

บริการสุขภาพสำหรับคนสีรุ้ง

(Health services for LGBTQIA+)

วิชุดา เก่งสาริกิจ (Wichuda Kengsarikit)*

เราทุกคนบนโลกนี้เกิดมาพร้อมกับความหลากหลาย(Diversity) ทั้งชาติพันธุ์ ศาสนา ภาษา รสนิยม เชื้อชาติ สีผิว เอกลักษณ์หรือรูปลักษณ์ภายนอก รสนิยมทางเพศ อาชีพ ความเชื่อ รวมถึงวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณี ฯลฯ ซึ่งความหลากหลายนี้เอง ทำให้โลกนี้เต็มไปด้วยเรื่องราวมากมาย เพราะความแตกต่างเป็นจุดเริ่มต้นที่ทำให้โลกมีพลัง อันสร้างสรรค์ ทำให้เราค้นเจอไอเดียใหม่ๆ นวัตกรรมเจ๋งๆ หรือนำพาให้เราไปเจอทางออก ของปัญหาได้อย่างไม่น่าเชื่อ ฉะนั้นเราทุกคนจึงมีหน้าที่ทำความเข้าใจความหลากหลายเพื่อที่ เราทุกคนจะสามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างเท่าเทียม

องค์การสหประชาชาติ (United Nations หรือ UN) ได้ให้ความสำคัญกับประเด็น นี้เป็นอย่างมาก โดยได้กำหนดเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน (Sustainability Development Goals หรือ SDGs) เพื่อเสริมสร้างมาตรฐานชีวิตของผู้คน และขจัดปัญหาต่างๆ ที่โลกกำลัง เผชิญอยู่ประกอบด้วยเป้าหมายทั้งสิ้น 17 ข้อ โดยมีเป้าหมายที่ 5 คือ การบรรลุความเท่า เทียมระหว่างเพศ (Gender Equality) สอดคล้องกับปฏิญญาสากลว่าด้วยสิทธิมนุษยชน ค.ศ. 1948 (Universal Declaration of Human Rights หรือ UDHR) ได้กล่าวถึงความ เสมอภาคไว้ว่า “มนุษย์ทั้งหลายเกิดมามีอิสระและเสมอภาคกันในศักดิ์ศรีและสิทธิต่างมี เหตุผลและมโนธรรม และควรปฏิบัติต่อกันด้วยเจตนารมณ์แห่งภราดรภาพ” นอกจากนี้ยัง วางหลักการห้ามเลือกปฏิบัติไว้ว่า “บุคคลทุกคนย่อมมีสิทธิและอิสรภาพบรรดาที่กำหนดไว้ ในปฏิญญานี้ โดยปราศจากความแตกต่างไม่ว่าชนิดใด ๆ ...” ในกติการะหว่างประเทศว่า ด้วยสิทธิพลเมืองและสิทธิทางการเมือง (International Covenant on Civil and Political Rights หรือ ICCPR) ก็ได้วางหลักเกี่ยวกับความเสมอภาคและการห้ามเลือกปฏิบัติ

* นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ สำนักงานโรคติดต่อทางสาธารณสุข สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร

ไว้ว่า “บุคคลทั้งปวงย่อมเสมอกันตามกฎหมาย และมีสิทธิที่จะได้รับความคุ้มครองเท่าเทียมกันตามกฎหมาย โดยปราศจากการเลือกปฏิบัติใดๆ...” จะเห็นได้ว่าสหประชาชาติได้วางกรอบซึ่งเป็นหลักสำคัญซึ่งเป็นกฎหมายระหว่างประเทศและยังผูกพันไปยังกฎหมายภายในของประเทศต่าง ๆ ที่มีพันธกรณีตามความตกลงระหว่างประเทศ ที่มีหลักการดังกล่าว

สำหรับประเทศไทยในรัฐธรรมนูญ 2560 มาตรา 4 บัญญัติว่า “ศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ สิทธิ เสรีภาพ และความเสมอภาคของบุคคลย่อมได้รับความคุ้มครอง ปวงชนชาวไทยย่อมได้รับความคุ้มครองตามรัฐธรรมนูญเสมอกัน”¹ นอกจากนี้ในพระราชบัญญัติความเท่าเทียมระหว่างเพศ พ.ศ. 2558 ยังกล่าวด้วยว่า “ไม่ว่าจะเป็นเพศชาย เพศหญิงหรือเพศหลากหลายจะต้องไม่ถูกแบ่งแยก กีดกัน หรือจำกัดสิทธิประโยชน์ใดๆ ไม่ว่าจะทางตรงหรือทางอ้อมโดยปราศจากความชอบธรรม กำหนดห้ามทุกองค์การไม่ว่าจะเป็นภาครัฐหรือเอกชน จะออกกฎหมาย กฎ ระเบียบ คำสั่ง ข้อบังคับ หรือการกระทำใดๆ ที่เป็นการแบ่งแยก กีดกัน หรือจำกัดสิทธิประโยชน์ไม่ว่าทางตรงหรือทางอ้อม โดยปราศจากความชอบธรรม เพราะเหตุที่บุคคลนั้นเป็นเพศชายหรือหญิง หรือมีการแสดงออกที่แตกต่างจากเพศโดยกำเนิด”²

