

## Вам недавно поставили диагноз ВИЧ-инфекции (Вирус иммунодефицита человека)

Пройти тест на ВИЧ-инфекцию и узнать что ты живёшь с вирусом может быть устрашающим делом. Тем не менее, несмотря на то, что в первый момент, нам действительно тяжело ознакомиться с тем что мы носим вирус, эта информация может продлить нашу жизнь.

В настоящее время мы можем воспользоваться постоянным медицинским наблюдением и всеми научными достижениями последних лет. Пока не был установлен диагноз о том, что мы несём ВИЧ-инфекцию, вирус продолжал вредить нашей иммунологической системе. Это привело к тому, что многие "ВИЧ-инфицированные" тяжело заболели, в то время когда эти болезни могли быть предотвращены.

## День номер один

В большинстве центров, где проводятся тесты на ВИЧ, имеются службы поддержки "до" и "после" проведения теста. Тем не менее, если ты нуждаешься в более продолжительной поддержке, обращайся в поликлинику по месту жительства: там смогут тебя проинформировать и помочь. Также можешь позвонить по телефону 93.302.04.11, где тебе предоставят список организаций, способных ответить на все возникающие у тебя вопросы. Многие центры по работе с ВИЧ-инфицированными, также предлагают службы непосредственного и бесплатного обслуживания.

## Принятие решений

Наверно, момент выставления диагноза является самым трудным для принятия решений о будущем. Эти решения включают в себя выбора лечения и вопрос о том, как сказать родным и знакомым о твоей болезни.

В момент выставления диагноза мало кто нуждается в том, чтобы начать лечение сразу, за исключением тех людей, которым диагноз ставят сразу же после заражения. Очень возможно, что ты станешь под регулярное медицинское контрольное наблюдение, чтобы следить за тем как ВИЧ-инфекция влияет на твой организм.

## Медицинское лечение

Найти подходящую больницу и врача с которым тебе удобно общаться — это очень важные задачи. Ты ни в коем случае не обязан начинать лечение в том же Центре где провели тест. С другой стороны, ты имеешь право лечиться в любом Центре страны специализированном на лечении ВИЧ-инфекции.

Встречаются больные которые дают предпочтение крупным центрам; другие же предпочитают центры меньшего масштаба. Главным же является встать на контрольное наблюдение у врача имеющего опыт в лечении ВИЧ-инфицированных пациентов.

После определения Центра, наверно тебе назначат встречи каждые три месяца, чтобы проверять твоё состояние здоровья. В ходе этих встреч, у тебя



будет возможность поговорить с врачом о твоём состоянии здоровья и пройти тесты контроля, такие как CD4 и вирусного наличия. Эти тесты предназначены для того, чтобы определить индекс риска развития других болезней. Их результаты также помогут тебе решать когда начать принимать противоретровирусные препараты.

В тех случаях когда ты уже начал принимать препараты, уже развиты у тебя болезни связанные с ВИЧ-инфекцией или ты принимаешь участие в клиническом исследовании, советуем чаще обращаться к врачу.

## Ознакомиться с ВИЧ

Вполне возможно, что в начале ты встретишь ряд медицинских терминов с которыми ты не знаком. Пусть тебя это не волнует – существуют разные средства информации о ВИЧ-инфекции, написанные на понятном тебе языке.

Знакомство с действием ВИЧ поможет тебе самому заботиться о твоём здоровье и задавать своему врачу более целенаправленные вопросы. Очень важно следить за поступающей информацией о ВИЧ-инфекции и советиться у разных специалистов: врачей, медсестёр, фармацевтиков и в службах по работе с ВИЧ. Рекомендуется запросить информацию в письменном виде.

Интернет является важным источником получения полезной информации. Если тебя волнует качество информации в Интернете, советуем начать с страницы: [www.fogo-vih.org/gtt.html](http://www.fogo-vih.org/gtt.html), которая содержит большое количество информации и линков на другие страницы. Имей в виду, что большинство из них на английском языке.

## Как сказать о твоей ВИЧ-инфекции

Не стоит спешить говорить о твоей ВИЧ-инфекции. Сначала подумай о том, кому и почему ты скажешь, каким образом заявишь о ВИЧ-инфекции и какую помощь ожидаешь от людей кому скажешь. Также стоит предвидеть их реакцию. В первую очередь стоит сказать тем людям, которые смогут оказать тебе большую помощь. Может быть не стоит сразу говорить тем людям, чья реакция не будет положительной, например товарищам по работе.

## Знакомство с ВИЧ-инфекцией поможет тебе

Знакомство с ВИЧ-инфекцией может помочь тебе почувствовать себя спокойнее. Вполне возможно, что ассоциация по работе с "ВИЧ-инфицированными" в твоём городе располагает службой для поддержки "ВИЧ-инфицированных" на первых порах знакомства с диагнозом. В этих ассоциациях ты познакомишься с людьми которые проходили через те же трудности которые ты испытываешь сейчас. Они поделятся с тобой своим опытом.



grupo de trabajo  
sobre tratamientos del VIH  
e-mail: [contact@gtt-vih.org](mailto:contact@gtt-vih.org)  
website: [www.gtt-vih.org](http://www.gtt-vih.org)

**POR FAVOR, FOTOCÓPIALO Y HAZLO CIRCULAR**

 Generalitat  
de Catalunya  
Departament  
de Salut

 ACSAR  
associació catalana de solidaritat  
amb el VIH



Institut Català de la Salut  
Direcció d'Atenció Primària Ciutat -Vella  
Unitat de Malalties Tòpiques, Infeccioses i Parasitològiques

Adaptación de  
  
[www.aidsmap.com](http://www.aidsmap.com)



SECRETARIA GENERAL DEL  
PLAN NACIONAL SORRF  
LL SIDA