້ຝຶກໃຊ້ທໍ່ດູດໆນ້ຳໃນຫຼອດແກ້ວຂອງຕົນເອງໃຫ້ຄຸ້ນເຄີຍ, ສຳລັບອາສາສະໝັກໃຫ້ສັງເກດການຢູ່ນອກວົງ.
6. ອະທິບາຍການຫຼິ້ນກິດຈະກຳເທື່ອລະຂັ້ນຕອນໂດຍເຕືອນນັກສຶກສາຄູວ່າຂໍໃຫ້ຟັງຄຳສັ່ງໃຫ້ເຂົ້າໃຈ ແລະ ເຮັດຕາມເທື່ອລະຂັ້ນຕອນ.

ຮອບທີ 1:

ໃຫ້ນັກສຶກສາຄູເລືອກຈັບຄູ່ກັບໃຜກໍໄດ້ໃນວົງມົນເມື່ອໄດ້ຄູ່ແລ້ວໃຫ້ຢືນເປັນຄູ່ ແລ້ວ ຈາກນັ້ນໃຫ້ແຕ່ລະຄູ່ດູດນ້ຳໃນຫຼອດແກ້ວຂອງຕົນເອງປະມານເຄິ່ງໜຶ່ງແລ້ວເອົາໄປໃສ່ໃນຫຼອດແກ້ວຂອງຄູ່ຕົນເອງໃຫ້ສັງເກດເບິ່ງນ້ຳໃນຫຼອດແກ້ວມີຫຍັງປ່ຽນແປງບໍ່?.

ຮອບທີ 2 - 4:

ໃຫ້ນັກສຶກສາຄູຈັບຄູ່ກັນໃໝ່ເຖິງ 5 ຄັ້ງໂດຍແຕ່ລະຄັ້ງໃຫ້ປ່ຽນຄູ່ບໍ່ໃຫ້ຊ້ຳກັບຄົນເກົ່າທີ່ເຄີຍແລກນ້ຳກັນແລ້ວໃນແຕ່ລະຮອບ, ຄູສອນແນະນຳໃຫ້ທຸກຄົນຈັບຄູ່ກ່ອນເພື່ອໃຫ້ແນ່ໃຈວ່າທຸກຄົນມີຄູ່ທີ່ຍັງບໍ່ເຄີຍແລກນ້ຳກັນ. ການແລກນ້ຳກັນ (ເຮັດຄືຄັ້ງທີ 1) ຄູສອນສັງເກດໄປພ້ອມທັງຖາມທຸກຮອບວ່ານ້ຳໃນຫຼອດແກ້ວມີການປ່ຽນແປງ ຫຼື ບໍ່?.

ຮອບທີ 5:

ໃຫ້ອາສາສະໝັກທັງ 6 ຄົນເຂົ້າມາຮ່ວມຫຼິ້ນກັບນັກສຶກສາຄູຜູ້ອື່ນໆ ໂດຍໃຫ້ອາສາສະໝັກເລືອກຈັບຄູ່ກັບໃຜກໍໄດ້ໃນວົງມົນແຕ່ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ອາສາສະໝັກຈັບຄູ່ກັນເອງເມື່ອອາສາສະໝັກຈັບຄູ່ໄດ້ແລ້ວໃຫ້ທີ່ເຫຼືອຈັບຄູ່ກັນເອງ (ຈະເປັນຄົນໃໝ່ ຫຼື ຄົນທີ່ເຄີຍແລກນ້ຳກັນແລ້ວກໍໄດ້) ເມື່ອທຸກຄົນໄດ້ຄູ່ຄົບແລ້ວໃຫ້ແລກນ້ຳກັນຈາກນັ້ນໃຫ້ທຸກຄົນກັບຄືນບ່ອນເກົ່າໂດຍນຳເອົາຫຼອດແກ້ວໄປວາງໄວ້ຕໍ່ໜ້າຕົນເອງ.

7. ອາຈານສອນສົນທະນາກັບນັກສຶກສາຄູ:
   - ກິດຈະກຳ " ແລກນ້ຳ " ທີ່ຫາກໍຫຼິ້ນໄປແລ້ວນັ້ນປຽບທຽບກັບ ພຶດຕິກຳອັນໃດແດ່? ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບ ໂລກເອດ (HIV/AIDS).

     [ການແລກນ້ຳໃນກິດຈະກຳນີ້ປຽບເໝືອນການມີເພດສຳພັນທີ່ມີການສຳພັດນ້ຳເມືອກຂອງກັນ ແລະ ກັນ] <u>ສຳລັບຄຳຕອບນີ້ເອົາໄວ້ສະຫຼຸບຫຼັງຈາກນັກສຶກສາຄູຕອບໝົດແລ້ວ</u>
   - ນັກຮຽນຄິດວ່າການແລກນ້ຳທີ່ຜ່ານມາເປັນເພດສຳພັນແບບໃດ? ແລະມີໂອກາດສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV)ໄດ້ ຫຼື ບໍ່ ? ຖ້າໄດ້ແມ່ນແນວໃດ?

     [ການແລກນ້ຳໃນກິດຈະກຳນີ້ປຽບເໝືອນການມີເພດສຳພັນທີ່ບໍ່ມີການປ້ອງກັນ ແລະ ມີຫຼາຍຄົນມີໂອກາດສ່ຽງຫາກໄດ້ແລກນ້ຳ ຫຼື ມີເພດສຳພັນກັບຄົນທີ່ມີເຊື້ອໂລກເອດ (HIV)]
   - ຖ້າປຽບທຽບຫຼອດນ້ຳທີ່ທຸກຄົນໃນວົງມົນນີ້ມີກັບຄົນໃນສັງຄົມທີ່ມີເພດສຳພັນ ແລະ ຖ້າຄົນທີ່ຢູ່ໃນວົງມົນນີ້ມີຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ຢູ່ນຳນັກສຶກສາຄູບອກໄດ້ບໍ່ວ່າມີໃຜແດ່?

[ເຮົາບໍ່ສາມາດເບິ່ງຮູບຮ່າງພາຍນອກໄດ້ວ່າໃຜຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ເຊິ່ງກໍຄືກັບນໍ້າໃສໆໃນຫຼອດແກ້ວທີ່ຄືກັນທຸກຫຼອດເຮົາບໍ່ຮູ້ວ່າມີສິ່ງໃດປະປົນຢູ່ໃນນັ້ນ]

- ເມື່ອເບິ່ງຈາກຮູບຮ່າງພາຍນອກເຮົາບໍ່ຮູ້ວ່າໃຜແດ່?ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ(HIV) ມີວິທີໃດແດ່ ? ທີ່ຈະຮູ້ໄດ້ວ່າຄົນຜູ້ນັ້ນຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).

[ຄູສອນສະຫຼຸບໃຫ້ເຫັນວ່າມີພຽງວິທີດຽວເທົ່ານັ້ນທີ່ຈະຮູ້ໄດ້ຢ່າງແນ່ນອນວ່າໃຜມີເຊື້ອໂລກເອດຄືການໄປກວດເລືອດຊອກຫາເຊື້ອໂລກເອດ(HIV)].

8. ຈາກການແລກນໍ້າໃຜຄິດວ່າຕົນເອງມີໂອກາດສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດເພາະເຫດໃດ?
9. ໃຜສະໝັກໃຈຕ້ອງການກວດຫາເຊື້ອຈາກນໍ້າໃນຫຼອດແກ້ວຂອງຕົນເອງ, ຄູສອນນໍາສານລະລາຍ ***ຟີນອຟທາລີນ*** ຢອດໃສ່ຫຼອດແກ້ວນໍ້າຂອງຜູ້ສະໝັກກວດຫາເຊື້ອ, ໂດຍອະທິບາຍວ່າຖ້ານໍ້າປ່ຽນສີເປັນສີແດງສະແດງວ່າຫຼອດແກ້ວນັ້ນມີເຊື້ອໂລກເອດ (HIV)(ໂດຍທຽບກັບເຊື້ອໂລກເອດ).
   - ຖາມເຈົ້າຂອງຫຼອດແກ້ວນໍ້າທີ່ປ່ຽນສີແດງວ່າຄິດວ່າເປັນຫຍັງນໍ້າໃນຫຼອດແກ້ວຂອງຕົນເອງຈຶ່ງປ່ຽນສີ ?
   - ຖາມທຸກຄົນວ່າເມື່ອເຫັນຫຼອດທໍາອິດປ່ຽນສີໃຜຄິດວ່ານໍ້າໃນຫຼອດຂອງຕົນເອງຈະປ່ຽນສີແດ່? ຍ້ອນຫຍັງ? ແລະ ຕ້ອງການກວດ ຫຼື ບໍ່ ເມື່ອກວດພົບຫຼອດທີ 2 ໃຫ້ຖາມຄືເກົ່າວ່າ ຍ້ອນຫຍັງ ? ຫຼອດນໍ້າຈຶ່ງປ່ຽນສີ ສຸ່ມກວດ 3-4 ຄົນທີ່ບອກວ່າແລກນໍ້າກັນ.
10. ຄູສອນບອກນັກສຶກສາວ່າທຸກຄົນຕ້ອງໄດ້ກວດຫາເຊື້ອໂລກເອດຍົກເວັ້ນອາສາສະໝັກຢອດຟີນອຟທາລີນ ໃນຫຼອດນໍ້າຂອງທຸກຄົນ ເລືອກຖາມຄົນທີ່ຫຼອດນໍ້າປ່ຽນສີວ່າ ຄິດວ່າໄດ້ຮັບມາຈາກໃຜ ເພີ່ມຕື່ມອີກ 2-3 ຄົນ
11. ສະຫຼຸບຈໍານວນຫຼອດນໍ້າທີ່ປ່ຽນສີ
12. ກ່ອນກວດອາສາສະໝັກອາຈານສອນ ຖາມນັກສຶກສາວ່າ:
   - ອາສາສະໝັກແລກນໍ້າຈັກຄັ້ງ ຄິດວ່າມີໂອກາດໄດ້ຮັບເຊື້ອ ຫຼື ບໍ່? ຍ້ອນສາເຫດໃດ? (ອາຈານສອນເນັ້ນວ່າອາສາສະໝັກໄດ້ຫຼິ້ນພຽງຮອບດຽວອາດຕິດເຊື້ອໄດ້ເພາະແລກກັບຄົນທີ່ມີນໍ້າປ່ຽນສີໄປແລ້ວ)
   - ອາສາສະໝັກໃນກິດຈະກໍານີ້ອາດເປັນຕົວແທນຂອງໃຜ? ຫຼື ພຶດຕິກໍາແນວໃດແດ່?(ອະທິບາຍເສີມວ່າອາສາສະໝັກໄດ້ຫຼິ້ນພຽງຮອບດຽວເປັນຕົວແທນຂອງຄົນທີ່ມີເພດສໍາພັນພຽງຄັ້ງດຽວ ມີເພດສໍາພັນຄັ້ງທໍາອິດ ຫຼື ຄົນທີ່ມີເພດສໍາພັນກັບຄົນດຽວທີ່ເຮົາອາດຄິດເຖິງ ເຊັ່ນ: ແມ່ບ້ານ, ຄົນຮັກດຽວໃຈດຽວ, ຄົນທີ່ມີຄູ່ຄົນດຽວ ເປັນຕົ້ນ)
13. ກວດຫຼອດນໍ້າຂອງອາສາສະໝັກທຸກຄົນ ແລະ ສະຫຼຸບຈໍານວນຫຼອດນໍ້າຂອງອາສາສະໝັກທີ່ປ່ຽນສີ
14. ຖາມນັກສຶກສາວ່າ :
   - ການມີເພດສໍາພັນຄັ້ງທໍາອິດກັບຄົນໆດຽວປອດຈາກການຕິດເຊື້ອໂລກເອດຫລືບໍ່ ?
   - ເປັນຫຍັງການມີເພດສໍາພັນພຽງຄັ້ງດຽວກັບຄົນໆດຽວຈຶ່ງມີໂອກາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດໄດ້ ?
15. ເຖິງແມ່ນວ່າອາສາສະໝັກໄດ້ແລກນໍ້າພຽງຄັ້ງດຽວກໍມີໂອກາດໄດ້ຮັບເຊື້ອເຊັ່ນກັນ ຂຶ້ນກັບວ່າໄດ້ແລກນໍ້າກັບໃຜ.

ສະຫຼຸບແລ້ວ: ການແຜ່ເຊື້ອໂລກເອດຜ່ານທາງເພດສຳພັນເປັນຊ່ອງທາງຫຼັກຂອງການລະບາດໃນຂະນະນີ້, ແຕ່ເປັນເລື່ອງທີ່ຄົນສ່ວນຫຼາຍບໍ່ໄດ້ຄິດວ່າຕົນເອງຈະມີໂອກາດທີ່ຈະຮັບເຊື້ອໄດ້. ພວກເຮົາບໍ່ສາສາມາດຮູ້ໄດ້ຈາກຮູບຮ່າງພາຍນອກວ່າໃຜມີເຊື້ອໂລກເອດ. ທາງອອກທີ່ດີແລ້ວການມີເພດສຳພັນທີ່ປອດໄພຕ້ອງໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ.

ການປະເມີນຜົນ : ຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ແລະ ໂລກເອດ (HIV/AIDS)
ອາການຂອງການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ແລະ ສາເຫດການເປັນໂລກເອດ(HIV/AIDS).

ຜົນໄດ້ຮັບຂອງການຮຽນ: ຄວາມຮູ້ ແລະ ຄວາມເຂົ້າໃຈກ່ຽວກັບ ໂລກເອດ (HIV/AIDS).

ຂໍ້ແນະນຳສຳລັບຄູຝຶກ:

1. ສົມມຸດວ່ານັກຮຽນຄູໄດ້ຮຽນໃນຊົ່ວໂມງຮຽນເລື່ອງໂລກເອດ (HIV/AIDS). ເຂົາເຈົ້າຮູ້ບາງຂໍ້ມູນແຕ່ພວກເຂົາຍັງມີຄວາມເຂົ້າໃຈຜິດກ່ຽວກັບເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ຢູ່. ຄຳຕອບນີ້ໄດ້ມາຈາກການລະດົມສະໝອງເຊິ່ງເປັນພຽງແຕ່ຂໍ້ແນະນຳເທົ່ານັ້ນ, ແຕ່ຍັງບໍ່ແມ່ນຄຳຕອບທີ່ເປັນໜ້າພໍໃຈ. ບໍ່ໃຫ້ຕັດບົດກັນເຖິງວ່າຄຳຕອບນັ້ນບໍ່ມີເຫດຜົນ.ໃນຕອນທ້າຍຂອງກິດຈະກຳນີ້ຄູສອນຄວນໃຫ້ຄຳຕອບທີ່ຖືກຕ້ອງ. ສິ່ງສຳຄັນຄືເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ແລະ (AIDS) ບໍ່ແມ່ນອັນດຽວກັນ. ເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ແມ່ນໄວຣັດ (HIV) ທີ່ພັດທະນາຕົວຫຼັງຈາກຄົນຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ແລ້ວກາຍເປັນເອດ ແລະ ຈະນຳໄປສູ່ການເສຍຊີວິດເພາະວ່າບໍ່ມີຢາຊະນິດໃດປິ່ນປົວໃຫ້ຫາຍຂາດໄດ້. ປັດຈຸບັນນີ້ ເຖິງແມ່ນວ່າຈະບໍ່ມີຢາຮັກສາໃຫ້ຫາຍຂາດໄດ້ ແຕ່ມີການຜະລິດຢາຕ້ານໄວຣັດ ເພື່ອຍືດອາຍຸຂອງຜູ້ຕິດເຊື້ອໃຫ້ມີຊີວິດຕໍ່ຢູ່ໄດ້ຢ່າງມີສຸຂະພາບແຂງແຮງ.

ຂໍ້ແນະນຳສຳລັບຫຼິ້ນເກມພູມຕ້ານທານ.

- ຂຽນຄຳສັບ " ຮ່າງກາຍ" ໃສ່ໃນບັດຄຳ ແລະ ຕິດໃສ່ທາງຫຼັງຂອງນັກຮຽນຜູ້ໜຶ່ງ.
- ຂຽນຄຳສັບ " ລະບົບພູມຕ້ານທານ " ໃສ່ບັດຄຳ 6 ບັດ ແລະ ຕິດໃສ່ຫຼັງຂອງນັກຮຽນຄູ 6 ຄົນຕາມບັດຄຳ ທີ່ມີ.
- ຂຽນຄຳສັບ : ມາເລເລຍ, ວັນນະໂລກ, ຖອກທ້ອງ ແລະ ໂລກເອດໃສ່ບັດຄຳ 4 ບັດແລ້ວເອົາໄປຕິດໃສ່ຫຼັງຂອງນັກຮຽນຄູຄົນອື່ນ 4 ຄົນ.
- ແນະນຳນັກຮຽນຄູຜູ້ທີ່ມີບັດຄຳພູມຕ້ານທານໃຫ້ຈັບມືກັນຢືນເປັນວົງກົມອ້ອມຜູ້ທີ່ຖືບັດຄຳ ຮ່າງກາຍ.
- ຈາກນັ້ນແນະນຳໃຫ້ນັກຮຽນຄູຜູ້ທີ່ຖືບັດຄຳພະຍາດຕ່າງໆເຊັ່ນ: ພະຍາດ**ຖອກທ້ອງ, ມາເລເລຍ, ວັນນະໂລກ ແລະ ໂລກເອດ(HIV/AIDS)**ໃຫ້ພະຍາຍາມຜ່າເຂົ້າໄປໃນວົງມົນນັ້ນ.
  ຖ້າບຸກຄົນໃດປ່ອຍໃຫ້ຄົນທີ່ສະແດງເປັນເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ເຂົ້າໄປຢູ່ໃນວົງມົນໄດ້ຜູ້ນັ້ນຕ້ອງໄດ້ອອກຈາກວົງມົນ.
- ນັກຮຽນຄູຜູ້ທີ່ມີບັດຄຳ ຮ່າງກາຍ ສາມາດຕໍ່ສູ້ກັບຜູ້ທີ່ມີບັດຄຳພະຍາດຢູ່ນອກວົງມົນ.
- ເກມຈະສິ້ນສຸດລົງກໍຕໍ່ເມື່ອນັກສຶກສາຄູຈຳນວນໜຶ່ງທີ່ມີບັດພະຍາດນັ້ນສາມາດຜ່າວົງລ້ອມເຂົ້າໄປໄດ້.
- ຫຼັງຈາກຫຼິ້ນເກມແລ້ວຄູສອນອະທິບາຍກ່ຽວກັບລະບົບພູມຕ້ານທານຂອງຮ່າງກາຍ ແລະ ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).

ການປະເມີນຜົນ : ການສະແດງຄວາມຄິດເຫັນຂອງນັກຮຽນຄູກ່ຽວກັບລະບົບພູມຕ້ານທານຂອງຮ່າງກາຍ ແລະ ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ.

ຜົນໄດ້ຮັບຂອງການຮຽນ :ຮູ້ໄດ້ກ່ຽວກັບພາລະບົດບາດຂອງລະບົບພູມຕ້ານທານຂອງຮ່າງກາຍ ແລະ ການປ້ອງກັນການແຜ່ລະບາດຂອງເຊື້ອໂລກເອດ.

ກິດຈະກຳ 2.2 ຜູ້ທີ່ມີຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ(HIV)

ເວລາ : 1 ຊົ່ວໂມງ

ອຸປະກອນ: ບັດຄຳ ທີ່ມີຂໍ້ຄວາມກ່ຽວກັບພຶດຕິກຳສ່ຽງ ແລະ ບໍ່ສ່ຽງ, ເອກະສານປະກອບກິດຈະກຳ, ເຈ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່

ຈຸດປະສົງ: ຫຼັງຈາກສຳເລັດກິດຈະກຳນີ້ສຳມະນາກອນສາມາດ:

1. ອະທິບາຍເຖິງຄວາມສ່ຽງຂອງການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).
2. ນຳໃຊ້ຫຼັກການ QQR (Quality,Quantity,Route of transmission)ໃນການປະເມີນຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).
3. ເຊື່ອໝັ້ນວ່າເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ບໍ່ສາມາດຕິດຕໍ່ກັນໄດ້ງ່າຍໆ, ສາມາດປ້ອງກັນ ແລະ ຫຼຸດຜ່ອນພຶດຕິກຳສ່ຽງໄດ້ລວມທັງສາມາດດຳລົງຊີວິດຮ່ວມກັບຜູ້ຕິດເຊື້ອໄດ້.

ວິທີການດຳເນີນ:

1. ອະທິບາຍຈຸດປະສົງຂອງກິດຈະກຳ
2. ແບ່ງນັກສຶກສາຄູເປັນ 5 ກຸ່ມຕາມຄວາມເໝາະສົມ ຢາຍບັດຄຳໃຫ້ກຸ່ມລະໜຶ່ງຊຸດ ແລະ ເຈ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່ເພື່ອຕິດບັດຄຳລະດັບຄວາມສ່ຽງ 3 ລະດັບ (ສ່ຽງສູງ, ສ່ຽງຕ່ຳ ແລະ ບໍ່ມີຄວາມສ່ຽງ) .
3. ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມສົນທະນາກັນເຖິງຂໍ້ຄວາມໃນບັດຄຳຫຼັງຈາກນັ້ນເອົາບັດຄຳໄປຕິດໃສ່ເຈ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່ຕາມລະດັບຄວາມສ່ຽງ.
4. ທົບທວນຄືນຄຳຕອບຂອງນັກສຶກສາຄູ ແລະ ກວດຄຳຕອບນັ້ນ.
5. ອະທິບາຍຫຼັກການນຳໃຊ້QQR (Quality,Quantity,Route of transmission)ໃນການປະເມີນຄວາມສ່ຽງ

ການປະເມີນຜົນ: ການສະແດງຄວາມຄິດເຫັນແມ່ນອີງໃສ່ຄຳຕອບຂອງສຳມະນາກອນທີ່ເຮັດບົດຝຶກຫັດ " ບໍ່ມີຄວາມສ່ຽງ", " ຄວາມສ່ຽງຕ່ຳ " , " ຄວາມສ່ຽງສູງ ".

ຜົນໄດ້ຮັບຂອງການຮຽນ:

1. ເສັ້ນທາງຂອງການແຜ່ລະບາດຂອງເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).
2. ເສັ້ນທາງທີ່ເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ບໍ່ສາມາດຕິດຕໍ່ໄດ້.
3. ຈັດລະດັບຄວາມສ່ຽງຂອງພຶດຕິກຳ ແລະ ການກະທຳຄ້າຍຄືກັນ.
4. ປັດໃຈພາຍນອກເຊິ່ງເພີ່ມຄວາມສ່ຽງຂອງການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ແລະ ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນສູງຂຶ້ນ.

ຂໍ້ແນະນຳສຳລັບຄູຝຶກ:

1. ນັກຮຽນຄູໃຫ້ເຫດຜົນຄຳຕອບສຳລັບກິດຈະກຳ " ບໍ່ມີຄວາມສ່ຽງ", " ຄວາມສ່ຽງຕ່ຳ " , " ຄວາມສ່ຽງສູງ ".
2. ຄູສອນອະທິບາຍຫຼັກ QQR ເພື່ອໃຫ້ນັກຮຽນຄູມີຄວາມເຂົ້າໃຈກ່ຽວກັບຄວາມສ່ຽງຂອງການຕິດໂລກເອດຫຼາຍຂຶ້ນ.

ເອກະສານປະກອບກິດຈະກຳ 2.1a

ນິຍາມຂອງເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ແລະ ຄວາມໝາຍ

1. **ນິຍາມຂອງເຊື້ອໂລກເອດ (HIV):** ແມ່ນໄວຣັດທີ່ເຮັດໃຫ້ພູມຕ້ານທານຂອງຄົນເສື່ອມ.

ເອດໄອວີ (HIV) ມີຄວາມໝາຍວ່າ: ຜູ້ທີ່ມີພູມຕ້ານທານເສື່ອມ.

- H: Human: **ມີຄວາມໝາຍວ່າມະນຸດ ຫຼື ຄົນ:** ເຊິ່ງໝາຍຄວາມວ່າເຊື້ອໂລກເອດບໍ່ສາມາດຢູ່ນອກ ຮ່າງກາຍຂອງຄົນໄດ້.
- I: Immuno deficiency: **ມີຄວາມໝາຍວ່າ**: ພູມຕ້ານທານເສື່ອມ: ລະບົບພູມຕ້ານທານເສື່ອມ ຫຼື " ການເສື່ອມ " ຍ້ອນເຫດຜົນນີ້ຮ່າງກາຍຂອງຄົນເຮົາຈິ່ງບໍ່ສາມາດປ້ອງກັນຕົນ ເອງອອກຈາກພະຍາດ.
- V: Virus: **ມີຄວາມໝາຍວ່າ:** ເປັນເຊື້ອໂລກຊະນິດໜຶ່ງທີ່ເປັນສາເຫດຂອງການຕິດພະຍາດໃນຮ່າງກາຍ ຂອງຄົນເຮົາ.

ເມື່ອເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ເຂົ້າໄປໃນຮ່າງກາຍຂອງຄົນເຮົາແລ້ວ ມັນຈະໄປທຳລາຍພູມຕ້ານທານຂອງຄົນເຮົາເສື່ອມລົງ ຫຼື ຄວາມຕ້ານທານໂດຍທຳມະຊາດຂອງຮ່າງກາຍຕໍ່ກັບພະຍາດຕ່າງໆ ອ່ອນເພຍລົງ. ຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ໃນເບື້ອງຕົ້ນເບິ່ງຄືສຸຂະພາບແຂງແຮງເປັນເວລາດົນ ແລະ ດຳລົງຊີວິດຕາມປົກກະຕິ. ເພາະສະນັ້ນ, ຖ້າຜູ້ໃດມີເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ໃນໄລຍະເວລາໃດໜຶ່ງຈະເກີດມີອາການສະແດງອອກ ຍ້ອນພະຍາດແຊກຊ້ອນຕ່າງໆໄດ້ງ່າຍ ແລະ ມັນຈະຮຸນແຮງຂຶ້ນໄປເລື້ອຍໆ ເຊິ່ງເອີ້ນວ່າໄລຍະເປັນເອດ (AIDS). ສຳລັບໂລກເອດແລ້ວແມ່ນບໍ່ທັນມີຢາຊະນິດໃດປິ່ນປົວໄດ້ ສ່ວນພະຍາດແຊກຊ້ອນອື່ນໆແມ່ນມີຢາປິ່ນປົວເພື່ອຢັບຢັ້ງໃນໄລຍະໃດໜຶ່ງ .

1. ຈຸດສຳຄັນທີ່ກ່ຽວເຖິງໂລກເອດ (HIV/AIDS) :

- ເອດ (AIDS) ແຜ່ລະບາດໄວທີ່ສຸດໃນທົ່ວໂລກໂດຍສະເພາະປະເທດກຳລັງພັດທະນາ.
- ບໍ່ມີຢາຊະນິດໃດປິ່ນປົວເອດ (AIDS) ໄດ້.
- ບໍ່ມີຢາວັກຊີນຕ້ານເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).
- ບໍ່ມີໃຜປອດໄພຈາກການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV/AIDS) ແຕ່ພວກເຮົາສາມາດປ້ອງກັນໄດ້.

2. ການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ແມ່ນມີຄວາມສຳຄັນຫຼາຍສຳລັບຊາວໜຸ່ມ:

ຊາວໜຸ່ມເປັນຈຸດໃຈກາງໃນການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS). ເຂົາເຈົ້າເປັນຜູ້ທີ່ມີຄວາມສ່ຽງທີ່ສຸດຕໍ່ການຕິດເຊື້ອ ເພາະວ່າຊາວໜຸ່ມສ່ວນຫຼວງຫຼາຍບໍ່ມີໂອກາດເຂົ້າເຖິງຂໍ້ມູນຂ່າວສານ, ບໍ່ໄດ້ຮັບຄວາມຮູ້ ແລະ ທັກສະຕ່າງໆ ທີ່ຕິດພັນກັບໂລກເອດ (HIV/AIDS). ຍິ່ງໄປກວ່ານັ້ນ, ຊາວໜຸ່ມຍັງເປັນໄວທີ່ຢາກທົດລອງກັບຢາເສບຕິດ ແລະ ທາງເພດ. ພ້ອມກັນນັ້ນ ຊາວໜຸ່ມຍັງແມ່ນຄວາມຫວັງອັນຍິ່ງໃຫຍ່ຂອງໂລກໃນການຕໍ່ສູ້ຕ້ານກັບໂລກເອດ (HIV/AIDS) ອີກດ້ວຍ.