หากกล่าวถึงสถานการณ์ด้านความเท่าเทียมทางเพศในประเทศไทย ต้องยอมรับว่าประเทศไทยนั้นมีความตื่นตัวต่อประเด็นเรื่องความเท่าเทียมทางเพศกว่าหลายๆ ประเทศ ดังจะเห็นได้จากผลการสำรวจล่าสุดในปี 2020 ของสภาเศรษฐกิจโลก (World Economic Forum) ที่ระบุว่าประเทศไทยติดอันดับที่ 8 ของประเทศที่มีความเท่าเทียมทางเพศในระดับภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้และแปซิฟิก และติดอันดับที่ 80 ในระดับเวทีโลก (World Economic Forum, 2021, p. 30) ประเทศไทยมีความพยายามที่จะสร้างความเท่าเทียมทางเพศให้เกิดขึ้นในสังคมดังนั้นก็มีการกำหนดนโยบาย การออกกฎหมาย ระเบียบและข้อปฏิบัติ ตลอดจนการลงนามในอนุสัญญาต่างๆ เพื่อแสดงเจตนารมณ์ในการสนับสนุนความเท่าเทียมทางเพศ³

1. คนสีรุ้ง: LGBTQIA+ คืออะไร

คนสีรุ้ง หรือ LGBTQIA+ หรือเป็นคำที่ใช้เรียกบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศ และสีรุ้งอันสดใสถูกนำมาเป็นสัญลักษณ์ของกลุ่ม ตลอดหลายทศวรรษที่ผ่านมา “ธงสีรุ้ง” กลายเป็นสัญลักษณ์สากลที่บ่งบอกถึงความภาคภูมิใจของชุมชน LGBTQIA+ ทั่วโลก โดยประวัติศาสตร์ของธงสีรุ้ง เกิดขึ้นครั้งแรกในปี 1978 จากฝีมือการออกแบบของ กิลเบิร์ต

เบเกอร์ (Gilbert Baker) ศิลปินและนักเคลื่อนไหวเพื่อสิทธิเกย์ชาวอเมริกัน โดยเขาได้รับแรงบันดาลใจและการผลักดันจาก ฮาร์วีย์ มิลค์ (Harvey Milk) หนึ่งในนักการเมืองอเมริกันคนแรกที่เปิดเผยตัวว่าเป็นเกย์ ซึ่งกระตุ้นให้เขาสร้างสัญลักษณ์แห่งความภาคภูมิใจสำหรับชุมชนเกย์ขึ้นมา สาเหตุที่เขาตัดสินใจสร้างสัญลักษณ์เป็นธง เนื่องจากมองว่าธงเป็นสัญลักษณ์แห่งความภาคภูมิใจที่ทรงพลังที่สุด และยังเป็นหนทางในการบอกหรือประกาศให้ผู้อื่นเห็นว่า “นี่คือตัวตนของฉัน”

เดิมทีธงสีรุ้งในเวอร์ชันแรกมี 8 แถบสี เนื่องจากเบเกอร์มองว่ารุ้งเป็นธงธรรมชาติจากท้องฟ้า ดังนั้นจึงเลือกใช้แถบสีจำนวน 8 สี ที่มีความหมายในตัวของมันเอง ได้แก่

1. สีชมพูร้อน (Hot Pink) หมายถึง เซ็กส์
2. สีแดง (Red) หมายถึง ชีวิต
3. สีส้ม (Orange) หมายถึง การรักษา
4. สีเหลือง (Yellow) หมายถึง แสงแดด
5. สีเขียว (Green) หมายถึง ธรรมชาติ
6. สีเขียวอมฟ้า (Turquoise) หมายถึง ศิลปะ
7. สีคราม (Indigo) หมายถึง ความสามัคคี
8. สีม่วง (Violet) หมายถึง จิตวิญญาณ

ธงสีรุ้งถูกนำมาใช้ครั้งแรกในขบวนพาเหรดวันเสรีภาพเกย์ ที่นครซานฟรานซิสโก เมื่อวันที่ 25 มิถุนายน ค.ศ. 1978 และ ค.ศ. 1994 ธงสีรุ้งได้รับการสถาปนาให้กลายเป็นสัญลักษณ์แห่งความภาคภูมิใจของชุมชน LGBTQIA+⁴

Hot pink		Sex
Red		Life
Orange		Healing
Yellow		Sunlight
Green		Nature
Turquoise		Magic/Art
Indigo		Serenity
Violet		Spirit

(ที่มา: มูลนิธิแคร์แมท)⁹

ภายหลังได้มีการลดจำนวนของสีบนธงลงเหลือเพียง 6 สี โดยสีที่ถูกถอดออกคือ Hot pink และสีฟ้า Turquoise เนื่องจากเป็นสีที่มีความพิเศษ ทำให้ยากต่อการผลิต แต่ถึงแม้ว่าจะถูกลดทอนสีลงเหลือเพียงแค่ 6 สี แต่ความหมายของสีต่างๆ ก็ยังคงเป็นเช่นเคย



Original 8 stripe flag by Gilbert Baker in 1978

DID YOU KNOW: In 2003 Gilbert Baker restored the rainbow flag back to its original eight-striped version and advocated that others do the same.

