



ไม่มีการป้องกัน, ไร้การป้องกัน	အကာအကွယ်မဲ့	[อะ ก่า อะ กแเว่ แม่]
มีเพศสัมพันธ์	လိင်ဆက်ဆံ	[เหล่่น แชะ่ ส่า่น]
ยาเสพติด	မူးယစ်ဆေးဝါး	[มู ยี เซ วา]
คนที่ฉีดเข้า	ထိုးသွင်းသူတွေ	[โท ตวีน ตู่ ตเหว]
เข็มฉีดยา	ဆေးထိုးအိတ်	[เซ โท อี้]
ร่วมกัน, ด้วยกัน	အတူ	[อะ ตู่]
ไม่สะอาด	မသန့်ရှင်း	[หมะ ต้าน ชีน]
อุปกรณ์ทางการแพทย์	ဆေးဘက်ဆိုင်ရာကိရိယာ	[เซ แบ๊ะ ไส่ หย่า กิ ริ หย่า]
ช่วงตั้งครรภ์	ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန်	[โก่ หุ่น เส่า ฉั่น]
ช่วงคลอด	မီးဖွားချိန်	[มี พวา ฉั่น]
ช่วงให้นมบุตร	နို့တိုက်ချိန်	[โน้ ไต้ ฉั่น]
มารดา, แม่	မိခင်	[มิ ชิ่น]
เด็ก, ลูก	ကလေး	[กะ เล]
ลมหายใจ	အသက်ရှူလေ	[อะ แท้ะ ฉู่ เหล]
มือ	လက်	[และ]
จับ	ကိုင်	[ไก่อ]
กอด	ပွေ့ဖက်	[ปเว่ แพ๊ะ]
สัมผัสทางร่างกาย	ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာထိတွေ့မှု	[โยะ ไป ไส่ หย่า ทิ ตเว่ มุ]
น้ำลาย	တံတွေး	[ตะ ตเว]
น้ำตา	မျက်ရည်	[มแยะ เหย]
เหงื่อ	ချွေး	[ชเว]
ปกติ	ပုံမှန်	[โป้น หม่า่น]
การใช้ชีวิตประจำวันร่วมกัน	နေ့စဉ်ထိတွေ့နေထိုင်မှု	[เน่ สิ้น ทิ ตเว่ เหน่ ไถ่ มุ]

- T : HIV ဆိုတာ သွေးဖြူတွေကို ပျက်ဆီးပစ်ပြီး ကိုယ်ခံအားစနစ်ကို ချို့ယွင်းစေတဲ့ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး တစ်မျိုး ဖြစ်ပါတယ်။ ။
- A : AIDS ဆိုတာ ဆေးမကုရသေးတဲ့ HIV ရောဂါပိုးကြောင့် ထပ်တိုးလာတဲ့ရောဂါသစ်ပါ။ ။
- T : အဲဒါကနေ တခြားရောဂါတွေကို မကာကွယ်နိုင်တဲ့ ကိုယ်ခံအားစနစ်ကို ပျက်စီးသွားစေတဲ့ AIDS ရောဂါ ဖြစ်လာစေတယ်။ ။
- A : ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးသတ်ဆေးတွေကို အဆက်မပြတ် သုံးနေတဲ့ HIV ပိုးရှိသူတွေက ဘဝကို ကောင်းကောင်း နေထိုင်နိုင်ပြီး AIDS ရောဂါ ဖြစ်မလာနိုင်ပါဘူး။ ။