➢ ຊາວໜຸ່ມມີເພດສຳພັນ

ຊາວໜຸ່ມຫຼາຍໆຄົນໃນປະເທດອາຊີຕາເວັນອອກສຽງໃຕ້ ກໍຄືໃນທົ່ວໂລກ, ກິດຈະກຳທາງເພດເລີ່ມຕົ້ນໃນໄລຍະເປັນຊາວໜຸ່ມເຊັ່ນ: ໃນຫຼາຍປະເທດເດັກຍິງ ແລະ ເດັກຊາຍມີເພດສຳພັນກ່ອນ ການແຕ່ງງານ. ພໍ່, ແມ່ ແລະ ຜູ້ໃຫຍ່ຫຼາຍຄົນຢາກເມີນເສີຍຕໍ່ການມີເພດສຳພັນຂອງຊາວໜຸ່ມ. ແຕ່ເຖິງຢ່າງໃດກໍຕາມ, ເພື່ອສະກັດກັ້ນການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດ (HIV/ AIDS) ບໍ່ໃຫ້ແຜ່ຂະຫຍາຍກວ້າງອອກໄປ ແລະ ເພື່ອປົກປ້ອງຊາວໜຸ່ມອອກຈາກການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV/AIDS) ຈຶ່ງມີຄວາມຈຳເປັນທີ່ສຸດທີ່ຈະຕ້ອງຍອມຮັບເອົາຄວາມເປັນຈິງດັ່ງກ່າວ. ການສະໜອງຄວາມຮູ້, ທັກສະຕ່າງໆໃຫ້ແກ່ຊາວໜຸ່ມ ເພື່ອປ້ອງກັນຕົນເອງ ແລະ ຄູ່ນອນຂອງເຂົາເຈົ້າຕໍ່ສູ້ຕ້ານກັບການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ເຊິ່ງມັນເປັນ ບາດກ້າວໜຶ່ງທີ່ສຳຄັນທີ່ສຸດໃນການເຮັດໃຫ້ຈັງຫວະການຂະຫຍາຍຕົວຂອງການແຜ່ລະບາດຂອງເຊື້ອ ໂລກເອດ (HIV) ນັ້ນຫຼຸດລົງ.

➢ ຊາວໜຸ່ມສ່ວນຫຼວງຫຼາຍຍັງບໍ່ມີຄວາມຮູ້ພຽງພໍກ່ຽວກັບໂລກເອດ (HIV/AIDS)

ປະຊາຊົນໃນຫຼາຍຂົງເຂດຍັງຂາດສະຕິຕໍ່ການລະບາດ ແລະ ຂໍ້ມູນຂ່າວສານ, ຄວາມຮູ້ກ່ຽວກັບການປ້ອງກັນການແຜ່ລະບາດຈາກການຕິດຕໍ່ຂອງເຊື້ອໂລກເອດ (HIV). ຊາວໜຸ່ມຫຼາຍຄົນທີ່ເຂົ້າໃຈຜິດກ່ຽວກັບໂລກເອດ (HIV/AIDS) ແລະ ເຂົາເຈົ້າຍັງເຂົ້າໃຈວ່າໂລກເອດ (HIV/AIDS) ສາມາດປິ່ນປົວໃຫ້ຫາຍຂາດໄດ້, ຍຸງກັດສາມາດເຮັດໃຫ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ໄດ້ ຫຼື ເຂົ້າໃຈວ່າຄົນຜູ້ທີ່ມີສຸຂະພາບແຂງແຮງບໍ່ສາມາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ໄດ້. ເມື່ອຂາດຄວາມຮູ້ ແລະ ທັກສະຕ່າງໆ, ຊາວໜຸ່ມບໍ່ມັກປ້ອງກັນຕົນເອງ. ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV). ເມື່ອໄວໜຸ່ມເຕີບໂຕຂຶ້ນ, ເຂົາເຈົ້າກໍຈະມີສະຕິໃນການປ້ອງກັນຕົນເອງ, ຍິ່ງໄປກວ່ານັ້ນຜົນການຄົ້ນຄວ້າໄດ້ສະແດງໃຫ້ເຫັນວ່າລະດັບການສຶກສາມີການພົວພັນໂດຍກົງກັບການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ.

➢ ຊາວໜຸ່ມທຸກຄົນມີສິດທີ່ຈະຮູ້ :

ຊາວໜຸ່ມທຸກຄົນມີສິດທີ່ຈະຮູ້ວ່າເຂົາເຈົ້າສາມາດປ້ອງກັນຕົນເອງ ແລະ ຜູ້ອື່ນຄືແນວໃດ ແລະ ຮູ້ວ່າຈະສາມາດຫຼຸດຜ່ອນຜົນກະທົບຈາກໂລກເອດ (HIV/AIDS) ຄືແນວໃດ? ເຂົາເຈົ້າຕ້ອງການທີ່ຈະຮູ້:

- ກ່ຽວກັບຮ່າງກາຍຂອງຕົນເອງ.
- ກ່ຽວກັບບົດບາດຍິງ-ຊາຍ.
- ກ່ຽວກັບເພດ ແລະ ຄວາມຕ້ອງການທາງເພດ.
- ຄວາມຈິງກ່ຽວກັບໂລກເອດ (HIV/AIDS) ແລະ ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນອື່ນໆ ແລະ ທັກສະທີ່ຈຳເປັນສຳລັບປ້ອງກັນຕົນເອງວ່າຕົນເອງຕິດເຊື້ອ ຫຼື ບໍ່ ແລະ ຈະໄປກວດເລືອດໄດ້ຢູ່ບ່ອນໃດ?.
- ສະຖານທີ່ໃຫ້ການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານການແພດ ແລະ ການຊ່ວຍເຫຼືອທາງດ້ານຈິດໃຈເມື່ອຮູ້ວ່າເຂົາຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).
- ປ້ອງກັນຄອບຄົວຂອງຕົນເອງ ແລະ ໝູ່ເພື່ອນບໍ່ໃຫ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ(HIV)
- ໂຄງການສຶກສາກ່ຽວກັບໂລກເອດ (HIV/AIDS) ແລະ ສິດທິຂອງເຂົາເຈົ້າ.
- ຊັກຊວນໝູ່ເພື່ອນໃຫ້ເຂົ້າຮ່ວມຢູ່ໃນຂະບວນການຕ້ານໂລກເອດ (HIV/AIDS).
- ເຂົາເຈົ້າຈະບໍ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ດ້ວຍການໃຊ້ໂຕະຮ່ວມກັນ, ປຶ້ມ, ກິນອາຫານ, ໃຊ້ຫ້ອງນ້ຳຮ່ວມກັນ, ຮຽນຮ່ວມຫ້ອງຮຽນດຽວກັນກັບຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ(HIV).

ຜູ້ປົກຄອງຫຼາຍຄົນໄດ້ສະແດງຄວາມເປັນຫ່ວງເປັນໄຍວ່າເພດສຶກສາຈະນຳພາຊາວໜຸ່ມໄປສູ່ຄວາມຄຶກຄະນອງທາງເພດສູງຂຶ້ນ ຫຼື ຍິ່ງໄປກວ່ານັ້ນແມ່ນນຳໄປສູ່ການມົວເມົາທາງເພດໃນກຸ່ມຊາວໜຸ່ມ. ເຖິງຢ່າງໃດກໍຕາມ, ຄວາມເປັນຈິງແມ່ນກົງກັນຂ້າມກັນ. ໂລກເອດ (HIV/AIDS) ຫຼື ເພດສຶກສາ ສາມາດຫຼຸດຜ່ອນຈຳນວນຄູ່ຮ່ວມເພດລົງ, ຫຼຸດຜ່ອນການຖືພາທີ່ບໍ່ຕ້ອງການ, ຫຼຸດຜ່ອນການຕິດ ພະຍາດທາງເພດສຳພັນ ແລະ ເພີ່ມພຶດຕິກຳໃນຄວາມຮັບຜິດຊອບສູງຂຶ້ນ.

ເອກະສານປະກອບກິດຈະກຳ 2.1 b

ເກມຄວາມເຊື່ອ ແລະ ຄວາມເປັນຈິງກ່ຽວກັບໂລກເອດ(HIV / AIDS).

ໝາຍເຫດ: ຄູສອນບໍ່ຈຳເປັນຈະໃຊ້ທຸກຄຳຖາມ ຫຼື ໃຫ້ເລືອກເອົາແຕ່ຄຳຖາມທີ່ເຫັນວ່າເໝາະສົມທີ່ສຸດກັບອາຍຸ ແລະ ຄວາມຮັບຮູ້ຂອງກຸ່ມຄືດັ່ງລຸ່ມນີ້:

1. ເຮົາສາມາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ຈາກການນັ່ງໃກ້ກັບຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ.
2. ເຮົາສາມາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ຈາກການຮ່ວມເພດໂດຍບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມກັບຍິງບໍລິການທາງເພດ.
3. ລູກທີ່ຢູ່ໃນທ້ອງແມ່ສາມາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດຈາກແມ່ທີ່ມີເຊື້ອໂລກເອດ (HIV)ໄດ້.
4. ແມງໄມ້ຢູ່ໃນເຮືອນເຊັ່ນ: ເຮືອດ ແລະ ແມງສາບ ສາມາດເປັນຕົວນຳເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ໄປສູ່ສະມາຊິກໃນຄອບຄົວໄດ້.
5. ຖ້າຍຸງກັດຄົນຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ແລະ ຈາກນັ້ນໄປກັດອີກຄົນໜຶ່ງຄົນຜູ້ຖືກກັດນັ້ນອາດຈະຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).
6. ຜູ້ຊາຍຮ່ວມເພດກັບແມ່ຍິງທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ສາມາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດໄດ້.
7. ການໃຊ້ໂທລະສັບຮ່ວມກັນກັບຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ສາມາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ໄດ້.
8. ເວລາຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ໄອ ຫຼື ຈາມສາມາດແຜ່ເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ໃສ່ຜູ້ທີ່ຢູ່ອ້ອມຂ້າງໄດ້.
9. ເຮົາສາມາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ດ້ວຍການໃຊ້ຫ້ອງນ້ຳຮ່ວມກັນ.
10. ເຮົາສາມາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ດ້ວຍການຈູບແກ້ມຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ.
11. ເຮົາສາມາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ດ້ວຍການດື່ມນ້ຳຮ່ວມຈອກກັບຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).
12. ເຮົາສາມາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ດ້ວຍການຮ່ວມເພດທາງປາກກັບຄົນຜູ້ທີ່ມີເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).
13. ເຮົາສາມາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ດ້ວຍການສຳພັດກັບນ້ຳຕາຂອງຜູ້ທີ່ມີເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).
14. ຜູ້ທີ່ມີເພດສຳພັນກັບຫຼາຍໆ ຄົນມີຄວາມສ່ຽງສູງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).
15. ເຮົາສາມາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ດ້ວຍການກິນອາຫານຂອງຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ(HIV) ເປັນຜູ້ປຸງແຕ່ງ.
16. ເຮົາສາມາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ດ້ວຍການໃຊ້ຫ້ອງຣົມຢາ ຫຼື ສະລອຍນ້ຳຮ່ວມກັນກັບຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).
17. ເຮົາສາມາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ຖ້າວ່ານອນຮ່ວມຕຽງກັບຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).
18. ເຮົາສາມາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ດ້ວຍການກອດກັບຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).
19. ນັກຮຽນສາມາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ດ້ວຍການຫຼິ້ນກິລາຮ່ວມກັບຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).
20. ເຮົາສາມາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ຈາກການມີເພດສຳພັນກັບຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອ ໂລກເອດ (HIV).
21. ອ້າຍ, ເອື້ອຍນ້ອງຜູ້ເປັນໂລກເອດ (HIV/AIDS) ສ່ວນຫຼາຍຈະຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ໄດ້ເຊັ່ນດຽວກັນ.
22. ທ່ານໝໍ ແລະ ນາງພະຍາບານຜູ້ປິ່ນປົວຄົນເຈັບທີ່ເປັນເອດ (AIDS) ສາມາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ໄດ້ເຊັ່ນດຽວກັນ.
23. ເດັກສາມາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV)ດ້ວຍການດື່ມນ້ຳນົມແມ່ທີ່ມີເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).
24. ເຮົາສາມາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ດ້ວຍການຈັບມືຂອງຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).

25. ເຮົາສາມາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ດ້ວຍການໃຊ້ເຂັມສັກຢາຮ່ວມກັນກັບຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ.
26. ຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ເຫັນວ່າມີສຸຂະພາບແຂງແຮງດີບໍ່ສາມາດແຜ່ເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ໃຫ້ຄົນອື່ນໆໄດ້ໂດຍການມີເພດສຳພັນ.
27. ຜູ້ທີ່ມີຜົນກວດເລືອດລົບໃນໄລຍະ "ລີ້ຊ່ອນ " (window period) ບໍ່ສາມາດແຜ່ເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ດ້ວຍການໃຫ້ເລືອດແກ່ຜູ້ອື່ນ.
28. ລູກທີ່ຢູ່ໃນທ້ອງແມ່ສາມາດໄດ້ຮັບເຊື້ອໂລກເອດ(HIV) ຖ້າແມ່ມີເຊື້ອໂລກເອດ(HIV).
29. ມີແຕ່ຜູ້ທຸກຈົນ ແລະ ຜູ້ທີ່ບໍ່ໄດ້ຮັບການສຶກສາເທົ່ານັ້ນທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).
30. ການໃຊ້ເຂັມສັກຢາຮ່ວມກັນກັບຜູ້ເສບຢາເສບຕິດເຮັດໃຫ້ສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).

ຄຳຕອບ		
1. ຄວາມເຊື່ອ.	11. ຄວາມເຊື່ອ.	21. ຄວາມເຊື່ອ.
2. ຄວາມຈິງ.	12. ຄວາມຈິງ.	22. ຄວາມເຊື່ອ.
3. ຄວາມຈິງ.	13. ຄວາມເຊື່ອ.	23. ຄວາມຈິງ.
4. ຄວາມເຊື່ອ.	14. ຄວາມຈິງ.	24. ຄວາມເຊື່ອ.
5. ຄວາມເຊື່ອ.	15. ຄວາມເຊື່ອ.	25. ຄວາມຈິງ.
6. ຄວາມຈິງ.	16. ຄວາມເຊື່ອ.	26. ຄວາມເຊື່ອ.
7. ຄວາມເຊື່ອ.	17. ຄວາມເຊື່ອ.	27. ຄວາມເຊື່ອ.
8. ຄວາມເຊື່ອ.	18. ຄວາມເຊື່ອ.	28. ຄວາມຈິງ.
9. ຄວາມເຊື່ອ.	19. ຄວາມເຊື່ອ.	29. ຄວາມເຊື່ອ.
10. ຄວາມເຊື່ອ.	20. ຄວາມຈິງ.	30. ຄວາມຈິງ.

ເອກະສານປະກອບກິດຈະກຳ 2.1 C

ຄວາມຈິງພື້ນຖານກ່ຽວກັບເຊື້ອໂລກເອດ (HIV/AIDS).

ເຈົ້າຮູ້ຈັກມາກ່ອນບໍ່ວ່າ:

- ເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ຄືກັບໄວຣັດອື່ນໆ ເປັນຕົວນ້ອຍໆ ຈົນບໍ່ສາມາດເບິ່ງດ້ວຍກ້ອງຈຸລະທັດທຳມະດາໄດ້.ໄວຣັດອາໃສຢູ່ໃນຮ່າງກາຍຂອງຄົນເຮົາເປັນເວລາຫຼາຍປີ ແລະ ສາມາດຕິດຕໍ່ໄປໃສ່ຜູ້ອື່ນໄດ້ກ່ອນອາການໃດໜຶ່ງຈະສະແດງອອກມາ, ທຳລາຍກົນໄກການປ້ອງກັນຂອງຮ່າງກາຍເຮົາຢ່າງຊ້າໆ ເຮັດໃຫ້ຮ່າງກາຍບໍ່ສາມາດຕໍ່ສູ້ຕ້ານພະຍາດ ແລະ ຕ້ານການຕິດແປດໄດ້.
- ເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ເຂົ້າໄປແຜ່ເຊື້ອໃນຈຸລັງເມັດເລືອດຂາວຂອງຮ່າງກາຍຄົນເຮົາ ແລະ ເຊື້ອພະຍາດນີ້ກໍຈະທຳລາຍຈຸລັງເມັດເລືອດຂາວ ເຊິ່ງປົກກະຕິແລ້ວເປັນຈຸລັງປ້ອງກັນຮ່າງກາຍຂອງຄົນເຮົາຕໍ່ການຕິດເຊື້ອພະຍາດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ເຮັດໃຫ້ຈຸລັງໃນຮ່າງກາຍຂອງຄົນເຮົາຂາດລະບົບພູມຕ້ານທານຕໍ່ພະຍາດພາຍນອກ ແລະ ເຮັດໃຫ້ພູມຕ້ານທານເສື່ອມ.
- ການຕິດເຊື້ອທີ່ແຜ່ຂະຫຍາຍຍ້ອນເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ເຮັດໃຫ້ລະບົບພູມຕ້ານທານໃນຮ່າງກາຍຂອງຄົນເຮົາເສື່ອມເຊິ່ງເຮົາເອີ້ນວ່າ “ ພະຍາດສວຍໂອກາດ ” (opportunistic infection)” ເຊັ່ນ: ພະຍາດທາງລະບົບຫາຍໃຈ, ກະເພາະລຳໄສ້ ແລະ ພະຍາດຜິວໜັງ.
- ຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ສ່ວນຫລາຍບໍ່ມີອາການສະແດງອອກເປັນເວລາຫຼາຍປີ, ສະນັ້ນຈຶ່ງສາມາດເຮັດໃຫ້ຜູ້ອື່ນຕິດເຊື້ອໂລກເອດນຳໄດ້ໂດຍບໍ່ຮູ້ຕົວ.

ເຈົ້າຮູ້ບໍ່ວ່າ...

- ໂລກເອດເກີດຈາກເຊື້ອໂລກເອດ(HIV) ເຊິ່ງທຳລາຍລະບົບພູມຕ້ານທານຂອງຮ່າງກາຍຄົນເຮົາ.
- ຄົນທີ່ເປັນໂລກເອດ (HIV/AIDS) ເມື່ອເວລາໄວຣັດທຳລາຍລະບົບພູມຕ້ານທານຫຼາຍເຮັດໃຫ້ມີການຊຶມເຊື້ອ ແລະ ເຮັດໃຫ້ພະຍາດອື່ນໆ ເກີດຂຶ້ນໄດ້ງ່າຍ.
- ເຊື້ອພະຍາດດັ່ງກ່າວເຮັດໃຫ້ຄົນເຈັບປ່ວຍ ແລະ ມີຢາຕ້ານໄວຣັດ ARV ທີ່ຊ່ວຍໃຫ້ຄົນເຈັບມີຊີວິດຢູ່ຕໍ່ໄປໄດ້ໃນໄລຍະໃດໜຶ່ງ.
- ເຊື້ອໂລກເອດສາມາດຢູ່ໃນຮ່າງກາຍຂອງຄົນໂດຍອາໃສຢູ່ໃນຈຸລັງເມັດເລືອດຂາວ ພ້ອມທັງທຳລາຍເມັດເລືອດຂາວ ເປັນເຫດໃຫ້ພູມຕ້ານທານເສື່ອມ ແລະ ສິ່ງຜົນໃຫ້ຮ່າງກາຍ ບໍ່ສາມາດປ້ອງກັນເຊື້ອໂລກອື່ນໆໄດ້
- ໃນປັດຈຸບັນຍັງບໍ່ມີວັກຊີນປ້ອງກັນ ຫຼື ວ່າປິ່ນປົວໂລກເອດ (AIDS) ໃຫ້ຫາຍຂາດໄດ້, ເຖິງແມ່ນວ່າໄດ້ມີການທົດລອງວັກຊີນ ແລະ ຢາປິ່ນປົວບາງຊະນິດແລ້ວກໍຕາມ.

1. ໄລຍະລີ້ຊ່ອນແມ່ນຫຍັງ?

ໄລຍະລີ້ຊ່ອນແມ່ນໄລຍະທີ່ຮ່າງກາຍຜະລິດທາດກາຍຕ້ານພາຍຫຼັງຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ໄລຍະນີ້ປົກກະຕິໃຊ້ເວລາ 2 - 12 ອາທິດ ບາງເທື່ອອາດຍາວກວ່ານີ້.

ຖ້າມີການກວດວິເຄາະຫາທາດກາຍຕ້ານຕໍ່ເຊື້ອໂລກເອດ(HIV) ໄລຍະບົ່ມເຊື້ອ“ window period ” ຜົນການວິເຄາະຈະອອກມາເປັນລົບ ຕາບໃດທີ່ທາດກາຍຕ້ານທີ່ຊອກຫາໃນການກວດເລືອດນັ້ນຍັງບໍ່ທັນປະກົດຕົວໃຫ້ເຫັນ. ເຖິງຢ່າງໃດກໍດີຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ແລ້ວສາມາດແຜ່ເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ໄປສູ່ຄົນອື່ນໄດ້ໃນ

ໄລຍະບົ່ມເຊື້ອນີ້. ຈຶ່ງຕ້ອງມີການແນະນໍາໃຫ້ຜູ້ທີ່ມາກວດເລືອດເຊິ່ງຜົນກວດນັ້ນເປັນລົບ ໃຫ້ກັບມາກວດຄືນອີກພາຍໃນ 3 ເດືອນ. ພ້ອມກັນນັ້ນກໍແນະນໍາເຂົາເຈົ້າໃຫ້ຫຼີກເວັ້ນຈາກພຶດຕິກໍາສ່ຽງຕ່າງໆ. ການກວດເລືອດຊອກຫາທາດກາຍຕ້ານເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ແມ່ນນໍາໃຊ້ວິທີການກວດແບບໄວ (rapid test).

2. ການແຜ່ລະບາດຂອງເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).

ຜິວໜັງຂອງຄົນເຮົາມີການປ້ອງກັນຈາກເຊື້ອພະຍາດຕ່າງໆ, ລວມທັງເຊື້ອໂລກເອດ (HIV). ຜິວໜັງ ສາມາດກັ້ນການແຜ່ລະບາດໄດ້ດ້ວຍການປັບປຸງຫຼັກການອະນາໄມປະຈໍາວັນ ແລະ ຖ້າເກີດມີອາການບາດເຈັບຄວນໃຊ້ຖົງມືຈັບບາຍ ຫຼື ເຮັດການປະຖົມພະຍາບານໂດຍໃຊ້ວິທີຂ້າເຊື້ອຄົບວົງຈອນ (Universal Precaution).

3. ເປັນຫຍັງຍຸງຈຶ່ງບໍ່ສາມາດແຜ່ເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ໄດ້?

ເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ບໍ່ສາມາດມີຊີວິດຢູ່ໃນຕົວຍຸງໄດ້. ສະນັ້ນ, ເປັນໄປບໍ່ໄດ້ທີ່ຍຸງຈະເປັນພາຫະນໍາເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ໄປສູ່ຜູ້ອື່ນໆ ໄດ້.

ເອກະສານປະກອບກິດຈະກຳ 2.1 D

ຊອກຫາຄຳຕອບ

ໝວດ ກ.	ໝວດ ຂ.
ເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ຫຍໍ້ມາຈາກ	**Human** Immunodefficiency Virus ເຊື້ອໄວຣັດທີ່ເຮັດໃຫ້ພູມຕ້ານທານຂອງຄົນເຮົາເສື່ອມ.
ໂລກເອດ(AIDS) ຫຍໍ້ມາຈາກ	Acquired Immunodefficiency Syndrome ກຸ່ມອາການຂອງພະຍາດທີ່ເກີດຈາກພູມຕ້ານທານຂອງຮ່າງກາຍເສື່ອມ.
ພູມຕ້ານທານເສື່ອມ	ລະບົບພູມຕ້ານທານຂອງຮ່າງກາຍບໍ່ສາມາດຕ້ານເຊື້ອພະຍາດ.
ກຸ່ມອາການ	ການສະແດງອາການຂອງພະຍາດໃດໜຶ່ງ.
ພູມຕ້ານທານ	ຄວາມສາມາດຂອງຮ່າງກາຍເພື່ອຕ້ານພະຍາດ.
ພະຍາດຕິດຕໍ່	ແມ່ນພະຍາດຕິດຕໍ່ຈາກຄົນໜຶ່ງໄປຫາອີກຄົນໜຶ່ງ
ຈຸລັງເມັດເລືອດຂາວ	ແມ່ນພາກສ່ວນໜຶ່ງຂອງເລືອດເຊິ່ງມີໜ້າທີ່ທຳລາຍເຊື້ອພະຍາດທີ່ເຂົ້າສູ່ຮ່າງກາຍຂອງຄົນ.
ຄວາມອົດກັ້ນ / ການບັງຄັບໃຈຕົນເອງ	ການເລືອກທີ່ຈະບໍ່ມີເພດສຳພັນ (ຢຸດການມີເພດສຳພັນ).

ເອກະສານປະກອບກິດຈະກຳ 2.1 E

ເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ຕິດຕໍ່ໄດ້ແນວໃດ ?

ການຮ່ວມເພດ	1. ຄົນສ່ວນຫຼາຍຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ດ້ວຍການຮ່ວມເພດທີ່ບໍ່ມີການປ້ອງກັນ. 2. ການຮ່ວມເພດທີ່ບໍ່ມີການປ້ອງກັນມີຄວາມໝາຍວ່າມີການຮ່ວມເພດທາງຊ່ອງຄອດ ແລະ ຮູທະວານໂດຍບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ. 3. ເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ຕິດຕໍ່ໄດ້ດ້ວຍການຮ່ວມເພດທາງປາກ ຫຼື ຖ້າມີບາດແຜໃນຊ່ອງປາກ.
ທາງເລືອດ	1. ຄົນເຮົາສາມາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ໂດຍການຮັບເລືອດຈາກຄົນທີ່ມີເຊື້ອໂລກເອດ. 2. ຄົນເຮົາສາມາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ດ້ວຍການໃຊ້ເຄື່ອງມືທີ່ໃຊ້ກັບຄົນຕິດເຊື້ອໂດຍບໍ່ໄດ້ອະເຊື້ອຢ່າງຖືກຕ້ອງເຊັ່ນ: ເຄື່ອງບ່ອງຫູ, ເຂັມໃຊ້ສັກລາຍ ຫຼື ມີດຕັດໜັງ/ເລັບ. 3. ຄົນເຮົາສາມາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ດ້ວຍການໃຊ້ເຂັມສັກຢາ ຫຼື ບັ້ງສີດຢາທີ່ບໍ່ໄດ້ຂ້າເຊື້ອຮ່ວມກັບຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) .
ຈາກແມ່ສູ່ລູກ	ເດັກທີ່ເກີດຈາກແມ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ອາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດໃນເວລາຢູ່ໃນທ້ອງແມ່, ໃນເວລາເກີດ ແລະ ບາງຄັ້ງເດັກອາດຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ດ້ວຍການດື່ມນ້ຳນົມແມ່ທີ່ມີເຊື້ອໂລກເອດ.

ເອກະສານປະກອບກິດຈະກຳ 2.1 F

ເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ບໍ່ສາມາດຕິດຕໍ່ໄດ້ແນວໃດ?

- ເຂົ້າໂຮງຮຽນຮ່ວມກັນ.
- ໄອ ຫຼື ຈາມ.
- ເຫື່ອ ຫຼື ນໍ້າຕາ.
- ໃຊ້ສ້ວມຖ່າຍ ແລະ ຫ້ອງນໍ້າຮ່ວມກັນ.
- ການຈັບມືກັນ.
- ຍຸງ ຫຼື ແມງໄມ້ອື່ນໆກັດ / ຕອດ.
- ໃຊ້ໂທລະສັບ, ຄອມພິວເຕີ, ຕັ່ງອີ້, ໂຕະຮ່ວມກັນ.
- ໃຊ້ເຄື່ອງນຸ່ງຫົ່ມຮ່ວມກັນ.
- ກິນອາຫານທີ່ຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ HIV ປຸງແຕ່ງ ຫຼື ເສີບ.
- ໃຊ້ສ້ອມ, ມີດ ແລະ ຈອກນໍ້າຮ່ວມກັນກັບຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ.
- ໃຊ້ສະລອຍນໍ້າຮ່ວມກັນ.
- ໃຊ້ເຄື່ອງຫຼິ້ນກິລາ, ເຄື່ອງຫັດກາຍະກຳຮ່ວມກັນ.

