

Альянс

Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине

ПОЗИТИВНАЯ ЖИЗНЬ:

ТЕМ,
КТО ВПЕРВЫЕ УЗНАЛ
О СВОЕМ ВИЧ-СТАТУСЕ

Содержание

Контактная информация.....	4
Словарь базовых терминов и сокращений.....	14
ВИЧ и СПИД	16
Как передается ВИЧ	18
Что такое тест на ВИЧ.....	22
Быстрые (простые) экспресс тесты	22
ИФА — иммуноферментный анализ.....	23
Медицинское значение теста	24
После теста.....	26
ВИЧ-позитивный: что теперь?	33
Раскрытие ВИЧ-позитивного статуса.....	34
В день установления диагноза	36
Правовые вопросы	37
Обнаружение ВИЧ-инфекции.....	37
Анонимность и конфиденциальность	39
Права ВИЧ-инфицированных в Украине	40
Предоставление медицинской помощи ВИЧ-инфицированным	42
Жизнь с ВИЧ.....	44
Медицинский уход.....	44
Контроль состояния здоровья.....	46
Любовные отношения, семья и дети	48
Услуги	49

Известно, что Украина занимает одно из первых мест в Европе по темпам распространения ВИЧ/СПИДа. Ежедневно около 50 человек узнают о своем ВИЧ-положительном статусе. Возможно, в их число попали и Вы. Услышав о положительном результате теста, все испытывают шок. Может быть, сейчас его испытали и Вы. Нередко, столкнувшись с положительным результатом анализа, человек оказывается на перепутье – необходимо многое узнать, многое переосмыслить, возможно, придется что-то изменить, чтобы продолжать привычную жизнь. Но знайте – это не приговор. Сегодня ВИЧ-положительные люди работают, учатся, создают семьи, рожают здоровых детей, занимаются спортом и творчеством. Все это возможно, если знать, что надо делать, когда позитивный ВИЧ-статус подтвердился, а также помнить, что Вам есть куда обратиться за информацией и поддержкой.

Контактная информация

Разговор о «позитивной» жизни стоит начать с того, что человек, – независимо от того, есть ли у него на самом деле диагноз ВИЧ-инфекция, или же только подозрения на его наличие, – никогда не останется один, без помощи. В Украине действует налаженная система оказания медицинской и социальной помощи людям, живущим с ВИЧ.

В этом разделе вы найдете информацию о том, куда лучше всего обратиться за медицинской и социальной помощью в вашем регионе.

Если вам нужна любая информация о ВИЧ-инфекции или СПИДе — звоните на всеукраинский бесплатный **круглосуточный телефон доверия по вопросам ВИЧ/СПИДа: 0 800 500 451**

**Информацию по уходу и лечению можно
получить в центрах СПИДа:**

**Украинский центр профилактики и борьбы
со СПИДом Министерства здравоохранения
Украины**

Тел.: +38 (044) 275 46 17, 270 48 14, 275 86 99;
03038, Киев, ул. Амосова, 5;

**Крымский Республиканский
центр профилактики и борьбы со СПИДом.**

Тел.: + 38 (0652) 25 25 41; 95006, Крым,
г. Симферополь, ул. Р. Люксембург, 27а;

**Винницкий областной центр профилактики
и борьбы со СПИДом.**

Тел./факс: + 38 (0432) 56 64 05; 21027, с. Березина,
5-й км Барского шоссе, Медгородок;

**Волынский областной центр профилактики
и борьбы со СПИДом.**

Тел./факс: + 38 (0332) 74 73 84;
43025, г. Луцк, проспект Воли, 1а;

**Днепропетровский областной центр
профилактики и борьбы со СПИДом.**

Тел./факс: + 38 (056) 753 40 62;
49115, г. Днепропетровск, ул. Бехтерева, 1;

**Донецкий областной центр профилактики
и борьбы со СПИДом.**

Тел./факс: + 38 (0622) 66 71 10;
83045, г. Донецк, ул. Олимпиева, 1а;

**Областной центр профилактики и борьбы со
СПИДом Житомирского областного совета.**

Тел./факс: + 38 (0412) 22 77 22;
10014, г. Житомир, ул. Щорса, 28;

**Закарпатский областной центр профилактики
и борьбы со СПИДом.**

Тел./факс: + 38 (0312) 61 76 47;
88000, г. Ужгород, ул. Другетов, 72;

Запорожский областной центр СПИДа.

