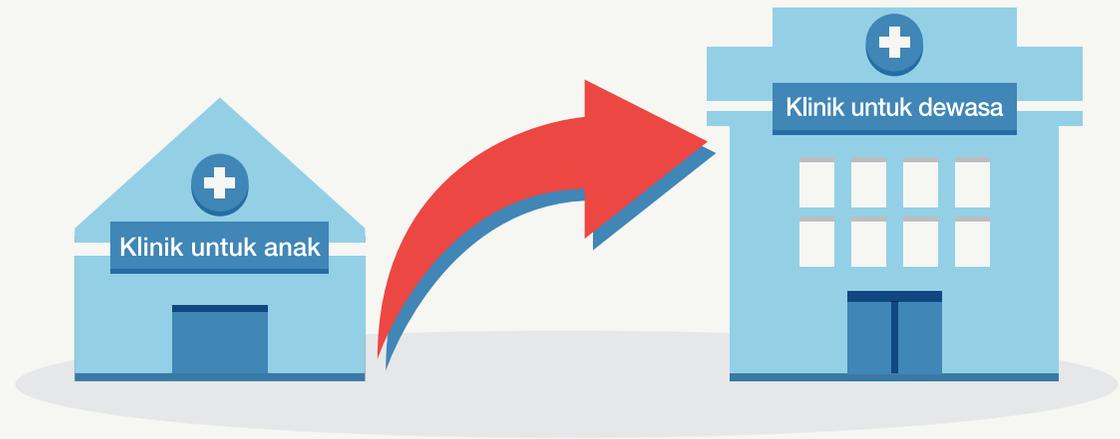


Mentransfer Perawatan

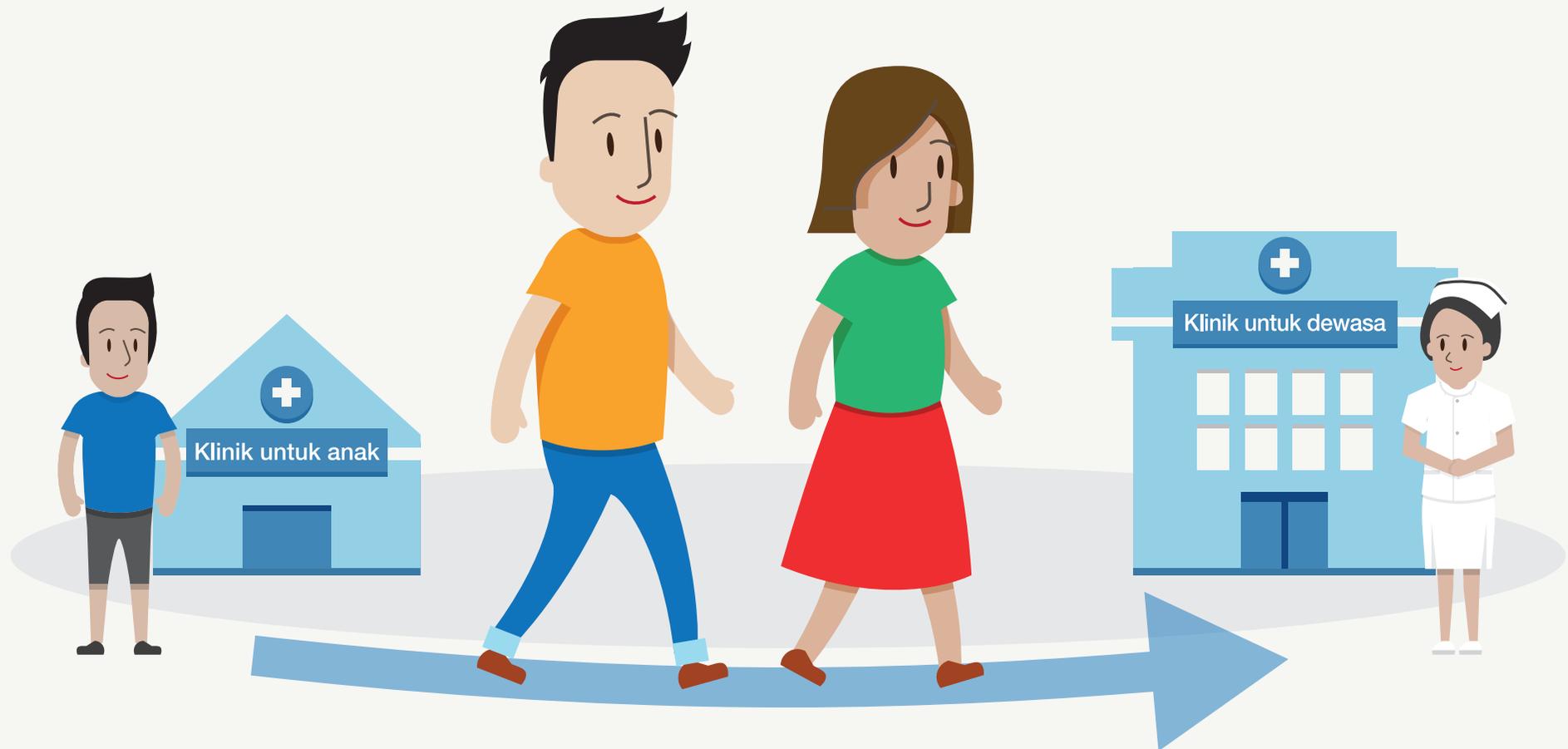


Informasi yang ada dalam lembar balik ini ditujukan hanya untuk tujuan pendidikan dan tidak dimaksudkan sebagai pengganti dari petunjuk, diagnosis, atau terapi dari tenaga profesional.