LUKE THORNHILL

7 stripe flag which removed the hot pink due to fabric unavailability



commonly used flag

6 stripe flag which added royal blue replacing both turquoise and indigo in 1979

(ที่มา: มุลนิธิแคร้แมท)⁹

LGBTQIA+ ตัวอักษรย่อของคำที่ใช้เรียกกลุ่มบุคคลที่มีลักษณะความหลากหลายทางเพศในแบบต่างๆ เป็นการอธิบายถึงบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศ โดยอิงความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับอัตลักษณ์ทางเพศและเพศวิถีอัตลักษณ์ทางเพศ (Gender identity) เริ่มใช้มาตั้งแต่ในช่วงกลางยุค 80 โดยคนในชุมชนผู้มีความหลากหลายทางเพศและนักสิทธิมนุษยชนในสหรัฐเป็นผู้ริเริ่มใช้ ก่อนจะแพร่ขยายไปทั่วโลก ในระยะแรกนั้นมีตัวย่อเพียง 4 ตัว คือ LGBT เมื่อมีเพศวิถีที่หลากหลายมากขึ้นจึงมีการเติมตัวอักษรต่างๆ และเครื่องหมายบวกเข้ามาภายหลังLGBTQIA+ ย่อมาจากอัตลักษณ์ของแต่ละกลุ่ม ดังนี้

L: Lesbian คือ เลสเบียน หรือผู้หญิงที่ชอบผู้หญิงด้วยกัน

G: Gay เกย์ คือ ผู้ชายที่ชอบผู้ชาย แต่บางคนก็กล่าวรวมว่าเป็นคนที่ชอบเพศเดียวกัน

B: Bisexual คือ คนที่ชอบทั้งผู้ชายและผู้หญิง

T: Transgender คือ คนข้ามเพศกลุ่มนี้จะหมายถึงทั้งผู้หญิงที่มีจิตใจเป็นผู้ชายและผู้ชายที่มีจิตใจเป็นผู้หญิง

Q: Queer เป็นการเรียกกว้างๆ ถึงกลุ่มคนที่ไม่ได้มีเพศตามขนบสังคมทั่วไปไม่จำกัดกรอบ

Q: Questioning เป็นกลุ่มคนที่กำลังตั้งคำถามในเพศวิถีของตนยังไม่รู้ว่าตนเองเลือกอะไร แต่ไม่ใช่คนตรงเพศแน่นอน

I: Intersex ภาวะเพศกำกวม กลุ่มที่มีทั้งโครโมโซมอวัยวะเพศของทั้งเพศชายและเพศหญิง

A: Asexual กลุ่มที่ไม่รู้สึกทางเพศกับผู้อื่นหรืออาจรู้สึกเล็กน้อย ต้องมีบางอย่างมากระตุ้น

A: Agender กลุ่มคนที่ไม่ต้องการระบุเพศว่าตนเองเป็นเพศใด (PRIDE AND PROUD,2565)⁵

2. บริการสุขภาพสำหรับคนสีรุ้ง

ประชากรกลุ่มบุคคลที่มีความหลากหลายทางเพศ ต้องเผชิญกับปัญหาความเหลื่อมล้ำทางสุขภาพหลายประการ และมีความเสี่ยงในเรื่องสุขภาพอันเนื่องมาจากการถูกเลือกปฏิบัติและการตีตรา กรุงเทพมหานครสนับสนุนความเท่าเทียมกลุ่มหลากหลายทางเพศ (LGBTQI+) ถือว่าเป็นกลุ่มที่มีสำคัญในการพัฒนาประเทศ ควรส่งเสริมการเข้าถึงบริการด้านสุขภาพที่ครบวงจรรักษาได้รับคำแนะนำทางสุขภาพแบบเฉพาะทาง ให้เข้าถึงบริการสุขภาพอย่างเท่าเทียมกัน ตามแนวคิดสุขภาพตีร่วมกัน (Inclusive Approach) และความเสมอภาคทางสุขภาพ (Health Equity) รวมถึงนโยบายผู้ว่าราชการกรุงเทพมหานคร ในปี พ.ศ.2565 สำนักงานโรคติดต่อทางสาธารณสุข (กองควบคุมโรคเอดส์ วัณโรคและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เดิม) ดำเนินงานตามนโยบายผู้ว่าราชการกรุงเทพมหานคร เปิดให้บริการแบบครบวงจรในกลุ่มกลุ่มหลากหลายทางเพศ(LGBTQI+) โดยจัดตั้งคลินิกสุขภาพเพศหลากหลาย (BKK Pride Clinic) นำร่องพัฒนาคลินิกสุขภาพเพศหลากหลาย ปัจจุบันมี BKK Pride Clinic รวมทั้งสิ้น 31 แห่ง ประกอบด้วยโรงพยาบาลจำนวน 11 แห่ง ศูนย์บริการสาธารณสุข จำนวน 20 แห่ง แบ่งเป็นกลุ่มเขตได้ดังนี้⁶

- กลุ่มเขตกรุงธนใต้ ได้แก่ ศูนย์บริการสาธารณสุข 40 บางแค ศูนย์บริการสาธารณสุข 48 นาควัชระอุทิศ โรงพยาบาลราชพิพัฒน์ โรงพยาบาลหลวงพ่อทวีศักดิ์ฯ และโรงพยาบาลผู้สูงอายุบางขุนเทียน

- กลุ่มเขตกรุงเทพมหานคร ได้แก่ ศูนย์บริการสาธารณสุข 26 เจ้าคุณพระประยูรวงศ์ ศูนย์บริการสาธารณสุข 28 กรุงเทพมหานคร ศูนย์บริการสาธารณสุข 29 ช่าง นุชเนตร ศูนย์บริการสาธารณสุข 36 บุคคโล โรงพยาบาลตากสิน