ต่ำลง	နိမ့်ကျ	[เน่น จัะ]
เชื้อโรคที่ติดต่อกันได้	ကူးစက်တတ်တဲ့ရောဂါပိုး	[กุ แซะ ตั้ แต้ ยอ ก่า โป]
ฉวยโอกาส	အခွင့်အရေးယူ	[อะ ควีน อะ เย หยู่]
เข้าง่าย	ဝင်လွယ်	[หวิน ลแห่ว]
รักษายาก	ကုသဖို့ခက်ခဲ	[กั ตั้ โฟ้ แคะ แค]
วัณโรค	တီဘီရောဂါ	[ตี ปี่ ยอ ก่า]
ปลอดภัย	အဆုတ်ရောင်ရောဂါ	[อะ โชะ เฮย่า ยอ ก่า]
เชื้อราขึ้นสมอง	ဦးနှောက်မှူးပိုးဝင်	[โอน เน่า หม่า โหม่ โป หวิน]
ระยะที่ 1	အဆင့် ၁	[อะ ชิ่น ตั้]
ระยะเฉียบพลัน	ပြင်းထန်တဲ့အဆင့်	[ปยีน ถ่าน แต้ อะ ชิ่น]
2 สัปดาห์	၂ ပတ်	[หนะ ปဲะ]
4 สัปดาห์	၄ ပတ်	[เล ปဲะ]
ไข้หวัดใหญ่	တုပ်ကွေး	[โตะะ กเว]
คล้าย ๆ	လိုမျိုး	[โหล่ มโย]
อาการของโรค	ရောဂါလက္ခဏာ	[ยอ ก่า และ ค่ะ หน่า]
ได้รู้สึก	ခံစားရ	[ช่าน ซา ยะ]
ไม่แสดง, ไม่ให้ดู	မပြ	[หมะ ปยะ]
ระยะที่ 2	အဆင့် ၂	[อะ ชิ่น นิ]
ระยะสงบ	ငြိမ်သက်တဲ့အဆင့်	[เหลุ่น แต้ะ แต้ อะ ชิ่น]
ส่วนใหญ่	အများစု	[อะ มยา ชู]
ระยะที่ 3	အဆင့် ၃	[อะ ชิ่น โตน]
อย่างรุนแรง	ပြင်းပြင်းထန်ထန်	[ปยีน ปยีน ถ่าน ถ่าน]
ระยะที่ 4	အဆင့် ၄	[อะ ชิ่น เล]
ขาด, ขาดแคลน, บกพร่อง	ချို့တဲ့	[โช้ แต้]
ภาวะของโรค	ရောဂါ အခြေအနေ	[ยอ ก่า อะ เฉ่ อะ เหน]
อย่างรวดเร็ว	မြန်မြန်	[มหย่าน มหย่าน]
รุนแรงเพิ่มขึ้น	ပိုဆိုးလာ	[โป้ โช้ หล่า]
เสียชีวิต	အသက်သေဆုံး	[อะ แต้ะ เต้ โชน]
ประโยชน์	အကျိုးကျေးဇူး	[อะ โจ้ เจ ชู]
ร่างกาย	ခန္ဓာကိုယ်	[ช่าน ต่า โก่อ]
จำนวนไวรัส	ပိုးရပ်စ်အရေအတွက်	[ไบ รัส อะ เหย่ อะ ตแวะะ]

နိုင်ပေ	ရှာတွေ့	[ခါ တွေ]
အောင်မြင်စေ	လျှော့ချပေး	[ခွဲ ခွဲ ပေး]
ကုသမှုပေး	ပြန်ကောင်းလာ	[ပျောက် ပျောက် လာ]
အာရုံစိုက်	ထိန်းသိမ်းထား	[ကိုင် ကိုင် ထား]
အကူအညီ	ကူညီပေး	[ကူ ကူ ပေး]
အန္တရာယ်	အန္တရာယ်	[အန္တ အန္တ]
အခြားသူတွေ	အခြားသူတွေ	[အခြား အခြား]
အသိအမြင်	သိသိသာသာ	[သိ သိ ထား]