Mengapa perlu ditransfer dari klinik HIV untuk anak ke klinik HIV untuk dewasa?

- Anda sekarang sudah tumbuh dan berada di masa dewasa muda.
- **Penyedia layanan kesehatan memberikan layanan sesuai dengan umur pasien.** Hal ini mirip dengan bagaimana murid harus pindah dari satu sekolah ke sekolah yang lain karena bertambahnya umur mereka.
- Di klinik HIV untuk dewasa, Anda akan menerima **layanan perawatan yang dikhususkan bagi orang dewasa.**

Mengapa perlu ditransfer dari klinik HIV untuk anak ke klinik HIV untuk dewasa?



Apa saja perbedaan antara klinik HIV untuk anak dan klinik HIV untuk dewasa?

- **Di klinik untuk anak**, staf klinik memberikan layanan kesehatan untuk anak-anak yang sedang diasuh oleh orang dewasa lainnya. Klinik anak bisa saja membuat kegiatan-kegiatan khusus yang dapat membantu anak-anak untuk memahami infeksi HIV yang mereka miliki, dan mendorong keterlibatan para pengasuhnya. Klinik anak mungkin meminta anak dan pengasuhnya untuk **datang ke klinik lebih sering dan meluangkan waktu lebih lama bersama mereka selama kunjungan tersebut.**
- **Di klinik untuk dewasa**, pasien berusia dewasa muda diharapkan dapat **mengatur perawatannya sendiri**, dan untuk membuat keputusan yang berkaitan dengan kesehatannya. Klinik untuk dewasa memberikan layanan dengan asumsi bahwa **pasien mereka tidak tergantung kepada orang lain** dan **bertanggung jawab untuk mengatur jadwal janji temu**, dan **untuk memahami kondisi dan perawatan kesehatan mereka sendiri.** Bagaimana dan dimana layanan kesehatan diberikan bisa jadi berbeda dengan klinik untuk anak.

Apa saja perbedaan antara klinik HIV untuk anak dan klinik HIV untuk dewasa?



Kapan Anda harus ditransfer?

- Tidak ada syarat umur yang pasti kapan staf di klinik untuk anak akan mulai berdiskusi dengan pasien remaja tentang rencana transfer (atau “transisi”) ke klinik untuk dewasa.
- Kapan pasien ditransfer biasanya **tergantung pada seberapa siap pasien tersebut untuk melakukan transisi.**
- Namun, di beberapa klinik dan negara, semua remaja di atas usia tertentu atau yang memiliki pekerjaan dengan asuransi kesehatan khusus, harus ditransfer ke klinik untuk dewasa.

Kapan Anda harus ditransfer?



Informasi apa saja yang berkaitan dengan klinik yang harus Anda tahu sebelum ditransfer?

Mengetahui informasi tentang klinik HIV untuk dewasa berikut ini akan membuat proses transfer lebih mudah:

- Nama **klinik** dimana Anda akan ditransfer, **lokasinya**, dan **bagaimana menuju ke sana**.
 - Anda bisa meminta nomor telepon untuk membantu jika Anda tersesat.
- **Tanggal dan jam** buka klinik (beberapa klinik tidak buka setiap hari)
 - Anda harus mendapatkan janji temu dulu sebelum datang pertama kali.
- Jika Anda **tidak dapat memenuhi janji temu**, pastikan Anda dapat menghubungi staf klinik dewasa sehingga Anda bisa membuat janji baru.
- **Prosedur registrasi** jika Anda harus pergi ke gedung klinik atau rumah sakit yang berbeda.
 - Anda mungkin harus membawa dokumen tertentu untuk registrasi, seperti kartu pengenal atau rekam medis lainnya.
- Apakah biaya perawatan tercover oleh **asuransi kesehatan** Anda atau Anda harus membayar dengan uang Anda sendiri.
 - Anda dapat menanyakan ke tim klinik anak mengenai perawatan kesehatan yang akan didapat