- กลุ่มเขตกรุงเทพฯ ใต้ ศูนย์บริการสาธารณสุข 21 วัดธาตุทอง ศูนย์บริการสาธารณสุข 22 วัดปากบ่อ ศูนย์บริการสาธารณสุข 23 สีพระยา ศูนย์บริการสาธารณสุข 32 มาริช ดินตมสุก ศูนย์บริการสาธารณสุข 41 คลองเตย โรงพยาบาลเจริญกรุงประชารักษ์ และโรงพยาบาลบางนากรุงเทพมหานคร

- กลุ่มเขตกรุงเทพฯ เหนือ ได้แก่ ศูนย์บริการสาธารณสุข 3 บางซื่อ ศูนย์บริการสาธารณสุข 61 สังวาล ทัศนารมย์

- กลุ่มเขตกรุงเทพฯ กลาง ได้แก่ ศูนย์บริการสาธารณสุข 4 ดินแดง ศูนย์บริการสาธารณสุข 9 ประชาธิปไตย ศูนย์บริการสาธารณสุข 20 ป้อมปราบ ศูนย์บริการสาธารณสุข 25 ห้วยขวาง ศูนย์บริการสาธารณสุข 38 จี๊ด - ทองคำ บำเพ็ญ โรงพยาบาลกลาง

- กลุ่มเขตกรุงเทพฯ ตะวันออก ได้แก่ ศูนย์บริการสาธารณสุข 43 มีนบุรี ศูนย์บริการสาธารณสุข 64 คลองสามวา โรงพยาบาลสิรินธร โรงพยาบาลคลองสามวา โรงพยาบาลเวชการุณย์รัศมี และโรงพยาบาลนคราภิบาล

โดยให้บริการ ดังต่อไปนี้

1. บริการตรวจระดับฮอร์โมนในกลุ่มคนข้ามเพศ (Gender-affirming Hormone Therapy) การใช้ฮอร์โมนบำบัดเพื่อการข้ามเพศเป็นการบำบัดด้วยฮอร์โมนทดแทน (Hormone Replacement Therapy) โดยการใช้ฮอร์โมนเพศหรือยาอื่นๆ เพื่อปรับลักษณะทางกายภาพในกลุ่มคนข้ามเพศให้เป็นลักษณะของเพศที่ต้องการ⁷

1.1 การใช้ฮอร์โมนบำบัดเพื่อการข้ามเพศเหมาะกับใครบ้าง?

จุดมุ่งหมายของการรักษาด้วยการใช้ฮอร์โมนบำบัดคือการทำให้ผู้เข้ารับบริการมีความสุขและพึงพอใจกับสรีระที่เปลี่ยนแปลงไปได้ในแบบที่ต้องการ ด้วยการให้ฮอร์โมนเพศอย่างถูกวิธีและเหมาะสมภายใต้การดูแลของสูตินรีแพทย์การใช้ฮอร์โมนบำบัดเพื่อการข้ามเพศนั้น เป็นหนึ่งในกระบวนการรักษาผู้ที่จิตแพทย์ประเมินสภาพจิตใจอย่างน้อย 2 ท่านแล้วว่ามีความ "Gender dysphoria (GD)" หรือ เป็นผู้ที่ไม่มีความสุขกับสรีระทางเพศแต่กำเนิดอย่างรุนแรง

1.2 การใช้ฮอร์โมนเพื่อปรับลักษณะทางกายภาพในกลุ่มข้ามเพศแบ่งเป็น 2 ประเภท

1.2.1 ฮอโมนสำหรับชายเปลี่ยนเป็นหญิง (Feminizing Hormone Therapy)

- เป็นการเสริมฮอโมนเพศหญิง หรือ เอสโตรเจน (Estrogen)
- ยับยั้งฮอโมนเพศชาย (Ant androgen agent)

1.2.2 ฮอโมนสำหรับหญิงเปลี่ยนเป็นชาย (Masculinizing Hormone Therapy)

เป็นการเสริมฮอโมนเพศชายหรือแอนโดรเจริ (androgen) ซึ่งใช้ฮอโมนเทสโทสเตอโรน (Testosterone) เป็นหลัก

1.3 การเตรียมตัวเพื่อการข้ามเพศ

1.3.1 ด้านร่างกาย ดูแลสุขภาพให้สมบูรณ์แข็งแรง ผลเลือดอยู่ในเกณฑ์ดี

ซึ่งในกรณีนี้สามารถเข้ารับการปรึกษาจากแพทย์และรับการตรวจร่างกายก่อนการให้ฮอโมนได้

1.3.2 ด้านจิตใจ จำเป็นต้องได้รับการสัมภาษณ์จากจิตแพทย์ และควร

ผ่านแบบทดสอบทางจิตวิทยา

1.3.3 ด้านสังคม สภาพสังคม และหน้าที่การงานของคุณเปิดโอกาสให้กับการ

เปลี่ยนแปลงหรือไม่ สถานที่ทำงานมีกฎเกณฑ์ในด้านเครื่องแบบตามค่านำหน้า (นางสาว, นาย) หรือไม่

