

DIAGNOSTICAT RECENT



Fiind diagnosticat cu HIV poate fi o experiență foarte dură. Multe persoane se pot simți blocate datorită incertitudinii create de această nouă situație. Cu toate acestea, tot mai multe sunt datele încurajatoare pentru a adopta o atitudine pozitivă în fața bolii.

Sunt multe studiile care sugerează că speranța de viață a celor mai multe persoane cu HIV diagnosticate și tratate este similară cu cea a populației în general. Din acest motiv, a ști din timp că trăiți cu HIV poate ajuta la îmbunătățirea și menținerea sănătății în viitor.

Există câteva sfaturi care vă pot fi utile în primele momente ca:

01

LUAREA TIMPULUI NECESAR

Multe persoane au nevoie de timp pentru a lua conștiință de noua situație și de impactul pe care îl poate avea asupra vieții sale, în cercul familiar sau la locul de muncă. În multe cazuri implică să considerați dacă doriți să spuneți și cui. Toate acestea pot dura un timp. Nu vă simțiți presionat pentru a lua decizii de formă imediată.

02

VORBIȚI CU ALTE PERSOANE CU HIV

Experiența altor persoane cu HIV poate fi utilă și liniștitoare. Amintiți-vă că nu sunteți singur/ă: Multe persoane poate să înțeleagă perfect ce simțiți în acele momente.

03

INFORMAȚI-VĂ ASUPRA HIV ȘI A BOLII

Informațiile medicale despre HIV progesează foarte repede. Prin urmare, este recomandabil să se obțină informația actualizată și corectă din surse de încredere. Dozificarea informațiilor primite poate fi o strategie pentru a nu se simți copleșit/ă în primele luni.

04

MERGEȚI LA VIZITELE MEDICALE

Primele săptămâni și luni sunt fundamentale pentru a cunoaște starea sănătății dumneavoastră și a infecției cu HIV. Pentru aceasta va trebui să mergeți la spital de mai multe ori pentru diferite teste și analize. Nu săriți peste nici o vizită este esențial în acest stadiu incipient.

05

CĂUTAȚI SUPTOR EMOȚIONAL

Multe persoane nu pot să depășească singuri impactul pe care HIV poate avea asupra vieții lor. Nu vă fie rușine să apelați la profesioniști, care oferă sprijin emoțional și psihologic. Informați-vă asupra multor recursuri de sănătate și comunitare existente, care oferă acest tip de sprijin gratuit în orașul dumneavoastră.

06

CĂUTAȚI SUPTOR SOCIAL

Există persoane care trăiesc situații personale complicate, care s-ar putea îngreutăți după diagnosticarea cu HIV. Dacă acesta este cazul dumneavoastră, puteți să discutați cu medicul sau cu asistenta medicală, astfel încât să vă obțină o vizită cu asistentul social din cadrul spitalului sau a unui ONG.

07

ADAPTAREA LA NOUA SITUAȚIE

Sunt foarte puține lucrurile la care va trebui să renunțați pentru faptul că aveți HIV. Puteți continua să lucrați, să aveți relațiile sexuale, să faceți sport, să călătoriți, să ieșiți cu pretenii, și chiar să aveți copii dacă doriți. Informați-vă asupra impactului care îl poate avea HIV cu privire la activitățile zilnice și cum să vă adaptați la ele. Veți vedea că va fi mai ușor decât v-ați imagina.



GTT-VIH
GRUPO DE TRABAJO SOBRE
TRATAMIENTOS DEL VIH
ENTIDAD DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA
ONG DE DESARROLLO

SUBVENCIÓN



Generalitat de Catalunya
Departament de Salut
PROGRAMA DE PREVENCIÓ I ASSISTÈNCIA
DE LA SIDA



FOR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL



Secretaría del Plan Nacional sobre el Sida

Ajuntament de Barcelona

ÀREA DE QUALITAT DE VIDA,
IGUALTAT I ESPORTS



Diputació
Barcelona

ÀREA DE BENESTAR SOCIAL

COLABORA



ETIS
ASOCIACIÓ PER ALS TREBALLADORS
INMIGRANTS I SALUT



TROPICAL
DRAGONES



¿TIENES DUDAS
SOBRE EL TEMA?
PREGÚNTANOS

Tel. 93 458 26 41
consultas@gtt-vih.org