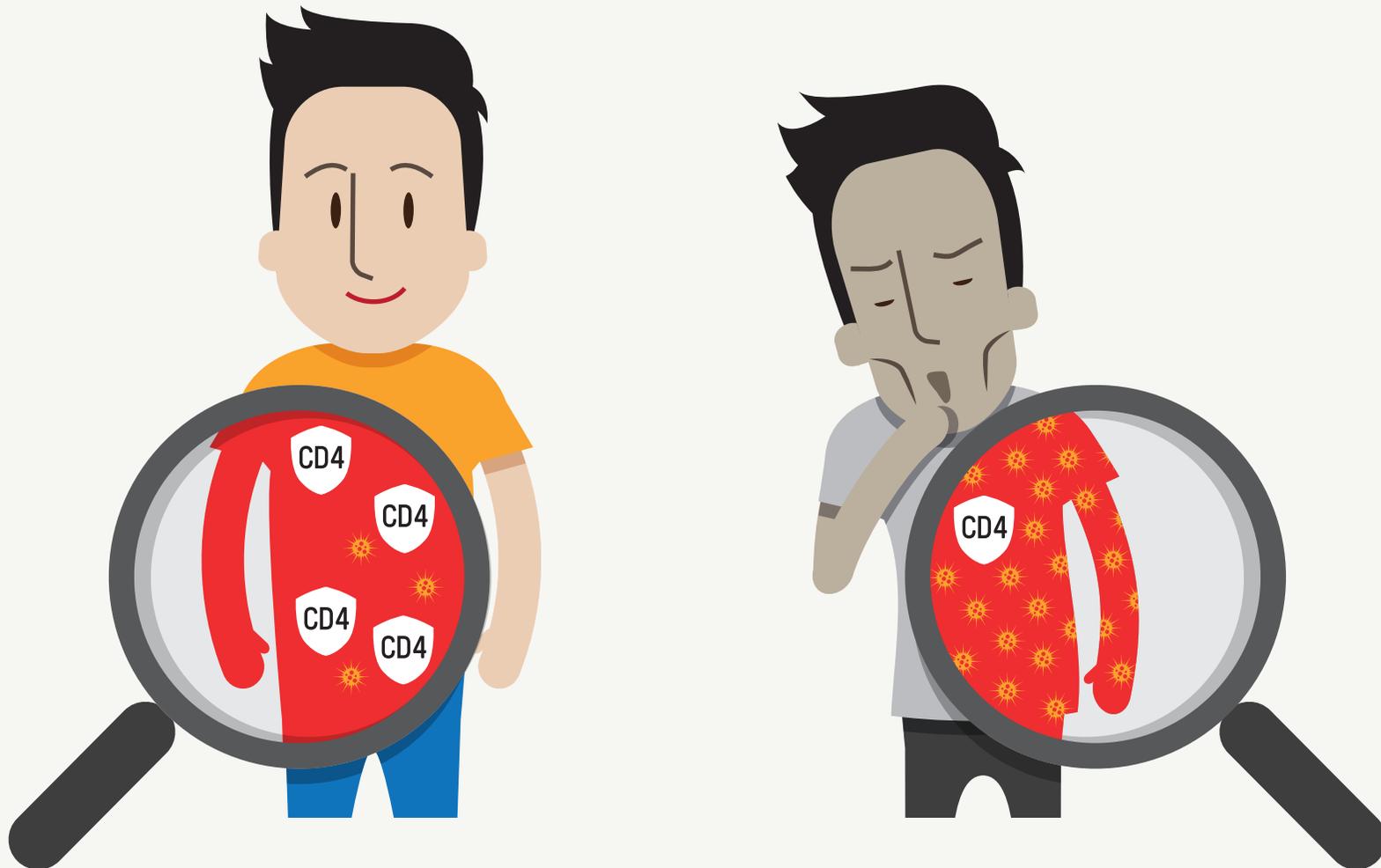
Informasi apa saja yang berkaitan dengan klinik yang harus Anda tahu sebelum ditransfer?



Apa perbedaan antara infeksi HIV dan AIDS?

- **HIV adalah nama virus** yang merusak sel darah putih dan menyebabkan **kerusakan pada sistem kekebalan tubuh**, yang berfungsi melindungi tubuh kita dari infeksi. Seseorang dengan kekebalan tubuh yang lemah yang diakibatkan oleh HIV disebut “immune deficiency” atau defisiensi imun.
- **AIDS adalah kondisi sakit yang parah yang disebabkan oleh HIV.** “Acquired Immune Deficiency Syndrome” atau AIDS dapat mengakibatkan banyak gangguan kesehatan yang berbeda-beda, termasuk infeksi-infeksi serius dan turun berat badan.
- Jika sistem kekebalan tubuh kita kuat dan kesehatan kita bagus, Anda tidak dalam fase AIDS, tapi Anda adalah orang yang hidup dengan HIV.

Apa perbedaan antara infeksi HIV dan AIDS?



Bisakah infeksi HIV diobati?

- **Ya, HIV bisa diobati.** Kita memang tidak dapat menghilangkan sepenuhnya virus HIV dari tubuh kita, namun dengan menggunakan obat-obatan antiretroviral (**ARV**) **jumlah HIV dalam tubuh kita akan berkurang** sehingga bisa mencegah kita dari jatuh sakit.
- ARV memperkuat sistem kekebalan tubuh, yang bisa memperbaiki status kesehatan.