ເອກະສານປະກອບກິດຈະກຳ 2.2 a

ຈົ່ງໝາຍເລກລະດັບຄວາມສ່ຽງ : ບໍ່ສ່ຽງ(1), ສ່ຽງຕ່ຳ (2), ສ່ຽງສູງ (3) ໃສ່ຕໍ່ໜ້າຮູບສີ່ລ່ຽມໃຫ້ສອດຄ່ອງກັບພຶດຕິກຳ / ທີ່ມີຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດດັ່ງທີ່ໄດ້ຂຽນໄວ້ຂ້າງລຸ່ມນີ້ :

1 (ບໍ່ມີຄວາມສ່ຽງ) ; 2 (ມີຄວາມສ່ຽງຕ່ຳ) ; 3 (ມີຄວາມສ່ຽງສູງ)

- ☐ ການໃຊ້ຫ້ອງນ້ຳສາທາລະນະ.
- ☐ ຈັບມື ຫຼື ນັ່ງຮ່ວມກັບຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV / AIDS).
- ☐ ມີເພດສຳພັນກັບຜູ້ທີ່ມີພຶດຕິກຳສ່ຽງໂດຍບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ.
- ☐ ມີເພດສຳພັນຫຼາຍກວ່າ 1 ຄົນ.
- ☐ ການຈູບທຳມະດາ.
- ☐ ການໃຊ້ເຂັມສັກສິ່ງເສບຕິດຮ່ວມກັນ.
- ☐ ການລອຍນ້ຳຮ່ວມກັບຄົນຕິດເຊື້ອໂລກເອດ HIV.
- ☐ ການໃຊ້ເຂັມບ່ອງຫູ ແລະ ສັກລາຍຮ່ວມກັນ.
- ☐ ການຫຼຸດຜ່ອນການມີເພດສຳພັນ.
- ☐ ໄປໂຮງຮຽນຮ່ວມກັບຄົນຕິດເຊື້ອໂລກເອດ HIV.
- ☐ ຖືກຍຸງກັດ.
- ☐ ການບໍລິຈາກເລືອດ.
- ☐ ການຮັບເລືອດຈາກຄົນອື່ນ.
- ☐ ຮ່ວມເພດໂດຍໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມຢ່າງຖືກຕ້ອງ.
- ☐ ກິນອາຫານທີ່ຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ HIV ເປັນຜູ້ປຸງແຕ່ງ.
- ☐ ການດູແລຜູ້ທີ່ມີເຊື້ອໂລກເອດ HIV.
- ☐ ການມີເພດສຳພັນກັບຄູ່ນອນຄົນດຽວ.
- ☐ ການມີເພດສຳພັນທາງປາກໂດຍບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ.
- ☐ ການມີເພດສຳພັນທາງຮູທະວານໂດຍບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ.

ເອກະສານປະກອບກິດຈະກຳ 2.2 b

ເຊື້ອໂລດເອດຈະເຂົ້າສູ່ຮ່າງກາຍຄົນເຮົາໄດ້ປະກອບດ້ວຍ 3 ປັດໃຈ QQR ຄື :

1. ປະລິມານ ແລະ ບ່ອນຢູ່ຂອງເຊື້ອ (Quantity and Source).

- ຕ້ອງມີຈຳນວນເຊື້ອໂລກເອດຢູ່ໃນນ້ຳອະສຸຈິ ທີ່ເປັນບ່ອນອາໃສຂອງເຊື້ອໂລກເອດ.
- ເຊື້ອໂລກເອດມີແຕ່ອາໃສຢູ່ໃນຮ່າງກາຍຄົນເທົ່ານັ້ນ.
- ເຊື້ອໂລກເອດຢູ່ໃນຄົນເປັນຕົ້ນອາໃສຢູ່ : ເລືອດ, ນ້ຳອະສຸຈິ, ນ້ຳເມືອກ ແລະ ນ້ຳນົມແມ່.
- ເຊື້ອໂລກເອດບໍ່ສາມາດອາໃສຢູ່ນອກຮ່າງກາຍຂອງຄົນໄດ້.

2. ຄຸນນະພາບຂອງເຊື້ອໂລກເອດ (Quality).

- ສະພາບຮ່າງກາຍ ແລະ ສະພາບແວດລ້ອມທີ່ບໍ່ເອື້ອອຳນວຍເຮັດໃຫ້ໂລກເອດບໍ່ສາມາດຢູ່ໄດ້ເຊັ່ນ : ນ້ຳລາຍ, ກົດໃນກະເພາະອາຫານ, ຄວາມຮ້ອນ, ຄວາມຊຸ່ມ ແລະ ອື່ນໆ.

3. ເສັ້ນທາງຕິດຕໍ່ (Route of Transmission)

ເສັ້ນທາງຕິດຕໍ່ ມີ3 ເສັ້ນທາງ ຄື :

- ທາງເພດສຳພັນໂດຍບໍ່ມີການປ້ອງກັນ.
- ການໃຊ້ເຂັມສັກຮ່ວມກັນ.
- ຈາກແມ່ສູ່ລູກ.

ບົດທີ 3
ການແຜ່ລະບາດ ແລະ ຜົນກະທົບຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS)

ເວລາ : 2 ຊົ່ວໂມງ 30 ນາທີ

ພາກສະເໜີ :

ການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ກໍາລັງເປັນບັນຫາລວມທີ່ໜ້າກັງວົນໃຫ້ແກ່ປະຊາຄົມໃນທົ່ວໂລກລວມທັງປະເທດໃນອາຊີ ແລະ ປາຊີຟິກ. ໂລກເອດ (HIV/AIDS) ເຮັດໃຫ້ເກີດຜົນກະທົບຕໍ່ຮ່າງກາຍ, ຄວາມຮູ້ສຶກ, ສິນລະທໍາ, ເສດຖະກິດ, ສັງຄົມ, ບຸກຄົນ, ຄອບຄົວ, ຊຸມຊົນ, ປະເທດຊາດ ແລະ ທົ່ວໂລກ .

ປັດຈຸບັນນີ້, ເກືອບທຸກປະເທດໃນທົ່ວໂລກແມ່ນໄດ້ຮັບຜົນກະທົບຈາກການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ເຊິ່ງມີການແຜ່ລາມຢ່າງກວ້າງຂວາງ ຕິດຕໍ່ກັນໄປບໍ່ວ່າເດັກນ້ອຍກໍຄືຜູ້ໃຫຍ່ຕ່າງກໍຖືກກະທົບ. ໃນບົດນີ້ ພວກເຮົາຈະເວົ້າເຖິງທ່າອ່ຽງ ແລະ ຜົນກະທົບຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ມີຄືແນວໃດ? ເປັນຫຍັງຈຶ່ງວ່າພະຍາດ ດັ່ງກ່າວຍັງສືບຕໍ່ເປັນໄພຂົ່ມຂູ່ຕໍ່ຊາວໜຸ່ມ? ຈະມີໃຜສາມາດຄາດຄະເນເຖິງການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ຈະເປັນຄືແນວໃດ?

ໂລກເອດ (HIV/AIDS) ມີຜົນກະທົບທາງລົບຕໍ່ຮ່າງກາຍ, ຈິດໃຈ, ຄວາມຢູ່ດີກິນດີຂອງບຸກຄົນ, ຄອບຄົວ, ຊຸມຊົນ, ປະເທດຊາດ ແລະ ໂລກ. ຄົນເຮົາບໍ່ຢາກເວົ້າເລື່ອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ຍ້ອນເຫດຜົນທາງວັດທະນະທໍາ ແລະ ສັງຄົມ. ຈາກເຫດຜົນດັ່ງກ່າວເຮັດໃຫ້ຄົນເຮົາຂາດຄວາມເຂົ້າໃຈກ່ຽວກັບພະຍາດດັ່ງກ່າວ, ດັ່ງນັ້ນຈຶ່ງເປັນຜົນສະທ້ອນເຮັດໃຫ້ມີພຶດຕິກໍາສ່ຽງ ຕໍ່ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV). ບາງຄົນບໍ່ຢາກໃຫ້ເປີດເຜີຍເລື່ອງໂລກເອດ ເພາະຢ້ານຖືກເກືອດຫ້າມໃນການເຮັດວຽກງານ, ຖືກສັງຄົມລັງກຽດສຽດສີຈະເຮັດໃຫ້ມີການກະທົບຕໍ່ຈິດໃຈ. ພວກເຂົາຖືກສອນຢ່າງຜິດໆ ວ່າເລື່ອງດັ່ງກ່າວບໍ່ມີສ່ວນພົວພັນກັບຊີວິດຂອງເຂົາເຈົ້າ. ການຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດ(HIV/AIDS)ຈະຊ່ວຍໃຫ້ທຸກຄົນໄດ້ເຂົ້າໃຈ ແລະ ມີສ່ວນຮ່ວມໃນການສະກັດກັ້ນການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS).

ບົດນີ້ຈະຊ່ວຍໃຫ້ນັກສຶກສາຄູເຫັນໄດ້ຜົນກະທົບຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ຕໍ່ຕົນເອງ, ຄອບຄົວ, ສັງຄົມ ໂດຍສະເພາະຜົນກະທົບທາງດ້ານຮ່າງກາຍ, ຈິດໃຈ, ເສດຖະກິດ - ສັງຄົມ ແລະ ປະເທດຊາດ. ນອກຈາກນີ້ຈະຊ່ວຍໃຫ້ນັກສຶກສາຄູຮູ້ສຶກສະບາຍໃຈໃນການສົນທະນາກ່ຽວກັບສະພາບຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ກັບສະມາຊິກກຸ່ມທີ່ມີທັດສະນະແຕກຕ່າງກັນ.

ກິດຈະກຳ 3.1: ການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ຢູ່ໃນໂລກ ແລະ ສ ປ ປ ລາວ

ໃຊ້ເວລາ : 60 ນາທີ

ອຸປະກອນ: ເຄື່ອງສາຍແຜ່ນໃສ, ເອກະສານປະກອບກິດຈະກຳ 3.1

ຈຸດປະສົງ: ພາຍຫຼັງທີ່ປະຕິບັດກິດຈະກຳນີ້ແລ້ວນັກສຶກສາຄູສາມາດ :

1. ອະທິບາຍການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດ(HIV/AIDS)ໃນເຂດອາຊີ-ປາຊີຟິກໄດ້.
2. ອະທິບາຍການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ໃນອານາຄົດໄດ້.
3. ອະທິບາຍຄວາມຈຳເປັນຂອງການສຶກສາກ່ຽວກັບໂລກເອດ (HIV/AIDS) ແລະ ເພດສຶກສາໄດ້.
4. ບອກວິທີການສຶກສາເພື່ອປ້ອງກັນ ແລະ ສະກັດກັ້ນການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ໃຫ້ແກ່ຊາວໜຸ່ມ.

ວິທີການດຳເນີນ:

1. ແບ່ງນັກສຶກສາຄູໃນຫ້ອງອອກເປັນ 4 ກຸ່ມ, ຢາຍອຸປະກອນ ແລະ ເອກະສານປະກອບກິດຈະກຳກ່ຽວກັບການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ໃນອາຊີ-ປາຊີຟິກ.
2. ແຕ່ລະກຸ່ມໄດ້ໜຶ່ງຫົວຂໍ້ເພື່ອສົນທະນາ.
3. ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມຂຶ້ນສະເໜີຜົນຂອງການສົນທະນາໃນກຸ່ມ (ເວລາ 3-5 ນາທີ)
4. ສະເໜີໃຫ້ນັກສຶກສາຄູຜູ້ອື່ນໆ ປະກອບຄຳເຫັນ.
5. ສະເໜີໃຫ້ໜຶ່ງ ຫຼື ສອງຄົນສັງລວມໃຊ້ເວລາ 10 ນາທີ

ກຸ່ມທີ 1 ແລະ 3: ***ໃຫ້ອະທິບາຍການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS)ໃນພາກພື້ນແລະໃນໂລກໂດຍອີງໃສ່ສະຖິຕິທີ່ມີໃນປັດຈຸບັນ.***

ກຸ່ມທີ 2 ແລະ 4: ***ວິເຄາະທ່າອ່ຽງຂອງການແຜ່ລະບາດຂອງເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).***

ການປະເມີນຜົນ:

- ປະເມີນຜົນໄດ້ຮັບຂອງການສົນທະນາ.
- ຜົນກະທົບຂອງການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດໃນໂລກ ແລະ ພາກພື້ນ.
- ການສຶກສາເພື່ອປ້ອງກັນ ແລະ ສະກັດກັ້ນການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດ.

ຜົນໄດ້ຮັບຂອງການຮຽນ :

1. ເຂົ້າໃຈຜົນກະທົບຂອງການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດໃນໂລກ ແລະ ພາກພື້ນ.
1. ອະທິບາຍຄວາມຈຳເປັນຂອງການສຶກສາກ່ຽວກັບໂລກເອດ (HIV/AIDS) ແລະ ເພດສຶກສາໄດ້.

ຂໍ້ແນະນຳສຳລັບຄູຝຶກ:

- ຄູຝຶກຕ້ອງກະກຽມ ແລະ ນຳໃຊ້ເອກະສານປະກອບກິດຈະກຳເພື່ອຊຸກຍູ້ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມສົນທະນາຕາມຈຸດປະສົງທີ່ວາງໄວ້.

ກິດຈະກຳ 3.2: ຜົນກະທົບຂອງເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ຕໍ່ຕົນເອງ ແລະ ສັງຄົມ .

ກິດຈະກຳນີ້ມີ 2 ຫົວຂໍ້

ໃຊ້ເວລາ: 90 ນາທີ

ອຸປະກອນ: ບິກເຟີດ, ເຈັ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່

ຈຸດປະສົງ: ຫຼັງຈາກເຮັດກິດຈະກຳນີ້ແລ້ວສຳມະນາກອນຈະສາມາດ:

1. ອະທິບາຍຜົນກະທົບການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ຕໍ່ສັງຄົມ ແລະ ຕໍ່ລະບົບການສຶກສາ.
2. ສົນທະນາກ່ຽວກັບບົດບາດຂອງຂະແໜງການສຶກສາໃນການຕ້ານກັບການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS).

ວິທີການດຳເນີນ:

ກ. ຜົນກະທົບຂອງເຊື້ອໂລກເອດ

1. ແບ່ງນັກສຶກສາຄູອອກເປັນ 4 ກຸ່ມຕາມຄວາມເໝາະສົມຂອງຈຳນວນຄົນໃນຫ້ອງ.
   - ກຸ່ມ 1 ແລະ ກຸ່ມ 2 : " ຜົນກະທົບຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ຕໍ່ການສຶກສາ ແລະ ບົດບາດຂອງຂະແໜງການສຶກສາເພື່ອປ້ອງກັນການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) "
   - ກຸ່ມ 3 ແລະ ກຸ່ມ 4 : " ຜົນກະທົບຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ຕໍ່ບຸກຄົນ, ຄອບຄົວ, ຊຸມຊົນ, ປະເທດຊາດ ແລະ ທົ່ວໂລກໂດຍສິ່ງຜົນກະທົບທາງດ້ານຮ່າງກາຍ, ຈິດໃຈ, ສັງຄົມ, ວັດທະນະທຳ ແລະ ຕໍ່ຊີວິດຂອງມວນມະນຸດ "
2. ຢາຍເອກະສານປະກອບກິດຈະກຳ 3.2 a, b ເປັນເຄື່ອງມືໃນການເຮັດກິດຈະກຳລະດົມສະໝອງ ແລະ ການເຮັດວຽກເປັນກຸ່ມ.
3. ຢາຍເຈັ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່ ແລະ ເຟີດໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມ.
4. ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມເລືອກເອົາໜຶ່ງຄົນເພື່ອບັນທຶກຄຳເຫັນຂອງກຸ່ມຂຽນໃສ່ເຈັ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່ ແລະ ຂຶ້ນລາຍງານ.
5. ຄູສອນສັງລວມຜົນໄດ້ຮັບຂອງການສົນທະນາ.

ຂ. ສະແດງບົດບາດສົມມຸດ: ຜົນກະທົບຂອງເຊື້ອໂລກເອດ (HIV)

ຈຸດປະສົງ: ຫຼັງຈາກເຮັດກິດຈະກຳນີ້ແລ້ວນັກສຶກສາຄູຈະສາມາດ:

1. ເຜີຍແຜ່ຄວາມຮູ້ ຄວາມເຂົ້າໃຈກ່ຽວກັບໂລກເອດ (HIV/AIDS) ແລະ ຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV)ໄດ້.
2. ອະທິບາຍຜົນທະທົບຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ໄດ້.

ວິທີການດຳເນີນ:

1. ແບ່ງນັກສຶກສາຄູອອກເປັນ 4 ກຸ່ມ.
2. ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມຄັດເລືອກຫົວຂໍ້ຜົນກະທົບຕໍ່ບັນຫາຕ່າງໆ ເຊັ່ນ: ບຸກຄົນ ; ຄອບຄົວ; ຊຸມຊົນ; ເສດຖະກິດ.
3. ໃຫ້ຂໍ້ແນະນຳໃນການສະແດງບົດບາດສົມມຸດຄືດັ່ງລຸ່ມນີ້:
   - ກະກຽມສະແດງບົດບາດສົມມຸດຕາມຫົວຂໍ້ທີ່ກຸ່ມໄດ້ເລືອກ.

- ສະແດງບົດບາດສົມມຸດ.

4. ຫຼັງຈາກສະແດງບົດບາດສົມມຸດແລ້ວເລືອກເອົາບາງຈຸດທີ່ເຫັນວ່າສະແດງໄດ້ດີແລ້ວຊົມເຊີຍ.
5. ຄູສອນສັງລວມຜົນຂອງການສະແດງບົດບາດສົມມຸດ.

ການປະເມີນຜົນ:

1. ຜົນກະທົບຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ຕໍ່ເດັກ, ຊາວໜຸ່ມ ແລະ ແມ່ຍິງມີແນວໃດແດ່ ?
2. ການສຶກສາຊ່ວຍປ້ອງກັນການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ໄດ້ແນວໃດ?

ຜົນໄດ້ຮັບຂອງການຮຽນ:

1. ທົບທວນຜົນກະທົບຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ຕໍ່ຮ່າງກາຍ, ຈິດໃຈ, ສັງຄົມ, ວັດທະນະທຳ, ເສດຖະກິດ, ບຸກຄົນ, ຄອບຄົວ, ຊຸມຊົນ, ປະເທດຊາດ ແລະ ໂລກ.
2. ສັງລວມຜົນກະທົບຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ຕໍ່ການສຶກສາ, ສັງຄົມ ແລະ ໃຫ້ຂຽນບັນດາຜົນກະທົບຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS).

ຂໍ້ແນະນຳສຳລັບການສະແດງບົດບາດສົມມຸດ

ຕັດເຈັ້ຍເປັນແຜ່ນນ້ອຍໆເພື່ອໃຊ້ແຕ້ມຮູບປະກອບໃນການສະແດງບົດບາດສົມມຸດ:

ກ. ຜົນກະທົບຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ຕໍ່ຮ່າງກາຍ.

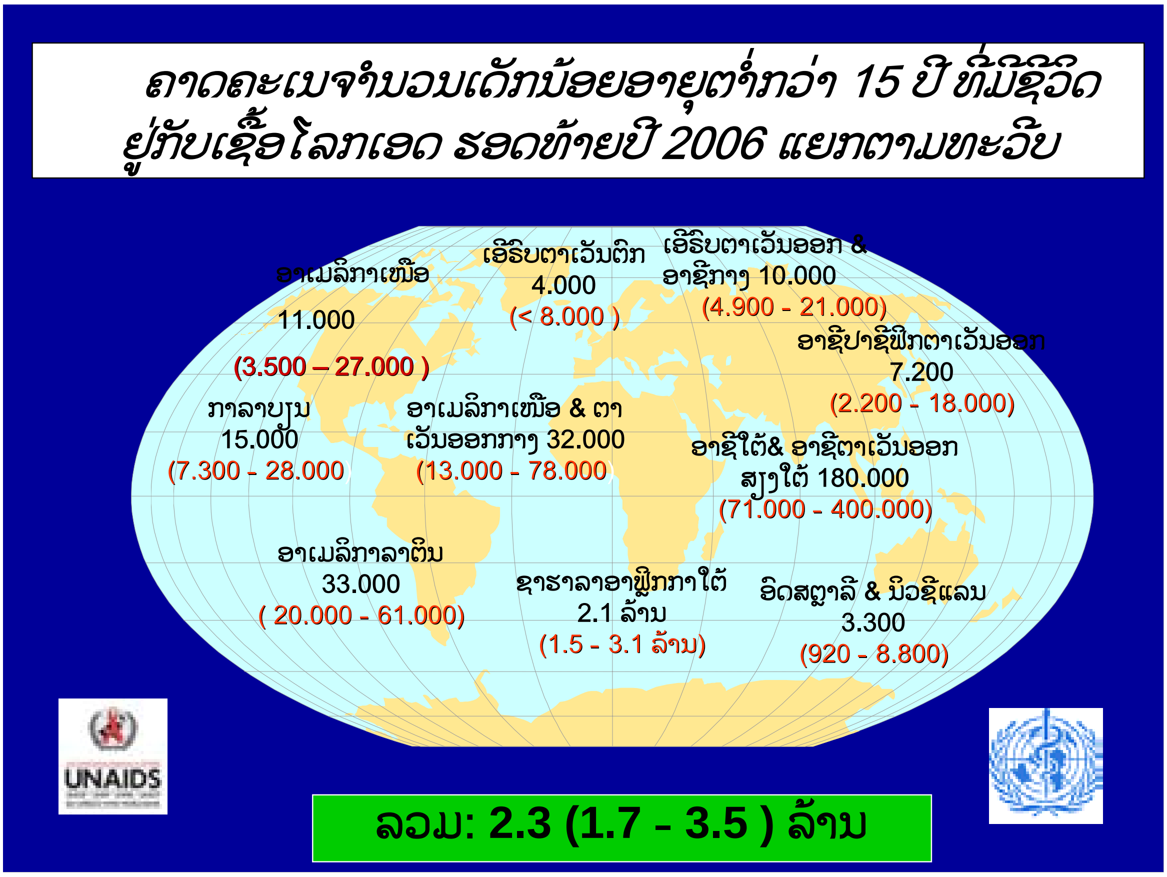
ຂ. ຜົນກະທົບຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ຕໍ່ສັງຄົມ.

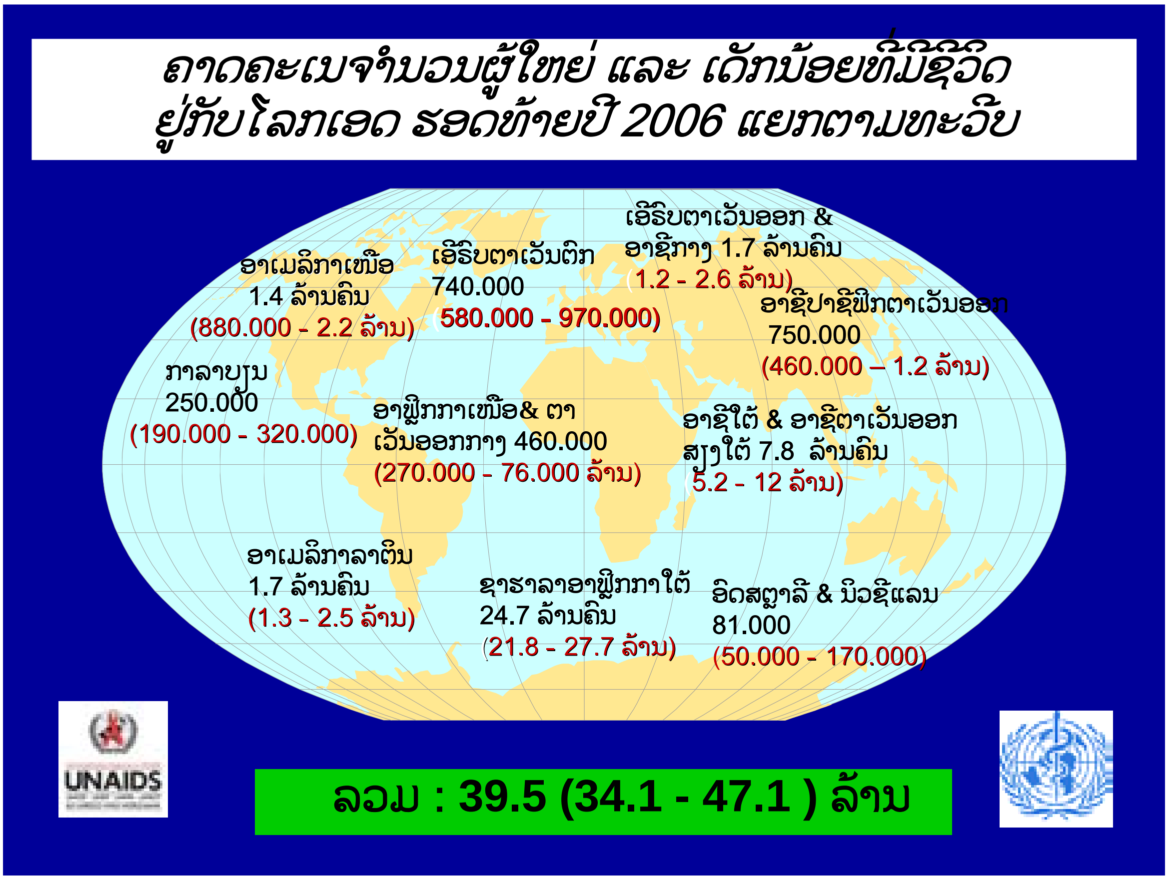
ຄ. ຜົນກະທົບຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ຕໍ່ເສດຖະກິດ.

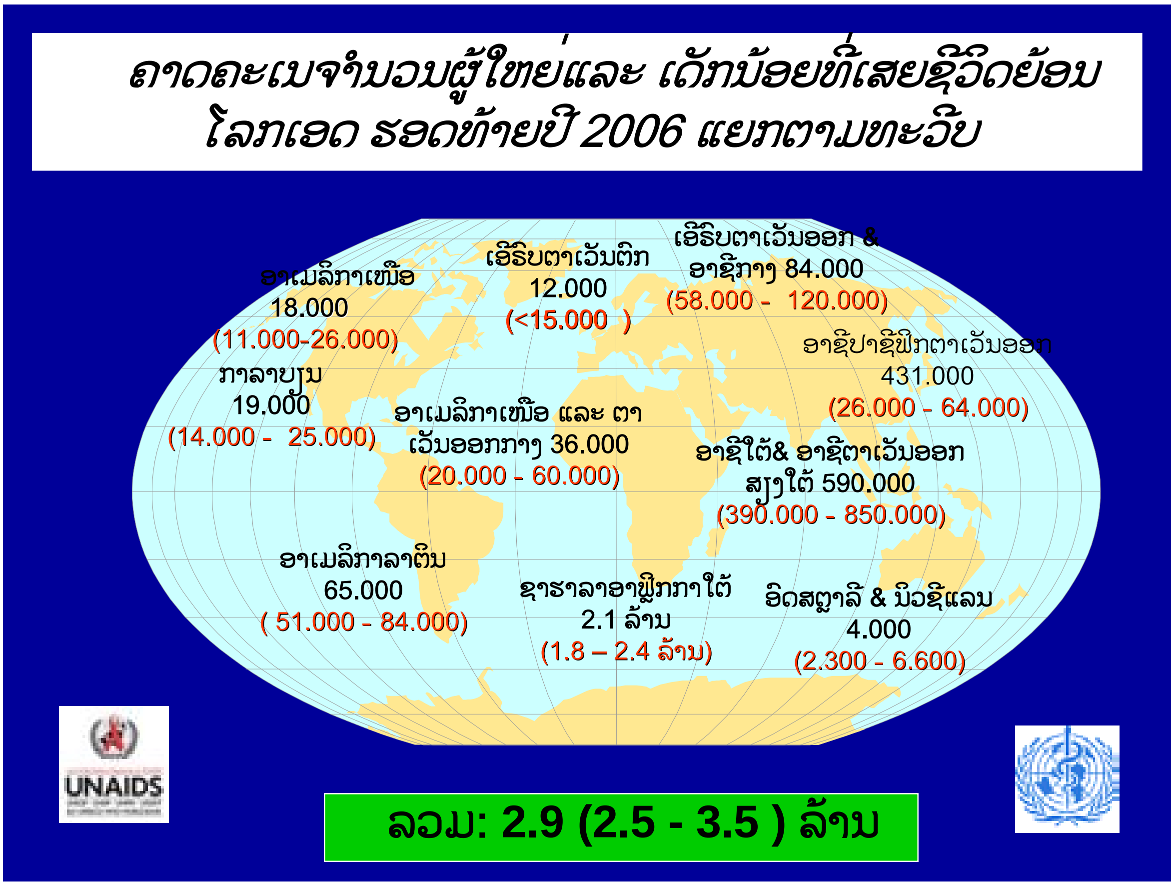
ເອກະສານປະກອບກິດຈະກຳ 3.1 : ການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS)

ຕົວເລກຄາດຄະເນຈຳນວນຜູ້ໃຫຍ່ ແລະ ເດັກທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ(HIV) ຂອງໂລກ

ໃນປີ 2006







ສະພາບໂລກເອດ ໃນ ສປປ ລາວ

- ພົບຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ກໍລະນີທຳອິດ 1990
- ພົບຜູ້ເປັນໂລກເອດ ກໍລະນີທຳອິດ 1992

ຈຳນວນສະສົມກ່ຽວກັບສະພາບໂລກເອດ ແຕ່ປີ 1990 - 2006 :

- ຈຳນວນແຂວງທີ່ລາຍງານ 17 ແຂວງ
- ຈຳນວນຕົວຢ່າງທີ່ໄດ້ກວດເລືອດ 143,108 ຄົນ
- ຈຳນວນທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ 2,182 ຄົນ
- ຈຳນວນທີ່ເປັນໂລກເອດ 1,347 ຄົນ
- ຈຳນວນທີ່ຕາຍຍ້ອນໂລກເອດ 731 ຄົນ

ຈຳນວນຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດແຍກຕາມແຂວງ ໃນ ສປປ ລາວ

ແຕ່ປີ 1990 - 2006 ຕົວຢ່າງຜູ້ທີ່ໄດ້ກວດຫາເຊື້ອໂລກເອດ ຈຳນວນ 143,108 ຄົນ

ລ/ດ	ແຂວງທີ່ລາຍງານ	ຈຳນວນ ຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ
1	ອຸດົມໄຊ	19
2	ຫຼວງນ້ຳທາ	11
3	ບໍ່ແກ້ວ	110
4	ຫຼວງພະບາງ	29
5	ໄຊຍະບູລີ	12
6	ຫົວພັນ	2
7	ຊຽງຂວາງ	3
8	ວຽງຈັນ	17
9	ນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ	607
10	ບໍລິຄຳໄຊ	25
11	ຄຳມ່ວນ	127
12	ສະຫວັນນະເຂດ	972
13	ສາລະວັນ	35
14	ຈຳປາສັກ	196
15	ເຊກອງ	14
16	ອັດຕະປື	3
ລວມ		**2,182**

ການຄາດຄະເນໃນອານາຄົດ

ຕາມການຄາດຄະເນທ່າອ່ຽງຂອງການແຜ່ລະບາດສະແດງໃຫ້ເຫັນວ່າ, ຖ້າບໍ່ມີມາດຕາການປ້ອງກັນຢ່າງຈິງຈັງ, ພາຍໃນປີ 2010 ປະຊາກອນໃນຂົງເຂດອາຊີຕາເວັນອອກສ່ຽງໃຕ້ຈະມີຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ເພີ່ມຂຶ້ນຕື່ມອີກ 18,5 ລ້ານຄົນ. ມີການຄາດຄະເນວ່າ ຖ້າບໍ່ມີມາດຕະການປ້ອງກັນຢ່າງຄັກແນ່ ຫຼື ແຜນການຕ່າງໆ ຫາກບໍ່ສຳເລັດ, ພາຍໃນປີ 2010 ສະເພາະແຕ່ປະເທດຈີນປະເທດດຽວຈະມີປະມານ 10 -15 ລ້ານຄົນທີ່ຈະຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV), ສ່ວນຢູ່ປະເທດອິນເດຍກໍຈະມີປະມານ 20-25 ລ້ານຄົນ.

