

แผนการจัดการเรียนรู้เพศศึกษาประกอบหนัง X – Ray

กลุ่มเป้าหมาย : ครู และคนทำงานด้านเอดส์/เพศกับวัยรุ่น

ระยะเวลาในการทำกิจกรรมต่อแผน : ๕๐ นาที หรือ ๖๐ นาที

โครงการหนัง x-ray โดยศูนย์บริการที่เป็นมิตร ภายใต้โครงการรณรงค์ของกองทุนโลก (Global fund) ซึ่งเป็นโครงการสร้างภาพยนตร์สั้น ๓ เรื่อง เพื่อสะท้อนความคิดเรื่องเพศในวัยรุ่นที่เกิดขึ้นในสังคมไทย โดย ๓ ผู้กำกับชื่อดัง คือ ไชยณรงค์ แท้มพงษ์ (ผู้กำกับเรื่องเลิฟ จูลินทรีย์ รักมันใหญ่มาก) เหมันต์ เซตมี (ผู้กำกับเรื่องรักจัง) และ ปิยะกานต์ บุตรประเสริฐ (ผู้กำกับเรื่องเนื้อคู่อยากรู้ว่าใคร) โดยเปิดรับสมัครให้เยาวชนทั่วประเทศ มาร่วมคัดเลือกเพื่อเป็นนักแสดงในภาพยนตร์สั้นแต่ละเรื่อง

ภาพยนตร์สั้น ๓ เรื่องสะท้อนเรื่องราววิถีชีวิตของวัยรุ่นซึ่งเกี่ยวข้องกับเรื่องเพศในมุมต่างๆ ไม่ว่าจะเป็น การจัดการกับอารมณ์ทางเพศของตัวเอง ความรัก ความสัมพันธ์ของวัยรุ่น หรือการพูดคุยเรื่องเพศกับผู้ปกครอง เนื้อหาของหนังทั้ง ๓ เรื่องอาจเป็นเพียงส่วนหนึ่งของการเรียนรู้ชีวิตทางเพศของวัยรุ่น และเป็นเครื่องมือหนึ่งที่จะช่วยเปิดประเด็นในการสื่อสารหรือแลกเปลี่ยนความคิดเห็นต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับชีวิตของวัยรุ่นได้เป็นอย่างดี

เรื่อง กล้า/ทำ/กลัว

เรื่องย่อ “นพ” ชายหนุ่มผู้มีเชื้อเอชไอวี คบกับ “ลดา” แฟนสาว แต่เธอยังไม่รู้ว่าเขามีเชื้อเอชไอวี “นพ” อยู่ในภาวะกำลังตัดสินใจว่าจะบอกหรือไม่บอกเรื่องการมีเชื้อฯ ของเขาดี

กลุ่มเป้าหมาย นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมศึกษาตอนปลาย

ความยาวของภาพยนตร์ ๑๖.๑๐ นาที

ข้อแนะนำสำหรับผู้ดำเนินกิจกรรม ผู้ดำเนินกิจกรรมควรมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องเอชไอวี/เอดส์ว่า “ผู้ติดเชื้อฯ” คือผู้ที่มีเชื้อเอชไอวีอยู่ในร่างกาย ซึ่งดูไม่ออกจากรูปลักษณ์ภายนอก และยังไม่มีอาการป่วยของโรคเอดส์ ซึ่งต่างกับ “ผู้ป่วยเอดส์” ที่มีการแสดงอาการป่วย เนื่องจากภาวะภูมิคุ้มกันในร่างกายบกพร่อง เช่น วัณโรค ปอดอักเสบ ฯลฯ อย่างไรก็ตาม โรคต่างๆ ที่ผู้ป่วยเอดส์เป็นสามารถรักษาให้หายได้ และเมื่อได้รับการรักษาด้วยยาต้านไวรัสที่มีประสิทธิภาพ จะทำให้ร่างกายกลับมา

ภูมิคุ้มกันปกติ สามารถต้านทานโรคฉวยโอกาสได้และมีสุขภาพแข็งแรงเหมือนคนที่ไม่มีเชื้อเอชไอวี จึงกลับมาอยู่ในภาวะ “ผู้ติดเชื้อเอชไอวี” อีกครั้ง