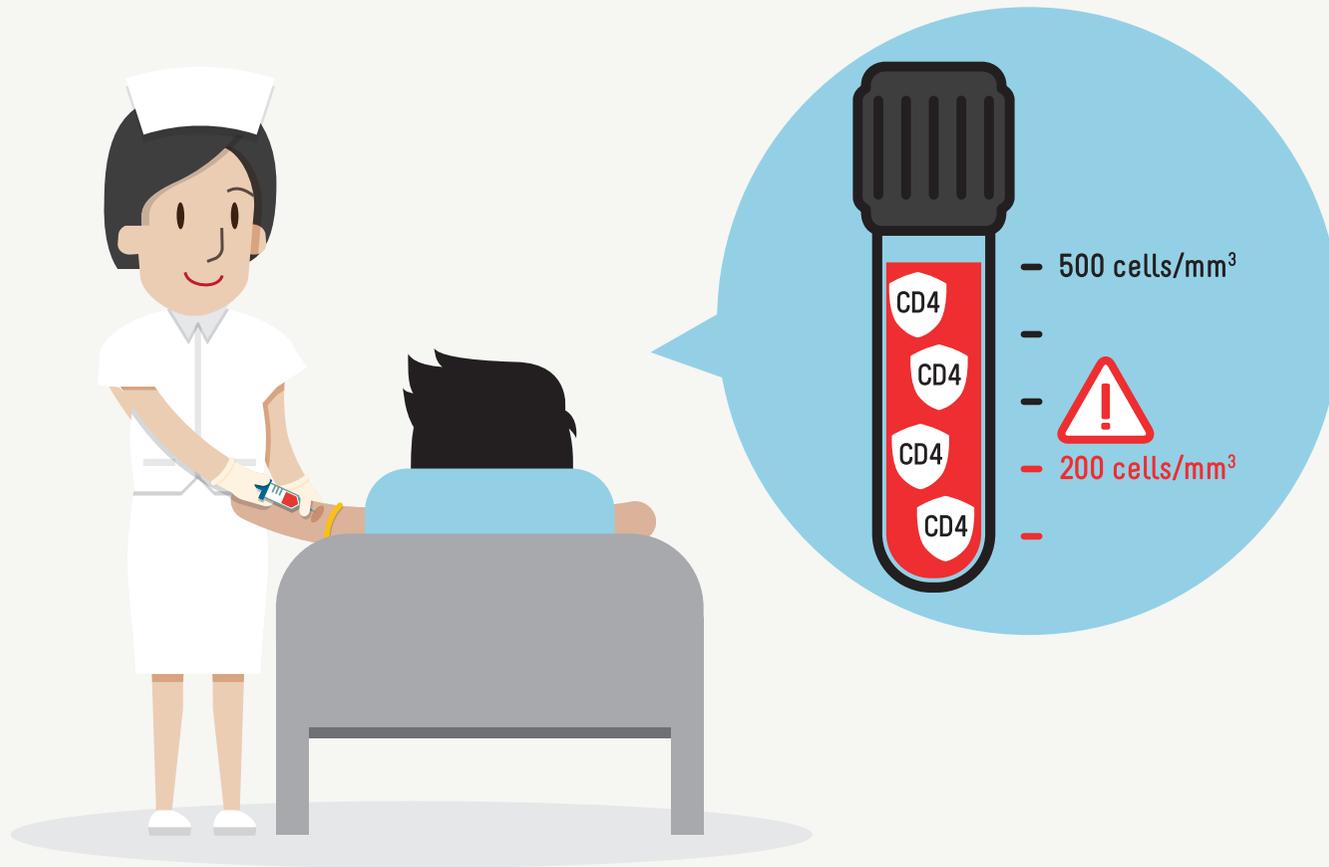
Bisakah infeksi HIV diobati?



Apa itu jumlah CD4?

- **Sel-sel CD4 adalah jenis sel darah putih** dan **bagian dari sistem kekebalan tubuh**. HIV membunuh sel-sel CD4, memperlemah sistem kekebalan tubuh dan meningkatkan risiko terkena penyakit.
- Jumlah CD4 ditentukan dari tes darah. Jika jumlah CD4 Anda kurang dari 200 cells/mm³, itu artinya kekebalan tubuh Anda sangat lemah.

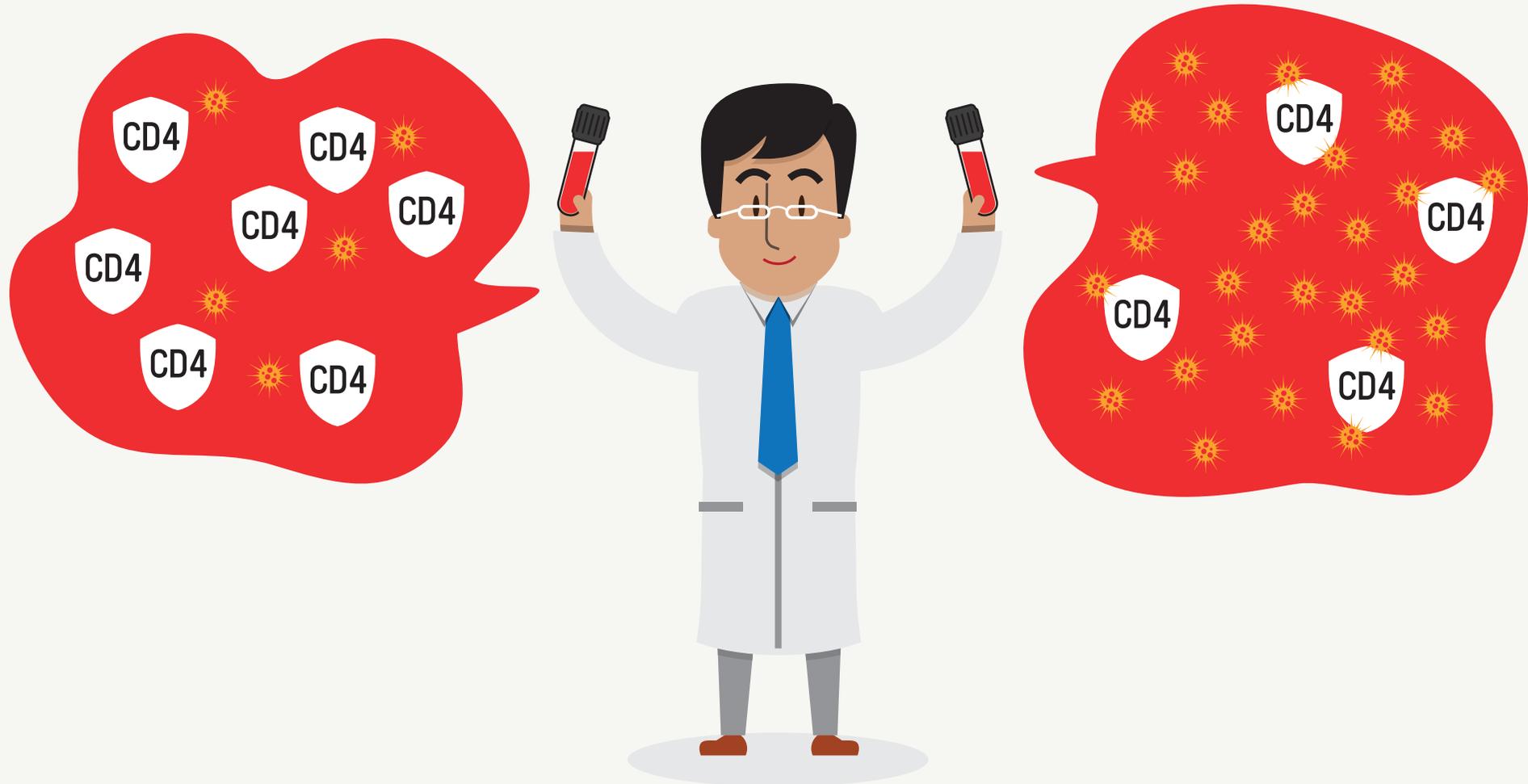
Apa itu jumlah CD4?



