



# បទបង្ហាញ ស្តីពី ម ស្មើ ម ដោយកញ្ញា សន វិច្ឆិកា

ប្រធានបណ្តាញ សហគមន៍ស្ត្រីអ្នករស់នៅជាមួយមេរោគអេដស៍ក្នុងព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា

Cambodian Community of Women Living With HIV ( CCW )

ម=ម

U=U

តើអ្នកធ្លាប់បានឮអំពី ម=ម ឬ U=U

ដែរឬទេ ?

មិនអាចរាប់មេរោគអេដស៍ក្នុងឈាម

=

មិនអាចចម្លងមេរោគអេដស៍ទៅអ្នកដទៃ

Undetectable = Untransmittable





# មាតិកា

១-សាវតារនៃ ម=ម

២-យុទ្ធនាការ ម=ម

នៅប្រទេសកម្ពុជា

៣-អត្ថប្រយោជន៍នៃម=ម

៤-សំណូមពរ



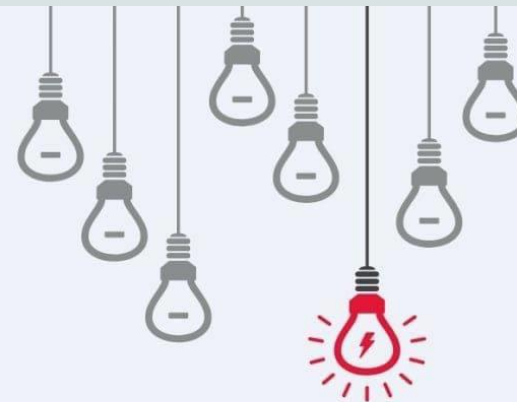
ម=ម

U=U

តើអ្នកធ្លាប់បានឮអំពី ម=ម ឬ U=U ដែរឬទេ ?

មិនអាចរាប់មេរោគអេដស៍ក្នុងឈាម = មិនអាចចម្លងមេរោគអេដស៍

Undetectable = Untransmittable



មិនអាចរាប់មេរោគអេដស៍ឃើញក្នុងឈាម

ម=ម

មិនអាចចម្លងមេរោគអេដស៍ទៅអ្នកដទៃ

# ព័ត៌មានបែបវិទ្យាសាស្ត្រ អំពី ម=ម

## The science behind U=U

- មានការសិក្សាជាច្រើន បាននឹងកំពុងបន្តស្រាវជ្រាវ ចាប់តាំងឆ្នាំ ១៩៩៨ ដើម្បីគាំទ្រ បែបវិទ្យាសាស្ត្រ អំពី ម = ម
- មានការសិក្សាធំៗ ចំនួនពីរ ដែលបានស្រាវជ្រាវទៅលើ សកម្មភាពរួមភេទដោយមិន បានប្រើវិធីបង្ការផ្សេងៗ ចំនួនជាង ៧០០០០ ដង (ដៃគូដែលមានស្ថានភាពមេរោគ អេដស៍ខុសគ្នា) រវាងគូស្វាមីភរិយា គ្មានការចម្លងមេរោគអេដស៍ដល់ដៃគូអវិជ្ជមាន នៅ ពេលដែលដៃគូមានផ្ទុកមេរោគអេដស៍ មានកំរិតមេរោគតិចក្នុងឈាម។
- មានការសិក្សាផ្សេងទៀត ដែលសិក្សាទៅលើគូស្វាមីភរិយា ជាង ១៥០០ គូ - ដែល មានស្ថានភាពមេរោគអេដស៍ខុសគ្នា ទាំងអ្នកស្រលាញ់ភេទផ្ទុយគ្នា និងអ្នកស្រឡាញ់ ភេទដូចគ្នាមកពី ៩ ប្រទេសផ្សេងគ្នាត្រូវបានសិក្សាក្នុងរយៈពេល ៥ ឆ្នាំ។