ทั้งนี้ ผู้ติดเชื้อ ก็คือคนๆ หนึ่งในสังคม ที่สามารถใช้ชีวิตเหมือนกับคนทั่วๆ ไปได้ เช่น เรียนหนังสือ ประกอบอาชีพ มีความรัก ความสัมพันธ์ ทำตามความฝัน หรือแม้กระทั่งมีบุตร (ที่ไม่ติดเชื้อ) ได้ รวมถึงมีสิทธิที่จะบอกหรือไม่บอกกว่าตัวเองมีเชื้อ ก็ได้ (สนใจอ่านข้อมูลเพิ่มเติมได้ในภาคผนวก)

วัตถุประสงค์

๑. เข้าใจวิถีชีวิตของผู้ติดเชื้อเอชไอวี ว่าไม่ต่างจากคนทั่วไป ที่มีความรัก ความสัมพันธ์ เรียนหนังสือ ทำตามความฝันได้
๒. เข้าใจถึงเงื่อนไขหรือเหตุผลของแต่ละคน ต่อกรณีการบอกผลเลือดกับคู่
๓. ยอมรับความคิดเห็นที่แตกต่างของคนอื่นอย่างเข้าใจ

อุปกรณ์และสื่อ

- เครื่องเล่นซีดี พร้อมโทรทัศน์ หรือคอมพิวเตอร์ และเครื่องฉายแอลซีดี
- แผ่นหนัง X – Ray

ขั้นตอนการทำกิจกรรม

๑. ผู้ดำเนินกิจกรรมเกริ่นนำก่อนดูหนังสั้นว่า “เราจะดูหนังที่เกี่ยวกับชีวิตของวัยรุ่นที่มีเชื้อ กัน เราคิดว่าผู้ติดเชื้อ ที่เรารับรู้มาเป็นอย่างไ?” และ “คิดอย่างไรถ้าผู้ติดเชื้อ มีความรัก?” จากนั้นจึงให้ชมหนังสั้น

๒. เมื่อชมหนังสั้นเสร็จ ผู้ดำเนินกิจกรรมชวนคุยว่า “ดูหนังแล้วเป็นอย่างไร “นพ” เหมือนหรือต่างกับผู้ติดเชื้อ ที่เรารับรู้มาอย่างไร? คิดว่านพกำลังรู้สึกอย่างไร”

๓. ผู้ดำเนินกิจกรรมทำกิจกรรมเลือกข้าง โดยอ่านโจทย์ที่ละข้อ จากนั้นให้แต่ละคนเลือกยืนในฝั่งที่ตรงกับความเห็นของตัวเองมากที่สุด โดยแบ่งเป็น ๒ ฝั่งคือ “บอก / เลิก ” และ “ไม่บอก / ไม่เลิก” พร้อมกับขอฟังเหตุผลของแต่ละฝั่งประมาณ ๒ - ๓ คน ดังนี้

- ถ้าเราติดเชื้อเอชไอวี เราจะบอกกับคู่/คนรักหรือไม่ (บอก / ไม่บอก) เพราะอะไร
- ถ้าวันหนึ่งแฟนเราบอกว่าติดเชื้อเอชไอวี เราจะเลิกกับแฟนหรือไม่ (เลิก / ไม่เลิก) เพราะอะไร

๔. หลังจากทำกิจกรรมเลือกข้างเสร็จ ผู้ดำเนินกิจกรรมถามคำถามชวนคิด ดังนี้

- มีความเห็นอย่างไรกับคำตอบของเพื่อนแต่ละคน ?
- คิดว่าเหตุผลของแต่ละฝั่ง มีใครผิดหรือถูกไหม เพราะอะไร?
- การบอกหรือไม่บอกเรื่องการมีเชื้อฯ ของแต่ละคนขึ้นอยู่กับอะไรบ้าง?

๕. เมื่อถามคำถามชวนคิดให้เกิดการพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นของแต่ละคนแล้ว ให้ผู้ดำเนินกิจกรรมสรุปประเด็นสำคัญของกิจกรรมนี้ หากต้องการปรึกษาเรื่องเอชไอวี/เอดส์ โทร. ๐๒-๓๗๒-๒๒๒๒ เวลา ๑๐.๐๐-๒๐.๐๐ น. ทุกวัน (มูลนิธิเข้าถึงเอดส์)