Apa itu viral load?

- **Viral load (jumlah virus) HIV adalah jumlah HIV dalam 1 ml darah**, dan ditentukan dari tes darah. Jika viral load kurang dari 500 copies/ml, yang biasanya disebut “tidak terdeteksi” atau dalam kondisi “viral suppression”, itu artinya jumlah HIV dalam darah atau cairan tubuh lainnya (seperti cairan vagina dan mani) sangat sedikit.
- **Viral load yang tinggi mengindikasikan obat-obatan Anda tidak berfungsi dengan baik dalam mengontrol HIV dalam tubuh.** Hal ini meningkatkan risiko kerusakan sistem kekebalan tubuh dan dapat membuat Anda jatuh sakit, dan meningkatkan kemungkinan untuk menularkan HIV ke orang lain melalui hubungan seks atau kontak darah.
- Bagi orang yang hidup dengan HIV, **minum ARV secara rutin** dan menjaga agar jumlah virus HIV kurang dari 50 copies/ml akan sangat menurunkan kemungkinan untuk menularkan HIV kepada orang lain dan dapat membantu Anda untuk hidup secara sehat.

Apa itu viral load?



Bagaimana cara ARV bekerja?

- ARV mencegah HIV bereplikasi (membelah diri membuat jumlah mereka lebih banyak) dan mencegah serangan HIV terhadap sel-sel darah putih CD4.

Ada banyak jenis ARV dan setiap jenisnya bekerja dengan cara yang berbeda. Berikut adalah nama-nama generik dan singkatan dari beberapa ARV yang paling banyak digunakan:

- (1) Zidovudine (AZT), lamivudine (3TC), emtricitabine (FTC), abacavir (ABC), tenofovir (TDF)
 - (2) Nevirapine (NVP), efavirenz (EFV), rilpivirine (RPV)
 - (3) Lopinavir/ ritonavir (LPV/r), atazanavir (ATV), darunavir (DRV)
 - (4) Raltegravir (RAL), dolutegravir (DTG)
- Beberapa ARV tersedia dalam bentuk tablet kombinasi dengan 2 atau 3 obat dalam satu pil, sehingga mengurangi jumlah pil yang harus diambil setiap hari.
 - ARV yang diberikan berbeda untuk setiap orang yang terinfeksi HIV, dipilih berdasarkan ketersediaan obat di negara bersangkutan, apakah Anda pernah mengalami kegagalan pengobatan sebelumnya, dan kondisi kesehatan lainnya, seperti penyakit ginjal atau hati.
 - Saat Anda pergi ke klinik untuk dewasa, Anda mungkin akan diberikan ARV yang berbeda dengan yang Anda dapatkan sebelumnya dari klinik anak. Untuk mengetahui hal ini, Anda harus mengetahui **nama dari obat-obatan yang Anda gunakan saat ini** sehingga Anda dapat memeriksanya dengan staf di klinik dewasa. Pastikan juga Anda memiliki cukup obat sampai waktu janji temu selanjutnya sehingga Anda tidak akan kehabisan obat sebelum Anda menemui dokter yang baru.

Bagaimana cara ARV bekerja?



Mengapa Anda harus minum ARV tepat waktu?

- Bagi orang yang hidup dengan HIV, **minum ARV secara rutin** akan membantu Anda dalam mempertahankan jumlah virus HIV kurang dari 50 copies/ml, menjaga hidup tetap sehat, dan menurunkan kemungkinan penularan HIV kepada orang lain. Mungkin Anda kadang-kadang lupa atau tidak mau minum ARV. Ada banyak alasan mengapa ini bisa terjadi, termasuk merasa bosan minum obat, lupa, atau tidak ingin mengambilnya pada situasi-situasi yang membuat Anda tidak nyaman.
- Bagaimanapun juga, **minum ARV tepat waktu** itu penting untuk mempertahankan agar jumlah obat-obatan dalam tubuh cukup tinggi untuk mengontrol infeksi HIV. Tidak minum tepat waktu atau tidak minum sama sekali dapat menyebabkan **kegagalan perawatan dan jatuh sakit**.
- Jika Anda melewatkan satu dosis ARV, Anda harus meminum dosis yang terlewatkan tersebut sesegera mungkin. Namun jika Anda baru ingat 1-2 jam sebelum jadwal minum selanjutnya, Anda bisa menunggu untuk minum dosis selanjutnya seperti biasa (jangan minum dua dosis bersamaan). Harap konsultasikan dengan dokter Anda mengenai apa yang harus dilakukan jika Anda melewatkan dosis obat.
- Waktu untuk minum ARV bisa disesuaikan dengan jadwal Anda, misalnya minum obat setelah Anda bangun atau sebelum Anda tidur. Harap konsultasikan dengan dokter mengenai bagaimana agar jadwal minum obat menjadi lebih mudah.