ເຖິງຢ່າງໃດກໍຕາມ, ການມີມາດຕາການແກ້ໄຂໃນທັນທີທັນໃດນັ້ນ ສາມາດຫຼຸດຜ່ອນຈຳນວນຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດໃນອານາຄົດໄດ້ຫຼາຍສົມຄວນ ແລະ ການແຜ່ລະບາດກໍຈະຫຼຸດລົງ. ການປ້ອງກັນທີ່ເໝາະສົມຈະສາມາດເຮັດໃຫ້ຈຳນວນຜູ້ຕິດເຊື້ອໃໝ່ຢູ່ພາກພື້ນນີ້ຫຼຸດລົງເຖິງ 69% (ເຊິ່ງໝາຍຄວາມວ່າມີພຽງແຕ່ 5,7 ລ້ານຄົນເທົ່ານັ້ນທີ່ຕິດເຊື້ອໃໝ່ແທນທີ່ຈະເປັນ 18,5 ລ້ານຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອໃໝ່ໃນປີ 2010).

1. **ການແຜ່ລະບາດສາມາດຫຼຸດລົງໄດ້ ໂດຍຜ່ານການປ້ອງກັນທີ່ເໝາະສົມ ແລະ ຄົບຊຸດ.**

ໄດ້ມີຫຼັກຖານສະແດງໃຫ້ເຫັນວ່າໂຄງການປ້ອງກັນໄດ້ຮັບຜົນເປັນຢ່າງດີ ແລະ ການແຜ່ລະບາດສາມາດຫຼຸດລົງໄດ້ໃນບາງປະເທດເຊັ່ນ: ປະເທດໄທ ແລະ ກຳປູເຈຍ ຊຶ່ງເປັນຕົວຢ່າງທີ່ດີໃນການຫຼຸດຜ່ອນການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດ(HIV/AIDS)ໂດຍສຸ່ມໃສ່ການໂຄສະນາເຜີຍແຜ່ຢ່າງກ້ວາງຂວາງກ່ອນທີ່ມັນຈະກາຍເປັນບັນຫາອັນໃຫຍ່ຫຼວງ. ປະເທດໄທໄດ້ສຸມໃສ່ການລົງທຶນເປັນຢ່າງດີ, ມີງົບປະມານພຽງພໍ, ມີນະໂຍບາຍສະໜັບສະໜູນ ແລະ ມີໂຄງການປ້ອງກັນຢ່າງຈະແຈ້ງເຊິ່ງໄດ້ຊ່ວຍຊີວິດຄົນເປັນລ້ານໆ ຄົນ, ອັນໄດ້ເຮັດໃຫ້ຈຳນວນຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ໃໝ່ຫຼຸດລົງຈາກ 143,000 ຄົນ ໃນປີ 1991 ເປັນ 29,000 ຄົນ ໃນປີ 2001.

ເອກະສານປະກອບກິດຈະກຳ 3.2a.

ຜົນກະທົບຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS)

ກ. ຕໍ່ບຸກຄົນ

- ລະບົບພູມຕ້ານທານຂອງຮ່າງກາຍຖືກທຳລາຍ (ລະບົບພູມຕ້ານທານຂອງຮ່າງກາຍອ່ອນແອ, ບໍ່ສາມາດຕ້ານການແຊກແຊງຂອງພະຍາດໄດ້ເຮັດໃຫ້ຄົນເຮົາຕິດພະຍາດແຊກຊ້ອນອື່ນໆ ໄດ້ງ່າຍເຊັ່ນ: ຖອກທ້ອງ, ມະເຮັງຜິວໜັງ, ປອດບວມ, ປອດອັກເສບ...)
- ຜູ້ໃຫຍ່ຈຳນວນ 50% ພົບວ່າເປັນໂລກເອດ (HIV/AIDS) ແລະ ຕາຍໃນ 18 ເດືອນ ຖ້າພວກເຂົາບໍ່ໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວ.
- ໝູ່ເພື່ອນ ແລະ ຄົນຮັກກໍລັງກຽດ, ຖືກແຍກຕົວອອກຈາກການເຄື່ອນໄຫວໃນສັງຄົມ ແລະ ຊຸມຊົນ.
- ເດັກນ້ອຍປະມານ15 -30% ເກີດຈາກແມ່ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ(HIV)ຈະກາຍເປັນໂລກເອດ(HIV/AIDS).
- ຖ້າຫາກບໍ່ມີການປ້ອງກັນການສົ່ງເຊື້ອຈາກແມ່ສູ່ລູກນ້ອຍ.

ຜົນກະທົບທາງດ້ານຈິດໃຈເຊັ່ນ:

- ຢ້ານຄວາມເຈັບປວດ ແລະ ຢ້ານຕາຍ (ໂດຍສະເພາະຕາຍຢ່າງປ່ຽວພອຍ).
- ຮູ້ສຶກວ່າໄດ້ສູນເສຍຄວາມກະຕືລືລົ້ນ, ຂາດຄວາມເຊື່ອໝັ້ນຕົວເອງ, ຮ່າງກາຍບໍ່ເປັນໜ້າເບິ່ງ, ບໍ່ແຂງແຮງ, ຂາດການພົວພັນທາງເພດ, ບໍ່ມີຖານະໃນສັງຄົມ, ຖານະທາງດ້ານການເງິນຄອນແຄນ, ບໍ່ມີແຜນການໃນອະນາຄົດ ແລະ ຂາດຄວາມເປັນຕົນເອງ.
- ມີຄວາມໂກດແຄ້ນຕໍ່ຕົນເອງ, ຕຳນິຕົນເອງວ່າໄປຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ແລະ ຄົນອື່ນກໍລັງກຽດ.
- ເກີດມີຄວາມຄິດຢາກຂ້າຕົວຕາຍເຊິ່ງແມ່ນວິທີທາງໃນການໜີຄວາມເຈັບປວດ, ຄວາມອັບອາຍ ແລະ ເສົ້າໂສກ.
- ຂາດຄຸນຄ່າຂອງຄວາມນັບຖືຍ້ອນວ່າໝູ່ເພື່ອນ ແລະ ຄົນຮັກລັງກຽດ, ສົມທົບກັບຜົນກະທົບຕໍ່ຮ່າງກາຍທີ່ເຮັດໃຫ້ຕົນເອງບໍ່ເປັນຕາເບິ່ງ, ບໍ່ມີເຫື່ອແຮງ.
- ໂສກເສົ້າ, ກັງວົນໃນດ້ານສຸຂະພາບ.
- ໂສກເສົ້າກ່ຽວກັບສິ່ງທີ່ຕົນໄດ້ປະເຊີນ ແລະ ຈະປະເຊີນໃນຕໍ່ໜ້າ.
- ມີຄວາມຜິດທີ່ຈະເຮັດໃຫ້ຜູ້ອື່ນຕິດເຊື້ອໂລກເອດນຳຕົນ, ຄວາມຜິດໃນພຶດຕິກຳທີ່ຈະກໍ່ໃຫ້ເກີດການແຜ່ເຊື້ອໄປສູ່ຄົນອື່ນ, ເຮັດໃຫ້ຄົນອື່ນຍາກລຳບາກ ໂດຍສະເພາະເດັກນ້ອຍ.
- ໂສກເສົ້າຍ້ອນບໍ່ມີການປິ່ນປົວ, ຜິດຫວັງ ແລະ ໝົດກຳລັງໃຈ.

ຂ. ຜົນກະທົບຕໍ່ຄອບຄົວ:

1. ມີຄວາມເຄັ່ງຕຶງທາງຈິດໃຈຂອງສະມາຊິກຄອບຄົວ ຍ້ອນຄວາມໂກດແຄ້ນ, ເສົ້າໂສກ, ເສຍໃຈ, ບໍ່ສາມາດທີ່ຈະສະໜອງຄວາມຕ້ອງການຂອງຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ.
2. ມີການຈຳແນກ ແລະ ລັງກຽດຈາກສັງຄົມຕໍ່ຄອບຄົວທີ່ມີສະມາຊິກຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ.
3. ມີບັນຫາທາງດ້ານເສດຖະກິດຍ້ອນວ່າຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃນການປິ່ນປົວ ແລະ ການບໍລິການຕ່າງໆ, ທັງຜູ້ປ່ວຍ ແລະ ຜູ້ດູແລເບິ່ງແຍງບໍ່ໄດ້ເຮັດວຽກຈຶ່ງເຮັດໃຫ້ຂາດລາຍໄດ້ເພື່ອຮັບໃຊ້ ຊີວິດການເປັນຢູ່ຂອງຄອບຄົວ.

ຄ. ຜົນກະທົບຕໍ່ຊຸມຊົນ:

- ງົບປະມານທີ່ໃຊ້ສຳລັບວຽກງານອື່ນກໍຖືກນຳໃຊ້ເຂົ້າໃນການປ້ອງກັນ, ກວດກາ, ປິ່ນປົວ ແລະ ຮັກສາຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ.
- ສຸມພະລັງໃສ່ລະບົບການປ້ອງກັນ ແລະ ສ້າງບໍລິສັດປະກັນໄພ.
- ສູນເສຍທາງດ້ານເສດຖະກິດ ຍ້ອນຜູ້ປ່ວຍບໍ່ໄດ້ເຮັດວຽກ.

ງ. ຜົນກະທົບຕໍ່ເສດຖະກິດ:

- ແມ່ຍິງບາງຄົນເຮັດວຽກໂດຍບໍ່ມີເງິນເດືອນ ແລະ ພວກເຂົາມີໜ້າທີ່ຮັບຜິດຊອບດູແລ ເບິ່ງແຍງລູກ ແລະ ຄອບຄົວ ດັ່ງນັ້ນ ພວກເຂົາຈຶ່ງເພິ່ງພາຜົວເພື່ອໃຫ້ມີສະພາບເສດຖະກິດໝັ້ນຄົງ. ສະພາບດັ່ງກ່າວຈຳກັດແຜນງານຕ່າງໆຂອງການປ້ອງກັນໂລກເອດ (HIV/AIDS).
- ແມ່ຍິງບາງຄົນໄດ້ຖືກຊັກຈູງໃຫ້ເຂົ້າໄປສູ່ການບໍລິການທາງເພດ ເພື່ອຫາເງິນມາຊ່ວຍເຫຼືອຄອບຄົວ, ການກະທຳດັ່ງກ່າວເຮັດໃຫ້ເຂົາເຈົ້າປະເຊີນກັບຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ.

ເອກະສານປະກອບກິດຈະກໍາ 3.2 b.

ບົດບາດສໍາຄັນຂອງຂະແໜງສຶກສາໃນການປ້ອງກັນການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS).

ໂລກເອດ (HIV/AIDS) ບໍ່ມີຢາປິ່ນປົວ ແລະ ບໍ່ມີວັກຊີນປ້ອງກັນ, ປະຈຸບັນມີແຕ່ການສຶກສາຢ່າງດຽວທີ່ເປັນເຄື່ອງມືທີ່ມີປະສິດທິຜົນສໍາລັບການຕໍ່ສູ້ຕ້ານກັບການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດ.

1. ເປັນຫຍັງຈຶ່ງເວົ້າວ່າການສຶກສາສາມາດຕ້ານກັບການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດໄດ້ ?

ລະບົບການສຶກສາມີທ່າໄດ້ປຽບໃນການເຂົ້າເຖິງເດັກນ້ອຍ ແລະ ຊາວໜຸ່ມ, ໃນເວລາທີ່ຈໍານວນຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອຍັງມີໜ້ອຍ ແລະ ກ່ອນທີ່ພວກເຂົາຈະປະພຶດຕົນທີ່ມີຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ. ການສຶກສາສາມາດຊ່ວຍປ້ອງກັນການແຜ່ລະບາດຂອງໂລກເອດໃນຊ່ວງໄລຍະຍາວກໍຄືໄລຍະສັ້ນໃນກຸ່ມຊາວໜຸ່ມ.

ຊາວໜຸ່ມຕ້ອງການທີ່ຈະໄດ້ຮັບຂໍ້ມູນຂ່າວສານ, ຄວາມຮູ້ ແລະ ພັດທະນາທັກສະຊີວິດເຊິ່ງຈະນໍາເຂົາເຈົ້າໄປສູ່ການດໍາລົງຊີວິດ ແລະ ລະບົບການສຶກສາທີ່ດີ ທັງສາມາດຊ່ວຍໃຫ້ຊາວໜຸ່ມໄດ້ພັດທະນາທັກສະຊີວິດຂອງຕົນເພື່ອປ້ອງກັນຕົນເອງໄດ້ເປັນຢ່າງດີ.

ການສຶກສາໄດ້ສ້າງທັກສະ ແລະ ຄ່ານິຍົມຂອງຄົນໃຫ້ດີ, ສາມາດຊ່ວຍໃນການຫຼຸດຜ່ອນການລັງກຽດ, ການຈໍາແນກຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ.

ການສຶກສາຈາກທົ່ວໂລກຊີ້ໃຫ້ເຫັນວ່າຊາວໜຸ່ມໄດ້ຮັບຂໍ້ມູນຂ່າວສານທີ່ຖືກຕ້ອງ, ຄວາມຮູ້ ແລະ ທັກສະຕ່າງໆກ່ຽວກັບກິດຈະກໍາທາງເພດຂອງຊາວໜຸ່ມທີ່ມີຄວາມຫືກເຫີມ, ແຕ່ເວລາເຂົາເຈົ້າມີເພດສໍາພັນເຂົາເຈົ້າຈະມີວິທີການປ້ອງກັນທີ່ດີເພື່ອຕ້ານການຕິດເຊື້ອພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສໍາພັນ (STIs) ແລະ ເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).

2. ຂະແໜງສຶກສາສາມາດເຮັດອັນໃດໄດ້ແດ່ ?

ກະຊວງສຶກສາທິການສາມາດເຮັດໄດ້ຫຼາຍສິ່ງຫຼາຍຢ່າງ ເພື່ອປ້ອງກັນການແຜ່ຂະຫຍາຍຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ເພື່ອຊ່ວຍກຸ່ມຄົນທີ່ໄດ້ຕິດເຊື້ອ ແລະ ເພື່ອບັນເທົາຜົນກະທົບຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS) ຕໍ່ສັງຄົມເວົ້າລວມ ແລະ ຕໍ່ຂະແໜງສຶກສາເວົ້າສະເພາະ. ກ່ອນອື່ນໝົດ ກະຊວງສຶກສາທິການຈະຕ້ອງຮັບຮູ້ຄວາມຈິງວ່າໂລກເອດ (HIV/AIDS) ແມ່ນບັນຫາເຄັ່ງຮ້ອນຕໍ່ຊາວໜຸ່ມເຊິ່ງເປັນກຸ່ມທີ່ມີຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອພະຍາດ ຕິດຕໍ່ທາງເພດສໍາພັນ (STIs) ແລະ ເຊື້ອໂລກເອດ (HIV).

ເພື່ອປ້ອງກັນຊາວໜຸ່ມ ແລະ ພະນັກງານທີ່ເຮັດວຽກໃນຂະແໜງການສຶກສາ, ກະຊວງສຶກສາທິການຈະຕ້ອງກໍານົດນະໂຍບາຍທີ່ສອດຄ່ອງເພື່ອຈະນໍາໄປສູ່ການພັດທະນາຫຼັກສູດທີ່ເໝາະສົມ ແລະ ຮັບປະກັນວ່າຫຼັກສູດເຫຼົ່ານັ້ນສາມາດນໍາໄປຈັດຕັ້ງປະຕິບັດໄດ້ເປັນຢ່າງດີ.

3. ການວາງແຜນ ແລະ ການຄຸ້ມຄອງການສຶກສາເພື່ອຕ້ານໂລກເອດ (HIV/AIDS).

- ຮັບປະກັນດ້ານຍຸດທະສາດ, ການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ແລະ ການວາງແຜນເຊິ່ງນໍາໄປສູ່ການບອກກ່າວກ່ຽວກັບຜົນກະທົບຂອງໂລກເອດ (HIV/AIDS), ກໍຄືຄວາມສາມາດໃນການປະຕິບັດແຜນການ ແລະ ນະໂຍບາຍ.
  - ສະໜອງງົບປະມານທີ່ເໝາະສົມ ເພື່ອໃຫ້ສາມາດເຂົ້າຫາແຫຼ່ງຊັບພະຍາກອນໄດ້.
  - ແຕ່ງຕັ້ງພະນັກງານສຶກສາເພື່ອໃຫ້ມີບົດບາດ ແລະ ໜ້າທີ່ຈະແຈ້ງໃນການປະຕິບັດວຽກງານກັບພາກ

ສ່ວນຕ່າງໆ ທີ່ພົວພັນກັບການປ້ອງກັນການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ.

ກະຊວງສຶກສາທິການ / ກົມຕ່າງໆ ຈະຕ້ອງຮັບຜິດຊອບໃນການແຊກຊ້ອນເນື້ອໃນຄວາມຮູ້ກ່ຽວກັບໂລກເອດ (HIV/AIDS) ເຂົ້າໃນຫຼັກສູດການຮຽນ-ການສອນຂອງໂຮງຮຽນຂັ້ນຕ່າງໆ ຢ່າງເໝາະສົມ ແລະ ອຳນວຍຄວາມສະດວກໃຫ້ແກ່ການປະຕິບັດຕົວຈິງ.

4. ແຊກຊ້ອນການປ້ອງກັນ ແລະ ການດູແລເບິ່ງແຍງຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດເຂົ້າໃນຫຼັກສູດແຫ່ງຊາດ.

- ແຊກຊ້ອນຄວາມຮູ້ກ່ຽວກັບໂລກເອດ (HIV/AIDS) ເຂົ້າໃນລະບົບການສຶກສາເພື່ອສຸຂະພາບ, ນັບທັງພະຍາດໄຂ້ມາເລເລຍ, ວັນນະໂລກ, ສຸຂະພາບຈະເລີນພັນ, ສິ່ງເສບຕິດ ແລະ ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ
- ຝຶກໃຫ້ຄູເພື່ອຈັດກິດຈະກຳໃນການເຜີຍແຜ່ຄວາມຮູ້ກ່ຽວກັບໂລກເອດໃຫ້ແກ່ນັກຮຽນ ແລະ ເພື່ອນນັກຮຽນທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ (HIV) ແລະ ສອນໃຫ້ພວກເຂົາຮູ້ກ່ຽວກັບໂລກເອດ, ທັກສະຊີວິດ ແລະ ບັນຫາອື່ນໆທີ່ພົວພັນກັບໂລກເອດ (HIV/AIDS) ແລະ ເອົາເນື້ອໃນດັ່ງກ່າວເຂົ້າໃນຫຼັກສູດສ້າງຄູ.
- ພັດທະນາອຸປະກອນ ການຮຽນ-ການສອນ ທີ່ເໝາະສົມໃນເລື່ອງຄວາມຮູ້ ແລະ ທັກສະກ່ຽວກັບໂລກເອດ (HIV/AIDS) ໂດຍອີງໃສ່ທັກສະຊີວິດ ແລະ ໃຫ້ການຊ່ວຍເຫຼືອອຸປະກອນຕ່າງໆ ເພື່ອຮັບໃຊ້ໃນການຮຽນ-ການສອນໃຫ້ພຽງພໍ.

ບົດທີ 4
ສິ່ງເສບຕິດ ແລະ ການຕິດສິ່ງເສບຕິດ

ເວລາ : 2 ຊົ່ວໂມງ

ພາກສະເໜີ:

ສິ່ງສຳຄັນທີ່ສຸດເພື່ອເຂົ້າໃຈເຖິງຮູບແບບການຜະລິດ, ການນຳໃຊ້ ແລະ ການຈັດຕັ້ງຄຸ້ມຄອງຫ້າມບໍ່ໃຫ້ສິ່ງເສບຕິດຂະຫຍາຍຕົວຢ່າງໄວວາຄືກັນກັບທີ່ຜ່ານມາ ແລະ ຍັງສືບຕໍ່ຂະຫຍາຍໄວໃນທົ່ວໂລກ. ຍ້ອນສະພາບຄືແນວນີ້, ຊາວໜຸ່ມຈຶ່ງມີອັດຕາຄວາມສ່ຽງສູງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ.

ປັດຈຸບັນໃນທົ່ວໂລກມີຜູ້ນຳໃຊ້ສິ່ງເສບຕິດປະມານ 185 ລ້ານຄົນ ເຊິ່ງກວມເຖິງ 3,0% ຂອງພົນລະເມືອງໂລກ ຫຼື 4,7% ຂອງພົນລະເມືອງທີ່ມີອາຍຸ 15-14 ປີ. ການຮັບຮອງໃໝ່ໆນີ້ມີຈຳນວນເກືອບເຖິງ 150 ລ້ານຄົນໄດ້ກິນຢາທີ່ມີທາດລະງັບປະສາດກຳລັງຖືກນຳໃຊ້ຢ່າງແຜ່ຫຼາຍທີ່ສຸດ, ລຳດັບຮອງມາແມ່ນ ATS ເຊິ່ງໝາຍເຖິງການນຳໃຊ້ຢາກະຕຸ້ນ (ATS) ຂອງທາດ ອາມເຟຕາມິນ (amphetamine), (ປະມານ 30 ລ້ານຄົນທີ່ນຳໃຊ້ amphetamines, methamphetamines ແລະ 8 ລ້ານຄົນແມ່ນເສບ ແລະ ດື່ມມືນເມົາຕ່າງໆ) . ການນຳໃຊ້ໂຄເຄນ (cocaine) ກໍຄ່ອຍເພີ່ມຂຶ້ນເຖິງ 18 ລ້ານກວ່າຄົນ ແລະ 15 ລ້ານຄົນນຳໃຊ້ຈຳພວກຢາຝິ່ນ (ເຮໂລອິນ, ມອກຟິນ, ຢາພື້ນເມືອງ, ຊີນິຕຣິກ, ສັງເຄາະຈາກຝິ່ນ ແລະ ອື່ນໆ) ເຊິ່ງລວມມີ 9 ລ້ານ ຄົນທີ່ກິນເຮໂລອິນ.

ຜ່ານການຈັດຕັ້ງຄຸ້ມຄອງການເສບ ແລະ ການສັກສິ່ງເສບຕິດທີ່ຜິດກົດໝາຍໄດ້ເຫັນວ່າມີການປ່ຽນແປງຮູບແບບຂອງການຜະລິດຢ່າງໄວວາ ແລະ ຍັງຈະສືບຕໍ່ປ່ຽນແປງຮູບແບບໃໝ່ໄປເລື້ອຍໆ. ປະເທດທີ່ມີການປ່ຽນແປງໄວທີ່ພົ້ນເດັ່ນແມ່ນຢູ່ປະເທດທີ່ມີພົນລະເມືອງຫຼາຍ ແລະ ປະເທດທີ່ກຳລັງພັດທະນາ, ພິເສດແມ່ນໃນປະເທດອາຊີຕາເວັນອອກສຽງໃຕ້ ແລະ ອາເມລິກາລາຕິນ. ບັນດາປະເທດຕາເວັນຕົກໄດ້ປະສົບກັບການແຜ່ລະບາດກ່ຽວກັບການສັກເຮໂລອິນ ຢູ່ໃນທ້າຍປີ 1960 ແລະ ຕໍ່ເນື່ອງມາເຖິງຊຸມປີ 1980-90. ບັນດາປະເທດອາຊຽນແມ່ນໄດ້ເລີ່ມແຜ່ລະບາດໃນທ້າຍຊຸມປີ 1980 ແລະ ສືບຕໍ່ມາເຖິງປັດຈຸບັນ. ການສັກເຮໂລອິນເປັນບັນຫາໃໝ່ຢ່າງໜຶ່ງທີ່ພົບເຫັນໃນ 100 ກວ່າປະເທດໃນໂລກ, ໃນນັ້ນມີປະມານ10 ລ້ານຄົນທີ່ສັກເຮໂລອິນເປັນປະຈຳ; ມີ 80 ກວ່າປະເທດໄດ້ມີບົດລາຍງານເຖິງຜົນສະທ້ອນຂອງໂລກເອດ(HIV/AIDS) ຈາກການໃຊ້ເຂັມສັກສິ່ງເສບຕິດຮ່ວມກັນ.

ກິດຈະກຳ 4.1 ຄວາມເຂົ້າໃຈກ່ຽວກັບການເສບສິ່ງເສບຕິດ

ເວລາ: 60 ນາທີ

ອຸປະກອນ: ເຈັ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່, ເຟີດ

ຈຸດປະສົງ: ຫຼັງຈາກເຮັດກິດຈະກຳນີ້ນັກສຶກສາຄູຈະສາມາດ:

1. ອະທິບາຍຄວາມໝາຍສາຍພົວພັນລະຫວ່າງສິ່ງເສບຕິດກັບການສັກ ຫຼື ເສບສິ່ງເສບຕິດ ແລະ ຜົນກະທົບທີ່ຈະຕາມມາ.
2. ຈຳແນກລັກສະນະຂອງສິ່ງເສບຕິດ, ເພດ, ເພດສຳພັນການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ການເປັນໂລກເອດ.
3. ເຂົ້າໃຈວິທີທາງປ້ອງກັນແລະ ຫຼີກລ່ຽງຈາກຜົນຮ້າຍຂອງການເສບສິ່ງເສບຕິດ.

ວິທີການດຳເນີນ: ແບ່ງກຸ່ມສົນທະນາ

ຄູສອນສົນທະນາກັບນັກສຶກສາຄູດ້ວຍຄຳຖາມລຸ່ມນີ້:

- ເຄີຍໄດ້ຍິນຄຳວ່າ " ຕິດສິ່ງເສບຕິດ" ບໍ່?
- ໄດ້ຍິນຄັ້ງທຳອິດ ເມື່ອໃດ ແລະ ໃຜເປັນຜູ້ເວົ້າໃຫ້ຟັງ?
- ຖ້າມີຄົນທີ່ເຈົ້າຮູ້ຈັກຕິດສິ່ງເສບຕິດ, ຈະເຮັດແນວໃດ?

1. ແບ່ງນັກສຶກສາຄູອອກເປັນ 3 ກຸ່ມ ຕາມຈຳນວນເໝາະສົມ.
2. ຢາຍເຈັ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່, ເຟີດ ແລະ ຄຳຖາມໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມ.
3. ຄູສອນແນະນຳໃຫ້ກຸ່ມສົນທະນາເຖິງ " ສິ່ງເສບຕິດ " ດັ່ງນີ້:

- ກຳນົດແຈ້ງຄວາມເຂົ້າໃຈ ພື້ນຖານກ່ຽວກັບສິ່ງເສບຕິດມີຄືແນວໃດ?.
- ທັດສະນະຂອງໄວໜຸ່ມຕໍ່ກັບສິ່ງເສບຕິດ / ການເສບສິ່ງເສບຕິດມີຄືແນວໃດ?.
- ສິ່ງເສບຕິດ ແລະ ການເສບສິ່ງເສບຕິດທີ່ເປັນອັນຕະລາຍຕໍ່ສຸຂະພາບຂອງຄົນໄວໜຸ່ມຄືແນວໃດ?