- A : ယေဘုယျဆိုရင် HIV ကူးစက်ခံရပြီးတဲ့အခါ AIDS ရောဂါ အပြည့်အဝ ဖြစ်လာဖို့ ၈ နှစ် ကနေ ၁၀ နှစ်လောက် ကြာတတ်တယ် ။
- T : အဲဒီအချိန်အတွင်းမှာ ကိုယ်ခံအားစနစ် အရမ်းကို နိမ့်ကျနေလို့ ကူးစက်တတ်တဲ့ ရောဂါပိုးတွေက အခွင့်အရေးယူပြီး ဝင်လွယ်တယ် ။
- A : ဥပမာပြရရင် ပြင်းထန်ပြီး ကုသဖို့ခက်ခဲတဲ့ တီဘီရောဂါ ၊ အဆုတ်ရောင်ရောဂါ ဒါမှမဟုတ် ဦးနှောက်မှူးပိုးဝင်တာတို့ပါ ။
- T : HIV ကူးစက်ခံရတာရဲ့ လက္ခဏာတွေက တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် မတူညီကြပါဘူး ။
- A : အဆင့် ၁ က ပြင်းထန်တဲ့အဆင့်ဖြစ်ပြီး ရောဂါကူးစက်ခံရပြီး ၂ ပတ် ကနေ ၄ ပတ် လောက် ကြာတယ် ။
- T : ရောဂါကူးစက်ခံရသူတွေက တုပ်ကွေးလို့မျိုးရောဂါလက္ခဏာကို ခံစားရနိုင်ပြီး ၅၀% လောက်က ရောဂါလက္ခဏာမပြပါ ။
- A : အဆင့် ၂ က ငြိမ်သက်တဲ့အဆင့် ဖြစ်ပြီး အများစုဟာ ရောဂါလက္ခဏာ မပြဘဲ ၅ နှစ် ကနေ ၁၀ နှစ်အထိ ကြာနိုင်တယ် ။
- T : အဆင့် ၃ က ကိုယ်ခံအားစနစ်ကို ပြင်းပြင်းထန်ထန် ဖျက်ဆီးခံရတဲ့ AIDS ရောဂါ အဆင့် ဖြစ်တယ် ။
- A : အဆင့် ၄ က ကိုယ်ခံအား ပြင်းပြင်းထန်ထန် ချို့တဲ့လာပြီး ဆေး မကုသရင် ရောဂါအခြေအနေ မြန်မြန် ပိုဆိုးလာပြီး အသက်သေဆုံးနိုင်တယ် ။
- T : HIV ပိုးသတ်ဆေးရဲ့ အကျိုးကျေးဇူးကတော့ ခန္ဓာကိုယ်ထဲက ပိုင်းရပ်စ်အရေအတွက်ကို ရှာလို့ မတွေ့နိုင်တဲ့အဆင့်အထိ လျှော့ချပေးနိုင်တယ် ။
- A : ကိုယ်ခံအားစနစ်ကို ပြန်ကောင်းလာစေပြီး ထိန်းသိမ်းထားဖို့လည်း ကူညီပေးတယ် ။
- T : အခွင့်အရေးယူပြီး ကူးစက်တတ်တဲ့ ရောဂါပိုးတွေနဲ့ ထပ်တိုးလာတဲ့ရောဂါသစ်တွေရဲ့ အန္တရာယ်ကို လျှော့ချပေးတယ် ။
- A : အခြားသူတွေကို HIV ပိုး ကူးစက်မှုကို သိသိသာသာ လျှော့ကျစေတယ် ။



[อะซิ่น นີ กัะ เหย่นແຕ້ແຕ້อะซิ่น พยิปยี้ อะมยาซุห่า ยอก่าและคະหน່າ หมะปะยะแบ งา นີ กัะ  
หน່ เສ່ นີอะທີ จ่าไหนแต่]

“ระยะที่ 2 คือ ระยะสงบ ผู้ติดเชื้อส่วนใหญ่ในระยะนี้จะไม่มีอาการผิดปกติใด ๆ ระยะนี้อาจ  
นาน 5-10 ปี”

T : အဆင့် ၃ က ကိုယ်ခံအားစနစ်ကို ပြင်းပြင်းထန်ထန် ဖျက်ဆီးခံရတဲ့ AIDS ရောဂါအဆင့်  
ဖြစ်တယ်။