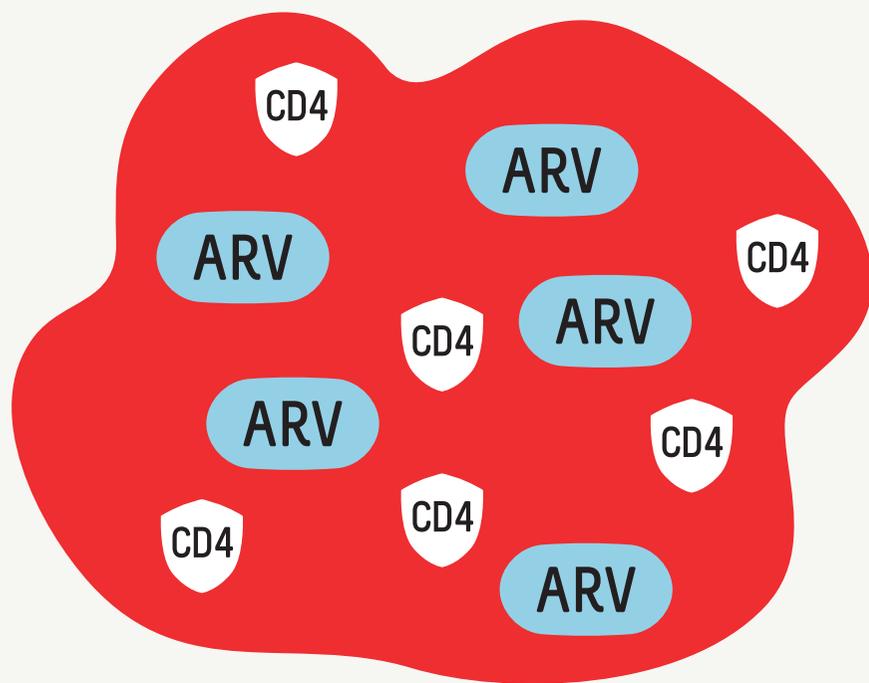
Mengapa Anda harus minum ARV tepat waktu?



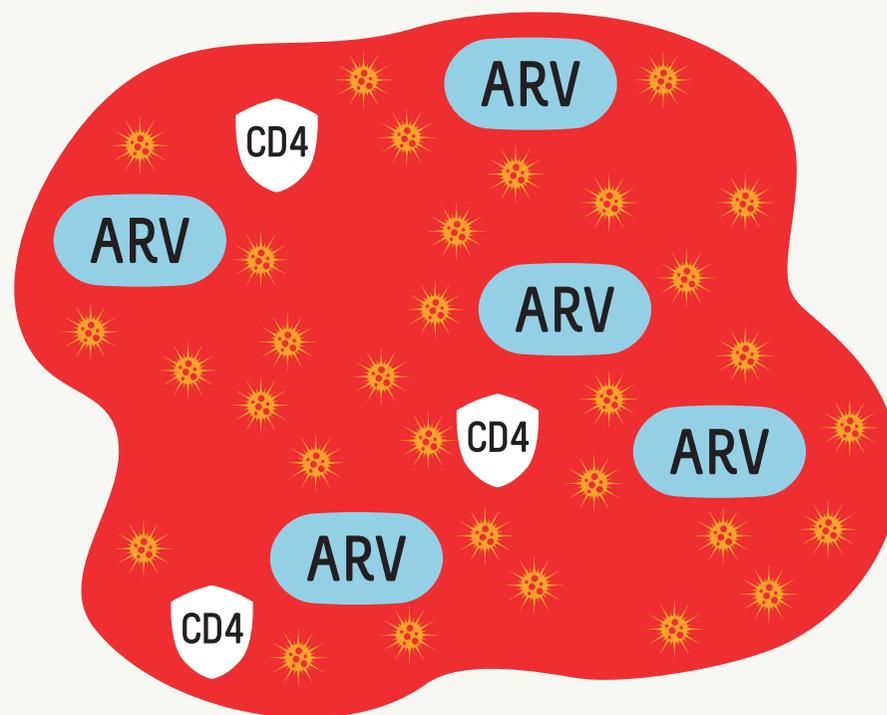
Apa itu resistensi obat?

- Resistensi obat terjadi **saat seseorang menggunakan ARV, tapi ARV tersebut tidak berfungsi dalam mengontrol virus HIV dalam tubuh.** Hal ini bisa terjadi saat seseorang tidak minum ARV tepat waktu.
- Jika jumlah virus HIV (viral load) Anda **lebih dari 1,000 copies/ml** padahal Anda sedang menggunakan ARV selama lebih dari 6 bulan, ini termasuk **kegagalan perawatan** dan Anda mungkin memiliki resistensi obat.
- Melalui tes darah, dokter Anda bisa memeriksa apakah Anda memiliki resistensi obat.
- Anda dapat bertanya kepada dokter apakah Anda memiliki resistensi obat sebelumnya dan bagaimana hal ini dapat mempengaruhi perawatan Anda saat ini.

Apa itu resistensi obat?