4. ໃຫ້ຕາງໜ້າກຸ່ມຂຶ້ນລາຍງານ.

ການປະເມີນຜົນ: ຄວນໃຊ້ຄຳຖາມດັ່ງລຸ່ມນີ້: (ໃຊ້ເວລາ 15 ນາທີ)

1. ໄດ້ຮຽນຮູ້ທັກສະໃດແດ່ເພື່ອປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກສິ່ງເສບຕິດທີ່ຜິດກົດໝາຍ?
2. ຖ້າໄດ້ເປັນຜູ້ຊ່ວຍເຫຼືອຄົນທີ່ຕິດສິ່ງເສບຕິດ, ຈະແນະນຳເຂົາເຈົ້າແນວໃດ?
3. ການສຶກສາມີບົດບາດຫຍັງຕໍ່ໄວໜຸ່ມເພື່ອປ້ອງກັນຈາກການເສບສິ່ງເສບຕິດທີ່ຜິດກົດໝາຍ?

ຜົນໄດ້ຮັບຂອງການຮຽນ:

1. ເຂົ້າໃຈເຖິງບັນຫາ ແລະ ການຫຼຸດຜ່ອນອັນຕະລາຍຂອງສິ່ງເສບຕິດທີ່ຜິດກົດໝາຍ.
2. ໄວໜຸ່ມໄດ້ມີທັດສະນະທີ່ຖືກຕ້ອງຕໍ່ກັບສິ່ງເສບຕິດ/ການເສບສິ່ງເສບຕິດ.
3. ຮູ້ໄດ້ສາເຫດທີ່ພາໃຫ້ຕິດສິ່ງເສບຕິດ.

ກິດຈະກຳທີ 4.2: ຄວາມເຊື່ອ ແລະ ຄວາມຈິງກ່ຽວກັບສິ່ງເສບຕິດ

ເວລາ: 60 ນາທີ

ອຸປະກອນ: ເອກະສານຄວາມເຊື່ອ ແລະ ຄວາມຈິງ, ກັບເຈ້ຍ, ເຟີດ, ເຈ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່

ຈຸດປະສົງ: ຫຼັງຈາກເຮັດກິດຈະກຳນີ້ແລ້ວນັກສຶກສາຄູສາມາດ:

1. ມີຄວາມຮັບຮູ້ ຄວາມເຂົ້າໃຈໄດ້ກ່ຽວກັບຄວາມເຊື່ອ ແລະ ຄວາມຈິງຂອງການເສບສິ່ງເສບຕິດ.
2. ຈຳແນກໄດ້ລະຫວ່າງຄວາມເຊື່ອ ແລະ ຄວາມຈິງ ການເສບສິ່ງເສບຕິດ ແລະ ການຫຼຸດຜ່ອນອັນຕະລາຍ.
3. ສາມາດປຽບທຽບຂໍ້ດີ-ຂໍ້ເສຍກ່ອນການຕັດສິນໃຈໃນຊີວິດປະຈຳວັນ.

ວິທີການດຳເນີນ:

- ຄູສົນທະນາກັບນັກສຶກສາຄູກ່ຽວກັບ **ຄວາມເຊື່ອ** ແລະ **ຄວາມຈິງ** ກ່ຽວກັບສິ່ງເສບຕິດດັ່ງລຸ່ມນີ້ :

  ເສບສິ່ງເສບຕິດເພື່ອກະຕຸ້ນ ແມ່ນ ***ຄວາມເຊື່ອ*** **(ຖືກ) ຫຼື ຄວາມຈິງ** (ຜິດ)

  ໄວໜຸ່ມດື່ມເຫຼົ້າຫຼາຍກວ່າສິ່ງເສບຕິດອື່ນໆ ແມ່ນ ***ຄວາມເຊື່ອ*** **(ຜິດ) ຫຼື ຄວາມຈິງ (ຖືກ)**
- ຫຼັງຈາກຫຼິ້ນເກມໃຫ້ຈັດນັກສຶກສາຄູເປັນ 5 ກຸ່ມໆລະ 5 ຄົນ.
- ຄູຢາຍຄຳຖາມໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມ.(ເບິ່ງຕາມເອກະສານປະກອບກິດຈະກຳ 4.2).
- ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມຄົ້ນຄວ້າຫາເຫດຜົນຂອງຄວາມເຊື່ອ ແລະ ຄວາມຈິງ ທີ່ເຂົາຕັດສິນໃຈ.
- ແຕ່ລະກຸ່ມລາຍງານຜົນການຄົ້ນຄວ້າ.
- ຄູສອນສັງລວມສະຫຼຸບ ແລະ ສະເຫຼີຍລະຫວ່າງຄວາມເຊື່ອ ແລະ ຄວາມຈິງ.

ການປະເມີນຜົນ:

- ຜົນລາຍງານຂອງການຄົ້ນຄວ້າຂອງກຸ່ມ.
- ການຈຳແນກລະຫວ່າງຄວາມເຊື່ອ ແລະ ຄວາມຈິງ.

ຜົນໄດ້ຮັບຂອງການຮຽນ :

- ເພີ່ມທະວີການສ້າງຈິດສຳນຶກ, ປະເມີນດ້ານຄວາມເຊື່ອ ແລະ ຄວາມຈິງ.
- ສ້າງໃຫ້ເຫັນຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງຄວາມເຊື່ອ ແລະ ຄວາມຈິງ.
- ປູກຈິດສຳນຶກທັກສະຊີວິດທີ່ເຂັ້ມແຂງໃນການຕ້ານການນຳໃຊ້ສິ່ງເສບຕິດ.

ເອກະສານປະກອບກິດຈະກໍາ 4.1 :

ແນວຄວາມຄິດ: ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ, ເປັນເອດ ແລະ ການຕິດສິ່ງເສບຕິດ

1. ສິ່ງເສບຕິດແມ່ນຫຍັງ?

ຄໍາວ່າ " ຢາເສບຕິດ " ໝາຍເຖິງສິ່ງຂອງໃດໜຶ່ງ ຫຼື ຜົນຜະລິດຕະພັນ ເຊິ່ງມີຜົນເຖິງຄວາມຮູ້ສຶກ, ຄວາມນຶກຄິດ, ການເບິ່ງເຫັນ, ລົດຊາດ, ກິ່ນ, ການຟັງ ຫຼື ການເຊື່ອຂອງຄົນ. ອົງການອະນາໄມໂລກ (WHO) ໃຫ້ນິຍາມວ່າ "ຢາເສບຕິດ" ແມ່ນສິ່ງຂອງໃດໜຶ່ງທີ່ເປັນຂອງແຂງ, ແຫຼວ ຫຼື ເປັນ ກ໊າສ (ອາຍ) ເຊິ່ງປ່ຽນແປງໜ້າທີ່ ແລະ ໂຄງສ້າງຮ່າງກາຍຂອງຄົນໄປໃນທາງອື່ນ.

ຢາເສບຕິດສາມາດເປັນຢາປິ່ວພະຍາດເຊັ່ນ ມອກຟີນ (Morphine) ຫຼື ສາມາດເປັນຜະລິດຕະພັນຂອງອຸດສາຫະກໍາເຊັ່ນ ກາວ. ສິ່ງເສບຕິດບາງຊະນິດເປັນຂອງຖືກກົດໝາຍ ເຊັ່ນ ຢາທີ່ໄດ້ຮັບອະນຸຍາດນໍາໃຊ້ ແລະ ຢາສູບ, ໃນຂະນະທີ່ສິ່ງເສບຕິດອື່ນໆເປັນຂອງຕ້ອງຫ້າມເຊັ່ນ ເຮໂລອິນ ແລະ ໂຄເຄນ (Heroin & Cocaine). ແຕ່ລະປະເທດໄດ້ມີກົດໝາຍເພື່ອຄວບຄຸມສິ່ງເສບຕິດ. ການນໍາໃຊ້ຢາຕ່າງໆ ມີຜົນກະທົບໜ້ອຍ ຫຼື ຫຼາຍຂຶ້ນກັບສຸຂະພາບ ແລະ ຊີວິດຂອງແຕ່ລະຄົນ. ການຂະຫຍາຍໃນຂອບເຂດກວ້າງແມ່ນຂຶ້ນກັບແຕ່ລະຄົນ, ແຕ່ລະຊະນິດ, ຈໍານວນ, ວິທີການນໍາໃຊ້ສິ່ງເສບຕິດ ແລະ ສະພາບທົ່ວໆໄປຂອງຄົນ.

ຢາເສບຕິດເປັນປັດໃຈສໍາຄັນໃນການແຜ່ເຊື້ອໂລກເອດ. ການໃຊ້ເຂັມສັກຢາຮ່ວມກັນສາມາດແຜ່ເຊື້ອໂລກເອດ, ເຊື້ອຕັບອັກເສບ ແລະ ການເສບຢາເສບຕິດພົວພັນເຖິງກິດຈະກໍາທາງເພດທີ່ບໍ່ປອດໄພ. ການເສບຢາເສບຕິດຍັງສາມາດເປັນອັນຕະລາຍຕໍ່ຄົນຜູ້ໃຊ້ຢາຕ້ານເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ໄດ້ຮັບຜົນໜ້ອຍຕໍ່ການນໍາໃຊ້ຢາປິ່ນປົວພະຍາດ.

2. ຊື່ ແລະ ຊະນິດຢາເສບຕິດທີ່ໄວໜຸ່ມນໍາໃຊ້.

ຈໍານວນຢາເສບຕິດທີ່ນໍາໃຊ້ມີຈໍານວນຫຼວງຫຼາຍ. ສະກຸນຂອງຢາເສບຕິດແມ່ນໄດ້ມີມາດຕະຖານ ແລະ ນໍາໃຊ້ກັນທົ່ວໂລກ. ເຖິງວ່າຢາສ່ວນຫຼາຍໄດ້ຜະລິດຂຶ້ນພາຍໃຕ້ຊື່ການຄ້າທີ່ຫຼາກຫຼາຍ ເຊິ່ງມັກເລີ່ມດ້ວຍຕົວໜັງສືໃຫຍ່. **ຕົວຢ່າງ:** ຢາເສບຕິດສ່ວນຫຼາຍໃຊ້ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນຄວາມກະວົນກະວາຍແມ່ນ ເດຍເຊປາມ (Diazepam) (ມີຊື່ຕາມສະກຸນຢາ) ແລະ ໄດ້ຂາຍໃນບາງປະເທດແມ່ນວາລີອອມ (Valium) (ມີຊື່ການຄ້າ). **ຕົວຢ່າງໜຶ່ງອີກຄື ເດຍເຊຕີນມອກຟີນ** (Diacetylmorphine) ແມ່ນຊື່ຕາມສະກຸນຂອງເຮໂລອິນ. ຊື່ຂອງຢາເສບຕິດມີ 03 ຊະນິດໃຫຍ່ໆ ເຊິ່ງຈັດແບ່ງຕາມຜົນກະທົບຕໍ່ລະບົບປະສາດສ່ວນກາງເຊັ່ນ:

- ຢາແກ້ປວດ (Depressants)
- ທາດກະຕຸ້ນ (Stimulants)
- ຢາສະຫຼົບ (Hallucinogens)

ຢາແກ້ປວດຕ່າງໆ (Depressants): ຂະໜາດອ່ອນ ຫຼື ຄວບຄຸມລະບົບປະສາດເຮັດໃຫ້ຜູ້ໃຊ້ບໍ່ມີຄວາມຮູ້ສຶກ ເຈັບປວດ.

ປະເພດແກ້ປວດລວມມີ:

- ເຫຼົ້າ ແລະ ຂອງມືນເມົາ.
- **ສ່ວນປະກອບຈາກຝິ່ນ**: ເຮໂລອິນ (heroin), ໂຄເດອິນ ມອກຟີນ (morphine codeine), ເມຕາໂດນ (methadone) ແລະ ເປຕີດິນ(Pethidine).
- **ຈຳພວກຊາ**: ມາລີຢົວນາ (Marijuana), ຮາຊິດ (hashish), ນ້ຳມັນ ຮາສ(hash oil).
- **ຢາລະງັບ**: Rohyprol , valium , serepax, Mogadon ແລະ Euhypros
- **Barbiturates**: Seconal,Tuinal ແລະ amytal
- **ສານລະເຫີຍ**: ນ້ຳມັນ, ກາວ, ທິນເນີ......

ຂະໜາດການໃຊ້ຢາ, ຄວາມແຮງປານກາງຂອງສິ່ງມືນເມົາສາມາດເຮັດໃຫ້ຜູ້ໃຊ້ຮູ້ສຶກຜ່ອນຄາຍ. ບາງຊະນິດເຮັດໃຫ້ເພີ່ມຄວາມມີຊີວິດຊີວາ ຫຼື ຄວາມຮູ້ສຶກສະຫງົບ ແລະ ຮູ້ສຶກດີຂື້ນ. ສິ່ງເສບຕິດອາດເຮັດໃຫ້ຫຼຸດຜ່ອນຄວາມກະວົນກະວາຍ, ຄວາມເຄັ່ງຕຶງ ຫຼື ຄວາມຂັດຂ້ອງໝອງໃຈ. ຍ້ອນວ່າສານກະຕຸ້ນ ເຮັດໃຫ້ການເຮັດວຽກຂອງລະບົບປະສາດຊ້າລົງ, ຂອງມືນເມົາກະທົບຕໍ່ການພົວພັນເຖິງການໄຕ່ຕອງ ແລະ ພິຈາລະນາການຕັດສິນໃຈບັນຫາຕ່າງໆ. ຖ້າໃຊ້ເກີນຂະໜາດຈະເປັນສາເຫດໃຫ້ຂາດສະຕິ, ການຫາຍໃຈ, ການເຕັ້ນຂອງຫົວໃຈຊ້າລົງ ແລະ ການເຄື່ອນໄຫວກໍ່ຊ້າລົງ ຫຼື ຄວບຄຸມບໍ່ໄດ້. ຜົນກະທົບດ້ານອື່ນໆ ຂອງການໃຊ້ຢາເກີນຂະໜາດຈະມີອາການໜ້າມືດຕາລາຍ, ຮາກ, ໃນກໍລະນີຮ້າຍແຮງອາດເສຍຊີວິດໄດ້.

ທາດກະຕຸ້ນ (Stimulants): ໃນແຕ່ລະວັນມີຄົນນຳໃຊ້ເປັນຈຳນວນລ້ານໆ. ກາເຟ, ຊາ ແລະ ໂຄເຄນ, ເຄື່ອງດື່ມທີ່ບັນຈຸກາເຟອີນເຊິ່ງແມ່ນທາດກະຕຸ້ນອ່ອນໆ. ນີໂກຕິນໃນຢາສູບກໍແມ່ນທາດກະຕຸ້ນເຊັ່ນກັນ, ແຕ່ຜູ້ສູບຢາຈຳນວນຫຼາຍໃຊ້ເພື່ອເປັນການຜ່ອນຄາຍ. ທາດກະຕຸ້ນອື່ນໆ ເຊັ່ນ: ອີເຟດຣິນ(Ephedrine) ໃຊ້ເປັນຢາສຳລັບ ການປິ່ນປົວລະບົບຫຼອດລົມ, ລະບົບຫາຍໃຈ ແລະ ພະຍາດຫືດ. ທາດກະຕຸ້ນທີ່ແຮງລວມມີ ແອມເຟຕາມີນ (amphetamines) ແລະ ໂຄເຄນ ແມ່ນສິ່ງທີ່ຕ້ອງຫ້າມໃນທຸກໆ ປະເທດ.

ຢາສະຫຼົບ-Hallucinogens :

- LSD (Llysergic ອາຊິດ iethylanide): ອາຊິດ ມີໂຄຼໂດນ (microdots)
- ເຫັດວິເສດ (Magic mushrooms (psilocyhir): gold top, ຮາກໄມ້ (mashies).
- ຕົ້ນກະບອງເພັດ (Mescaline (pryote coctus)
- ທາດກະຕຸ້ນເຮັດໃຫ້ມີຄວາມຕື່ນເຕັ້ນດີໃຈ **Ecstasy**: (MDDMA/ Methyleredia xymetham phetamine
- **ກັນຊາ-Cannabis ມີ**ຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນສູງຄືກັບກາວ, ສາມາດກະທົບຄືກັບຢາສະຫຼົບ (Hallucinogen), ນອກຈາກນັ້ນຍັງກະຕຸ້ນຕໍ່ລະບົບປະສາດສ່ວນກາງ.
- ເກຕາມີນ (**Ketamine)** ໃນຊື່ທີ່ເຄີຍຮູ້ຈັກ k ຫຼື k ພິເສດຜົນກະທົບໃນທາງທີ່ບໍ່ດີຂອງຢາສະຫຼົບ (Hallucinogens) ແມ່ນສາມາດເຮັດໃຫ້ມີຄວາມຕົກໃຈ, ເສຍເສັ້ນ ແລະ ໝົດສະຕິ.ໃນກໍລະນີຮ້າຍແຮງສາມາດມີປະກົດການທີ່ເປັນອັນຕະລາຍ ເຊັ່ນ: ຍ່າງຂ້າມຖະໜົນທີ່ມີສັນຍານໄຟແດງ ຫຼື ກະໂດດລົງຈາກຫຼັງຄາ. ການຂັບຂີ່ໃນຂະນະທີ່ໃຊ້ Hallucinogens ແມ່ນເປັນການສ່ຽງທີ່ສຸດ.

3. ເປັນຫຍັງຊາວໜຸ່ມຈຶ່ງເສບຢາເສບຕິດ?

ຊາວໜຸ່ມເສບຢາເສບຕິດເພື່ອປ່ຽນຄວາມຮູ້ສຶກຂອງຕົນໃນໄລຍະສັ້ນ ແລະ ໄລຍະກາງ. ປົກກະຕິຊາວໜຸ່ມສ່ວນຫຼາຍເສບຢາເສບຕິດຍ້ອນຢາກເພີ່ມເຕີມສິ່ງໃດສິ່ງໜຶ່ງໃນຊີວິດຂອງຕົນ ຫຼື ຊ່ວຍພວກເຂົາໃຫ້ມີຄວາມຮູ້ສຶກໃນການແກ້ໄຂບັນຫາ, ເຖິງວ່າຄວາມຮູ້ສຶກນັ້ນອາດຈະເປັນໄລຍະສັ້ນແລ້ວກໍຫາຍໄປກໍຕາມແຕ່ການໃຊ້ຢາເສບຕິດຍັງອາດເປັນສິ່ງຈູງໃຈດ້ວຍຫຼາຍປັດໃຈເຊັ່ນ:

ສ່ວນບຸກຄົນ: ຊາວໜຸ່ມບາງຄັ້ງຮູ້ສຶກອຶດອັດ ແລະ ບໍ່ເປັນຕົວຂອງຕົວເອງ. ຊາວໜຸ່ມຫຼາຍໆຄົນບໍ່ຕ້ອງການໆບີບບັງຄັບຂອງສະພາບຊີວິດການເປັນຢູ່ຈຶ່ງຫັນມາເສບຢາເສບຕິດເຊິ່ງເປັນທາງເລືອກໜຶ່ງຂອງເຂົາ.

ຄອບຄົວ ແລະ ໝູ່ເພື່ອນ:ຊາວໜຸ່ມສາມາດຮຽນຮູ້ ແລະ ໃຊ້ຢາເສບຕິດຈາກຄອບຄົວ ແລະ ໝູ່ເພື່ອນຂອງເຂົາ. ເດັກຢູ່ໃນຄອບຄົວທີ່ສູບຢາ, ດື່ມສິ່ງມຶນເມົາ, ເສບຢາ ຫຼື ສິ່ງກະຕຸ້ນອື່ນໆໄດ້ກາຍເປັນສ່ວນໜຶ່ງໃນຊີວິດ ແລະ ເຊື່ອວ່າຢາເສບຕິດແມ່ນເລື່ອງທຳມະດາ. ພວກເຂົາຍັງເຊື່ອວ່າຢາເສບຕິດແມ່ນສິ່ງທີ່ຊ່ວຍແກ້ໄຂບັນຫາຄວາມຫຍຸ້ງຍາກ, ຄວາມກັງວົນ ແລະ ອື່ນໆ. ໝູ່ເພື່ອນຮຸ່ນດຽວກັນມີອິດທິພົນຕໍ່ເຂົາເຈົ້າ.

ສັງຄົມ: ການປະສົມປະສານທາງດ້ານຂໍ້ມູນຂ່າວສານຈາກແຫຼ່ງຂ່າວຕ່າງໆ, ພໍ່, ແມ່ ແລະ ຜູ້ປົກຄອງ, ໂຮງຮຽນ ແລະ ບ່ອນເຮັດວຽກມັກຈະກົງກັນຂ້າມ ຫຼື ຂັດແຍ່ງກັບປະສົບການຂອງຊາວໜຸ່ມ. ຊາວໜຸ່ມໄດ້ຮັບຂໍ້ມູນຂ່າວສານທີ່ຈູງໃຈ ແລະ ກະຕຸ້ນການເສບຢາເສບຕິດ. ປົກກະຕິແລ້ວຊາວໜຸ່ມເລີ່ມໃຊ້ຢາເສບຕິດດ້ວຍການທົດລອງກັບໝູ່ເພື່ອນໃນສັງຄົມ ແລະ ເຫດຜົນກໍເພື່ອຄວາມມ່ວນຊື່ນ.

ປັດໃຈສະພາບແວດລ້ອມ: ກົດໝາຍການຄຸ້ມຄອງຫ້າມນຳໃຊ້ຢາເສບຕິດ ແລະ ການໂຄສະນາ ຫຼື ການສົ່ງເສີມການດື່ມເຫຼົ້າ, ເສບຢາ.

4. ການເສບຢາໂດຍທົ່ວໄປຂອງຊາວໜຸ່ມ:

ແອມເຟຕາມີນ (Amphetamines) ເປັນຢາຢູ່ໃນກຸ່ມກະຕຸ້ນເສັ້ນປະສາດ ແລະ ຢາເສບຕິດທີ່ຜະລິດຈາກເຄມີທີ່ມີພະລັງໃນການກະຕຸ້ນລະບົບປະສາດສ່ວນກາງ. Amphetamines ສ່ວນໃຫຍ່ແມ່ນຜະລິດໃນຫ້ອງທົດລອງລັບໆ ທີ່ຜິດກົດໝາຍ ແລະ ຂາຍເຖື່ອນ. Amphetamines ຍັງສາມາດລະລາຍໃນນ້ຳໝາກໄມ້, ສູບດົມ ຫຼື ສັກເຂົ້າເສັ້ນ. ຍອັນບໍ່ເຂົ້າໃຈເຖິງຄວາມຮຸນແຮງ ແລະ ອັນຕະລາຍຂອງມັນ ຜູ້ເສບຫຼາຍຄົນຈຶ່ງໃຊ້ເກີນຂະໜາດ ແລະ ເສຍຊີວິດ. ການເພີ່ມຂະໜາດ, ຜູ້ໃຊ້ຈະກາຍເປັນຜູ້ທີ່ມັກໃຊ້ຄວາມຮຸນແຮງ, ມີອາການປ່ຽນແປງເຊັ່ນ: ອິດເມື່ອຍ, ນອນບໍ່ຫຼັບ, ຫງຸດຫງິດ, ບໍ່ຢາກເຂົ້າ ແລະ ມີຄວາມເຄັ່ງຕຶງສູງ .

ເມຕາເຟຕາມີນ (Methaphetamine) ແມ່ນທາດກະຕຸ້ນຮອງຈາກຢາກະຕຸ້ນ Amphetamines. ການໃຊ້ເມຕາເຟຕາມີນເຮັດໃຫ້ເກີດພຶດຕິກຳຄ້າຍຄືກັນ ແລະ ກະທົບຕໍ່ຈິດຕະສາດເຊັ່ນດຽວກັບໂຄເຄນ ແລະ ທາດກະຕຸ້ນອື່ນໆ. ຜົນກະທົບເຫຼົ່ານີ້ມີຄວາມກະຕືລືລົ້ນ, ຄວາມຕື່ນຕົກໃຈ, ຄວາມເຂົ້າໃຈຕໍ່ການເພີ່ມຂຶ້ນຂອງຄວາມນິຍົມໃນຕົວເອງ ແລະ ຄວາມເຊື່ອໝັ້ນຕໍ່ຕົນເອງ, ບໍ່ມີຄວາມຂັດຂ້ອງໝອງໃຈ ແລະ ແຮງກະຕຸ້ນ. ການໃຊ້ຊົ່ວຄາວ ແລະ ໃຊ້ປະຈຳຊະນິດຕ່າງໆ ຂອງເມຕາເຟຕາມີນມີຜົນຕໍ່ລະບົບປະສາດ, ຄວາມໃຈຮ້າຍ, ກະວົນກະວາຍ ແລະ

ນອນບໍ່ຫຼັບ. ການປ່ຽນແປງດ້ານເສັ້ນປະສາດຢ່າງເປັນປະຈຳ ແລະ ຄວາມບົກຜ່ອງສາມາດເກີດຈາກການໃຊ້ເມຕາເຟຕາມິນຢ່າງເປັນປະຈຳ.

ສານລະເຫີຍ Inhalant (ການສູບ, ດົມ): ຢາເສບຕິດບາງຊະນິດກາຍເປັນກ໊າສ (ອາຍ), ເມື່ອດົມຄ້ວນຈະເຮັດໃຫ້ຜູ້ເສບຮູ້ສຶກອາລົມດີ. ຜະລິດຕະພັນຫຼາຍອັນທີ່ໃຊ້ໃນຄົວເຮືອນແມ່ນທາດສູບດົມເຊັ່ນ: ກາວ, ນ້ຳສີ, ສະເປ, ວັດຖຸໄວໄຟ, ທິນເນີ ແລະ ນ້ຳມັນ. ໂດຍສະເພາະຜູ້ນຳໃຊ້ຢານີ້ໃນເວລາອິດເມື່ອຍຫຼາຍ ຫຼື ອອກແຮງງານໜັກຫຼາຍ ສານກະຕຸ້ນດັ່ງກ່າວ ສາມາດເຮັດໃຫ້ຫົວໃຈເຕັ້ນແຮງຜິດປົກກະຕິ,

ກັນຊາ Cannabis ເປັນຢາເສບຕິດຊະນິດໜຶ່ງທີ່ມີຜົນກະທົບຄ່ອຍໆໄປຫາຮຸນແຮງຕໍ່ຕົນເອງ ແລະ ຕໍ່ຄົນອື່ນໆອີກ. ຜົນກະທົບສຳລັບຜູ້ສູບກັນຊາທຳອິດຈະມີກຳລັງຫຼາຍ ແລະ ຫຼາຍຄົນມັກເວົ້າວ່າເຂົາບໍ່ຮູ້ສຶກຫຍັງ ແຕ່ມີຜົນສະທ້ອນທີ່ບໍ່ດີຕໍ່ສຸຂະພາບຫາກສືບຕໍ່ນຳໃຊ້. ການປູກຊາເພື່ອການບໍລິໂພກ, ກັນຊາ ມີ 3 ແບບໃຫຍ່ໆ ເຊັ່ນ: ກັນຊາ marijuana, hashish ທີ່ເປັນນ້ຳມັນ. ຄຳວ່າ "marijuana" ໝາຍເຖິງຕົ້ນໄມ້ Cannabis ແລະ ເອົາສ່ວນໃດໜຶ່ງຂອງມັນມາຜະລິດເປັນໂສມ ຫຼື ຢາບຳລຸງປະສາດ.