# និយមន័យ

Viral load: ចំនួនមេរោគអេដស៍ ក្នុងឈាម

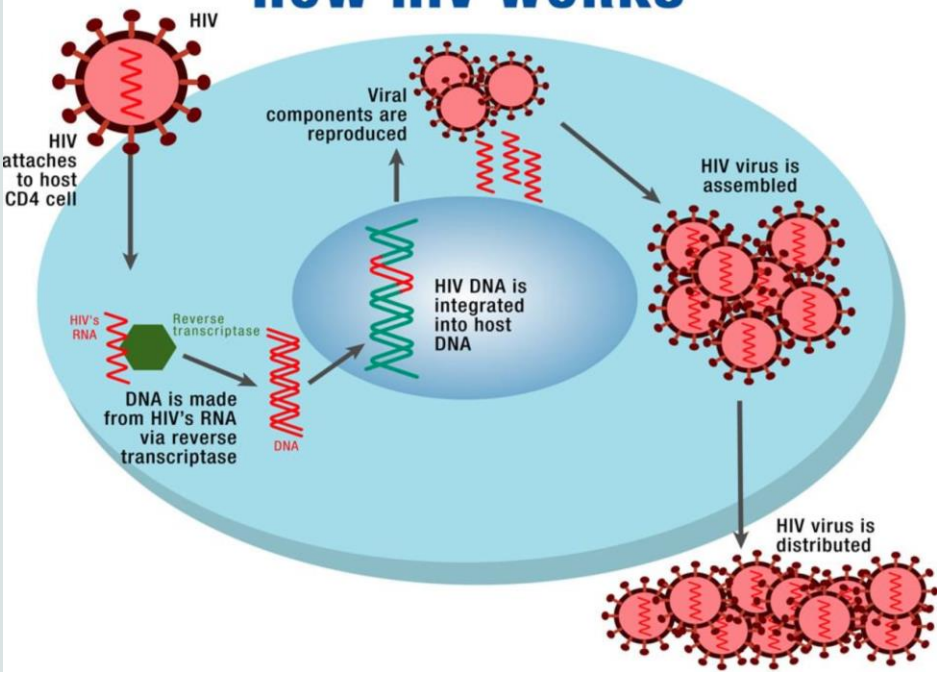
Viral suppression: នៅពេលដែលអ្នកជំងឺកំពុងព្យាបាលដោយឱសថប្រឆាំង មេរោគអេដស៍ ក្នុងរយៈពេលមួយ ដែលអាចទប់ស្កាត់ការបំបែកខ្លួនរបស់មេរោគអេដស៍ នៅក្នុងខ្លួនរបស់អ្នកជំងឺ

Undetectable viral load: នៅពេលដែលអ្នកជំងឺអេដស៍ កំពុងព្យាបាលដោយ ឱសថប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ និងមានកំរិតមេរោគអេដស៍ក្នុងឈាមទាប ដែលម៉ាស៊ីនធ្វើតេស្តឈាម មិនអាចចាប់បាន

Untransmittable: មេរោគអេដស៍ ដែលមិនអាចចម្លងទៅដៃគូបាន តាមរយៈការរួមភេទ នៅពេលដែលមេរោគ មានចំនួនតិចជា ២០០/មល