1.4 วิธีการใช้ฮอโมนบำบัด

1.4.1 การกิน ในรูปแบบของยาเม็ด

ข้อดี คือ ง่าย และสะดวก ต่อการใช้

ข้อเสีย คือ เหลือยาออกฤทธิ์น้อยลงเนื่องจากยาต้องผ่าน

กระบวนการทำลายของเอนไซม์ในตับ

1.4.2 การให้ยาทางผิวหนัง โดยการแปะหรือทา ทำให้ยาซึมผ่านผิวหนัง

เข้าสู่กระแสเลือด และออกฤทธิ์โดยตรง

1.4.3 การฉีด ทำให้ยาสามารถเข้าสู่กระแสเลือดได้โดยตรง เห็นผลเร็ว

1.5 การเปลี่ยนแปลงทางสรีระที่เกิดขึ้น

1.5.1 ฮอโมนเพศชาย (Androgen, Testosterone) ทำให้มีเสียงใหญ่ขึ้น

มีกล้ามเนื้อ มีขนขึ้นบริเวณต่างๆ

1.5.2 ฮอโมนเพศหญิง (Estrogen, Progesterone) ทำให้เสียงเล็ก

มีหน้าอกใหญ่ขึ้น ผิวนุ่มเรียบเนียน

1.6 ความเสี่ยงและผลข้างเคียงจากการใช้ฮอร์โมนเพื่อการข้ามเพศ

1.6.1 จากชายเปลี่ยนเป็นหญิง ได้แก่ มะเร็งเต้านม หลอดเลือดดำอุดตัน เนื้ออกของต่อมไต้สมอง โรคหลอดเลือดหัวใจและสมอง ปวดศีรษะไมเกรนรุนแรง และ เอนไซม์ตับสูง >3 เท่า

1.6.2 จากหญิงเปลี่ยนเป็นชาย

- ทางด้านร่างกาย ได้แก่ มีภาวะเลือดข้น (Polycythemia) เพิ่มขึ้น อาจนำไปสู่ภาวะหลอดเลือดอุดตันเป็นอันตรายได้ ความดันโลหิตและระดับไขมันในเลือดเพิ่มสูงขึ้น มีกลิ่นเหงื่อและกลิ่นตัวรุนแรงขึ้น ผิวมันมากขึ้น รุขุมขนกว้างมากขึ้น ลิวซึ้นมากขึ้น ผมงบาง ศีรษะล้านได้หากครอบครัวมีประวัติ

- ทางด้านอารมณ์และจิตใจ ได้แก่ กระจือร้อร้นมากขึ้น มีอารมณ์ทางเพศสูงขึ้น อารมณ์แปรปรวน ฉุนเฉียวง่าย หุนหันพลันแล่น ใจร้อนเหมือนวัยรุ่น

1.7 การดูแลตัวเองหลังใช้ฮอร์โมนเพื่อการข้ามเพศ

1.7.1 ใช้ฮอร์โมนเพศตามคำแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัด

1.7.2 รักษาสุขภาพให้แข็งแรง พักผ่อนให้เพียงพอ

1.7.3 เลิกสูบบุหรี่

1.7.4 ไปตรวจสุขภาพตามนัด เพื่อดูค่าความดันโลหิตระดับน้ำตาล และไขมันในเลือด ค่าไต ค่าตับ หากว่า มีความผิดปกติควรรีบพบแพทย์เพื่อตรวจวินิจฉัยและรับคำแนะนำในการควบคุมค่าที่ผิดปกติให้กลับคืนปกติ

2. ตรวจรักษาเอชไอวี ซิฟิลิสและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เช่น ปรีกษาความเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี ตรวจ รักษา วินิจฉัย การชวนคู่มารตรวจ บริการยาป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีก่อนและหลังสัมผัส (PrEP/PEP) และบริการอุปกรณ์ป้องกัน(ถุงยางและสารหล่อลื่น)

2.1 การให้บริการยาป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีก่อนและหลังสัมผัส (PrEP/PEP)

2.1.1 ยาป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีก่อนสัมผัส (PrEP) คืออะไร

ยาป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีก่อนสัมผัส หรือยาเพรีพ (PrEP: Pre-Exposure Prophylaxis) คือการให้ยาด้านไวรัสแก่ผู้ที่ยังไม่ติดเชื้อเอชไอวี ก่อนมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการสัมผัสเชื้อโดยผู้ที่จะมีเพรีพ (PrEP) ต้องเป็นคนที่มี ผลเลือดลบ เท่านั้น

1. เพรีพ (PrEP)เหมาะับใคร

PrEP มีข้อบ่งใช้ในผู้ที่มีความเสี่ยงในการติดเชื้อเอชไอวีและผู้ที่คาดว่าจะมีความเสี่ยงในการติดเชื้อเอชไอวีในอนาคต ได้แก่

- มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัยกับผู้อยู่กับเชื้อเอชไอวีที่ยังกินยาต้านไวรัสไม่สำเร็จ

- มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัยกับผู้ที่ไม่ทราบผลการติดเชื้อเอชไอวี

- มีคู่นอนหลายคน/เปลี่ยนคู่นอนบ่อย

- มีโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ภายใน 6 เดือน ที่ผ่านมา

- ใช้สารเสพติดก่อนหรือระหว่างมีเพศสัมพันธ์

- ใช้เข็มฉีดยาร่วมกับผู้อื่น

- มาขอรับบริการยาป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีหลังสัมผัส (Post-Exposure Prophylaxis: PEP) อยู่เป็นประจำโดยไม่สามารถลดพฤติกรรมเสี่ยงลงได้

2. ก่อนเริ่มยาเพรีพ(PrEP) ต้องทำอย่างไร

- ตรวจสอบเลือดหาการติดเชื้อเอชไอวีและผลเลือดต้องเป็น(negative) เท่านั้น

- ตรวจสอบร่างกายอื่นๆ เช่น ไวรัสตับอักเสบบี ไวรัสตับอักเสบบีซีและการ

ทำงานของไตเพื่อดูว่าร่างกายเราพร้อมที่จะเริ่มยาเพรีพ(PrEP)หรือไม่

- ตรวจสอบคัดกรองโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ได้แก่ ซิฟิลิส หนองใน หนองในเทียม