5. ສາຍພົວພັນລະຫວ່າງສິ່ງເສບຕິດ, ເພດ, ການມີເພດສຳພັນທີ່ບໍ່ປອດໄພ, ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ

ການເຊື່ອມລະຫວ່າງຢາເສບຕິດກັບການມີເພດສຳພັນ, ການຮ່ວມເພດທີ່ບໍ່ປອດໄພ, ເຖິງຢ່າງໃດກໍຕາມ ຊາວໜຸ່ມຈຳນວນຫຼາຍໄດ້ສະແຫວງຫາຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອພະຍາດດ້ວຍຕົວເຂົາເອງ. ສະແດງອອກໃນບາງຕົວຢ່າງລຸ່ມນີ້ :

- ຊາວໜຸ່ມຈຳນວນໜຶ່ງອອກຈາກຄອບຄົວ ຫຼື ບ້ານເພື່ອໄປເປັນສະມາຊິກເສບຢາ, ກາຍເປັນຜູ້ທີ່ມີຄວາມຮຸນແຮງເວລາມຶນເມົາ ແລະ ມີເພດສຳພັນທີ່ບໍ່ປອດໄພ ດ້ວຍຄວາມປະໝາດຂອງເຂົາເອງ.
- ຊາວໜຸ່ມບາງຄົນຖືກພໍ່, ແມ່ຂາຍເພື່ອແລກກັບເງິນມາເສບຢາ.
- ຊາວໜຸ່ມບາງຄົນຂາຍບໍລິການທາງເພດ ເພື່ອຫາເງິນຊື້ຢາເສບຕິດ.
- ຊາວໜຸ່ມບາງຄົນອາດເສບຢາດ້ວຍການມີເພດສຳພັນແລກເອົາ.
- ເຈົ້າຂອງຮ້ານບໍລິການທາງເພດອາດໃຫ້ຢາເສບຕິດກັບຄົນໜຸ່ມສາວ ເພື່ອຮັກສາເຂົາໄວ້ເຮັດວຽກໃຫ້ກັບຕົນເອງ ແລະ ອື່ນໆ. ຕົວຢ່າງ: ເຮັດໃຫ້ເຂົາຂາດຄວາມເປັນເອກະລາດທາງດ້ານຮ່າງກາຍ ແລະ ຈິດໃຈນັ້ນແມ່ນທໍລະມານທີ່ສຸດ. ລູກຄ້າອາດໃຫ້ຢາກັບຄົນໜຸ່ມສາວ ແລະ ມີເພດສຳພັນກັບພວກເຂົາ. ຕົວຢ່າງ: ການຈ່າຍເງິນ, ເພື່ອຄວາມພໍໃຈ, ເພື່ອມີເພດສຳພັນຊົ່ວຄາວ ຫຼື ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນຕໍ່ການປ່ຽນແປງ ແລະ ເຮັດໃຫ້ຊາວໜຸ່ມເຫຼົ່ານັ້ນສາມາດປັບໂຕເອງໄດ້ພາຍຫຼັງ.
- ຊາວໜຸ່ມບາງຄົນເສບຢາເພື່ອເຂົາຈະປະກອບສ່ວນເຂົ້າໃນເລື່ອງໜ້າລະອາຍໃຈງ່າຍຂຶ້ນເຊັ່ນ :ຖ່າຍຮູບໂປ້, ວິດີໂອໂປ້ ຫຼື ປະກອບກິດຈະກຳທາງເພດ.
- ຊາວໜຸ່ມບາງຄົນອາດເສບຢາເພື່ອໃຫ້ສາມາດຮັບມືກັບການມີເພດສຳພັນ ຫຼື ກິດຈະກຳທາງເພດໃດໜຶ່ງ.
- ຊາວໜຸ່ມບາງຄົນເສບຢາຍ້ອນເພື່ອຮັບມືກັບຜົນກະທົບຈາກການມີເພດສຳພັນເຊັ່ນ : ຄວາມໜ້າອາຍ ແລະ ມຶນທຶນ.
- ຊາວໜຸ່ມບາງຄົນເສບຢາເພື່ອໃຫ້ມີຄວາມຮູ້ສຶກທາງເພດສຳພັນ .

ສະນັ້ນ ການໃຊ້ສິ່ງເສບຕິດເຮັດໃຫ້ຜູ້ໃຊ້ຂາດສະຕິ ບໍ່ສາມາດຄວບຄຸມຕົວເອງໄດ້. ດ້ວຍເຫດນີ້ບໍ່ວ່າໃຜ

ກໍຕາມຫາກໃຊ້ສິ່ງເສບຕິດອາດນຳໄປສູ່ການມີເພດສຳພັນທີ່ມີຄວາມສ່ຽງສູງ ໂດຍທີ່ບໍ່ໄດ້ມີການປ້ອງໄວ້ກ່ອນຄືການບໍ່ໄດ້ໃຊ້ຖົງຢາງ. ສ່ວນຫຼາຍກຸ່ມຜູ້ໃຊ້ສິ່ງເສບຕິດຊະນິດສັກເຂົ້າເສັ້ນເລືອດຈະມີໂອກາດສູງກວ່າ.

ເອກະສານປະກອບອ່ານເພີ່ມ

" ທັກສະຊີວິດ " ແມ່ນຫຍັງ ?

ສາມາດຝຶກອົບຮົມທັກສະຊີວິດເພື່ອຊ່ວຍຫຼຸດຜ່ອນການເສບສິ່ງເສບຕິດ ແລະ ຜູ້ເສບສິ່ງເສບຕິດໄດ້ແນວໃດ ?

1. ທັກສະຊີວິດ:

ແມ່ນວິທີການທີ່ແທດເໝາະທີ່ອາດຊ່ວຍໃນການຫຼຸດຜ່ອນຜົນຮ້າຍທີ່ພົວພັນກັບບັນຫາຕ່າງໆ ເຊັ່ນ: ໂລກເອດ ແລະ ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນອື່ນໆ; ເຫຼົ້າ, ຢາສູບ ແລະ ການນຳໃຊ້ສິ່ງເສບຕິດອື່ນໆ; ສົງຄາມ ແລະ ການເມືອງບໍ່ໝັ້ນຄົງ; ການຈ້າງແຮງງານ; ເພດສຳພັນ ແລະ ກວດພົບແບບອື່ນໆອີກ, ຈຳແນກຄວາມແຕກຕ່າງກັນໃນຫຼາຍແບບ. ທັກສະຊີວິດໝາຍເຖິງຂະບວນການປະຕິບັດທີ່ທ້າວທັນໃນ ການຮຽນ-ການສອນ ທີ່ເນັ້ນເຖິງການສືບສວນຫາຄວາມຮູ້, ທັດສະນະຄະຕິ ແລະ ທັກສະຕ່າງໆ ທີ່ສາມາດໃຫ້ຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອເຂົາເຈົ້າປ່ຽນແປງ ພຶດຕິກຳໄປໃນທາງທີ່ດີ.

ທັກສະຊີວິດແມ່ນຄວາມສາມາດສຳລັບສອນພຶດຕິກຳໄປໃນທາງທີ່ດີ ກໍຄືການຍົກລະດັບຄວາມຕ້ອງການຂອງແຕ່ລະຄົນ ແລະ ສິ່ງທີ່ທ້າທາຍ ຫຼື ບັນຫາໃນການດຳລົງຊີວິດ (WHO, 1994). ບົນພື້ນຖານປະສົບການກັບວິທີການຂອງທັກສະຊີວິດຍັງມີຜົນສຳເລັດ ເພື່ອສ້າງຄວາມເຂັ້ມແຂງໃນການປະຕິບັດການປົກປ້ອງ ແລະ ເບິ່ງແຍງຫຼັງການປິ່ນປົວ, ເຊິ່ງລວມທັງການຫຼີກລຽງສິ່ງທີ່ບໍ່ດີຊ້ຳຄືນໃໝ່. ທັກສະຊີວິດນຳໃຊ້ເພື່ອຫຼີກລຽງການຕິດສິ່ງເສບຕິດ, ເປົ້າໝາຍເພື່ອອຳນວຍຄວາມສະດວກໃນການຝຶກປະຕິບັດ ແລະ ເພີ່ມທັກສະທາງຈິດຕະສາດ ເພື່ອຊຸກຍູ້ໃຫ້ບຸກຄົນ ແລະ ສັງຄົມແທດເໝາະກັບການພັດທະນາເຊັ່ນ: ສ້າງຈິດສຳນຶກຕົນເອງ, ຄວາມເຫັນໃຈໃນທັກສະການສື່ສານ, ທັກສະເອົາໃຈເຂົາມາໃສ່ໃຈເຮົາ, ຂະຫຍາຍຄວາມຄິດ, ທັກສະການປະຕິເສດ, ການໃຫ້ກຳລັງໃຈ ແລະ ທາງອອກທີ່ສຳຄັນ. ໃນການຫຼີກລຽງການຕິດສິ່ງເສບຕິດຄວນຈະມີໂຄງການປິ່ນປົວ ຫຼື ບຳບັດຜູ້ຕິດສິ່ງເສບຕິດ, ນີ້ໝາຍເຖິງການປະຕິເສດ ແລະ ການຕໍ່ລອງ, ຂະຫຍາຍຄວາມຄິດ, ຄວາມສາມາດຂອງສັງຄົມ ແລະ ທັກສະການສື່ສານ ເພື່ອອະທິບາຍ ແລະ ຊຸກຍູ້ໃຫ້ແຕ່ລະຄົນຕ້ານກັບສິ່ງເສບຕິດໃນຊຸມຊົນ.

ຂະນະທີ່ຄົນເຮົາກິນເຫຼົ້າ ຫຼື ເສບສິ່ງເສບຕິດອື່ນໆເພື່ອໃຫ້ປະສົບຜົນສຳເລັດໃນສິ່ງທີ່ສຳຄັນໃນຊີວິດຂອງເຂົາເຈົ້າ, ມັນເປັນສິ່ງທີ່ຍາກເພື່ອຈະປ່ຽນນິໄສ ຫຼື ພຶດຕິກຳທີ່ເຄີຍໃຊ້ມາກ່ອນ. ການໃຫ້ຄຳປຶກສາຄວນຈະເນັ້ນເຖິງການຊ່ວຍເຂົາເຈົ້າໄດ້ຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບທັກສະຊີວິດ ເພື່ອຈະຊ່ວຍໃຫ້ການເຮັດວຽກໄດ້ຮັບຜົນສຳເລັດ. ທັກສະຊີວິດເຊິ່ງລວມທັງຄວາມບໍລິສຸດສັດຊື່, ການຄວບຄຸມອາລົມ, ການແກ້ໄຂບັນຫາຄວາມບໍ່ເຂົ້າໃຈກັນ ແລະ ການຄວບຄຸມຄວາມຕຶງຄຽດ.

2. ຄວາມສ່ຽງ ແລະ ການປົກປ້ອງເພື່ອໃຫ້ຊາວໜຸ່ມຫ່າງຈາກການເສບສິ່ງເສບຕິດ.

ໂຄງການປ້ອງກັນຕ່າງໆແມ່ນເພື່ອຍົກລະດັບການປ້ອງກັນ ແລະ ການຫຼຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງ. ຄວາມສ່ຽງແມ່ນບັນຫາທີ່ເຮັດໃຫ້ຜູ້ນຳໃຊ້ສິ່ງເສບຕິດມີຫຼາຍຂຶ້ນ. ການຄົ້ນຄວ້າວິໄຈຄວາມສ່ຽງຂອງ WHO ແລະ ການປ້ອງກັນຈາກຫຼາຍກວ່າ 50 ປະເທດ, ເຊິ່ງລວມທັງປະເທດໃນອາຊີ (WHO, 2001)

ຄວາມສ່ຽງສຳລັບຊາວໜຸ່ມຕໍ່ກັບການເສບສິ່ງເສບຕິດ	ການປ້ອງກັນຊາວໜຸ່ມຫ່າງຈາກການເສບສິ່ງເສບຕິດ
➢ ຄວາມບໍ່ເຂົ້າໃຈກັນໃນຄອບຄົວ ➢ ໝູ່ເພື່ອນຜູ້ທີ່ເສບສິ່ງເສບຕິດ ➢ ຢາກທົດລອງ	➢ ການພົວພັນທີ່ເປັນປະໂຫຍດກັບພໍ່, ແມ່ (ຄອບຄົວ) ➢ ພໍ່, ແມ່ໃຫ້ກຳນົດກອບ ແລະ ຂອບເຂດການປະຕິບັດ (ຄອບຄົວ) ➢ ສິ່ງແວດລ້ອມໂຮງຮຽນ (ຊຸມຊົນ) ທີ່ດີໄດ້ສ້າງຈິດໃຈເຊື່ອໝັ້ນ (ບຸກຄົນ)

ລະດັບຂອງບຸກຄົນ, ປະສົບການຊີວິດໄດ້ມີບົດບາດຄວາມໝາຍທີ່ສຳຄັນໃນການເສບສິ່ງເສບຕິດ. ສິ່ງສຳຄັນແມ່ນລະດັບການຊ່ວຍເຫຼືອ ແລະ ການເບິ່ງແຍງດູແລຂອງ ພໍ່, ແມ່ ຫຼື ຜູ້ອາວຸໂສອື່ນໆ, ປະສົບການທີ່ມີຄຸນນະພາບສຳລັບນັກຮຽນ. ຍິ່ງໄປກວ່ານັ້ນສິ່ງສຳຄັນແມ່ນຄວາມສາມາດຂອງບຸກຄົນ ແລະ ສັງຄົມ ເຊັ່ນ: ຄວາມຮູ້ສຶກໃນການຄວບຄຸມພ້ອມທັງເຊື່ອໝັ້ນບົດບາດຄວາມສຳຄັນຂອງບຸກຄົນ.

ປັດໃຈທີ່ພົ້ນເດັ່ນຈາກຄອບຄົວ ລວມທັງປະຫວັດຂອງການຕິດສິ່ງເສບຕິດ ຫຼື ຂາດການຄຸ້ມຄອງຂອງຄອບຄົວ, ລວມທັງການສື່ສານ, ການສຶກສາອົບຮົມ, ຂອບເຂດດຳເນີນງານຍຸດທະສາດທີ່ປະສົບຜົນສຳເລັດ, ການສື່ສານລະຫວ່າງພໍ່, ແມ່ ແລະ ລູກ, ກົດເກນທຳມະຊາດ, ຄວາມຄາດຫວັງ ແລະ ການສ້າງຄວາມເຂັ້ມແຂງແກ່ຄອບຄົວ. ຊາວໜຸ່ມທີ່ມີການພົວພັນທີ່ຖືກຕ້ອງກັບພໍ່, ແມ່ເຊິ່ງເປັນຜູ້ກຳນົດຂອບເຂດປະຕິບັດແມ່ນມີໜ້ອຍ.

ຢູ່ໃນໂຮງຮຽນ, ຊາວໜຸ່ມມີການພົວພັນທີ່ດີກັບຄູສອນ, ຂຶ້ນຮຽນປົກກະຕິ, ເຮັດກິດຈະກຳໄດ້ດີໃນຫ້ອງຮຽນ ບໍ່ມັກຕິດສິ່ງເສບຕິດ (ແຫຼ່ງຂໍ້ມູນ: ເຄືອຂ່າຍຊາວໜຸ່ມໂລກ, 2002; WHO, 2001)

ຄວາມສ່ຽງອື່ນໆ ແລະ ການປ້ອງກັນລວມທັງທັດສະນະຄະຕິຂອງເພື່ອນທີ່ກ້າວໄປຕິດສິ່ງເສບຕິດ,ເພື່ອນຜູ້ເສບສິ່ງເສບຕິດ, ຄວາມຮູ້ສຶກຕໍ່ຄວາມສ່ຽງ, ການລົງໂທດ, ການຊ່ວຍເຫຼືອຂອງສັງຄົມ, ການມີສ່ວນຮ່ວມໃນກິດຈະກຳຕ່າງໆ, ການສະແດງໂຕໃນການຕ້ານສິ່ງເສບຕິດຕໍ່ສິ່ມວນຊົນ, ເຊື້ອຊາດ, ສາສະໜາ.

ຄວາມຈິງ ແລະ ຄວາມເຊື່ອ:

ຢາຍເອກະສານຄວາມເຊື່ອ ແລະ ຄວາມຈິງແຕ່ລະບົດຄວາມທີ່ແຕກຕ່າງຈາກໃນບົດໃຫ້ນັກສຶກສາດູ, ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຫ້ແຍກເປັນກຸ່ມ ແລະ ອະທິບາຍ.

ຈົ່ງພິຈາລະນາ ແລະ ຕອບຂໍ້ຄວາມຕາມຕາຕະລາງລຸ່ມນີ້ ໂດຍໃຊ້ເຄື່ອງໝາຍ ✓ ຂີດໃສ່ຫວ່າງ 'ຄວາມຈິງ ' ຫຼື ' ຄວາມເຊື່ອ ' ຕາມຄວາມຄິດຂອງທ່ານ.

ລ/ດ	ຂໍ້ຄວາມ	ຄວາມຈິງ	ຄວາມເຊື່ອ
1	ເຈົ້າບໍ່ສາມາດກາຍເປັນຄົນທີ່ຕິດເຫຼົ້າເພາະວ່າເຫຼົ້າບໍ່ແມ່ນສິ່ງເສບຕິດ		
2	ເສບສິ່ງເສບຕິດເພື່ອການກະຕຸ້ນ		
3	ຂັບລົດຫຼັງຈາກໃຊ້ກັນຊາແມ່ນຮັບປະກັນກວ່າການດື່ມເຫຼົ້າ		
4	ການຕິດຢາສູບ		
5	ຜູ້ເສບສິ່ງເສບຕິດຫຼາຍຄົນເວົ້າວ່າການສູບກັນຊາແມ່ນເປັນບາດກ້າວທີ່ພາໃຫ້ໄປຕິດສິ່ງເສບຕິດອື່ນ		
6	ຜູ້ທີ່ກາຍເປັນຄົນຕິດສິ່ງເສບຕິດແມ່ນຈະບໍ່ມີກຳລັງແຮງ		
7	ການປ່ຽນແປງນ້ຳໜັກ, ນອນກັບຜູ້ຮ່ວມງານ, ນ້ຳໜັກຫຼຸດລົງໄວ, ເວົ້າເກັ່ງ, ຄວາມຮູ້ສຶກກະຕືລືລົ້ນ, ປວດຮາກ ແລະ ຮາກ ສຳລັບຜູ້ນຳໃຊ້ສິ່ງເສບຕິດ.		
8	ສິ່ງເສບຕິດຊ່ວຍໃຫ້ຄົນກ້າປະເຊີນໜ້າກັບບັນຫາຕ່າງໆ.		
9	ຮອກໂມນຕ່າງໆຄວນຈະໃຊ້ຕາມໃບສັ່ງຢາເທົ່ານັ້ນ.		
10	ໃຊ້ຢາຕາມໃບສັ່ງຢາຂອງແພດເຊັ່ນ: ຢາແກ້ປວດ ແລະ ຢານອນຫຼັບບໍ່ສາມາດກາຍເປັນຜູ້ຕິດຢາໄດ້.		
11	ກາເຟ, ຊາກໍແມ່ນສ່ວນປະກອບຂອງທາດກະຕຸ້ນ/ສິ່ງເສບຕິດ.		
12	ໄວໜຸ່ມຫຼາຍຄົນດື່ມເຫຼົ້າຫຼາຍກວ່າສິ່ງເສບຕິດອື່ນໆ.		
13	ຖ້າເສບສິ່ງເສບຕິດໂດຍປັດສະຈາກການສັກ, ຈະບໍ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ.		
14	ການສູບຢາເປັນອັນຕະລາຍອັນໃຫຍ່ຫຼວງສຳລັບແມ່ຍິງທີ່ຖືພາ, ແຕ່ບໍ່ແມ່ນສຳລັບເດັກນ້ອຍໃນທ້ອງ.		
15	ເຫຼົ້າໄດ້ກະຕຸ້ນໃຫ້ມີເພດສຳພັນ.		
16	ກັນຊາໄດ້ນຳໃຊ້ເພື່ອແກ້ປວດ (ໃນມະເຮັງ ແລະ ການເຈັບເປັນໄລຍະຍາວ/ຊຳເຮື້ອ).		
17	ເຮໂລອີນແມ່ນຕິດໄດ້.		
18	ສິ່ງເສບຕິດເຊັ່ນເຫຼົ້າ, ກັນຊາຈະບໍ່ສາມາດມີບັນຫາກັບໄວໜຸ່ມ, ຖ້າພວກເຂົາບໍ່ໄດ້ຕິດມາກ່ອນ.		
19	ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດຈາກຜູ້ເສບສິ່ງເສບຕິດແມ່ນເພີ່ມຂຶ້ນ.		
20	ເຮໂລອີນເສບແລ້ວຕິດ.		

ຄໍາຕອບ

	ຄໍາຕອບສໍາລັບຄູສອນ
1	**ຄວາມເຊື່ອ:** ເຫຼົ້າແມ່ນທາດກະຕຸ້ນຄືກັບຊະນິດສິ່ງເສບຕິດອື່ນໆ.
2	**ຄວາມເຊື່ອ:** ໃຊ້ສິ່ງເສບຕິດໃນຫຼາຍເທດຜົນກໍສາມາດຕິດໄດ້.
3	**ຄວາມເຊື່ອ:** ເຫຼົ້າ, ກັນຊາມີຜົນສະທ້ອນຕໍ່ກັບຮ່າງກາຍ, ສະທ້ອນຊ້າ(ວິທີເບິ່ງເຫັນ ແລະ ລົບກວນຄົນຢູ່ໃກ້).
4	**ຄວາມຈິງ:** ທຸກຄົນສູບຢາລ້ວນແຕ່ຕິດ.
5	**ຄວາມຈິງ:** ຜູ້ທີ່ໃຊ້ເປັນປະຈໍາຕິດ ແລະ ໃຊ້ຢາປະລິມານຫຼາຍຂຶ້ນ.
6	**ຄວາມເຊື່ອ:** ການຕິດແມ່ນບໍ່ພຽງແຕ່ຜູ້ເປັນໂລກປະສາດ (ເສຍເສັ້ນ), ຍັງເສຍສຸຂະພາບອີກ.
7	**ຄວາມຈິງ:** ນີ້ແມ່ນໜຶ່ງໃນຫຼາຍອາການ, ແຕ່ໃນຫຼາຍຂະບວນການໄດ້ພະຍາຍາມ; ໃຊ້ຢາບໍ່ຄວນຈະໜ້ອຍ ຫຼື ຫຼາຍກວ່າທີ່ກໍານົດ.
8	**ຄວາມເຊື່ອ:** ສິ່ງເສບຕິດຊ່ວຍໃຫ້ຄົນເຮົາລືມບັນຫາຂອງພວກເຂົາ ຫຼື ຫຼຸດຜ່ອນຄວາມເຈັບປວດ ຈາກບັນຫາຕ່າງໆ, ແຕ່ບັນຫາຍັງມີຢູ່ ແລະ ເພີ່ມຂຶ້ນເລື້ອຍໆ.
9	**ຄວາມຈິງ:** ສານກະຕຸ້ນມີຜົນຂ້າງຄຽງຕໍ່ສຸຂະພາບເຊັ່ນ: ພະຍາດຕັບ, ຫົວໃຈ, ທາງເພດ, ຈິດໃຈເສົ້າໝອງ ພຶດຕິກໍາປ່ຽນຄວາມຕ້ອງການຕ່າງໆ .
10	**ຄວາມເຊື່ອ:** ຜູ້ທີ່ກິນຕາມໃບສັ່ງຢາ/ແພດສັ່ງກໍກາຍເປັນຜູ້ຕິດໄດ້.
11	**ຄວາມຈິງ:** ກາເຟ, ຊາ ແລະ ເຄື່ອງດື່ມຫຼາຍຊະນິດມີສ່ວນປະກອບຂອງຄາເຟອີນທີ່ເປັນທາດກະຕຸ້ນ ແລະ ເຮັດໃຫ້ເຮົາຕິດ.
12	**ຄວາມຈິງ:** ເຫຼົ້າສິ່ງທີ່ນໍາໃຊ້ຢ່າງແຜ່ຫຼາຍກັບກຸ່ມໄວໜຸ່ມກວມ 50% ແມ່ນເພດຊາຍ, 20% ແມ່ນເພດຍິງ ທີ່ເລີ່ມດື່ມແຕ່ອາຍຸບໍ່ທັນເຖິງ 20 ປີ.
13	**ຄວາມເຊື່ອ:** ຖ້າເສບສິ່ງເສບຕິດໂດຍປັດສະຈາກການສັກ, ຈະບໍ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ.
14	**ຄວາມເຊື່ອ:** ສູບຢາແມ່ນເປັນພິດຮ້າຍຕໍ່ແມ່ ແລະ ລູກຢູ່ໃນທ້ອງ.
15	**ຄວາມເຊື່ອ:** ເຫຼົ້າສາມາດເຮັດໃຫ້ຜູ້ຮ່ວມເພດປະລາໄຊ, ສິ່ງເສບຕິດອາດເປັນທາດກະຕຸ້ນກັບຄູ່ຮ່ວມເພດ, ແມ່ນເປັນສາເຫດຂອງບັນຫາຕ່າງໆເຊັ່ນ: ໃຊ້ຄວາມຮຸນແຮງ, ໝົດຄວາມຮູ້ສຶກເຮັດໃຫ້ຄູ່ນອນເຈັບ.
16	**ຄວາມຈິງ:** ກັນຊາ ແມ່ນສິ່ງທີ່ຜິດກົດໝາຍໂດຍກົງ.
17	**ຄວາມເຊື່ອ:** ຂະນະນີ້ກໍາລັງເຮັດການຄົ້ນຄວ້າ, ຊ່ຽວຊານຫຼາຍຄົນເຊື່ອວ່າໃຊ້ກັນຊາໄລຍະຍາວຈະເປັນອັນຕະລາຍ ແລະ ກ້າວເຖິງເປັນພະຍາດທາງຈິດ, ໝົດຄວາມຊົງຈໍາ, ໝົດຄວາມດຸ່ນດ່ຽງຂອງຮ່າງກາຍ, ລະບົບສືບພັນ, ຫລອດລົມ ແລະ ປອດ.
18	**ຄວາມເຊື່ອ:** ສິ່ງເສບຕິດສາມາດສະກັດກັ້ນການຂະຫຍາຍຕົວ ແລະ ການພັດທະນາຂອງໄວໜຸ່ມ. ບັນຫາຕ່າງໆໃນການພົວພັນ ແລະ ໝາກຜົນຄືການຖືພາທີ່ບໍ່ຕັ້ງໃຈ, ຕິດພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສໍາພັນ ແລະ ເຊື້ອໂລກເອດ, ຍ້ອນວ່າພວກເຂົາມີຄວາມສ່ຽງສູງ.
19	**ຄວາມຈິງ:** ການຄົ້ນຄວ້າໄດ້ເຫັນວ່າການຕິດເຊື້ອໂລກເອດມີອັດຕາເພີ່ມຂຶ້ນສູງກັບໄວໜຸ່ມທີ່ເສບສິ່ງເສບຕິດ.
20	**ຄວາມຈິງ:** ຄົນຜູ້ໜຶ່ງສາມາດກາຍເປັນຜູ້ຕິດຢາໄດ້ເມື່ອໃຊ້ເຮໂລອີນ.

ບົດທີ 5
ການຈຳແນກ, ການລັງກຽດຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນເອດ

ເວລາ : 3 ຊົ່ວໂມງ

ພາກສະເໜີ:

ໂລກເອດ ແລະ ການລັງກຽດມີການພົວພັນເຊິ່ງກັນ ແລະ ກັນ. ຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດຕ້ອງການສິດທິໃນການດູແລເບິ່ງແຍງ. ການລັງກຽດ ແລະ ການຈຳແນກຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດຈະສ້າງຄວາມຫຍຸ້ງຍາກໃຫ້ຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດບໍ່ສາມາດໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວ ແລະ ຍັງເປັນຜົນກະທົບຕໍ່ການປະຕິບັດວຽກງານ. ນອກນັ້ນມັນຍັງເປັນເງື່ອນໄຂໜຶ່ງທີ່ເຮັດໃຫ້ຜູ້ອື່ນຕິດເຊື້ອໂລກເອດນຳອີກ.

ຄວາມເສຍຫາຍທີ່ເກີດຂຶ້ນແມ່ນຍ້ອນບຸກຄົນ ຫຼື ຊຸມຊົນບໍ່ໃຫ້ການຮ່ວມມືໃນການຫຼຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງຂອງການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ. ໃນປີ1998 ອົງການສະຫະປະຊາຊາດ ໄດ້ມີທິດຊີ້ນຳໃນການວາງບັນດາມະຕິ ແລະ ນະໂຍບາຍໃນການເອົາໃຈໃສ່ຊ່ວຍເຫຼືອກ່ຽວກັບບັນຫາໂລກເອດ ແລະ ສິດທິ. ປັດຈຸບັນໄດ້ມີການຮັບຮູ້ກ່ຽວກັບການພົວພັນພື້ນຖານລະຫວ່າງໂລກເອດ ແລະ ສິດທິເພີ່ມຂຶ້ນ. ເຖິງວ່າມີການນຳເອົານະໂຍບາຍ ແລະ ໂຄງການຕ່າງໆກ່ຽວກັບໂລກເອດເຂົ້າໃນກົດໝາຍສາກົນວ່າດ້ວຍສິດທິແລ້ວກໍຕາມ, ແຕ່ລັດຖະບານ ແລະ ຜູ້ວາງແນວທາງນະໂຍບາຍສ່ວນໃຫຍ່ພັດຍັງບໍ່ທັນໄດ້ປະຕິບັດເທື່ອ.

ປົກກະຕິແລ້ວຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບຄວາມເສຍຫາຍ ຫຼື ຜູ້ທີ່ມີເຊື້ອໂລກເອດມັກຈະຖືກປະຕິເສດຈາກສິດທິພື້ນຖານຂອງເຂົາເຈົ້າເຊັ່ນ: ສິດທິໃນການບໍ່ຈຳແນກ, ສິດທິໃນການບໍ່ໃຫ້ເຮັດວຽກ ແລະ ຄວາມປອດໄພດ້ານສັງຄົມ, ສຸຂະພາບ, ຄວາມສະເໝີພາບລະຫວ່າງ ຍິງ-ຊາຍ, ການເປັນສ່ວນຕົວ, ການສຶກສາ ແລະ ການໄດ້ຮັບຂໍ້ມູນຂ່າວສານ, ສິດທິໃນການສ້າງຄອບຄົວ, ອິດສະລະພາບ ແລະ ເສລີພາບໃນການເຄື່ອນຍ້າຍ. ການຂາດສິດທິດັ່ງກ່າວໄດ້ເຮັດໃຫ້ມີການຕິດເຊື້ອເພີ່ມຂຶ້ນໂດຍສະເພາະຢູ່ໃນກຸ່ມຄົນທີ່ຍັງຖືກຖືເບົາ ແລະ ຈະມີຜົນກະທົບທີ່ບໍ່ດີຕໍ່ສັງຄົມ.