[อะซิ่น โตน กัะ โก่อ่านอาสะนิโก่ ปยีนปยีนถ่านถ่าน พยะซีซ่านยะแต่ เอไ่ตี้แอส ยอก่า อะ  
ซิ่น พยิแต่]

“ระยะที่ 3 คือ ระยะโรค AIDS ระยะนี้จะเกิดขึ้นเมื่อระบบภูมิคุ้มกันถูกทำลายอย่างรุนแรง”

A : အဆင့် ၄ က ကိုယ်ခံအား ပြင်းပြင်းထန်ထန် ချို့တဲ့လာပြီး ဆေး မကုသရင် ရောဂါအခြေအနေ  
မြန်မြန် ပိုဆိုးလာပြီး အသက်သေဆုံးနိုင်တယ်။

[อะซิ่น เล กัะ โก่อ่านอา ปยีนปยีนถ่านถ่าน โซ้แต่หล่าปยี้ เซ หมะกั้ตั้งหยีน ยอก่าอะเฉอะหน່  
มย่านมย่าน โป้โซหล่าปยี้ อะแต่้เต้โซนไหนแต่]

“ระยะที่ 4 คือ ภูมิคุ้มกันบกพร่องอย่างรุนแรง หากไม่ได้รับการรักษาอาจทำให้อาการทรุดลง  
อย่างรวดเร็ว และเสียชีวิตได้”

T : HIV ပိုးသတ်ဆေးရဲ့ အကျိုးကျေးဇူးကတော့ ခန္ဓာကိုယ်ထဲက ဗိုင်းရပ်စ်အရေအတွက်ကို ရှာလို့  
မတွေ့နိုင်တဲ့အဆင့်အထိ လျော့ချပေးနိုင်တယ်။

[แอสไ่ปี้ โป้ตะเซแย่ อะโจเจซูกั้ตั้ง ช่านด่าโก่แทกัะ ไบรัสะอะเหยอะตแะะโก่ ฉ่าโล่หมะ ตเว  
ไหนแต่้อะซิ่นอะທີ ซ้อชะเป้ไหนแต่]

“ประโยชน์ของยาต้าน HIV คือ ลดจำนวนไวรัสในร่างกายให้ต่ำจนตรวจไม่พบ”

A : ကိုယ်ခံအားစနစ်ကို ပြန်ကောင်းလာစေပြီး ထိန်းသိမ်းထားဖို့လည်း ကူညီပေးတယ်။

[โก่อ่านอาสะนิโก่ ปย่านเกาหล่าเส่ปยี้ เทนเตนทาโพ้แล กุ่หญี้เปแต่]

“ช่วยฟื้นฟูและรักษาระบบภูมิคุ้มกันให้ด้วย”

T : အခွင့်အရေးယူပြီး ကူးစက်တတ်တဲ့ ရောဂါပိုးတွေနဲ့ ထပ်တိုးလာတဲ့ရောဂါသစ်တွေနဲ့  
အန္တရာယ်ကို လျော့ချပေးတယ်။

[อะควินอะเยหญูปยี้ กุแะชะตะแต่ ยอก่าโป้ตแห่วนั้น ทะโตหล่าแต่ยอก่าดี้ตแห่วนั้น อ่านดะแหยโก่  
ซ้อชะเป้แต่]

“ลดความเสี่ยงการเกิดโรคติดเชื้อฉวยโอกาสและโรคแทรกซ้อน”

A : အခြားသူတွေကို HIV ပိုး ကူးစက်မှာကို သိသိသာသာ လျော့ကျစေတယ်။

[อะซาตุ้ตแหวโก่ แอสไ่ปี้ โป้ กุแะชะหมาโก่ ดี้ดี้ต่ำต่ำ ซ้อชะเส่แต่]

“ลดโอกาสการแพร่เชื้อ HIV สู่ผู้อื่นอย่างมีนัยสำคัญ”

## รูปประโยคที่น่าสนใจ