สรุปประเด็นสำคัญ

ผู้ติดเชื้อเอชไอวี คือ คนๆ หนึ่งที่มีวิถีชีวิตเหมือนคนทั่วไป สามารถประกอบอาชีพ เลี้ยงครอบครัว มีลูก มีแฟน เรียนหนังสือได้ ซึ่งผู้ติดเชื้อฯ ไม่สามารถดูออกจากรูปลักษณ์ภายนอกได้ว่าใครมีเชื้อฯ หรือไม่มี ต้องใช้วิธีการตรวจเลือดเท่านั้น ทั้งนี้ คนในสังคมมักเข้าใจผิดว่าคนติดเชื้อฯ จะมีรูปร่างซูบ ผอมแห้ง ดำและเนื้อตัวเป็นตุ่มตะปุ่มตะป่ำ ซึ่งผู้ติดเชื้อฯ ไม่ได้เป็นเช่นนั้นเสมอไป

อย่างไรก็ตาม ผู้ติดเชื้อฯ มีสิทธิที่จะบอกหรือไม่บอกผลเลือด (ผลการมีเชื้อฯ) กับใครก็ตาม ซึ่งเหตุผลของแต่ละคนอาจแตกต่างกันตามเงื่อนไขของบริบทชีวิต ความสัมพันธ์ และสภาพสังคม อันไม่จำเป็นต้องเหมือนกัน แต่สิ่งสำคัญคือ หากตัดสินใจอย่างไรแล้ว ต้องเตรียมรับกับผลที่ตามมาให้ได้ และหาทางเลือกในการจัดการผลกระทบที่เกิดขึ้น เช่น การใส่ใจอารมณ์ความรู้สึก ฯลฯ การยอมรับของคนที่รับรู้ผลเลือด ถ้าเขายอมรับเราไม่ได้ เราจะรู้สึกอย่างไร

เรื่องที่สำคัญอีกเรื่อง ไม่ว่าจะบอกหรือไม่บอกผลเลือดก็ตาม คือการมีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย เป็นสิ่งที่จำเป็นทั้งสำหรับตัวผู้ติดเชื้อฯ เองและคู่

ภาคผนวก

ⓧ เอดส์รักษาได้ และ “ผู้ติดเชื้อ” กับ “ผู้ป่วยเอดส์” ต่างกันอย่างไร

ผู้ติดเชื้อเอชไอวี เป็นผู้ที่มีเชื้อเอชไอวีในร่างกาย ไม่มีอาการแสดง ไม่สามารถดูจากรูปลักษณ์ภายนอกได้ และยังสามารถใช้ชีวิตได้ตามปกติ

โดยเฉลี่ยผู้ติดเชื้อในประเทศไทย จะใช้เวลาประมาณ ๗ - ๑๐ ปี จึงจะเริ่มป่วย เพราะเชื้อเอชไอวีจะทำลายระบบภูมิคุ้มกันไปเรื่อยๆ จนไม่สามารถควบคุมหรือจัดการกับเชื้อโรคบางอย่าง ทำให้เราป่วยด้วยเชื้อโรคนั้นๆ เรียกว่า เริ่มมี **ภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่อง**

โรคที่เราป่วยเนื่องจากภูมิคุ้มกันบกพร่อง เรียกว่า **โรคติดเชื้อฉวยโอกาส** เช่น เชื้อราในปาก เริ่มที่อวัยวะเพศ (เป็นบ่อยหรือเป็นรุนแรง) วัณโรค สุวัตที่รุนแรงหรือเป็นซ้ำใน ๑ ปี เยื่อหุ้มสมองอักเสบ ปอดอักเสบ ซึ่งเราเรียก ‘กลุ่มอาการ’ อันเนื่องมาจากภาวะภูมิคุ้มกันบกพร่องนี้ว่า **“เอดส์” (AIDS)** เราจึงเรียกคนที่ป่วยด้วยโรคเหล่านี้ว่า **“ผู้ป่วยเอดส์”** ทั้งนี้ โรคติดเชื้อฉวยโอกาสสามารถป้องกันและรักษาได้

เราสามารถควบคุมเชื้อเอชไอวีไม่ให้แพร่กระจายได้ด้วยการใช้ ‘ยาต้านไวรัสเอชไอวี’ เมื่อเชื้อเอชไอวีแบ่งตัวไม่ได้ ปริมาณไวรัสก็ลดลง ความสามารถในการทำลายภูมิคุ้มกันก็น้อยลงตามไป ระบบร่างกายจึงสามารถสร้างภูมิคุ้มกันใหม่และเพิ่มปริมาณมากขึ้น จนพ้นภาวะ ‘ภูมิคุ้มกันบกพร่อง’ หรือพ้นจากภาวะเอดส์ กลับมาเป็นคนแข็งแรงปกติ นี่คือที่มาของคำว่า **‘เอดส์รักษาได้’**

