

LANGKAH PERAWATAN UNTUK MENGURANGKAN KESAN SAMPINGAN HAART

1. Mual & muntah

- Makan dan minum air dalam amaun yang sedikit tapi kerap sebanyak sekurang-kurangnya 2-3 liter sehari kecuali ada arahan pengambilan cecair terhad (*restrict fluids*) oleh doktor.
- Elak makanan berlemak dan berminyak.



Mual & Muntah

yourstoryyourscript.
co.uk(2011)

2. Cirit-birit

- Kurangkan makanan berfiber tinggi, berminyak dan susu.
- Ambil ubat dengan arahan doktor.

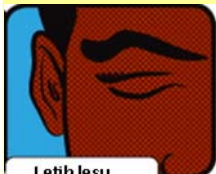


Cirit-birit

yourstoryyourscript.
co.uk(2011)

3. Letih lesu sebab anemia

- Dapatkan rehat antara setiap aktiviti-aktiviti harian.
- Jumpa doktor jika rasa berdebar-debar, pening kepala dan kelihatan pucat.



Letih lesu

yourstoryyourscript.
co.uk(2011)

4. Ruam

- Ruam berlaku sebab alahan pada ubat.
- Perhatikan ruam pada kulit samada sementara atau semakin merebak keseluruhan badan.
- Jika ruam semakin merebak, dapatkan rawatan dengan segera.
- Kurangkan pendedahan pada cahaya matahari.
- Ambil ubat dengan arahan doktor.

MAKLUMAT TAMBAHAN

Ubat HAART perlu dimakan setiap hari untuk sepanjang hayat. Gangguan terapi HAART walaupun sehari akan menyebabkan virus jadi lebih kebal (*resistance*) dan sukar dirawat. Oleh itu, jangan berhenti mengambil ubat HAART tanpa arahan doktor. Pesakit perlu jumpa doktor jika kesan sampingan bertambah teruk atau berpanjangan untuk rawatan lanjut.

RUJUKAN

1. hiv-aids-stop.blogspot.com
2. www.mac.org.my

Disediakan Oleh:

Wad Penyakit Berjangkit
Wad Perubatan 2
Tel : 03-79493815/2910

Sebarang Pertanyaan Sila Hubungi

Perkembangan Kejururawatan, Tingkat 8, Menara Utama
Pusat Perubatan Universiti Malaya, 59100 Kuala Lumpur
Tel : 03-79492376/ 2931/ 2798/ 2412



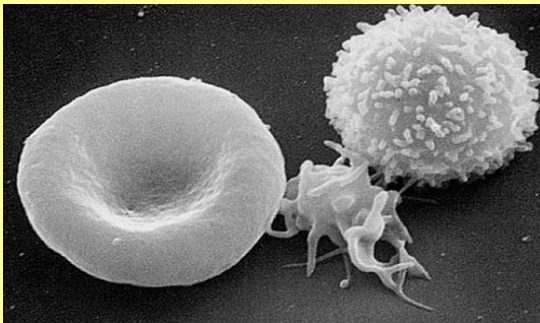
APAKAH HIV?

Human Immunodeficiency Virus (HIV) merupakan virus yang memusnahkan sel-sel T pertahanan badan dan menyebabkan seseorang kurang daya untuk melawan jangkitan/penyakit lain.



APAKAH SEL T DAN PERANANNYA?

- Sel T atau sel *lymphocyte* merupakan sel dalam kumpulan sel darah putih. Ia juga dikenali sebagai CD4. Sel ini akan melawan kuman yang masuk ke dalam badan.
- Penghidap HIV yang mempunyai jumlah CD4 yang tinggi akan lebih sihat dan boleh melawan sebarang jangkitan.
- Jumlah CD4 yang rendah (<200), akan menjadikan sistem daya tahan seseorang lebih lemah dan terdedah pada pelbagai penyakit lain.
- Jumlah CD4 kurang dari 200, juga digelar AIDS



[http://en.wikipedia.org\(2011\)](http://en.wikipedia.org(2011))

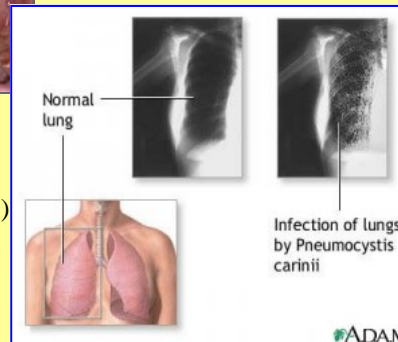
APAKAH AIDS?