Viral Suppression

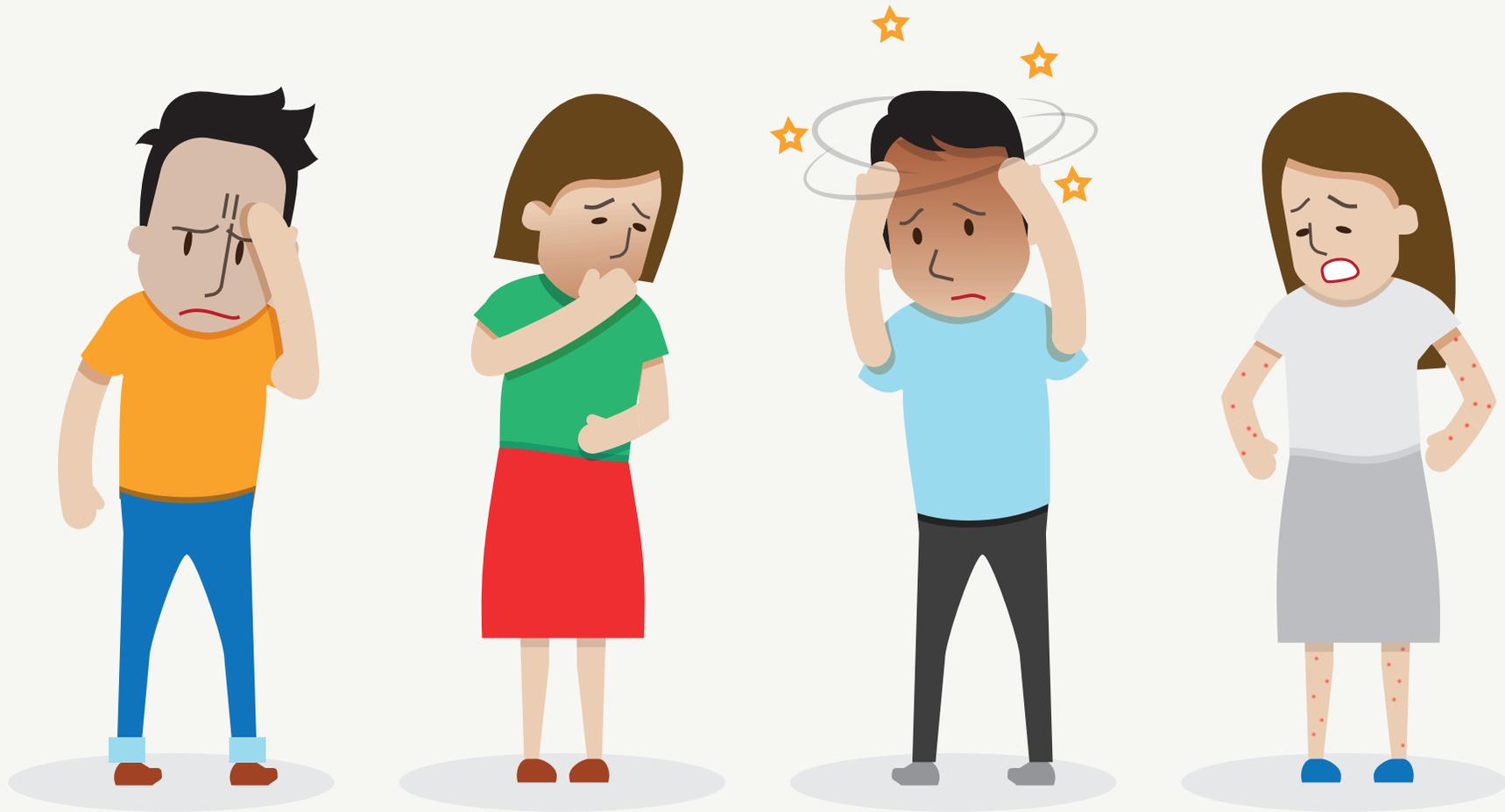


Drug Resistance

Apa efek samping dari ARV?

- ARV memiliki efek samping yang berbeda dimana dokter akan memeriksanya saat Anda datang ke klinik.
- Efek samping ARV bisa ringan atau berat.
 - **Efek samping ringan** meliputi mual, muntah, pusing, lelah dan ruam. Setelah 1-2 bulan, gejala-gejala ini biasanya berkurang atau hilang.
 - **Efek samping berat** meliputi gangguan-gangguan pada ginjal dan hati. Orang-orang yang mengalami efek samping berat ini mungkin harus mengganti obat ARV.
- **Harap beritahukan dokter Anda jika saat ini Anda juga menggunakan obat-obatan lain selain ARV, karena obat-obatan ini dapat saling mempengaruhi dan menyebabkan efek samping.**

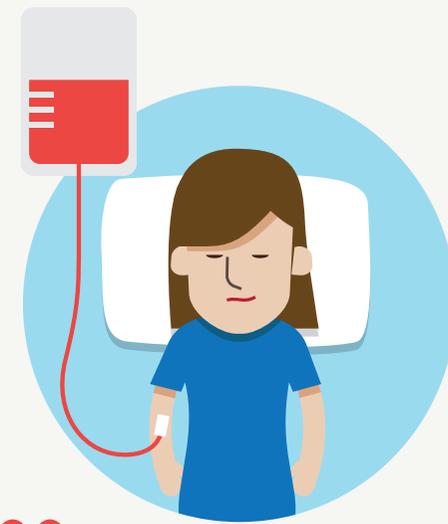
Apa efek samping dari ARV?



Bagaimana HIV ditularkan dari satu orang ke orang lain?