เอดส์รักษาได้ จึงเป็นข้อเท็จจริงเพราะมีแต่เชื้อเอชไอวีเท่านั้นที่ยังเหลืออยู่ในร่างกาย

ทั้งนี้ การรักษาผู้ป่วยเอดส์ด้วยยาต้านไวรัส การรักษาโรคฉวยโอกาส และการรับยาป้องกันโรคฉวยโอกาส ได้เข้าไปอยู่ในชุดสิทธิประโยชน์ในระบบประกันสุขภาพหลักของประเทศไทยแล้ว รวมถึงหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้าและประกันสังคม

ข้อมูลที่ควรรู้อีกด้านคือ เอดส์ถูกจัดให้เป็นโรคเรื้อรังชนิดหนึ่ง ซึ่งหมายความว่าสามารถดูแลรักษา และควบคุมอาการได้ มีคุณภาพชีวิตที่ดีได้ ขึ้นกับการเข้าถึงการรักษาที่ได้มาตรฐาน และการดูแลตัวเอง ก็เหมือนกับเบาหวานนั้นแหละ

🚫 ผู้ติดเชื้อเอชไอวีกับเพศสัมพันธ์

วิถีชีวิตทางเพศของผู้ติดเชื้อ ไม่ได้แตกต่างไปจากคนอื่นในสังคม ดังนั้นการที่ผู้ติดเชื้อจะมีเพศสัมพันธ์ จึงเป็นเรื่องธรรมชาติของมนุษย์ อย่างไรก็ตาม ควรใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้ง หรือเลือกที่จะมีความสุขทางเพศโดยไม่สอดใส่ เพื่อแสดงถึงความใส่ใจในการดูแลป้องกันตนเองไม่ได้รับเชื้อเพิ่ม และรับผิดชอบที่จะไม่ให้คนที่มิใช่เพศสัมพันธ์ด้วยต้องรับเชื้อจากเรา

ผู้ติดเชื้อที่กินยาต้านไวรัส เมื่อจะมีเพศสัมพันธ์ ควรใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้ง เพราะอาจจะถ่ายทอดเชื้อที่คุ้นเคยกับยาต้านไวรัสให้กับคู่ได้ ซึ่งถ้าคู่มิได้อยู่ในกรณีที่ต้องรักษาด้วยยาต้านไวรัสจะทำให้คู่ได้รับเชื้อไวรัสที่คุ้นกันกับยาต้านไวรัส และเมื่อถึงเวลาที่มิระดับ ซีดี ๔ ต่ำกว่า ๒๐๐ เซลล์ต่อซีดี และจำเป็นต้องใช้ยาต้านไวรัส จะทำให้การใช้ยาต้านไวรัสไม่ได้ผล

X ผู้ติดเชื้อเอชไอวีกับการมีลูก

ผู้ติดเชื้อเอชไอวี สามารถมีลูกได้ โดยใช้วิธีผสมเทียม ทั้งนี้ฝ่ายชายมีเชื้อเอชไอวีแต่ฝ่ายหญิงยังไม่ได้รับเชื้อเท่านั้น เนื่องจากทารกที่คลอด จะ 'มีโอกาสดูแล' ได้รับเชื้อได้กรณีเดียว คือ แม่จะต้องมีเชื้อก่อนหรือในระหว่างตั้งครรภ์ ถ้าแม่ไม่มีเชื้อ ไม่มีทางที่เด็กจะได้รับเชื้อ ถึงแม้ว่าพ่อจะมีเชื้อ เนื่องจากเชื้อเอชไอวีอยู่ได้เฉพาะในสารคัดหลั่งที่เราเรียกว่า น้ำอสุจิ (Semen) ไม่ใช่ตัวอสุจิ (sperm) เพียงแต่น้ำอสุจิเป็นสารคัดหลั่งที่หล่อเลี้ยง และพาตัวอสุจิไปผสมกับไข่ของผู้หญิง ซึ่งเรียกว่า ปฏิสนธิและเกิดทารกในครรภ์ เมื่อเป็นเช่นนี้ กระบวนการนำเฉพาะตัวอสุจิ ซึ่งไม่มีเชื้อเอชไอวีอยู่แล้วไปผสมกับไข่ของผู้หญิง อย่างที่เราเรียกว่า 'ผสมเทียม' ก็เป็นทางเลือกหนึ่งเพื่อให้เกิดการตั้งครรภ์ได้ โดยที่เพศหญิงไม่เสี่ยงต่อการติดเชื้อ ซึ่งก็หมายความว่าลูกก็ไม่เสี่ยงด้วย