Тел./факс: + 38 (061) 236 83 05;
69035, г. Запорожье, ул. Добролюбова, 23;

**Ивано-Франковский областной центр
профилактики ВИЧ-инфекции и борьбы
со СПИДом.**

Тел./факс: + 38 (0342) 50 49 06;
76000, г. Ивано-Франковск, ул. Сагайдачного, 66;

**Киевский областной центр профилактики
и борьбы со СПИДом.**

Тел./факс: + 38 (044) 489 41 11;
04107, г. Киев, ул. Баргоутовская, 1, каб. № 50;

Кировоградский областной центр профилактики и борьбы со СПИДом.

Тел./факс: + 38 (0522) 37 01 88;
25013, г. Кировоград, ул. Комарова, 1;

Луганский областной центр профилактики и борьбы со СПИДом.

Тел./факс: + 38 (0642) 34 71 06;
91040, г. Луганск, кв. Дружбы, 1б;

Львовский областной центр профилактики и борьбы со СПИДом.

Тел./факс: + 38 (032) 275-25-96;
79010, г. Львов, ул. Лысенко, 45;

Николаевский областной центр профилактики и борьбы со СПИДом.

Тел./факс: + 38 (0512) 24 21 28;
54003, г. Николаев, ул. Потемкинская, 138 б;

**Одесский областной центр профилактики
и борьбы со СПИДом.**

Тел./факс: + 38 (048) 738 41 88;
65031, г. Одесса, ул. Химическая, 5;

**Полтавский областной центр профилактики
и борьбы со СПИДом.**

Тел./факс: + 38 (0532) 60 60 37;
36003, г. Полтава, пер. Госпитальный, 5;

**Ровенский областной центр профилактики
и борьбы со СПИДом.**

Тел./факс: + 38 (0362) 22 15 01;
33000, г. Ровно, ул. Соборная, 189;

**Сумской областной центр профилактики
ВИЧ-инфекции и СПИДа.**

Тел./факс: + 38 (0542) 65 18 41;
40020, г. Сумы, ул. Курская, 111;

**Тернопольский областной центр профилактики
и борьбы со СПИДом.**

Тел./факс: + 38 (0352) 23 18 65;
46014, г. Тернополь, ул. Купчинского, 8;

**Харьковский областной центр профилактики
и борьбы со СПИДом.**

Тел./факс: + 38 (057) 392 09 08;
61044, г. Харьков, ул. Борьбы, 6;

**Херсонский областной центр профилактики
и борьбы со СПИДом.**

Тел./факс: + 38 (0552) 27 36 91;
73021, г. Херсон, проезд Береговой, 3;

**Хмельницкий областной центр профилактики
и борьбы со СПИДом.**

Тел./факс: + 38 (03822) 2 21 23;
29008, г. Хмельницкий, ул. Сковороды, 17, корпус Б;

**Черкасский областной центр профилактики
и борьбы со СПИДом.**

Тел./факс: + 38 (0472) 64 91 82;
18009, г. Черкассы, ул. Нечуя-Левицкого, 22;

**Черновицкий областной центр профилактики
и борьбы со СПИДом.**

Тел./факс: + 38 (0372) 54 18 96;
58000, г. Черновцы, ул. Главная, 137, корпус 12 (7 секция);

**Черниговский областной центр профилактики
и борьбы со СПИДом.**

Тел./факс: + 38 (04622) 64 01 20;
14005, г. Чернигов, ул. Щорса, 3;

**Киевский городской центр профилактики
и борьбы со СПИДом.**

Тел./факс: + 38 (044) 450 82 55;
03115, г. Киев, ул. Отдыха, 11;

Севастопольский городской центр профилактики и борьбы со СПИДом.

Тел./факс: + 38 (0692) 55 28 60;

99003, г. Севастополь, ул. Коммунистическая, 40;

Главным научным учреждением, которое занимается вопросами лечения пациентов, живущих с ВИЧ, является Институт эпидемиологии и инфекционных болезней им. Л. В. Громашевского Академии медицинских наук Украины, отделение СПИД.

г. Киев, ул. Ивана Мазепы, 23.

Тел.: + 38 (044) 280 64 29.