ການພົວພັນລະຫວ່າງໂລກເອດ ແລະ ການລັງກຽດ:

ການຈຳແນກ ແລະ ການລັງກຽດ: ປົກກະຕິແລ້ວຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດຈະຖືກລະເມີດສິດທິ ເພາະເຂົາເຈົ້າໄດ້ຖືກປະນາມວ່າເປັນຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເຮັດໃຫ້ເຂົາເຈົ້າຕ້ອງທົນທຸກທໍລະມານຢູ່ກັບການຕິດເຊື້ອ ແລະ ສູນເສຍສິດທິຕ່າງໆ. ການຈຳແນກ ແລະ ການລັງກຽດສາມາດກີດຂວາງບໍ່ໃຫ້ພວກເຂົາໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວ ຫຼື ມີຜົນກະທົບຕໍ່ການເຮັດວຽກງານຂອງເຂົາ, ຕໍ່ທີ່ພັກພາອາໄສ ແລະ ສິດທິອື່ນໆອີກ. ບັນຫານີ້ຍັງໄດ້ເຮັດໃຫ້ຜູ້ອື່ນໆມີຄວາມສ່ຽງສູງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອໄດ້ງ່າຍຂຶ້ນເພາະວ່າການລັງກຽດ ແລະ ຈຳແນກຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດຈະເຮັດໃຫ້ຜູ້ຕິດເຊື້ອບໍ່ກ້າຫານຈະໄປຮັບໃຊ້ບໍລິການດ້ານສຸຂະພາບ ແລະ ສັງຄົມໄດ້. ນອກນັ້ນ, ການລັງກຽດຍັງເຮັດໃຫ້ຜູ້ຕິດເຊື້ອໄດ້ຮັບຜົນສະທ້ອນເຖິງການຮັບຂໍ້ມູນຂ່າວສານ, ຮັບການສຶກສາ ແລະ ການໃຫ້ຄຳປຶກສາໃນການບໍລິການບໍ່ໄດ້ດີ.

ອຸປະສັກຕ່າງໆໃນການຮັບຜິດຊອບ:

ການສະກັດກັ້ນໂລກເອດຢ່າງມີປະສິດທິຜົນ, ການປິ່ນປົວ, ການດູແລເບິ່ງແຍງຈະມີອຸປະສັກຢູ່ໃນບ່ອນທີ່ບໍ່ມີການປະຕິບັດສິດທິ.

ນິຍາມ " ການລັງກຽດ " ແລະ " ການຈຳແນກ ".

ໃນເດືອນທັນວາ(12) ປີ 2003, ອົງການຕ້ານເອດຂອງສະຫະປະຊາຊາດ (UNAIDS) ໄດ້ມີການໂຄສະນາກ່ຽວກັບການລັງກຽດ ແລະ ການຈຳແນກລົງໃນເວບໄຊຂອງຕົນເຊິ່ງໄດ້ນິຍາມວ່າ:

" ***ການລັງກຽດ"*** ທີ່ພົວພັນເຖິງໂລກເອດສາມາດອະທິບາຍໄດ້ເປັນ " ວິວັດທະນາການຂອງການເສຍຄຸນຄ່າ" ຂອງຄົນທີ່ມີເຊື້ອໂລກເອດ ຫຼື ຜູ້ທີ່ພົວພັນກັບຄົນເຫຼົ່ານັ້ນ. ການລັງກຽດມັກຈະມີອຸປະສັກຕໍ່ການຈຳແນກພື້ນຖານດ້ານເພດສຳພັນ ແລະ ການສັກຢາເຂົ້າເສັ້ນເລືອດເຊິ່ງເປັນເສັ້ນທາງເບື້ອງຕົ້ນຂອງການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ.

" ***ການຈຳແນກ"*** ແມ່ນການປະຕິບັດແບບບໍ່ຍຸດຕິທຳຕໍ່ຜູ້ທີ່ຕົກຢູ່ໃນສະພາບຂອງຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ຫຼື ສົງໃສວ່າມີການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ. ການຈຳແນກເກີດຂຶ້ນເມື່ອມີການຕ້ານກັບຄົນໃດໜຶ່ງເຊິ່ງໄດ້ຮັບການປະຕິບັດແບບບໍ່ຍຸຕິທຳຍ້ອນເຂົາຢູ່ໃນກຸ່ມທີ່ຖືກຈຳແນກ.

ກິດຈະກຳ 5.1 : ການລັງກຽດ ແລະ ຈຳແນກຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ

ເວລາ: 1 ຊົ່ວໂມງ

ອຸປະກອນ: ກະດານຂາວ, ເຈ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່, ເຈ້ຍແຂງ, ເຟີດ, ສະກ໊ອດ

ຈຸດປະສົງ: ຫຼັງຈາກເຮັດກິດຈະກຳນີ້ແລ້ວນັກສຶກສາຄູຈະສາມາດ:

1. ສົນທະນາກ່ຽວກັບການລັງກຽດ, ການຈຳແນກຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດທີ່ແຜ່ລະບາດໃນສັງຄົມ.
2. ນິຍາມກ່ຽວກັບການລັງກຽດ, ການຈຳແນກຕໍ່ຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ ແລະ ພຶດຕິກຳທາງເພດ.
3. ຊີ້ແຈງໃຫ້ເຫັນການລັງກຽດຂອງສັງຄົມຕໍ່ຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ.
4. ອະທິບາຍຜົນຮ້າຍຂອງການລັງກຽດ ແລະ ຈຳແນກຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ

ວິທີການດຳເນີນ:

1. ແບ່ງນັກສຶກສາຄູໃນຫ້ອງອອກເປັນ 4 ກຸ່ມ, ແຕ່ລະກຸ່ມເລືອກເອົາໜຶ່ງຫົວຂໍ້ທີ່ມີຢູ່ຂ້າງລຸ່ມນີ້, ເພື່ອຄົ້ນຄວ້າ, ສົນທະນາໃນກຸ່ມ .ໃຊ້ເວລາກະກຽມ 10 ນາທີ.
   - ຜົນດີຂອງການແຍກຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດອອກຈາກຊຸມຊົນ.
   - ຜົນເສຍຂອງການແຍກຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດອອກຈາກຊຸມຊົນ.
   - ຜົນດີຂອງການໃຫ້ຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດຢູ່ຮ່ວມກັບຊຸມຊົນ.
   - ຜົນເສຍຂອງການໃຫ້ຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດຢູ່ຮ່ວມກັບຊຸມຊົນ.
2. ໃຫ້ຕາງໜ້າຂອງແຕ່ກຸ່ມຂຶ້ນລາຍງານຜົນ.
   - ຄູ ແລະ ນັກສຶກສາຄູພ້ອມກັນສະຫຼຸບສັງລວມຄຳຕອບທີ່ຖືກຕ້ອງ ແລະ ເໝາະສົມ.
   1. ທຸກຄົນບໍ່ມີໃຜຢາກເຈັບເປັນບໍ່ວ່າຍ້ອນອຸບັດເຫດ ຫຼື ພະຍາດຕ່າງໆ ໂດຍສະເພາະໂລກເອດເຊິ່ງເປັນພະຍາດທີ່ບໍ່ສາມາດປິ່ນປົວໄດ້, ສະນັ້ນ ພວກເຮົາຄວນຢູ່ຮ່ວມກັນຢ່າງມີຄວາມສຸກ, ປາສະຈາກການຈຳແນກ ແລະ ລັງກຽດຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນເອດ ນີ້ແມ່ນຄວາມປາດຖະໜາຂອງທຸກຄົນໂດຍສະເພາະແມ່ນຜູ້ທີ່ໄດ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນເອດ.
   2. ໃນສະພາບຕົວຈິງຂອງສັງຄົມ, ເຮັດແນວໃດເຮົາຈຶ່ງຈະສາມາດຮູ້ໄດ້ວ່າຜູ້ໃດຕິດ ຫຼື ບໍ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ.(ມີແຕ່ໄປກວດເລືອດຫາເຊື້ອໂລກເອດເທົ່ານັ້ນ). ເຮົາຮູ້ແຕ່ວ່າເຈັບປ່ວຍຍ້ອນເປັນໂລກເອດທີ່ສະແດງອາການຕ່າງໆອອກມາ, ທີ່ສຳຄັນຜູ້ທີ່ແຜ່ເຊື້ອໂລກເອດໃຫ້ແກ່ຄົນອື່ນແມ່ນຜູ້ທີ່ກຳລັງຕິດເຊື້ອໂລກເອດຈະບໍ່ແມ່ນຜູ້ທີ່ເປັນເອດແລ້ວ.
   3. ຖ້າຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດຫາກແມ່ນສະມາຊິກໃນຄອບຄົວຂອງເຮົາໆຈະເຮັດແນວໃດ?

ການປະເມີນຜົນ: ໃຫ້ນັກສຶກສາຄູຂຽນ 2-3 ຕົວຢ່າງກ່ຽວກັບຜົນກະທົບຂອງການລັງກຽດຕໍ່ຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ, ການປ້ອງກັນ ແລະ ການດູແລເບິ່ງແຍງພວກເຂົາ.

ຜົນໄດ້ຮັບຂອງການຮຽນ:

ສະຫຼຸບຜົນກະທົບທີ່ຕາມມາຂອງການລັງກຽດ ແລະ ການຈຳແນກຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ. ສະເໜີຄວາມສຳຄັນໃນການຫຼຸດຜ່ອນການລັງກຽດ ແລະ ການຈຳແນກເພື່ອການປ້ອງການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ.

ກິດຈະກຳ 5.2 : ການຫຼຸດຜ່ອນການລັງກຽດ ແລະ ການຈຳແນກ

ເວລາ: 1 ຊົ່ວໂມງ

ອຸປະກອນ: ເຈັ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່, ເຟີດ, ສະກ໊ອດ

ຈຸດປະສົງ: ຫຼັງຈາກເຮັດກິດຈະກຳນີ້ແລ້ວນັກສຶກສາຄູສາມາດ:

1. ອະທິບາຍການພົວພັນລະຫວ່າງຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ, ເປັນໂລກເອດກັບການລັງກຽດ ແລະ ການຈຳແນກ.
2. ອະທິບາຍຜົນຮ້າຍທີ່ຈະຕາມມາຂອງການລັງກຽດ ແລະ ຈຳແນກຕໍ່ກັບຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນເອດ.
3. ບອກວິທີຫຼຸດຜ່ອນການລັງກຽດ ແລະ ການຈຳແນກຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ.

ວິທີການດຳເນີນ:

- ແບ່ງນັກສຶກສາຄູໃນຫ້ອງອອກເປັນ 3 ກຸ່ມ, ແຕ່ລະກຸ່ມສົນທະນາກັນດັ່ງນີ້:
  ກຸ່ມ1: ຄວາມໝາຍຂອງການລັງກຽດ; ກຸ່ມ2: ການຈຳແນກ ; **ກຸ່ມ3**: ວິທີການປ້ອງກັນການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ. (ເວລາ 10 ນາທີ)
- ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມກະກຽມ ແລະ ສະແດງບົດບາດສົມມຸດ (ເວລາ10 ນາທີ)
- ການສະແດງບົດບາດສົມມຸດປະຕິບັດຕາມຫົວຂໍ້ລຸ່ມນີ້:

ກ. ທ່ານໝໍປະຕິເສດການດູແລ ແລະ ຮັກສາຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ.

ຂ. ໃຫ້ນັກຮຽນຄູຜູ້ໜຶ່ງສະແດງເປັນເດັກທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດທີ່ນັ່ງຢູ່ແຈຫ້ອງຮຽນ.

ຄ. ໃຫ້ນັກຮສຶກສາຄູຜູ້ໜຶ່ງສະແດງເປັນເດັກຊາຍ ຊຶ່ງສະມາຊິກໃນຄອບຄົວຂອງລາວຜູ້ໜຶ່ງໄດ້ເສຍຊີວິດຍ້ອນໂລກເອດ.

ງ. ຫຼັງຈາກຫຼິ້ນບົດບາດສົມມຸດ, ຄູສອນອະທິບາຍໃຫ້ນັກສຶກສາຄູເຫັນພາບລວມການດຳລົງຊີວິດຂອງສະມາຊິກໃນຄອບຄົວທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ຖືກສັງຄົມລັງກຽດ.

- ນັກສຶກສາຄູສັງເກດ ແລະໃຫ້ເຫດຜົນທີ່ຈະຕາມມາຂອງການຈຳແນກຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ.
- ຄູສອນຢາຍເອກະສານປະກອບກິດຈະກຳ 5.2 ໃຫ້ນັກນັກສຶກສາຄູ ແລະ ຊຸກຍູ້ໃຫ້ມີການສົນທະນາໃນກຸ່ມກ່ຽວກັບການຫຼຸດຜ່ອນການຈຳແນກຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ.
- ນັກຮຽນຄູແລກປ່ຽນຄຳເຫັນເຊິ່ງກັນ ແລະ ກັນກ່ຽວກັບຮູບແບບການລັງກຽດ ແລະ ການຈຳແນກຕ່າງໆທີ່ເຂົາເຈົ້າໄດ້ພົບພໍ້ ຫຼື ໄດ້ຍິນ.

ການປະເມີນຜົນ:

ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມສະຫຼຸບບາງຈຸດກ່ຽວກັບບັນດາມາດຕະການເພື່ອຮັບປະກັນດ້ານການຫຼຸດຜ່ອນການຈຳແນກຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ.

ຜົນໄດ້ຮັບຂອງການຮຽນ:

- ນັກສຶກສາຄູໄດ້ຮັບຮູ້ແຈ້ງກ່ຽວກັບການພົວພັນລະຫວ່າງໂລກເອດ ແລະ ການລັງກຽດ.
- ນັກສຶກສາຄູໄດ້ຮັບຮູ້ແຈ້ງກ່ຽວກັບຜົນທີ່ຈະຕາມມາຂອງການລັງກຽດ ແລະ ບັນຫາຂອງຜົນກະທົບຕ່າງໆທີ່ກ່ຽວພັນກັບຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ.

ຂໍ້ແນະນຳສຳລັບຄູຝຶກ:

ຊຸກຍູ້ໃຫ້ນັກສຶກສາຄູສະແດງບົດບາດສົມມຸດທີ່ສະທ້ອນໃຫ້ເຫັນສະພາບຄວາມເປັນຈິງຂອງຊີວິດຂອງຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດໃນຊຸມຊົນ.

ກິດຈະກຳ 5.3 : ຄົ້ນຄວ້າວິທີການເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການລັງກຽດ ແລະ ຈຳແນກຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ.

ເວລາ: 45 ນາທີ

ອຸປະກອນ: ເຈ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່, ເຟີດ ແລະ ສະກັອດ.

ຈຸດປະສົງ: ຫຼັງຈາກເຮັດກິດຈະກຳນີ້ແລ້ວນັກສຶກສາຄູຈະສາມາດ:

1. ບອກປະສົບການກ່ຽວກັບບັນຫາການລະເມີດສິດທິໄດ້.
2. ຊອກຫາວິທີຫຼຸດຜ່ອນການຈຳແນກຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ.

ເນື້ອໃນ: ການຫຼຸດຜ່ອນການລັງກຽດ ແລະ ການຈຳແນກຕໍ່ຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນເອດ.

ວິທີການດຳເນີນ:

- ແບ່ງນັກສຶກສາຄູອອກເປັນ 4 ກຸ່ມ ແລະ ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມສະແດງບົດບາດສົມມຸດເປັນ ***ຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ*** **ແລະ ເປັນເອດ : ຄູສອນຕິດເຊື້ອໂລກເອດ, ພະນັກງານຂອງໂຮງຮຽນຕິດເຊື້ອໂລກເອດ, ແມ່ຍິງທີ່ມີຜົວຕາຍຍ້ອນເອດ ແລະ ນັກສຶກສາຜູ້ທີ່ພໍ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ .**
- ແນະນຳກ່ຽວກັບການສະແດງບົດບາດສົມມຸດ (ເວລາ 5 ນາທີ).
- ນັກສຶກສາຄູສົນທະນາດ້ວຍຫົວຂໍ້ທີ່ກ່າວມາຂ້າງເທິງນັ້ນ:
- ໃຫ້ເວລາກະກຽມການສະແດງບົດບາດສົມມຸດ 10 ນາທີ
- ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມຜັດປ່ຽນກັນສະແດງບົດບາດສົມມຸດ/ໃຫ້ກຸ່ມອື່ນສັງເກດ.
- ຢາຍໃບສັງເກດການສະແດງບົດບາດສົມມຸດ.
- ອະທິບາຍໃບສັງເກດການສະແດງບົດບາດສົມມຸດ.
- ຫຼັງຈາກການສະແດງ, ຄູສອນສະແດງຄວາມຂອບໃຈຕໍ່ຜູ້ສະແດງ.
- ໃຫ້ເຂົາເຈົ້າສົນທະນາກ່ຽວກັບບົດຮຽນທີ່ຈະປະຕິບັດ (10 ນາທີ).
- ອະທິບາຍຂໍ້ສະຫຼຸບຈາກບົດຝຶກຫັດກ່ຽວກັບການລັງກຽດ ແລະ ການຈຳແນກຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ນັບທັງວິທີການຕ່າງໆເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການລັງກຽດ ແລະ ຈຳແນກ.
- ຊີ້ໃຫ້ເຫັນວ່າທຸກໆ ຄົນມີຄວາມກັງວົນຕໍ່ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ, ທຸກຄົນຈຶ່ງຕ້ອງມີສ່ວນຮ່ວມ.

ການປະເມີນຜົນ:

ແບ່ງນັກສຶກສາຄູອອກເປັນກຸ່ມໃຫ້ເຮັດວຽກບ້ານໃນຫົວຂໍ້ລຸ່ມນີ້:

ກ. ການລັງກຽດ, ການຈຳແນກຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ ແລະ ຄອບຄົວຂອງເຂົາເຈົ້າ.

ຂ. ຄວາມຕ້ອງການດູແລເບິ່ງແຍງຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ ແລະ ຄອບຄົວຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບຈາກໂລກເອດ.

ຄ. ຕ້ອງການໃຫ້ມີການບໍລິການເພື່ອຊ່ວຍເຫຼືອຜູ້ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບຈາກການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນເອດ.

ງ. ຜູ້ດູແລເບິ່ງແຍງຄອບຄົວ ແລະ ຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ.

ຈ. ການບໍລິການທີ່ຈຳເປັນເພື່ອຊ່ວຍເຫຼືອຜູ້ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບຈາກເຊື້ອໂລກເອດ.

ສ. ບົດບາດຂອງນັກຮຽນຄູໃນຖານະເປັນຜູ້ໜຶ່ງໃນການຊ່ວຍເຫຼືອຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ຄອບຄົວຂອງຜູ້ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບຈາກໂລກເອດ.

ຜົນໄດ້ຮັບຂອງການຮຽນ:

- ສະແດງຄວາມເຫັນໃຈຕໍ່ຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ ແລະ ຄອບຄົວຂອງເຂົາເຈົ້າທີ່ປະເຊີນໜ້າກັບການຖືກລັງກຽດ ແລະ ການຈຳແນກ.
- ເຫັນໄດ້ບັນຫາການພົວພັນລະຫວ່າງໂລກເອດ ແລະ ການຈຳແນກ.

ເອກະສານປະກອບກິດຈະກຳ 5.1 :

ການລັງກຽດ, ການຈຳແນກຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ

ການລັງກຽດເປັນສາເຫດເຮັດໃຫ້ຄົນໃນສັງຄົມບໍ່ເອົາໃຈໃສ່, ມີຂໍ້ຍົກເວັ້ນ ແລະ ປະຕິບັດອຳນາດຕໍ່ຜູ້ອື່ນ ເຊັ່ນ: ຜູ້ມີຈຸດພິເສດທີ່ສັງຄົມປະຕິເສດ, ຄົນຮັກຮ່ວມເພດ, ຜູ້ໃຊ້ເຂັມສັກສິ່ງເສບຕິດຮ່ວມກັນ, ສາວບໍລິການທາງເພດ. ການກະທຳເຫຼົ່ານີ້ສາມາດນຳໄປສູ່ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ. ໃນຫຼາຍກໍລະນີການຕິດເຊື້ອໂລກເອດແມ່ນເນື່ອງມາຈາກການລັງກຽດ.

ການລັງກຽດຕ່າງໆ ຕໍ່ກັບຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ມີຫຼາຍສາເຫດເຊັ່ນ:

- ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດຖືເປັນສິ່ງທີ່ອັບອາຍ
- ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ ມັກຈະມີຢູ່ໃນສັງຄົມກຸ່ມນ້ອຍ ຫຼື ຜູ້ທີ່ມີຮັກຮ່ວມເພດ.
- ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດເກີດຂຶ້ນຍ້ອນ "ການມີເພດສຳພັນແບບບໍ່ຖືກຕ້ອງ" ແລະ ຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະເປັນໂລກເອດຈະຕ້ອງຖືກລົງໂທດ
- ຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດມັກຈະຖືກກ່າວຫາວ່າຍ້ອນບໍ່ມີຄວາມຮັບຜິດຊອບຕໍ່ຕົນເອງ.

ບາງປັດໃຈທີ່ນຳໄປສູ່ການລັງກຽດ:

- ໂລກເອດເປັນພະຍາດອັນຕະລາຍທີ່ຂົ່ມຂູ່ຊີວິດ.
- ຄົນເຮົາຢ້ານຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ.
- ການປະພຶດຕົນ ເຊັ່ນ: ຄົນຮັກຮ່ວມເພດ ແລະ ໃຊ້ເຂັມສັກສິ່ງເສບຕິດຮ່ວມກັນ ຖືວ່າເປັນການລັງກຽດຫຼາຍຢູ່ໃນສັງຄົມ.
- ຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດຈະຕ້ອງຜູ້ຮັບຜິດຊອບຕໍ່ຕົນເອງ.
- ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດຖືວ່າຜິດທາງສາສະໜາ ແລະ ສິລະທຳ, ບາງຄົນເຊື່ອວ່າການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດແມ່ນຍ້ອນຂາດຄຸນສົມບັດ ເຊັ່ນ: ການມີເພດສຳພັນກັບຄູ່ນອນຫຼາຍຄົນ.

ຮູບແບບຕ່າງໆ ຂອງການລັງກຽດ ແລະ ການຈຳແນກທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ:

ໃນລະດັບຊາດ:

- ກົດໝາຍ, ຫຼັກການ ແລະ ນະໂຍບາຍຕ່າງໆ ທີ່ເພີ່ມທະວີການລັງກຽດຕໍ່ກັບຜູ້ທີ່ມີເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ.
- ການຄົ້ນຄວ້າເຂັ້ມງວດ ແລະ ກວດກາເພື່ອຈຳກັດບໍ່ໃຫ້ມີການເດີນທາງໄປຕ່າງປະເທດ ຫຼື ຍົກຍ້າຍໄປຕ່າງແດນ.
- ການຂາດຫຼັກການ ແລະ ຂໍ້ກຳນົດທີ່ຮັບປະກັນສິດທິຂອງເຂົາເຈົ້າໃນການເຮັດວຽກງານ, ການສຶກສາ, ການເປັນສ່ວນຕົວ, ກໍ່ຄືສິດທິໃນການໄດ້ຮັບຂໍ້ມູນຂ່າວສານ, ການປິ່ນປົວ, ການອຸປະຖຳຊ່ວຍເຫຼືອ.

ໃນລະດັບທ້ອງຖິ່ນ:

- ການລັງກຽດ ແລະ ການຈຳແນກເກີດຂຶ້ນຈາກຄວາມເຂົ້າໃຈຜິດຂອງຊຸມຊົນຕໍ່ຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ.
- ການໂຈມຕີຕໍ່ຜູ້ຊາຍທີ່ຮັກຮ່ວມເພດໄດ້ມີການເພີ່ມຂຶ້ນຫຼາຍໃນໂລກ.
- ແມ່ຍິງມັກຈະຖືກກ່າວຫາເລື້ອຍໆ ວ່າເປັນຜູ້ນຳເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ ແລະ ການຕິດເຊື້ອພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ.
- ໃນປະເທດທີ່ກຳລັງພັດທະນາ, ແມ່ຍິງໄດ້ເສຍປຽບທາງດ້ານເສດຖະກິດ, ວັດທະນະທຳ, ສັງຄົມ ແລະ ບໍ່ສາມາດໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວ, ບໍ່ໄດ້ຮັບການອູ້ມຊູທາງດ້ານການເງິນ ແລະ ການສຶກສາກໍບໍ່ເທົ່າທຽມກັບເພດຊາຍ.
- ປະຕິກິລິຍາຂອງຄອບຄົວຕໍ່ບັນຫານີ້ບໍ່ແມ່ນຈະໃນທາງລົບສະເໝີໄປ, ຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ ຍ່ອມຮູ້ສຶກວ່າຕົນເອງຖືກລັງກຽດ ແລະ ຖືກຈຳແນກຢູ່ໃນຄອບຄົວຂອງເຂົາເອງ.

ການລັງກຽດ ແລະ ການຈຳແນກທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດເປັນສິ່ງກີດຂວາງໃນການຕໍ່ສູ້ຕ້ານກັບການແຜ່ລະບາດຂອງເຊື້ອໂລກເອດ. ການຢ້ານກົວການຖືກຈຳແນກມັກຈະເຮັດໃຫ້ຄົນບໍ່ຢາກໄປກວດຫາເຊື້ອໂລກເອດ.

ບົດທີ 6
ການດູແລເບິ່ງແຍງຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ.

ເວລາ : 2 ຊົ່ວໂມງ

ພາກສະເໜີ:

ການຊ່ວຍເຫຼືອຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດເພື່ອເຮັດໃຫ້ເຂົາເຈົ້າສາມາດມີຊີວິດ ແລະ ດຳລົງຊີວິດຢູ່ໄດ້ດົນນານເຊັ່ນ: ໄດ້ຢູ່ດີກິນດີ, ໄດ້ພັກຜ່ອນ, ໄດ້ອອກກຳລັງກາຍ ແລະໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວຈະຊ່ວຍໃຫ້ພູມຕ້ານທານຂອງເຂົາເຈົ້າເຂັ້ມແຂງ. ຖ້າຫາກຜູ້ນັ້ນມີຄວາມສຸກ ແລະ ຮູ້ສຶກວ່າຕົນເອງຍັງມີຄຸນຄ່າ ແລະ ມີທັດສະນະໃນທາງບວກຕໍ່ຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດບໍ່ໃຫ້ເຂົາເຈົ້າມີຄວາມເສົ້າໂສກງວ່ມເຫງົາ. ຫຼາຍໆຄອບຄົວ ແລະ ບຸກຄົນພາກັນສູ້ຊົນຕ້ານໂລກເອດໂດຍບໍ່ໄດ້ຮັບການຊ່ວຍເຫຼືອຈາກຊຸມຊົນ.

ເມື່ອຮູ້ວ່າຄົນຜູ້ໜຶ່ງຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ, ຄອບຄົວ ແລະ ລູກໆຂອງລາວເປັນຜູ້ແບກຫາບພາລະໂດຍລຳພັງ. ລູກໆ ແລະ ພໍ່ແມ່ຕ້ອງເຈັບປວດເມື່ອເຫັນຄົນທີ່ຕົນຮັກໃນຄອບຄົວຕ້ອງທົນທຸກທໍລະມານ ແລະ ເສຍຊີວິດ. ຄວາມເຈັບປ່ວຍ ແລະ ຄວາມຕາຍຂອງຜູ້ເປັນເສົາຫລັກຂອງຄອບຄົວສ້າງຄວາມທຸກເພີ່ມຂຶ້ນອີກ. ຄວາມທຸກຍາກບໍ່ມີເງິນພຽງພໍເພື່ອດູແລຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ຜູ້ເປັນໂລກເອດໄດ້ຢ່າງຖືກຕ້ອງ. ຫຼາຍໆປະເທດໃນທະວີບອາຟຣິກກາ, ອາຊີ ແລະ ອາເມລິກາໃຕ້ໄດ້ມີການຂະຫຍາຍໂຄງການໃນຊຸມຊົນ ເພື່ອດຳເນີນການດູແລ ແລະ ຊ່ວຍເຫຼືອຜູ້ທີ່ມີເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດໃຫ້ຖືກຕ້ອງ. ເປົ້າໝາຍຊ່ວຍເຫຼືອຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ ແລະ ຄອບຄົວເຂົາເຈົ້າແມ່ນມີຄວາມສຳຄັນ ແລະ ຍັງຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອຫຼາຍດ້ານລວມທັງດ້ານຄວາມຄິດອີກດ້ວຍ. ພວກເຂົາຈະຕ້ອງທົນຕໍ່ຄວາມຮູ້ສຶກທີ່ບໍ່ດີຈາກຊຸມຊົນ, ເຂົາເຈົ້າຍັງຕ້ອງການຮັບຂໍ້ມູນຂ່າວສານ ແລະ ການແນະນຳເພື່ອໃຫ້ເຂົາເຈົ້າສາມາດປ້ອງກັນຕົນເອງ ແລະ ມີການດູແລດີຂຶ້ນກວ່າເກົ່າ. ມີຫຼາຍສິ່ງຫຼາຍຢ່າງທີ່ພວກເຮົາຕ້ອງໄດ້ເຮັດເພື່ອຊ່ວຍເຫຼືອຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ຜູ້ເປັນໂລກເອດເຊັ່ນ: ການດູແລເບິ່ງແຍງຢູ່ກັບເຮືອນສຳລັບຄົນເຈັບໜັກ. ໂຄງການຕ່າງໆ ຕ້ອງແນໃສ່ຊ່ວຍເຫຼືອເດັກກຳພ້າ ແລະ ເດັກທຸກໆຄົນທີ່ຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ.