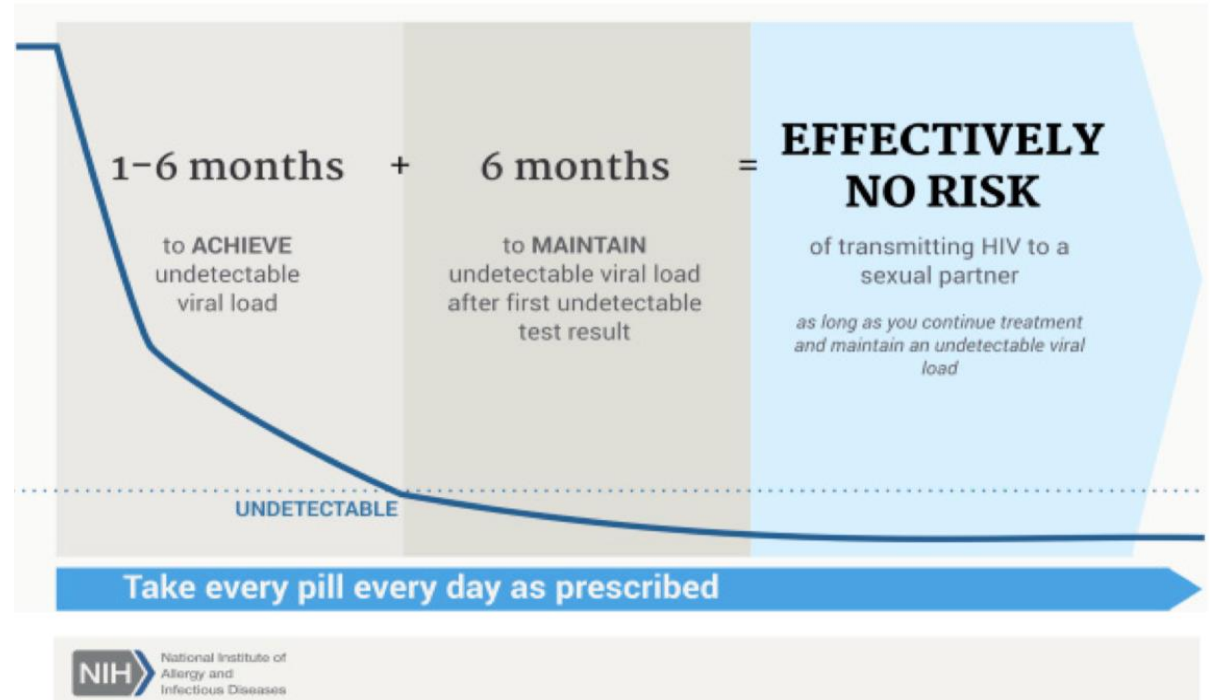
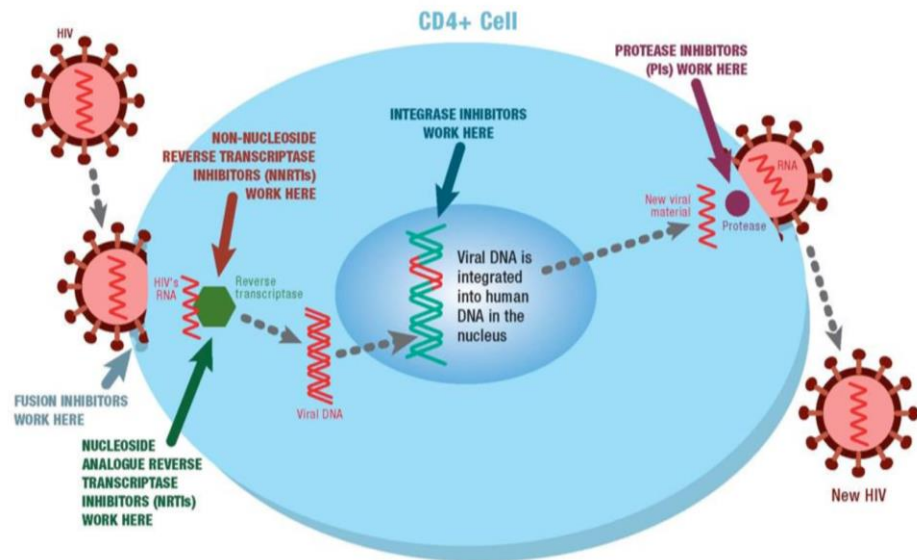


# HOW HIV WORKS



- មេរោគអេដស៍ធ្វើការបំបែកខ្លួន(copy) ដោយបញ្ចូលទៅក្នុងកោសិកាសេដេកាត៍ (CD4) និងបំបែកខ្លួនវា- ធ្វើដំណើរការបំផ្លាញកោសិកាសេដេកាត៍។
- ឱសថប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ ទប់ស្កាត់ការជ្រៀតចូលមេរោគអេដស៍ទៅក្នុងកោសិកា ទប់ស្កាត់ការជ្រៀតចូលទៅក្នុងស្នូលកោសិកា (DNA) ទប់ស្កាត់ការការបំផ្លាញកោសិកា ប៉ុន្តែឱសថប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ មិនអាចទៅដល់វីរុសដែលត្រូវបានចូលក្នុងស្នូលកោសិការួចហើយទេ។ វានឹងនៅស្ងៀមនៅទីនោះ។
- ឱសថប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ បន្ថយកម្រិតមេរោគអេដស៍ក្នុងឈាមឱ្យនៅកំរិត 'មិនអាចរាប់បាន' - ប៉ុន្តែវានៅតែលាក់ខ្លួនក្នុង DNA ។ ប្រសិនបើ ឱសថប្រឆាំងមេរោគអេដស៍ ត្រូវបានបញ្ឈប់ នោះមេរោគអេដស៍នឹងងើបឡើងវិញ ហើយសម្លាប់ កោសិកាសេដេកាត៍។