- ตรวจสอบการตั้งครรภ์ในกลุ่มสตรีวัยเจริญพันธุ์

PrEP คือยาที่ต้องกินทุกวัน วันละ 1 เม็ดแล้วต้องกินให้ตรงเวลาเดิมทุกวันจะป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีได้ตราบเท่าที่คุณยังกินยาทุกวัน

“ กินเพรีพ(PrEP)สม่ำเสมอ = ไม่ติดเชื้อ = ไม่ดื้อยา ”

3. ข้อสำคัญ ได้แก่

- ต้องกินเพรีพ(PrEP)อย่างน้อย 1 สัปดาห์ขึ้นไป เพื่อให้มั่นใจว่ามีระดับยาเพียงพอในร่างกาย

- สำหรับในกลุ่มผู้หญิงอาจจะต้องใช้เวลารั้งถึง 3 สัปดาห์ หลังจากกินยาวันละ 1 เม็ด ทุกวันเพื่อที่ยาจะออกฤทธิ์ในการป้องกันได้

- แจ้งเจ้าหน้าที่ด้วยหากคุณกินยาอื่นอยู่ เช่น วิตามิน อาหารเสริม

ฮอโรโมน ยาประจำ หรือ ยาสมุนไพร

หมายเหตุ: PrEP คือยาป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีแต่ไม่ได้ป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ จึงควรใช้ถุงยางอนามัยร่วมด้วยทุกครั้ง

2.1.2 ยาป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีหลังสัมผัส เป็บ (PEP) คืออะไร

1. ยาป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีหลังสัมผัส (Post-Exposure Prophylaxis: PEP) คืออะไร

ยาป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีหลังสัมผัส หรือยาเป็บ (PEP: Post-Exposure Prophylaxis) คือ การให้ยาต้านไวรัสในกรณี “ฉุกเฉิน” เพื่อป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี เช่น มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ได้ใช้ถุงยางอนามัย หรือถุงยางอนามัยฉีกขาด (ถุงแตก) ทั้งทางทวารหนักหรือทางช่องคลอด เป็นต้น

2. ก่อนเริ่มยาเป็บ (PEP) ต้องทำอย่างไร

พบแพทย์เพื่อตรวจเลือดหาการติดเชื้อเอชไอวี ซึ่งผลเลือดต้องแสดงว่าไม่ติดเชื้อเอชไอวี

3. แล้ว เป็บ (PEP) กินอย่างไร

กินยาภายใน 72 ชั่วโมง หลังเสี่ยง(กินให้เร็วที่สุดหรือภายใน 3 วัน) และกินต่อเนื่องทุกวันเป็นเวลา 28 วันตัวช่วยในการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีเลือก PEP หลังเสี่ยง

2.2 การให้บริการอุปกรณ์ป้องกัน(ถุงยางและสารหล่อลื่น)¹⁰

2.2.1 ประโยชน์ของถุงยางอนามัย ได้แก่ เป็นอุปกรณ์คุมกำเนิด และป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

2.2.2 ประเภทของถุงยางอนามัย

ถุงยางอนามัยมีทั้งสำหรับผู้ชายและผู้หญิงส่วนใหญ่ที่ขายกันอยู่ทั่วไปเป็นถุงยางอนามัยสำหรับผู้ชายความกว้างวัดจากขอบหนึ่งถึงขอบหนึ่งของถุงยางอนามัยเมื่อคลี่ออกกว้างแบนราบกับพื้นอยู่ที่ 49 - 56 มิลลิเมตร ความยาวไม่น้อยกว่า160 มิลลิเมตร ซึ่งมีรูปแบบหลากหลาย ทั้งสีกลิ่น ความหนา/บาง และผิวสัมผัส

2.2.3 ถุงยางอนามัย ส่วนใหญ่ผลิตจากน้ำยางธรรมชาติไม่สามารถใช้กับสารหล่อลื่นที่มีน้ำมันเช่นน้ำมันทาผิว เบบี้ออยล์หรือวาสลีน

2.2.4 ถุงอนามัยสตรี ผลิตจากโพรียูรีเทนมีความบาง 0.048 มิลลิเมตรมีความทนกว่าถุงยางอนามัยชายสามารถใช้กับสารหล่อลื่นที่มีส่วนผสมของน้ำและน้ำมันได้

2.2.5 เลือกถุงยางอนามัยอย่างไรให้พอดี

วิธีวัดอย่างง่ายๆ คือวัดเส้นรอบวงของอวัยวะเพศเมื่อแข็งตัวเต็มที่ด้วยสายวัด เชือกหรือเศษผ้าที่สามารถพันรอบอวัยวะเพศได้ โดยนำความยาวที่ได้มาหาร 2 โดยอ่านหน่วยเป็น “มิลลิเมตร” เช่น หากวัดได้ 10 เซนติเมตร แปลงเป็นหน่วยจะได้ 100 มิลลิเมตร และใช้สูตร $100 \text{ มม.} / 2 = 50$ มิลลิเมตรหรือคำนวณตามตาราง

Size ถุงยางอนามัย (มิลลิเมตร)	รองรับขนาดของเส้นรอบวง (เซนติเมตร)	ขนาดของรอบวง (นิ้ว)
49	11-12	4.5
52	12-13	5
54	13-14	5.5
56	14-15	6