AIDS ialah singkatan untuk *Acquired Immuno-deficiency Syndrome*. Sindrom kurang daya tahan penyakit adalah sekumpulan penyakit yang menyerang seseorang penghidap HIV. Antara penyakit tersebut adalah seperti radang paru-paru (*Pneumocystis Carinii Pneumonia*), *tuberculosis* (TB), jangkitan kulat di mulut dan kerongkong (*Candidiasis*), kanser kulit (*Kaposi's Sarcoma*) dan lain-lain.

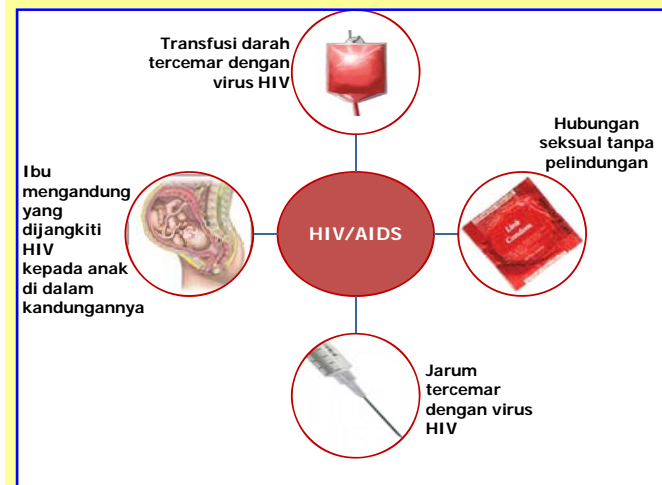


Keputihan Mulut.
aids-sida.com(2011)

Radang paru-paru.
humanhealth.com(2011)



CARA REBAKAN HIV



Healthcentral.com(2011)
Prweaver.com(2011)

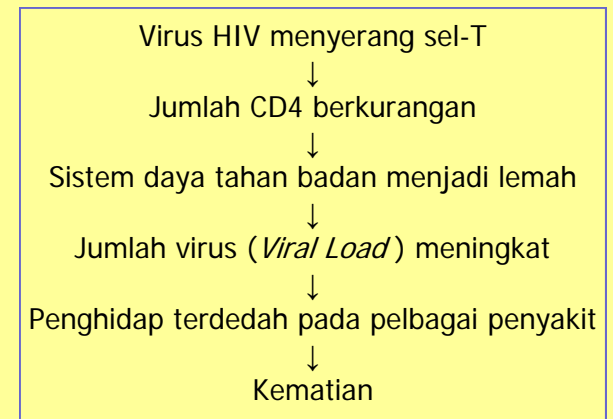
APAKAH HAART?

- Penghidap Penyakit HIV/AIDS akan dirawat dengan ubat HAART. Ia adalah singkatan bagi Terapi *Anti-Retroviral* Beraktifan Tinggi (*Highly Active Anti-Retroviral Therapy*).
- Ia merupakan kombinasi beberapa ubat yang membantu memanjangkan jangka hayat dan meningkatkan tahap kesihatan dan kualiti kehidupan seseorang pesakit yang dijangkiti HIV.

Topnews.net.nz(2011)



HIV/AIDS TANPA HAART



- Untuk mendapat kesan rawatan yang optima, pesakit mesti mengambil ubat secara teratur dan konsisten walaupun mengalami beberapa kesan sampingan ubat.
- Antara kesan sampingan yang kerap dilaporkan ialah mual, muntah, cirit-birit, ruam dan letih lesu kerana kurang darah (*anemia*)