## ARVs and the HIV Lifecycle



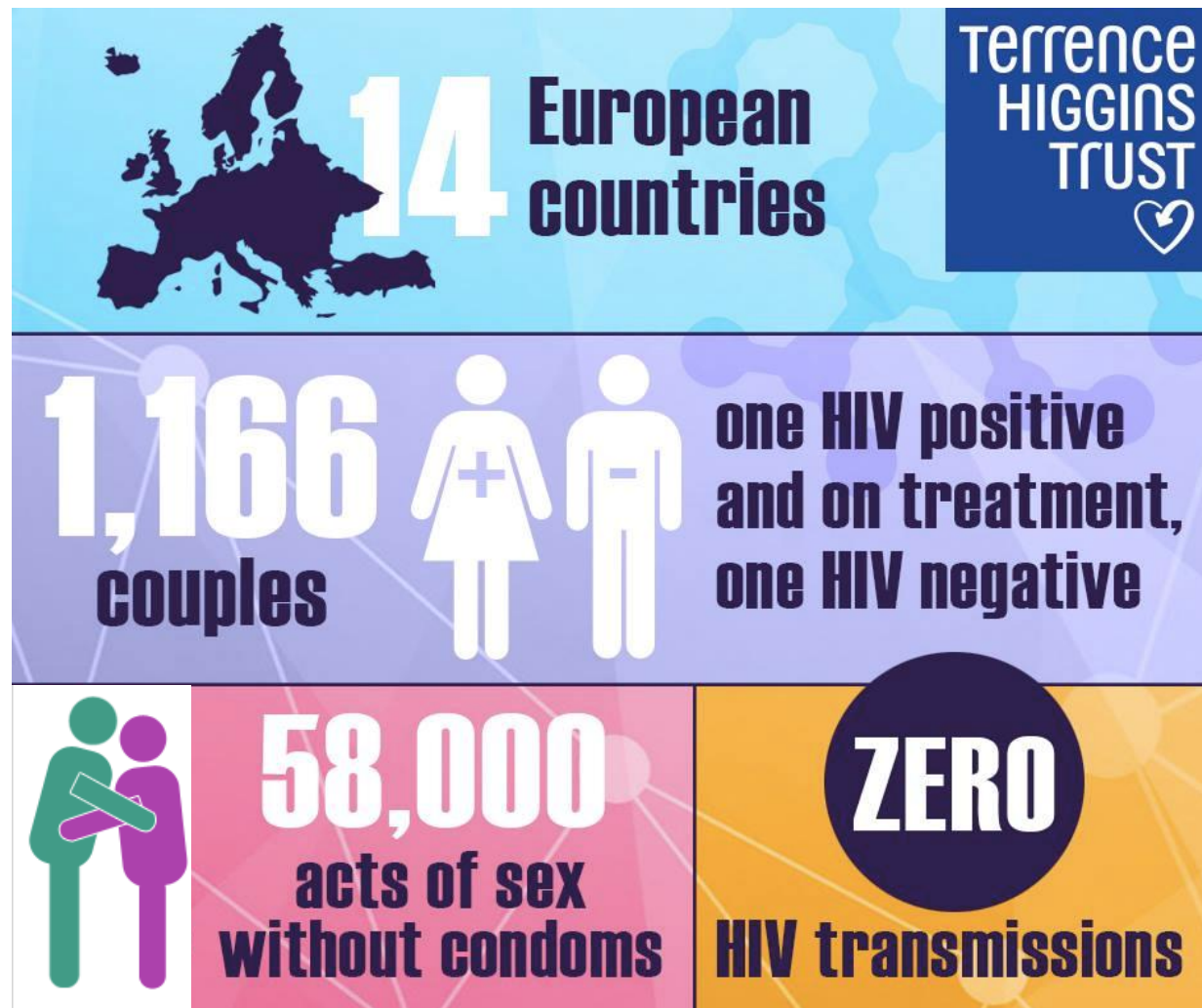
# ព័ត៌មានបែបវិទ្យាសាស្ត្រ អំពី ម=ម (ត)