Медицинская помощь детям, живущим с ВИЧ, предоставляется в Украинском центре «Клиника для лечения ВИЧ-инфицированных и больных СПИДом детей» Украинской детской специализированной больницы «Охматдет».

г. Киев, ул. Чорновола 28/1 корп. 15.

Тел.: + 38 (044) 236 69 42.

Всеукраинская сеть ЛЖВ.

Всеукраинская сеть людей, живущих с ВИЧ — самая большая и авторитетная организация в Украине, представляющая интересы людей, живущих с ВИЧ.

Тел.: 38 (044) 467 75 69, 467 75 67, 467 75 84

(многоканальные)

04080, г. Киев, Межигорская, 87 б

Факс: 38 (044) 467 75 66

E-mail: info@network.org.ua

Веб-сайт: www.network.org.ua

Сеть ЛЖВ имеет отделения во всех регионах Украины.

Больше информации об организациях, работающих в сфере профилактики ВИЧ/СПИД в Украине, вы можете найти в «Справочнике организаций, работающих в сфере ВИЧ/СПИД в Украине», подготовленном Международным Альянсом по ВИЧ/СПИД в Украине:

<http://www.aidsalliance.org.ua/cgi-bin/index.cgi?url=/ua/library/our/aidsdirectory/index.htm>

Словарь базовых терминов и сокращений

АРТ (антиретровирусная терапия) — лечение, замедляющее размножение вируса иммунодефицита человека. Позволяет надолго продлить срок жизни с ВИЧ-инфекцией, а также приостановить развитие СПИДа.

Антиретровирусные (АРВ) препараты — лекарственные вещества, подавляющие размножение ВИЧ и предотвращающие разрушение иммунной системы, а, следовательно, замедляющие развитие ВИЧ-инфекции.

ВИЧ — вирус иммунодефицита человека.

ВИЧ-инфекция — заболевание, возникающее вследствие заражения вирусом иммунодефицита человека. Характеризуется медленным и постепенным разрушением иммунной (защитной) системы, что приводит к СПИДу (синдрому приобретенного иммунодефицита).

Иммунная система — совокупность органов, тканей и клеток, обеспечивающих развитие иммунного ответа, в

частности, защиту от инфекций (вирусных, бактериальных, грибковых и т.д.).

Клетки CD4 – клетки иммунной системы, CD4-лимфоциты. Показатель их количества дает представление о состоянии иммунной системы. Снижение количества клеток CD4 является признаком разрушения иммунной системы и сопровождается угнетением защитных сил организма.

ЛЖВ — люди, живущие с ВИЧ.

Передача вируса от матери к ребенку (вертикальная трансмиссия) — передача ВИЧ от матери к ее ребенку. ВИЧ может передаваться во время беременности, родов и при грудном вскармливании.

Ретровирусы — семейство РНК-содержащих вирусов, к которым принадлежит вирус иммунодефицита человека (ВИЧ).

СПИД — синдром приобретенного иммунодефицита – заключительная стадия ВИЧ-инфекции, при которой иммунная система человека не может противостоять инфекционным и раковым заболеваниям, что приводит к смерти ВИЧ-инфицированного человека.

ВИЧ и СПИД

ВИЧ-инфекция — это заболевание, возникающее вследствие заражения человека вирусом иммунодефицита (ВИЧ). Главная особенность ВИЧ-инфекции в преимущественном поражении иммунной системы, вследствие чего организм человека с течением времени становится беззащитным перед другими заболеваниями – не только перед злокачественными опухолями, но и перед сравнительно безобидными микроорганизмами.

Термин СПИД расшифровывается как **синдром приобретенного иммунодефицита**.

Синдром – множество различных симптомов (признаков), которые развиваются вследствие повреждения иммунной системы организма.

Приобретенный – состояние возникает вследствие заражения вирусом и не является врожденным.

Иммунный – вирус поражает иммунную (защитную) систему организма, которая отвечает за его защиту от инфекционных заболеваний.

Дефицит – иммунная система больше не работает должным образом.




ВИЧ-инфекция – это инфекционное заболевание, при котором происходит поражение защитных клеток иммунной системы. В процессе размножения вируса в организме падает сопротивляемость организма. Если человек инфицирован – это не значит, что у него сразу развивается СПИД. Вирус может находиться в организме годами и десятилетиями, прежде чем носитель ВИЧ почувствует у себя признаки заболевания. Но это зависит от состояния иммунитета каждого человека, вирулентности (активности) вируса ВИЧ, который попал в организм, а также от образа жизни инфицированного.