เรื่องนี้มีการทำมามากกว่า ๓,๐๐๐ รายในหลายประเทศ ยังไม่พบว่ามีผู้หญิงได้รับเชื้อด้วยวิธีการนี้แม้แต่รายเดียว

การลดโอกาสเสี่ยงจากการติดเชื้อเอชไอวีกรณีจากพ่อแม่สู่ลูก

เชื้อเอชไอวีสามารถถ่ายทอดจากแม่ที่ติดเชื้อไปสู่ทารกในครรภ์ได้ ดังนั้นการที่ทารกจะมีความเสี่ยงได้ก็ต้องหมายถึงการมีเพศสัมพันธ์ระหว่างพ่อและแม่จนเกิดการตั้งครรภ์ขึ้น ถ้ามีความต้องการที่จะมีลูก พ่อแม่อาจต้องปรึกษากันก่อน เพื่อเตรียมความพร้อมและสุขภาพที่ดีที่สุดให้แก่ลูก เมื่อตั้งครรภ์แล้วพบว่าติดเชื้อเอชไอวี ความกังวลใจคงเกิดขึ้นกับผู้ที่เป็นพ่อแม่ อาจมีเรื่องที่ต้องคิดปรึกษารือกันอีกว่า จะทำอย่างไรกับการตั้งครรภ์ครั้งนี้ อย่างไรก็ตาม ควรทราบข้อมูลเบื้องต้นที่จำเป็นจะต้องได้รับรู้ก่อนการตัดสินใจคือ ลูกมีโอกาสรับเชื้อเอชไอวีจากแม่ใน ๓ ระยะได้แก่

- **ระยะก่อนคลอด**

เนื่องจากรกอาจมีความผิดปกติเช่นการติดเชื้อซิฟิลิสทำให้รกอักเสบจนเชื้อเอชไอวีสามารถผ่านจากแม่มาสู่ลูกได้

- **ระยะคลอด เป็นระยะที่เสี่ยงสูง**

เนื่องจากการสัมผัสสารคัดหลั่งและเลือดของแม่โดยผ่านเข้าทางเยื่อหรือแผลของเด็กที่เกิดขึ้นระหว่างคลอด

- **ระยะหลังคลอด**

เนื่องจากการดุนนมแม่ ในน้ำนมมีเชื้อเอชไอวีไม่มาก แต่มีความเสี่ยงในการรับเชื้อ เนื่องจากปริมาณที่เด็กได้รับนมมีจำนวนมาก และเยื่อทางเดินอาหารไม่แข็งแรงโดยทั่วไปทารกที่เกิดจากแม่ติดเชื้อมีโอกาสได้รับเชื้อประมาณร้อยละ ๒๕ - ๓๐ อัตราการติดเชื้อดังกล่าวสามารถลดลงเหลือร้อยละ ๒ - ๘ ถ้ามารดาได้รับยาต้านไวรัสในระยะใกล้คลอด และเด็กได้รับต่อ ๑ - ๖ สัปดาห์ร่วมกับการให้นมผงแทนนมแม่ นอกจากนี้โอกาสการรับเชื้อเอชไอวีจากแม่สู่ลูกยังลดลงได้อีก โดยการเลือกผ่าตัดทางหน้าท้องก่อนเจ็บครรภ์คลอดและก่อนที่จะมีน้ำเดิน

การตรวจว่าเด็กที่คลอดจากแม่ที่มีเชื้อเอชไอวีติดเชื้อหรือไม่ สามารถรับการตรวจได้เมื่อเด็กอายุ ๑ เดือน และตรวจซ้ำเมื่อเด็กอายุ ๑๘ เดือน ทั้งนี้ การตรวจเลือดเด็ก ต้องได้รับความยินยอมจากผู้ดูแลหรือผู้อุปการะเด็กโดยตรง เพราะจะเป็นผู้ที่วางแผนเลี้ยงดูเด็กต่อไป ขณะเดียวกันผู้ดูแลเด็กจำเป็นต้องได้รับการทบทวนว่าพร้อมที่จะรับฟังผลเลือดหรือไม่ และจะวางแผนดูแลเด็กหลังจากทราบผลเลือดอย่างไร

หมายเหตุ : เรียบเรียงข้อมูลจากหนังสือ “เอดส์กับอื่นๆ อีกมากมายในชีวิต” องค์การแพช
ภายใต้การสนับสนุนของกองทุนโลก กระทรวงสาธารณสุข (GFATM)