- តាមរយៈការសិក្សាទាំងនោះ មិនមានករណីឆ្លងមេរោគអេដស៍ ពីដៃគូដែលផ្ទុកមេរោគអេដស៍ មានកំរិតមេរោគតិចក្នុងឈាម ទៅដៃគូដែលអវិជ្ជមានឡើយ។
- ការសិក្សានោះ ក៏បានរកឃើញដែរថា អ្នកផ្ទុកមេរោគអេដស៍ ដែលបានចាប់ ផ្តើមព្យាបាលដោយឱសថប្រឆាំងនឹងមេរោគអេដស៍ ភ្លាមៗ បន្ទាប់ពីបានធ្វើរោគវិនិច្ឆ័យ គឺមានផលវិបាកសុខភាពតិចតួចទាក់ទិននឹងមេរោគអេដស៍ បើប្រៀបធៀបទៅនឹងអ្នកផ្ទុកមេរោគអេដស៍ ដែលមិនបានទទួលការព្យាបាល ឬពន្យារពេលក្នុងការព្យាបាលដោយឱសថប្រឆាំងនឹងមេរោគអេដស៍។
- ជាសង្ខេបនៃការសិក្សាស្រាវជ្រាវ មិនមានអ្នកផ្ទុកមេរោគអេដស៍ណាម្នាក់ ដែលមានកំរិតមេរោគតិចក្នុងឈាម បានចំលងមេរោគអេដស៍ទៅដៃគូឡើយ។



# PARTNER : លទ្ធផលចុងក្រោយ

- អ្នកចូលរួមទាំងអស់ មានកំរិតមេរោគតិចក្នុងឈាមហើយមិនប្រើវិធីបង្ការក្នុងការរួមភេទ (ស្រោមអនាម័យ PrEP,.....)
- ដៃគូស្រលាញ់ភេទផ្ទុយគ្នា និងភេទដូចគ្នា (រួមភេទតាមទ្វារមាសនិងរន្ធគូថ)



# LATEST FINDINGS

358   
+/- GAY COUPLES

17,000   
ACTS OF CONDOMLESS SEX

# UVL = SAFE

Source: Kirby Institute, Opposites Attract 2017

## អត្ថប្រយោជន៍ចំបងនៃ ម=ម (u=u)

ការយល់ដឹងកាន់តែទូលំទូលាយអំពី  $u = u$  ក្នុងចំណោមអ្នកផ្ទុកមេរោគអេដស៍ ដៃគូ រួមភេទ និងអ្នកប្រឈមមុខខ្ពស់ដទៃទៀត អាចទទួលបាននូវអត្ថប្រយោជន៍ ជាច្រើន រួមមាន៖

- ជួយកាត់បន្ថយការរើសអើង និងម៉ាកងាយ ចំពោះមេរោគអេដស៍ រួមទាំងការរើសអើងខ្លួនឯង
- បង្កើនតម្រូវការនៃសេវាធ្វើតេស្តរមេរោគអេដស៍
- បង្កើនតម្រូវការនៃការចាប់ផ្តើមការព្យាបាលភ្លាមៗ
- ធ្វើអោយប្រសើរឡើងនូវការលេបថ្នាំ ត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់ និងជាប់លាប់
- បង្កើនការយល់ដឹងថាកំរិតទាបបំផុតមេរោគអេដស៍ក្នុងឈាម មានសារៈសំខាន់ដើម្បីថែរក្សាសុខភាពរបស់អ្នកផ្ទុកមេរោគអេដស៍ឱ្យល្អប្រសើរយូរអង្វែង។





ម=ម

មិនអាចរាប់មេរោគអេដស៍ក្នុងឈាម = មិនអាចចម្លងមេរោគអេដស៍

U = U

UNDETECTABLE = UNTRANSMITTABLE





កម្មជាយើងបានធ្វើយុទ្ធនាការ **ម=ម**  
នាថ្ងៃទី២០ ខែធ្នូ ឆ្នាំ ២០២៣  
**អរគុណច្រើន**