Как передается ВИЧ

На сегодняшний день существует подтверждение нескольких **путей передачи ВИЧ** от одного человека к другому:

-  **половой** (при любом половом контакте с инфицированным человеком во время вагинального, орального или анального секса без презерватива);
-  **парентеральный** (через кровь – при применении загрязненных игл и шприцев наркоманами, при повреждении кожных покровов или слизистых оболочек медицинским инструментарием, загрязненным ВИЧ, при переливании крови зараженного ВИЧ донора);
-  **от ВИЧ-инфицированной матери ребенку** во время беременности, родов или при грудном вскармливании.

Наибольшая концентрация ВИЧ содержится в:

-  крови;
-  сперме;
-  грудном молоке.

В вагинальном секрете здоровой женщины тоже есть незначительное количество вируса. Однако, эрозии и другие гинекологические заболевания или инфекции, передающиеся половым путем, увеличивают содержание ВИЧ до опасных пределов и резко возрастает риск инфицирования полового партнера.





Наряду с перечисленными жидкостями, вирус содержится в моче, слюне, слезах, поте, но концентрация вируса в них очень незначительна, поэтому через них инфицироваться невозможно.

Таким образом, соблюдая определенные правила безопасного поведения, ВИЧ-позитивные люди не будут подвергать других людей риску инфицирования.










ВИЧ-позитивный человек не должен выступать в роли донора крови, спермы, органов, тканей.

Если вы употребляете наркотики внутривенно, нужно делать это по возможности новым одноразовым стерильным шприцом (если используете чужой – всегда дезинфицируйте его!).

ВИЧ — это неустойчивый вирус.

-  Он теряет свою активность после 10-минутной обработки 70% раствором спирта.
-  Его легко уничтожают домашние отбеливающие средства и различные химические средства (3% раствор перекиси водорода, эфир, ацетон, дезинфицирующие растворы широкого спектра действия).
-  Он быстро погибает при нагревании до температуры +56°C и выше в течение 30 минут.
-  Мгновенно погибает при кипячении.

ВИЧ не передается:

-  при совместном использовании кухонной посуды и других предметов быта (туалетных принадлежностей, полотенец, постельного и нательного белья, телефонов, туалетов, ванн, бассейнов и т.п.);
-  через воду и воздух;
-  через дверные ручки, поручни в транспорте, спортивные снаряды;
-  через пищу, приготовленную ВИЧ-инфицированным человеком;
-  через укусы насекомых или животных;
-  через прикосновения, объятия или рукопожатия;
-  через дружеские поцелуи;
-  через чихание или кашель;
-  через домашних животных.

Что такое тест на ВИЧ

Для того, чтобы определить, инфицирован человек или нет, необходимо пройти тестирование на ВИЧ (по научному – первичный скрининг на антитела к ВИЧ). Если во время такого исследования будет выявлен позитивный результат, проводятся дополнительные (подтверждающие) тесты. Только на их основании пациенту сообщают окончательный результат.

Тестирование на ВИЧ осуществляется следующими методами:

Быстрые (простые) экспресс тесты

В последнее время широкое распространение получили так называемые «быстрые тесты». Быстрые тесты для выявления антител к ВИЧ — это диагностические наборы (тест-системы), применение которых позволяет получить результат сравнительно быстро (10–30 мин.) без использования специального оборудования.

Процедура тестирования достаточно проста, и состоит из нескольких несложных действий. Для постановки экспресс-теста с целью выявления антител к ВИЧ может исследоваться цельная кровь (из вены или пальца), сыворотка или плазма крови.

Результат быстрого теста не служит основанием для постановки диагноза «ВИЧ-инфекция». Он должен обязательно быть подтвержден лабораторным тестом.

ИФА – иммуноферментный анализ, определяющий антитела к ВИЧ.

Забор крови в этом случае производится из вены. Проведение тестирования с использованием этого метода требует специального оборудования, соответственно, возможно оно только в условиях лабораторий, которые аттестованы на этот вид исследования.

Для проведения подтверждающих исследований используют различные комбинации ИФА-тестов. В отдельных случаях применяют дополнительное исследование с использованием метода иммунного блота.