(ที่มา: กลุ่มงานโรคเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ สำนักงานโรคติดต่อทางสาธารณสุข สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร)¹⁰

ข้อควรระวัง : ถ้าใส่ถุงยางอนามัยไม่พอดีกับขนาดอวัยวะเพศของตัวเอง อาจจะทำให้ถุงยางอนามัยเลื่อนหลุดหรือฉีกขาดได้ ซึ่งเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวีและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์



(ที่มา: BUTYBUG)¹¹

2.2.6 เลือกซื้อถุงยางอนามัยต้องดูอะไรบ้าง

1. วันหมดอายุ เช่น 09/2567
2. ขนาดของถุงยางที่พอดีกับขนาดอวัยวะเพศของตนเอง เช่น - ขนาด (Size) 49 52 54 หรือ 56 เป็นต้น
3. เครื่องหมาย ออย.



(ที่มา: Facebook: Sex Safe Safe เรื่อง Sex คุยกันได้)¹²

2.2.7 การเก็บรักษา

1. ควรเก็บไว้ในที่แห้งและเย็น
2. ไม่ถูกแสงแดดและแสงฟลูออเรสเซนต์

2.2.8 วิธีการใช้ถุงยางอนามัย ที่ถูกต้อง

1. ดันถุงยางอนามัยให้พันรอยฉีกเวลาฉีกซองระวัง อย่าให้เล็บ
สะกิดถุงยางอนามัย
2. บีบปลายถุงยางอนามัยไล่ลมก่อนใส่เสมอ หากปล่อยให้มีย
ฟองอากาศที่ปลายถุงยางอนามัยจะทำให้ถุงยางอนามัยแตกขณะร่วมเพศ
3. สวมถุงยางอนามัยขณะที่อวัยวะเพศแข็งตัว บีบปลายถุงยาง
อนามัยขณะสวมแล้วรัดให้สุดโคน
4. หากระหว่างใช้ถ้าถุงยางอนามัยลื่นหลุดหรือแตกต้องเปลี่ยน
ใหม่ทันที

5. เมื่อเสร็จกิจ ให้รีบถอนอวัยวะเพศออกขณะที่อวัยวะเพศยังแข็งตัวอยู่โดยใช้นิ้วสอดเข้าในขอบถุงยางอนามัยแล้วรูดออก

6. ทิ้งถุงยางอนามัยที่ใช้แล้วลงในถังขยะที่ปิดมิดชิด



(ที่มา: Facebook: Sex Safe Safe เรื่อง Sex คุยกันได้)¹²

Condom point จุดบริการถุงยางอนามัยฟรีในพื้นที่กรุงเทพมหานคร ใกล้จุดไหน ไปหยิบได้เลย



(ที่มา: สำนักงานโรคติดต่อทางสาธารณสุข สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร)¹³

3. บริการปรึกษาปัญหาสุขภาพทั่วไป เช่น ตรวจค่าการทำงานของตับ ไต ตรวจสุขภาพช่องคลอดด้วย Pap Smear ตรวจหาการติดเชื้อไวรัสตับอักเสบบีและไวรัสตับอักเสบบี เป็นต้น

4. บริการปรึกษาสุขภาพจิต เช่น ภาวะเครียด ซึมเศร้า การเข้าสังคม gender dysphoria และการออกใบรับรองทางจิตแพทย์ เป็นต้น

5. บริการปรึกษาด้านศัลยกรรมและสุขภาพช่องปาก เช่น ปรึกษาก่อนเข้ารับการผ่าตัดศัลยกรรม รวมถึงปรึกษาอาการผิดปกติหลังการผ่าตัดศัลยกรรม เป็นต้น

เพราะคนทุกเพศมีความสำคัญอย่างเท่าเทียมกัน ตามปฏิญญาสากลว่าด้วยสิทธิมนุษยชน ข้อที่ 2 ไม่แบ่งแยก ระบุไว้ว่า ทุกคนย่อมมีสิทธิและอิสรภาพทั้งปวงตามที่กำหนดไว้ในปฏิญญานี้ โดยปราศจากการแบ่งแยกไม่ว่าชนชาติใดอาทิ เชื้อชาติ ผิว เพศ ภาษา ศาสนา ความคิดเห็นทางการเมืองหรือทางอื่น พื้นเพทางชาติหรือสังคม ทรัพย์สิน กำเนิดหรือสถานะอื่น นอกเหนือจากนี้ จะไม่มีการแบ่งแยกใด บนพื้นฐานของสถานะทางการเมือง ทางกฎหมาย หรือทางการระหว่างประเทศของประเทศหรือดินแดนที่บุคคลสังกัด ไม่ว่าดินแดนนี้จะเป็นเอกราช อยู่ในความพิทักษ์ มิได้ปกครองตนเองหรืออยู่ภายใต้การจำกัดอธิปไตยอื่นใด ก็ทำให้เห็นได้ว่าไม่ควรมิใคร่ถูกแบ่งแยกเพียงเพราะความแตกต่าง