- HIV berada dalam **darah dan beberapa cairan tubuh lainnya**, seperti cairan vagina pada perempuan dan mani pada laki-laki.
- HIV ditularkan dari satu orang ke orang lainnya melalui berbagai perilaku. Yang paling banyak adalah melalui **hubungan seks, berbagi jarum atau jarum suntik, atau injeksi atau transfusi yang tidak aman**. Ibu yang positif HIV dapat menularkan HIV ke bayinya pada waktu **hamil, melahirkan, dan menyusui**.
- Hubungan seks penetrasi dapat menularkan HIV. **Seks anal** lebih berisiko menularkan HIV dibandingkan dengan **seks vaginal**. Seks vaginal lebih berisiko menularkan HIV dibandingkan dengan **seks oral**.
- Jumlah HIV dalam air liur sangat sedikit, dan hampir tidak ada virus ditemukan dalam keringat, air mata, dan air kencing. Karena itu risiko penularan HIV melalui cairan-cairan ini sangat kecil.

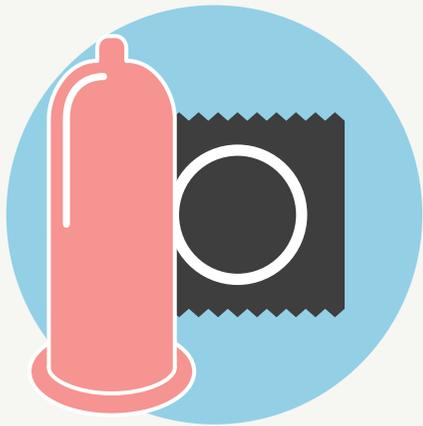
Bagaimana HIV ditularkan dari satu orang ke orang lain?



Bagaimana penularan HIV dapat dicegah?

- Bagi orang yang hidup dengan HIV, **minum ARV secara rutin** dan menjaga agar jumlah virus HIV di bawah 50 copies/ml dapat sangat mengurangi kemungkinan untuk menularkan HIV kepada orang lain.
- Cara yang paling efektif untuk mencegah penularan HIV secara seksual adalah dengan **menggunakan kondom** secara benar ketika berhubungan seks.
 - **Diskusi mengenai penggunaan kondom** dengan pasangan sebaiknya dilakukan sebelum berhubungan seks.
 - Beberapa orang mungkin khawatir kalau pasangannya akan berpikir bahwa dia HIV positif atau memiliki infeksi menular seksual jika dia meminta pasangannya untuk memakai kondom. Contoh agar pasangan kita mau menggunakan kondom adalah dengan mengatakan “Saya percaya kepadamu dan saya ingin memakai kondom untuk mencegah [kehamilan dan] infeksi-infeksi.”
- Orang yang menggunakan narkoba suntik **tidak boleh berbagi peralatan suntik** dengan orang lain.
- Minum ARV sebagai profilaksis pra pajanan (pre-exposure prophylaxis/**PrEP**) adalah cara lain bagi orang yang tidak terinfeksi HIV untuk melindungi diri dari infeksi.

Bagaimana penularan HIV dapat dicegah?



Bagaimana ibu hamil yang HIV positif dapat mencegah bayinya tertulari HIV?

- Bayi dapat terinfeksi pada masa kehamilan, melahirkan, atau setelah mereka dilahirkan.
- Risiko penularan kepada bayi dapat berkurang sampai kurang dari 5% dengan kombinasi intervensi, meliputi:
 - Minum ARV selama kehamilan
 - Mendapatkan pemeriksaan kehamilan secara rutin
 - Memberikan ARV kepada bayi setelah mereka lahir
 - Tidak menyusui bayi, jika alternatif untuk memberi makan bayi secara aman tersedia.
- Jika Anda ingin mengetahui lebih banyak mengenai bagaimana cara mencegah penularan HIV selama kehamilan, harap konsultasi dengan penyedia layanan kesehatan Anda.

Bagaimana ibu hamil yang HIV positif dapat mencegah bayinya tertulari HIV?



Bagaimana agar Anda bisa berhasil ditransfer ke klinik HIV untuk dewasa?

- Transisi dari penyedia layanan kesehatan khusus anak ke layanan untuk dewasa adalah suatu proses yang mencakup pergantian dokter dan dimana Anda bisa mendapatkan perawatan HIV, dan belajar untuk menjadi lebih bertanggung jawab terhadap kesehatan Anda sendiri.
- Sebelum Anda ditransfer, Anda dapat bertanya apapun atau mengungkapkan kekhawatiran Anda kepada staf di klinik anak.
- Ingatlah bahwa ada orang lain yang juga sedang dipersiapkan untuk ditransfer atau sudah ditransfer ke klinik HIV dewasa. Anda bisa meminta staf di klinik HIV anak untuk dihubungkan dengan mereka jika Anda ingin berbicara dengan mereka dan mendapatkan saran dari mereka.
- Setelah Anda ditransfer ke klinik HIV dewasa, Anda akan memerlukan waktu untuk belajar mengatur perawatan Anda di sana. Selama masa penyesuaian diri ini, jangan sungkan untuk meminta saran dan dukungan dari staf di klinik yang baru dan dari keluarga Anda.
- Jika Anda mengalami kesulitan dalam berkomunikasi dengan klinik yang baru, Anda dapat menghubungi klinik anak untuk membantu Anda.

Bagaimana agar Anda bisa berhasil ditransfer ke klinik HIV untuk dewasa?



Acknowledgements

Text: Phiangjai Boonsuk, Chidchon Chansilpa, Jeremy Ross,
Chutima Saisaengjan, Annette Sohn

Artwork and graphic design: Anuphap Creation Co., Ltd.
TREAT Asia-Therapeutics Research, Education and AIDS Training in Asia

Email: info@treatasia.org **Tel:** +66(0)26637561

Printed in: May 2018



Informasi yang ada dalam lembar balik ini ditujukan hanya untuk tujuan pendidikan dan tidak dimaksudkan sebagai pengganti dari petunjuk, diagnosis, atau terapi dari tenaga profesional.