Иммунный блот — метод, который позволяет выявлять антитела к отдельным специфическим антигенам ВИЧ.

Медицинское значение теста

Итак, при первичном обращении в кабинет Доверия или другое учреждение с целью обследования на ВИЧ, человеку, прежде всего, проводят тестирование методом иммуно-ферментного анализа (ИФА). Этот анализ позволяет определить наличие в крови антител к ВИЧ.

Однако этого анализа все же недостаточно, чтобы врач-инфекционист поставил диагноз «ВИЧ-инфекция». Почему?

Когда определенный вирус попадает в организм человека, тот, в свою очередь, начинает вырабатывать антитела. Это универсальная реакция организма на заражение. Оказывается, молекулярная структура антител к ряду вирусов (например, вируса герпеса, гепатита, оспы и ряда других) может иметь схожее строение и взаимодействовать с реактивом, используемым для обнаружения антител к вирусу ВИЧ. В таком случае мы можем получить ложно-положительный результат (т.е. тест показывает положительный результат, но на самом деле человек не инфицирован). Чтобы избежать ложно-положительных результатов, и проводятся подтверждающие исследования.

После теста

Согласно украинскому законодательству по вопросам ВИЧ/СПИД тестирование на ВИЧ в Украине должно быть добровольным, бесплатным и конфиденциальным, а по желанию и анонимным, то есть вы не должны обязательно указывать ваше имя, фамилию и какие-либо личные данные. Никто не может принудить вас к прохождению теста. Если же вас заставляют пройти тест на работе, по месту учебы или службы, при приеме на работу — стоит обратиться за разъяснением или юридической помощью во Всеукраинскую сеть ЛЖВ.

Прохождение теста в обязательном порядке сопровождается до- и послетестовым консультированием. В отдельных учреждениях для этого направляют на обязательную консультацию к психологу. Данную процедуру врач обязательно должен предлагать всем желающим пройти тестирование. Это важно для того, чтобы каждый человек осознал свои риски относительно инфицирования ВИЧ и изменил свое поведение на более безопасное в плане инфицирования.

Если первый результат вашего быстрого теста на ВИЧ или ИФА положительный, вас направят в Центр СПИДа или местный кабинет Доверия лечебного учреждения, где проведут подтверждающие исследования, а затем (в случае необходимости) проконсультируют о дальнейшей жизни с ВИЧ и видах предоставляемой помощи.

Очень важно стать на учёт у врача, поскольку только через Центр СПИД или кабинет Доверия вы можете получить:

- ⌘ правильное медицинское наблюдение и бесплатную антиретровирусную терапию (АРТ), если в ней со временем появится необходимость;
- ⌘ профилактику т.н. оппортунистических инфекций – заболеваний человека с ослабленной иммунной системой, вызванных микроорганизмом, который, как правило, не является болезнетворным для обычного человека, но способен вызывать заболевание в тех случаях, когда иммунная система серьезно ослаблена.

- 🕒 первоочередной доступ к заместительной терапии метадоном или бупренорфином (для наркопотребителей);
- 🕒 услуги немедицинского ухода (поддержку по принципу «равный-равному», психологическую и гуманитарную помощь и т.п.).

Мы рекомендуем всем пациентам, у которых впервые выявлены антитела к ВИЧ, обращаться сразу в соответствующий региональный центр СПИДа или кабинет Доверия в тех городах, где нет центров СПИДа.

Для чего это нужно?

Результат теста говорит только о наличии вируса в организме, а не о состоянии здоровья человека.

Проведя первичное стандартное обследование, врач сможет получить важную информацию относительно вашего состояния здоровья. С этими данными он

будет сравнивать результаты дальнейшего наблюдения, что позволит своевременно выявлять и адекватно оценивать любые изменения.

Целью первичного обследования является:

- 🕸 подтверждение клинического диагноза «ВИЧ-инфекция»;
- 🕸 определение стадии заболевания;
- 🕸 выявление оппортунистических инфекций и/или сопутствующих заболеваний, определение риска их развития для определения дальнейшей тактики лечения таких заболеваний;
- 🕸 выявление у больного показаний к назначению антиретровирусной терапии.

Центры СПИД обязаны соблюдать конфиденциальность вашего диагноза и всей связанной с ним информации. Результаты вашего теста на ВИЧ должны быть известны только вам.