และเพื่อเป็นการเฉลิมฉลองความเท่าเทียมทางเพศ จึงมีการกำหนดให้เดือนมิถุนายนเป็น Pride Month หรือเดือนแห่งผู้ที่มีความหลากหลายทางเพศ ซึ่งเป็นการจัดขึ้นทั่วโลก และมีการนำธงสีรุ้งมาประดับประดาสถานที่ต่างๆ และมีการเดือนขบวนพาเหรดในหลากหลายประเทศทั่ว อย่างขบวนพาเหรดขนาดใหญ่ที่จัดขึ้น ณ เมืองนิวยอร์ก ประเทศสหรัฐอเมริกา เมืองเวียนนา ประเทศออสเตรีย เมืองมาดริด ประเทศสเปน หรือในทวีปเอเชียเองก็มีเช่นเดียวกัน อย่างขบวนพาเหรดของเมืองไทเป ประเทศไต้หวัน รวมถึงประเทศไทย^๑

3. เอกสารอ้างอิง

1. ชลินทรา ปรารงค์ทอง. การเลือกปฏิบัติต่อกลุ่มเพศหลากหลายและการคุ้มครองสิทธิเพศหลากหลายในหน่วยงานภาครัฐ: ศึกษากรณีข้าราชการกรมการปกครอง [เข้าถึงวันที่ 9/4/2567] เข้าถึงได้จาก

<https://digital.car.chula.ac.th/cgi/viewcontent.cgi?article=9342&context=chulaetd>

2. วรชัย แสนสิทธิ์. พระราชบัญญัติความเท่าเทียมระหว่างเพศ พ.ศ. 2558 กับการคุ้มครองบุคคลหลากหลายทางเพศ.[เข้าถึงวันที่ 9/4/2567] เข้าถึงได้จาก

https://www.senate.go.th/assets/portals/93/fileups/272/files/S%E0%B9%88ub_Jun/9legal/legal75.pdf

3. ศิริพร เพียรชอบธรรม.ประมวลศ ประมวลศัพท์เรื่องความเท่าเทียมทางเพศ [เข้าถึงวันที่ 9/4/2567] เข้าถึงได้จาก

<https://digital.car.chula.ac.th/cgi/viewcontent.cgi?article=8277&context=chulaetd>

4. วิโรจน์ เลิศจิตต์ธรรม. ความเป็นมาของ ‘ธงสีรุ้ง’ ก่อนมาเป็นสัญลักษณ์ชุมชน LGBTQIA+. [เข้าถึงวันที่ 11/4/2567] เข้าถึงได้จาก <https://thestandard.co/rainbow-flag-lgbtqia-plus/>

5. พันธุ์ทิพย์ แจ่มเนตต์และคณะ.ความต้องการของนักท่องเที่ยวกลุ่ม LGBTQIA+ที่มีต่อการท่องเที่ยวเมืองพัทยาจังหวัดชลบุรี.วารสารวิจัยมหาวิทยาลัยเวสเทิร์น มนุษยศาสตร์ และสังคมศาสตร์.[เข้าถึงวันที่ 12/4/2567] เข้าถึงได้จาก

<https://so04.tcithaijo.org/index.php/WTURJ/article/view/263776/179168>

6. กลุ่มงานโรคเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ สำนักงานโรคติดต่อทางสาธารณสุข สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร

7. กลุ่มงานโรคเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ สำนักงานโรคติดต่อทางสาธารณสุข สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร. การใช้ฮอร์โมนบำบัดเพื่อการข้ามเพศ [แผ่นพับ].กรุงเทพฯ.กรุงเทพมหานคร;2566.

8. สิทธิศักดิ์ บุญมั่น และวิชัย ตาดโธสงค์.ทำไมสัญลักษณ์ LGBTQ จึงเป็นสีรุ้ง?. [เข้าถึงวันที่ 12/4/2567] เข้าถึงได้จาก <https://www.amnesty.or.th/latest/blog/880/>

9. มูลนิธิแคร์แมท.ทำไม? สีรุ้งคือLGBTQ+[เข้าถึงวันที่ 12/4/2567] เข้าถึงได้จาก <https://www.caremat.org/%E0%B8%97%E0%B8%B3%E0%B9%84%E0%B8%A1-%E0%B8%AA%E0%B8%B5%E0%B8%A3%E0%B8%B8%E0%B9%89%E0%B8%87%E0%B8%84%E0%B8%B7%E0%B8%AD-lgbtq/>

10. กลุ่มงานโรคเอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ สำนักงานโรคติดต่อทางสาธารณสุข สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร. ทุกรายอนามัยเลือกอย่างไร[แผ่นพับ].กรุงเทพฯ.กรุงเทพมหานคร;2563.

11. BUTYBUG.ทุกรายอนามัยยี่ห้อไหนดี มีก๊ิเซส มีก๊ิแบบ. [เข้าถึงวันที่ 12/4/2567] เข้าถึงได้จาก <https://www.butybug.com/421/>

12. Sex Safe Safe เรื่อง Sex คุยกันได้. อ่านก่อน Safe sex ก่อนรวมเนื้อหาเรื่องเพศที่จำเป็นสำหรับหนุ่มๆ สาวๆ มาอ่านตรงนี้ที่เดียวเลยจ้า. [เข้าถึงวันที่ 12/4/2567] เข้าถึงได้จาก

<https://www.facebook.com/100064896721691/posts/2015963801763401/?rdid=YxjeIVf3fuiyUHN3>

13. AIDS Station. Condom point จุดบริการถุงยางอนามัยฟรีในพื้นที่ กรุงเทพมหานคร ใกล้จุดไหน ไปหยิบเลย.[เข้าถึงวันที่ 12/4/2567] เข้าถึงได้จาก <https://www.facebook.com/AIDStation/videos/293774883340018/>