ກິດຈະກຳ 6.1 : ການດູແລເບິ່ງແຍງ ແລະ ໃຫ້ຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ.

ເວລາ: 1 ຊົ່ວໂມງ.

ອຸປະກອນ: ເຈ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່, ເຟີດ

ຈຸດປະສົງ: ຫຼັງຈາກຮຽນກິດຈະກຳນີ້ນັກສຶກສາຄູຈະສາມາດ:

1. ບອກຄວາມສຳຄັນກ່ຽວກັບການດູແລເບິ່ງແຍງ ແລະ ໃຫ້ຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ ແລະ ຄອບຄົວຂອງເຂົາເຈົ້າ.
2. ອະທິບາຍວິທີການດຳລົງຊີວິດຢ່າງປອດໄພ ແລະ ມີສຸຂະພາບດີ.
3. ອະທິບາຍວິທີດູແລເບິ່ງແຍງແລະໃຫ້ຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ.

ວິທີການດຳເນີນ:

- ສາຍວີດີໂອເລື່ອງຄວາມຫວັງ ແລະ ກຳລັງໃຈ.
- ແບ່ງນັກນັກສຶກສາຄູໃນຫ້ອງອອກເປັນ 3 ກຸ່ມ ແລະ ສົນທະນາຕາມຄຳຖາມດັ່ງນີ້ (5 ນາທີ).

ບັນຫາສົນທະນາ. ຈຳແນກກ່ຽວກັບ:

1. ບັນຫາ ແລະ ຄວາມຈຳເປັນຂອງຄົນ ແລະ ຄອບຄົວທີ່ໄດ້ຮັບຜົນສະທ້ອນຈາກໂລກເອດມີອັນໃດແດ່?.
2. ຄວາມຕ້ອງການໃນການດູແລແກ່ຄົນ ແລະ ຄອບຄົວທີ່ໄດ້ຮັບຜົນສະທ້ອນຈາກໂລກເອດມີຄືແນວໃດ?.
3. ແມ່ນໃຜ ? ຄວນຈະເປັນຜູ້ໃຫ້ການເບິ່ງແຍງຄອບຄົວ ແລະ ຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບຜົນສະທ້ອນຈາກໂລກເອດ.
4. ໃນການດູແລເບິ່ງແຍງ ແລະ ໃຫ້ຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອທີ່ມີຄຸນນະພາບຕໍ່ຄອບຄົວ ແລະ ຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບຜົນສະທ້ອນຈາກໂລກເອດໄດ້ມີວິທີການທີ່ຖືກຕ້ອງຄືແນວໃດແດ່?
5. ສັງຄົມພາຍນອກຈະໃຫ້ການດູແລເບິ່ງແຍງ ແລະ ໃຫ້ການຊ່ວຍເຫຼືອຜູ້ຕິດເຊື້ອ ແລະ ເປັນໂລກເອດແນວໃດ?.
6. ມີວິທີການຊ່ວຍເຫຼືອອື່ນໆອີກບໍ່?.
7. ບົດບາດຂອງຄູ ແລະ ຜູ້ໃຫ້ການຝຶກອົບຮົມໃນການດູແລເບິ່ງແຍງ ແລະ ໃຫ້ຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອຕໍ່ຜູ້ໄດ້ຮັບຜົນສະທ້ອນຈາກໂລກເອດ ແລະ ຄອບຄົວຂອງເຂົາເຈົ້າມີຄືແນວໃດ ?.
8. ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມສະຫຼຸບຜົນໄດ້ຮັບໃນການຄົ້ນຄວ້າສົນທະນາ.
9. ຕາງໜ້າກຸ່ມຂຶ້ນລາຍງານ.

ການປະເມີນຜົນ: ໃຊ້ຄຳຖາມດັ່ງລຸ່ມນີ້:

- ຄວາມໝາຍຂອງການດຳລົງຊີວິດທີ່ດີຂອງຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດໝາຍຄວາມວ່າແນວໃດ?
- ຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດຄວນຫຼີກລຽງອັນໃດແດ່?
- ມີທັກສະຊີວິດອັນໃດແດ່ທີ່ຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ຜູ້ເປັນໂລກເອດຄວນຈະເຮັດເພື່ອເຮັດໃຫ້ຮ່າງກາຍມີພູມຕ້ານທານທີ່ເຂັ້ມແຂງ?

ຜົນໄດ້ຮັບຂອງການຮຽນ: ຄວາມຮູ້ກ່ຽວກັບການຊ່ວຍເຫຼືອຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ ແລະ ແນວຄວາມຄິດກ່ຽວກັບ " ຊີວິດຍັງມີຄ່າ".

ເພື່ອໃຫ້ຄົນຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດໄດ້ມີຄວາມອົບອຸ່ນທາງດ້ານຮ່າງກາຍ ແລະ ຈິດໃຈ

ຂໍ້ແນະນຳສຳລັບຄູຝຶກ:

ເຮົາຄວນໃຫ້ການແນະນຳເຂົາເຈົ້າດັ່ງນີ້:

1. ຮັກສາຄວາມສະອາດໃຫ້ຕົນເອງ ແລະ ທີ່ຢູ່ອາໃສ.
2. ກິນອາຫານທີ່ສະອາດ ແລະ ສຸກດີ.
3. ກຳຈັດສິ່ງເສດເຫຼືອທີ່ອອກຈາກຮ່າງກາຍໃຫ້ຖືກຫຼັກອະນາໄມເຊັ່ນ: ຖ່າຍໃສ່ວິດ, ລ້າງມືກ່ອນຮັບປະທານອາຫານ.
4. ອອກກຳລັງກາຍຕາມຄວາມສາມາດຂອງຮ່າງກາຍ.
5. ພັກຜ່ອນໃຫ້ພຽງພໍຢ່າງໜ້ອຍ 8 ຊົ່ວໂມງ.
6. ຫຼີກເວັ້ນການດື່ມ ແລະ ເສບສິ່ງມຶນເມົາ.
7. ຫຼີກເວັ້ນການມີເພດສຳພັນທີ່ບໍ່ປອດໄພ (ບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ)
8. ມີການວາງແຜນດ້ານສຸຂະພາບ ເຊັ່ນ: ໄປກວດສຸຂະພາບກັບແພດໝໍຕາມການນັດໝາຍ.
9. ໃຫ້ຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ ໄດ້ເຂົ້າຮ່ວມຮັບຮູ້ຂໍ້ມູນຂ່າວສານກ່ຽວກັບໂລກເອດ ແລະ ພະຍາດອື່ນໆ.
10. ໄດ້ຮັບຄຳປຶກສາທີ່ດີຈາກຄອບຄົວ, ໝູ່ເພື່ອນ, ພີ່ນ້ອງ ແລະ ແພດໝໍ.

ກິດຈະກຳ 6.2 : ຄວາມຮັບຮູ້ ແລະ ເຂົ້າໃຈບັນຫາຂອງຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ

ເວລາ: 1 ຊົ່ວໂມງ.

ອຸປະກອນ: ເຄື່ອງສາຍ VCD, ໂທລະທັດ, ເຈັ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່, ເຟີດ, ສະກັອດ, VCD ຄວາມຫວັງ ແລະ ກຳລັງໃຈ

ຈຸດປະສົງ: ຫຼັງຈາກຮຽນກິດຈະກຳນີ້ແລ້ວນັກສຶກສາຄູຈະສາມາດ:

- ແລກປ່ຽນປະສົບການ ແລະ ຄວາມຮູ້ສຶກກ່ຽວກັບການລັງກຽດຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ.
- ມີປະສົບການກ່ຽວກັບບັນຫາໂລກເອດ.
- ບອກວິທີການເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນການຈຳແນກຕໍ່ກັບຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ.

ວິທີການດຳເນີນ:

ເບິ່ງວີດີໂອເລື່ອງ " ຄວາມຫວັງ ແລະ ກຳລັງໃຈ "

ຂໍ້ແນະນຳກ່ອນການສາຍວີດີໂອ

- ນຳສະເໜີເລື່ອງໃຊ້ເວລາ 30 ນາທີ
- ໃຫ້ການສະເໜີໂດຍຫຍໍ້ແຕ່ລະເລື່ອງ, ເປົ້າໝາຍ ແລະ ເນື້ອເລື່ອງການສົນທະນາ
- ໃຫ້ສຳມະນາກອນທຸກຄົນບັນທຶກລະອຽດດັ່ງນີ້:
  - ເນື້ອໃນກ່ຽວກັບຫຍັງ?
  - ບັນຫາແມ່ນຫຍັງແດ່?
  - ສາເຫດມາຈາກໃສ?
  - ມີວິທີການແກ້ໄຂບັນຫາຄືແນວໃດ?
- ໃຫ້ເວລາການສົນທະນາ 15 ນາທີ.

ການປະເມີນຜົນ: ຄວນໃຊ້ຄຳຖາມດັ່ງນີ້:

1. ນັກສຶກສາຄູມີຄວາມຮູ້ສຶກແນວໃດຈາກການເບິ່ງວີດີໂອ

ຜົນໄດ້ຮັບຂອງການຮຽນ:

- ເຂົ້າໃຈຄວາມຮູ້ສຶກຂອງຜູ້ຕິດເຊື້ອ ແລະ ເປັນໂລກເອດເມື່ອຖືກລັງກຽດ ແລະ ຈຳແນກ.
- ເຂົ້າໃຈບັນຫາການພົວພັນລະຫວ່າງການລັງກຽດ, ຈຳແນກ ກັບການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ.

ເອກະສານປະກອບກິດຈະກຳ 6.1: ການເຂົ້າໃຈບັນຫາຂອງຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ຜູ້ເປັນໂລກເອດ

ການດຳລົງຊີວິດທີ່ມີປະໂຫຍດຂອງຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ຜູ້ເປັນໂລກເອດ.

ການດຳລົງຊີວິດທີ່ມີປະໂຫຍດແມ່ນຄວາມຄິດໜຶ່ງທີ່ຊ່ວຍໃຫ້ຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ຜູ້ເປັນໂລກເອດ ເຂົ້າໃຈວ່າເຮັດແນວໃດເພື່ອໃຫ້ມີຊີວິດຢູ່ໄດ້. ການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດບໍ່ໄດ້ໝາຍວ່າຊີວິດຂອງຜູ້ໃດໜຶ່ງຈະສິ້ນສຸດ ແລະ ຂາດການຕິດຕໍ່ກັບເພື່ອນຝູງ ຫຼື ຜູ້ຄົນທີ່ໃກ້ຊິດ. ເຂົາຍັງຈະມີຊີວິດຍາວນານຫຼາຍປີ ແລະ ມັນກໍ່ຂຶ້ນກັບຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ຜູ້ເປັນໂລກເອດວ່າຈະດຳລົງຊີວິດແນວໃດໃຫ້ມັນດີຂຶ້ນ. ຄອບຄົວຕ້ອງໄດ້ຊ່ວຍຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດໃຫ້ເຂົ້າໃຈເຖິງຜົນປະໂຫຍດຂອງການມີຊີວິດຢູ່ເຊິ່ງລວມທັງຜູ້ທີ່ບໍ່ໄດ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດກໍ່ສູ້ຊົນພະຍາຍາມເຮັດໃຫ້ການມີຊີວິດມີປະໂຫຍດຄືດັ່ງນີ້:

1. ການດຳລົງຊີວິດທີ່ເປັນປະໂຫຍດໝາຍຄວາມວ່າຢູ່ ເຮືອນ/ບ້ານ ກໍເຮັດໜ້າທີ່ຂອງສະມາຊິກໃນຄອບຄົວເຊິ່ງລວມທັງການດູແລຄົນອື່ນໃນຄອບຄົວ, ຮັບຜິດຊອບຄອບຄົວ, ສັງຄົມ, ການກິນ ແລະ ການຕັດສິນໃຈເຮັດໃຫ້ສຸຂະພາບທາງດ້ານຮ່າງກາຍ ແລະ ຈິດໃຈດີຂຶ້ນ.
2. ການດຳລົງຊີວິດທີ່ເປັນປະໂຫຍດສາມາດໄດ້ຮັບຜົນດີທັງຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ ແລະ ຄອບຄົວຂອງເຂົາເຈົ້າ, ມັນເປັນໂອກາດທີ່ດີສຳລັບທຸກຄົນເພື່ອຮຽນຮູ້ຫຼາຍກ່ຽວກັບການດຳລົງຊີວິດທີ່ມີຄວາມໝາຍ.
3. ຊອກວິທີທາງໃໝ່ທີ່ສາມາດຮັບກັບສະຖານະການໃໝ່, ລວມທັງພະຍາດໃໝ່ໆ ແລະ ການປ່ຽນແປງໃນຮ່າງກາຍ, ອັນນີ້ກໍແມ່ນສິ່ງສຳຄັນເພື່ອການດຳລົງຊີວິດທີ່ມີປະໂຫຍດ.
4. ການດຳລົງຊີວິດທີ່ເປັນປະໂຫຍດບໍ່ໄດ້ໝາຍຄວາມວ່າເຂົາເຈົ້າຕ້ອງມີຄວາມສຸກຕະຫລອດເວລາ.

ຜູ້ທີ່ເປັນໂລກເອດຄວນພະຍາຍາມຮັກສາສຸຂະພາບໃຫ້ແຂງແຮງເຊິ່ງເຂົາເຈົ້າຄວນຈະເຮັດດັ່ງນີ້:

1. ກິນອາຫານທີ່ເປັນປະໂຫຍດເທົ່າທີ່ຈະກິນໄດ້, ລວມທັງອາຫານທີ່ອຸດົມດ້ວຍທາດໂປຼຕີນ, ວິຕາມິນ ແລະ ທາດກາໂບໄຮເດຼດ. ອາຫານທີ່ເຮັດໃຫ້ຮ່າງກາຍຕໍ່ສູ້ຕ້ານກັບການຕິດເຊື້ອຕ້ອງກິນອາຫານສົດຫຼາຍກວ່າອາຫານກະປ໋ອງ ຫຼື ອາຫານຜ່ານການແປຮູບ. ຜັກ ແລະ ໝາກໄມ້ສົດມີວິຕາມິນ ແລະ ແຮ່ທາດ. ອາຫານທີ່ກິນຄວນລ້າງໃຫ້ສະອາດ ແລະ ຕົ້ມໃຫ້ສຸກດີກ່ອນຮັບປະທານເພື່ອຫຼີກລ່ຽງອາຫານທີ່ຕິດເຊື້ອພະຍາດຕ່າງໆ.
2. ການອອກກຳລັງກາຍເທົ່າທີ່ຈະເຮັດໄດ້ເພື່ອເຮັດໃຫ້ຮ່າງກາຍແຂງແຮງ ແລະ ພັກຜ່ອນ ຫຼື ນອນໃຫ້ປົກກະຕິ. ການຫັດກາຍະບໍລິຫານຈະຊ່ວຍໃຫ້ຫຼີກລ່ຽງຄວາມເຄັ່ງຕຶງທາງດ້ານຈິດໃຈ ແລະ ຍັງເພີ່ມຄວາມ ຮູ້ສຶກທີ່ດີເພື່ອຮັກສາສຸຂະພາບໃຫ້ແຂງແຮງ.
3. ສືບຕໍ່ເຮັດວຽກຢ່າງເປັນປົກກະຕິຖ້າເຮັດໄດ້.
4. ພົບປະສັງສັນກັບໝູ່ເພື່ອນ ແລະ ຄອບຄົວ.
5. ຢູ່ຢ່າງມີຄວາມຫວັງ.
6. ເວົ້າກັບບາງຄົນກ່ຽວກັບອາການ ແລະ ການເຈັບເປັນ.
7. ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມເມື່ອມີເພດສຳພັນ.
8 . ເອົາໃຈໃສ່ບັນຫາສຸຂະພາບ ແລະ ປະຕິບັດຕາມຄຳແນະນຳໃນການດູແລຮັກສາຕົນເອງນັບທັງການໃຫ້ຄຳ

ປຶກສາ, ການບໍລິການສັງຄົມ ແລະ ການບໍລິການປ້ອງກັນດ້ວຍການຈຳແນກບັນດາປັດໃຈຕ່າງໆຂອງຄວາມເຄັ່ງຕຶງ.

9. ຖ້າມີຄວາມສາມາດຄວນຊອກຮູ້ຂໍ້ມູນຂ່າວສານກ່ຽວກັບການບໍລິການທາງດ້ານການປ້ອງກັນເຊັ່ນ: ຂໍ້ມູນຂ່າວສານກ່ຽວກັບພູມຕ້ານທານຂອງເດັກ ແລະ ເຍົາວະຊົນກັບເຊື້ອໂລກເອດ.

1. ສິ່ງທີ່ຄວນຫຼີກລ່ຽງ:

1. ການດື່ມເຫຼົ້າ ແລະ ສູບຢາ.
2. ພະຍາດຕິດແປດອື່ນໆ, ລວມທັງການເພີ່ມການຕິດແປດຂອງເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ອື່ນໆ.
3. ການຖືພາ, ເພາະວ່າເດັກຈະຕິດເຊື້ອ ຍ້ອນວ່າເດັກນ້ອຍມີຄວາມຕ້ານທານຕ່ຳ ແລະ ມັນສາມາດສົ່ງເຊື້ອໂລກເອດຈາກແມ່ໄປສູ່ລູກ ແລະ ເຮັດໃຫ້ເດັກຕິດໄດ້. ຢ່າງໃດກໍຕາມປັດຈຸບັນຫາກເປັນແມ່ຍິງທີ່ຖືພາກິນຢາຕ້ານເຊື້ອໂລກເອດຕາມຄຳແນະນຳຂອງແພດເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງໃນການແຜ່ເຊື້ອໂລກເອດສູ່ລູກໃນທ້ອງໄດ້.

ເຮືອນແມ່ນສະຖານທີ່ໆດີທີ່ສຸດໃນການດູແລເບິ່ງແຍງຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດຍ້ອນວ່າມັນເປັນບ່ອນທີ່ໝົດທຸກຄົນຮັກ ແລະ ໃຫ້ຄວາມອົບອຸ່ນ. ຖ້າຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ຜູ້ເປັນໂລກເອດມີຊີວິດທີ່ແຂງແຮງ, ພວກເຂົາກໍສາມາດເອົາຊະນະກັບການຂະຫຍາຍຕົວຂອງພະຍາດ. ນີ້ແມ່ນການຮູ້ໃຊ້ຊີວິດທີ່ເປັນປະໂຫຍດ. ຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ຫຼື ຜູ້ເປັນໂລກເອດຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອເພື່ອປ່ຽນແປງວິຖີຊີວິດ ແລະ ການປະພຶດຕົນ. ນີ້ກໍເປັນວິທີປ້ອງກັນຜູ້ອື່ນໃຫ້ພົ້ນຈາກການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ. ຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ຜູ້ເປັນໂລກເອດສາມາດມີສຸຂະພາບທີ່ແຂງແຮງຄືກັບຄົນອື່ນໆ. ຈຸດສຳຄັນທີ່ຕ້ອງເຮັດໃຫ້ສຸຂະພາບແຂງແຮງ ແລະ ເປັນປະໂຫຍດແມ່ນ:

- ຮັກສາສຸຂະພາບຕົນເອງ.
- ມີຄວາມເຊື່ອໝັ້ນຕົນເອງ.
- ມີຂໍ້ມູນຂ່າວສານທີ່ເໝາະສົມກ່ຽວກັບເຊື້ອໂລກເອດ.
- ຫັດກາຍະບໍລິຫານເປັນປະຈຳ.
- ກິນອາຫານທີ່ມີໂພຊະນາການ.
- ບໍ່ເຮັດວຽກໜັກ.
- ພັກຜ່ອນ ແລະ ນອນໃຫ້ພຽງພໍ.
- ໃຫ້ເວລາກັບຄອບຄົວ ແລະ ໝູ່ເພື່ອນ.
- ຮູ້ຮັກສາສຸຂະພາບເມື່ອເຈັບປ່ວຍ.
- ຂໍຄຳປຶກສາຈາກຜູ້ໃຫ້ຄຳປຶກສາ.
- ວາງແຜນເພື່ອອະນາຄົດ.
- ປ້ອງກັນຜູ້ອື່ນເພື່ອໃຫ້ພົ້ນຈາກການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ.

ບົດບາດຂອງໂຮງໝໍ ແລະ ຄລີນິກໃນການປິ່ນປົວທີ່ຖືກຕ້ອງ ແລະ ການດູແລເບິ່ງແຍງ.

ໂຮງໝໍ ແລະ ຄລີນິກແມ່ນສະຖານທີ່ແຫ່ງດຽວທີ່ຜູ້ທຸກຍາກໄປໃຊ້ບໍລິການເພື່ອປິ່ນປົວ. ເພາະວ່າຢາປິ່ນປົວມີແຕ່ຢູ່ໂຮງໝໍ ແລະ ຄລີນິກເທົ່ານັ້ນ. ການກວດຫາເຊື້ອແມ່ນນອນຢູ່ໃນການບໍລິການຂອງຄລີນິກຄືກັນ. ເມື່ອຄົນ

ເຮົາມີການເຈັບປ່ວຍດ້ວຍການຕິດເຊື້ອຕ່າງໆນັ້ນສາມາດຈະຮັບການປິ່ນປົວທີ່ຖືກຕ້ອງຄື: ຄວນປິ່ນປົວຢູ່ໂຮງໝໍ.

ການດູແລເບິ່ງແຍງຢູ່ເຮືອນ:

ຜູ້ທີ່ເປັນໂລກເອດຕ້ອງການການດູແລເບິ່ງແຍງຫຼາຍກ່ວາການດູແລເບິ່ງແຍງຢູ່ໂຮງໝໍ ແລະ ຄຼີນິກ. ແພດ ອາສາສະໝັກເຮັດວຽກກັບຊຸມຊົນ ແລະ ຄອບຄົວມີຄວາມໝັ້ນໃຈວ່າຄົນເຈັບຢູ່ເຮືອນ ໄດ້ຮັບການດູແລເບິ່ງແຍງ ຢ່າງຖືກຕ້ອງຊຶ່ງເປັນທີ່ມາຂອງການໃຫ້ການດູແລທີ່ບ້ານ. ໂຮງໝໍ ແລະ ຄຼີນິກຕ້ອງປະສານກັບໂຄງການປິ່ນປົວຜູ້ ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ ເພື່ອໃຫ້ຄຳແນະນຳດັ່ງລຸ່ມນີ້:

- ການກວດຫາເຊື້ອ ແລະ ການໃຫ້ຄຳປຶກສາ.
- ການປິ່ນປົວ.

2. ເຫດຜົນຂອງບັນຫາສຳລັບຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ

1. ຂາດຄວາມຮູ້.

- ຂາດຄວາມຮູ້ກ່ຽວກັບການດູແລເບິ່ງແຍງ ແລະ ການປິ່ນປົວໂລກເອດ ແລະ ໂອກາດການຕິດເຊື້ອ ໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ.
- ການເຂົ້າເຖິງຂໍ້ມູນຂ່າວສານແມ່ນຍັງຈຳກັດ.

2. ຂາດທັກສະ.

- ຂາດໂອກາດເພື່ອຮຽນຮູ້ທັກສະ.
- ຂາດໂອກາດເພື່ອເຝິກທັກສະ, ຕົວຢ່າງ: ການນຳໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ.
- ຂາດການຮຽນຮູ້ໃນການຮ່ວມເພດທີ່ປອດໄພ.

3. ທັດສະນະຄະຕິ ແລະ ຄວາມເຊື່ອທີ່ບໍ່ມີປະໂຫຍດເຊັ່ນ:

- ແມ່ຍິງບໍ່ຄວນເປັນອິດສະຫຼະ ຫຼື ຕັດສິນໃຈດ້ວຍຕົນເອງ.
- ຄວາມຢ້ານກົວທີ່ເຫັນວ່າຕ່າງຈາກໝູ່.
- ຢ້ານກົວຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ.

4. ເຊື່ອໝັ້ນວ່າຊາວໜຸ່ມບໍ່ຄວນຮູ້ກ່ຽວກັບເພດ.

5. ຄວາມກົດດັນທາງດ້ານສັງຄົມ ແລະ ວັດທະນະທຳ

- ຜູ້ຊາຍເປັນຜູ້ຕັດສິນໃຈ.
- ການລັງກຽດຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ
- ການຈຳແນກລັງກຽດ ແລະ ປ້ອຍດ່າ ຕົວຢ່າງ: ອາຊີບສາວບໍລິການ

6. ສິ່ງແວດລ້ອມຈຳກັດ.

- ນະໂຍບາຍບໍ່ສອດຄ່ອງ ເຊັ່ນ: ຄຳສັ່ງໃຫ້ກວດເຊື້ອໂລກເອດ.
- ຂໍ້ມູນຂ່າວສານ ແລະ ສື່ຕ່າງໆທີ່ບໍ່ຈະແຈ້ງ.
- ຄວາມທຸກຍາກ ແລະ ຂາດຊັບພະຍາກອນ.
- ຈຳກັດການເຂົ້າເຖິງຂໍ້ມູນຂ່າວສານໃນການດູແລເບິ່ງແຍງ.

3. ວິທີການປ່ຽນແປງໄປໃນທາງທີ່ດີເພື່ອຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ:

1. **ເພີ່ມຄວາມຮູ້.**
   - ແນວໃດຄືການປ້ອງກັນການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ ແລະ ເພີ່ມການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ.
   - ການປິ່ນປົວ.
   - ປ້ອງກັນການສັກສິ່ງເສບຕິດ.
   - ການດູແລເບິ່ງແຍງຕົນເອງ, ຕົວຢ່າງ: ການດູແລຮ່າງກາຍຂອງພວກເຂົາວ່າເຮັດວຽກແນວໃດ, ການກິນຢູ່ແນວໃດເພື່ອຮັກສາສຸຂະພາບ.
   - ສຸຂະພາບຈະເລີນພັນ, ຕົວຢ່າງການຖືພາທີ່ດີ, ການຫຼຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການສົ່ງເຊື້ອໂລກເອດໃຫ້ແກ່ເດັກໃນທ້ອງ, ຫຼີກລຽງການຖືພາທີ່ບໍ່ຕັ້ງໃຈ.

2. **ທັກສະຕ່າງໆ**
   - ເປັນຜູ້ນຳ.
   - ຜູ້ໃຫ້ຄຳປຶກສາ.
   - ສ້າງລາຍຮັບຕ່າງໆ.
   - ທັກສະການສື່ສານ.
   - ປຶກສາຫາລື/ສົນທະນາການນຳໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມຢ່າງຖືກຕ້ອງ.
   - ອະທິບາຍກ່ຽວກັບບັນຫາເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດໃຫ້ແກ່ເດັກ.

3. **ທັດສະນະຄະຕິ ແລະ ຄວາມເຊື່ອທີ່ຖືກຕ້ອງ**
   - ຍິງ ແລະ ຊາຍມີສິດເທົ່າທຽມກັນ.
   - ຄວນໃຫ້ມີເພດສຳພັນທີ່ປອດໄພ ແລະ ບໍ່ລັງກຽດຜູ້ຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ເປັນໂລກເອດ.
   - ຮັບຮູ້ສິດທິຂອງຄົນວ່າມີວິຖີດຳລົງຊີວິດທີ່ແຕກຕ່າງກັນ.
   - ເປັນຫ່ວງເປັນໄຍຕໍ່ຜູ້ອື່ນ.
   - ເຂົ້າໃຈຄວາມສ່ຽງຂອງບຸກຄົນ.
   - ຮັບຮູ້ສິດທິຂອງໄວໜຸ່ມ.
   - ເຊື່ອໝັ້ນ, ເຊື່ອໃຈຕົນເອງ ແລະ ເຊື່ອໃນຄວາມສາມາດຂອງຕົນ.

ພິມທີ່ ໂຮງພິມເອກະພາບ