Какие же дальнейшие шаги вы должны совершить?

Для начала необходимо определиться с тем, о какой стадии заболевания идет речь в вашем конкретном случае. Одно дело — вы недавно инфицировались и сейчас можно обойтись профилактическими мероприятиями по недопущению или по максимальному торможению развития ВИЧ-инфекции, и совсем другое, когда ВИЧ у вас уже давно, и антиретровирусное лечение уже имеет жизненное значение.

Главным с точки зрения дальнейшей лечебно-профилактической тактики является так называемый **анализ «на иммунологию»**. Так это обследование обычно называют «в народе». Научный смысл этого анализа состоит в том, что с его помощью определяется количество CD4 Т-лимфоцитов. У здорового человека оно колеблется в пределах 900–1500 клеток в 1 мл крови. Если это обследование покажет,

что число CD4 клеток у вас упало ниже 500, значит, вы инфицированы достаточно давно, а если их число опустилось уже ниже 200, то, скорее всего, врач посоветует вам начинать антиретровирусную терапию немедленно.

Еще одним анализом является **вирусная нагрузка**. Это молекулярно-биологический метод исследования (ЦПР-диагностика), который позволяет определять в крови ВИЧ-инфицированного молекулы РНК самого вируса. Результат такого исследования может выглядеть следующим образом: «число копий вируса ниже...». Поэтому, если в результате постановки данного анализа получен результат «число копий вируса в 1 мкл крови ниже 40», врач вам сообщит, что вирусная нагрузка у вас нулевая и находится на неопределяемом уровне. Такие показатели могут быть установлены на начальной стадии ВИЧ-инфекции или при успешно проводимой антиретровирусной терапии, когда пациент принимает АРТ в назначенное врачом время.

Это весьма дорогой анализ, его себестоимость колеблется в пределах 50–100 \$, поэтому обычно делают его не всем, а тем пациентам, которым назначают АРТ, или которые уже получают такое лечение. Если антиретровирусная терапия даёт эффект, то вирусная нагрузка падает до нулевого уровня или, точнее говоря, находится на неопределяемом уровне.

Для ранней диагностики ВИЧ-инфекции у детей, рожденных ВИЧ-инфицированными матерями, применяют другой молекулярно-биологический метод (качественный ПЦР), который позволяет выявлять в крови провирусную ДНК ВИЧ. Это уникальная и чрезвычайно ценная диагностическая возможность для определения инфицированности новорожденных детей, поскольку хорошо известно, что у таких детей до 18 месяцев после рождения в крови сохраняются антитела к вирусу ВИЧ, попавшие в кровь плода от ВИЧ-инфицированной мамы. Пожалуй, это единственный из существующих на сегодняшний день методов, гарантирующих точную и надежную диагностику ВИЧ у таких маленьких детей.

ВИЧ-ПОЗИТИВНЫЙ:

ЧТО ТЕПЕРЬ?

Жизнь продолжается. И в ваших силах сделать ее здоровой и счастливой. Важно только знать, что жизнь с ВИЧ требует определенных изменений и ограничений, некоторых усилий по поддержанию здорового образа жизни. Сейчас важно ставить реалистичные цели по постепенному изменению своей повседневной жизни.

Знание о своем ВИЧ-положительном статусе порождает очевидную неопределенность и страх, которые распространяются на все сферы жизни. Это чувство опасности, безусловно, является самой большой проблемой. Закономерно возникает множество вопросов, которые касаются значения инфекции для собственной жизни, относительно здоровья, сексуального поведения, социальных контактов и др.

Раскрытие ВИЧ-положительного статуса

Вы не обязаны рассказывать другим о вашем диагнозе. Иногда это может принести много неприятностей, поскольку случаев безграмотности и предрассудков, связанных с ВИЧ, к сожалению, предостаточно.

Но вы не должны забывать о другом – у вас есть дети, семья, друзья, близкие – поэтому вас мучает вопрос, говорить ли им о том, что вы инфицированы ВИЧ, и как это сделать. **Помните о своей ответственности перед ними.** Рассказать о том, что анализ дал положительный результат – это сложный шаг, и если вы чувствуете, что растерялись, можно обратиться за советом к психологу или людям, которые уже прошли через подобные проблемы – их координаты подскажут в общественных организациях, работающих с ЛЖВ. Очень важно, чтобы советчик был доста-

точно компетентен, хорошо знал проблему — тогда его советы не причинят вред.

В большинстве регионов работают организации, созданные самими ЛЖВ именно для помощи таким, как вы. В любом случае не следует принимать поспешных решений относительно раскрытия другим людям вашего ВИЧ-статуса до тех пор, пока вы не убедитесь, что это в самом деле будет полезным для вас и для них. Но помните – здесь очень важно избегать необдуманных шагов, взвесить все «за» и «против». В тоже время важно рекомендовать своим половым партнёрам и друзьям, с которыми вы, возможно, употребляли наркотик из одной посуды или одним шприцем, пройти консультирование и тестирование на ВИЧ. Тем более, что его можно пройти бесплатно и анонимно.

В день установления диагноза

Прохождение теста на ВИЧ, как следствие, положительный его результат могут оказаться тяжелым испытанием. Если вы решили сделать анализ в любом медицинском учреждении (включая женские консультации), то вам обязаны предоставить бесплатное до- и послетестовое консультирование, где вы могли бы не только ознакомиться с информацией о ВИЧ/СПИД, но и получить ответы на интересующие вас вопросы. Впрочем, предоставляемой доктором информации зачастую недостаточно, чтобы разрешить ваши сомнения. Основная цель консультирования по вопросам ВИЧ — оказание психологической поддержки, которая поможет справиться со стрессом. Вам помогут осознать, что диагноз «ВИЧ-инфекция» — не смертный приговор, что жизнь не закончилась и должна продолжаться, а ключ к долгой жизни — забота о своем физическом и психическом здоровье.

Чтобы получить информацию и воспользоваться советом, можно при желании обратиться в другие организации или позвонить по телефону горячей линии доверия. Помните, что вы не одиноки. Многие люди

пережили то же самое и при этом живут полноценной жизнью, создают семьи (так, существует немало случаев, когда один из партнеров имеет ВИЧ-статус, а другой — нет), рожают здоровых детей. Во многих организациях работают группы самопомощи для ЛЖВ, и Вы можете записаться в них и начать посещать.

Правовые вопросы

Узнав о ВИЧ-положительном статусе, человек непременно сталкивается с множеством правовых вопросов.

Знай свои права!

ОБНАРУЖЕНИЕ ВИЧ-ИНФЕКЦИИ

Согласно Закону Украины «О предотвращении заболевания синдромом приобретенного иммунодефицита (СПИД) и социальной защите населения» от 12 декабря 1991 года №1972.XII, каждый гражданин Украины, иностранец или лицо без гражданства,

которые постоянно проживают на территории Украины, имеет право на:

- 🔗 медицинский осмотр с целью выявления инфицирования вирусом иммунодефицита человека;
- 🔗 получение официального вывода о результатах такого медицинского осмотра и квалифицированных рекомендаций относительно предотвращения распространения ВИЧ-инфекции.

Медицинский осмотр проводится добровольно (бесплатно), а также только в государственных и коммунальных учреждениях здравоохранения, которые имеют соответствующим образом оборудованные специальные лаборатории, аккредитованные Минздравом Украины.

Человек, прошедший медицинский осмотр, имеет право на переосвидетельствование в любое время в том же или, по своему выбору, в другом аккредитованном в установленном порядке заведении здравоохранения (статья 7).

АНОНИМНОСТЬ И КОНФИДЕНЦИАЛЬНОСТЬ

Медицинский осмотр на выявление ВИЧ-инфекции по желанию может быть проведен анонимно.

Сведения о результатах медицинского осмотра, наличии или отсутствии ВИЧ-инфекции у лица, которое прошло медицинский осмотр, являются конфиденциальными и представляют собой врачебную тайну.

Если возникает необходимость постановки на учет, Вам необходимо сообщить свою фамилию. При этом вам гарантируется конфиденциальность.

Разглашение сведений о проведении медицинского осмотра на выявление ВИЧ-инфекции преследуется законом согласно статье 132 Уголовного кодекса Украины.

ПРАВА ВИЧ-ИНФИЦИРОВАННЫХ В УКРАИНЕ

ВИЧ-инфицированные и больные СПИДом граждане Украины пользуются всеми правами и свободами, предусмотренными Конституцией и законами Украины, другими нормативно-правовыми актами Украины.

Кроме общих прав и свобод, они имеют право также на:

- ⚡ возмещение убытков, связанных с ограничением их прав, которые имели место вследствие разглашения информации о факте инфицирования;
- ⚡ безвозмездное обеспечение лекарствами, необходимыми для лечения любого имеющегося у них заболевания, средствами личной профилактики и на психосоциальную поддержку;
- ⚡ бесплатный проезд к месту лечения и в обратном направлении за счет лечебного учреждения, которое выдало направление на лечение;
- ⚡ пользование изолированной жилой комнатой (Статья 17 Закона Украины «О предотвращении заболевания синдромом приобретенного имму-

нодефицита (СПИД) и социальной защите населения»).



Запрещается отказ в принятии в лечебные учреждения, в предоставлении медицинской помощи, ущемление других прав лиц на основании того, что они являются ВИЧ-инфицированными или больными СПИДом, а также ущемление прав их родных и близких на этом основании (статья 18). Лица, заражение которых ВИЧ-инфекцией произошло вследствие выполнения медицинских манипуляций, имеют право на возмещение в судебном порядке причиненного их здоровью вреда за счет виновного лица (статья 20).

Если в семье есть ВИЧ-позитивный ребенок, родители имеют право на:

- 🕸 общее пребывание в стационарах с детьми в возрасте до 14 лет с освобождением на это время от работы с выплатой помощи по временной нетрудоспособности;
- 🕸 сохранение за одним из родителей в случае увольнения его с работы в связи с уходом за ребенком в возрасте до 16 лет непрерывного трудового стажа (статья 21).

ПРЕДОСТАВЛЕНИЕ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ ВИЧ-ИНФИЦИРОВАННЫМ

Если у человека выявлен ВИЧ/СПИД, то он должен знать, что:

-  отказ в принятии в лечебные учреждения, в предоставлении медицинской помощи, ущемление других прав лиц на основании того, что они являются ВИЧ-инфицированными или больными СПИДом, а также ущемление прав их родных и близких на этом основании — запрещен (статья 18 Закона Украины «О предотвращении заболевания синдромом приобретенного иммунодефицита (СПИД) и социальной защите населения»);
-  неправомерные действия должностных лиц, которые нарушают права ВИЧ-инфицированных и больных СПИДом, их родных и близких, могут быть обжалованы в суде (статья 19).

Если права ВИЧ-позитивного человека нарушаются, помните — вы можете себя защитить. В частности, необходимую консультационную помощь всегда может оказать юридический отдел Всеукраинской сети людей, живущих с ВИЧ. Кроме того, квалифицированные юристы работают и во многих региональных ВИЧ-сервисных организациях.

ЖИЗНЬ С ВИЧ

Итак, тест дал положительный результат.
Что же дальше?

Медицинский уход

На ранних стадиях ВИЧ-инфекция обычно не имеет симптомов, и в течение нескольких лет вы можете чувствовать себя достаточно хорошо.

Единственным медицинским учреждением, где оказывается квалифицированная медицинская помощь ВИЧ-инфицированным людям, является Центр СПИДа. Многие ВИЧ-позитивные люди предпочитают обращаться к врачам-специалистам, которые также имеют опыт лечения болезней и проблем, связанных с ВИЧ. Однако лучше всего, когда на консультацию к врачу-специалисту вас направляет ваш лечащий врач из центра СПИДа. Самостоятельно идти к врачу-специалисту и решать вопросы, связанные с ВИЧ-инфекцией, может быть неэффективно, поскольку это опасно и противоречит

системе оказания помощи ВИЧ-позитивным людям. Всё дело в том, что ВИЧ-инфекция является таким заболеванием, которое накладывает свой отпечаток на протекание многих болезней у человека, часто способствуя появлению нехарактерных симптомов, а также вызывая большие трудности или порождая ошибки в постановке диагноза того или иного заболевания. Это подвергает больного риску получить неадекватное лечение, а нередко угрожает тяжелыми осложнениями тех или иных заболеваний.

Даже если вы чувствуете себя хорошо, наличие в вашем организме ВИЧ означает, что вы можете быть уязвимы и к другим инфекциям, вызываемым микроорганизмами, которые люди с неповрежденной иммунной системой могут легко побороть. Поэтому желательно заботиться о собственном здоровье, хорошо питаться, а также, по возможности, отказаться от привычек, которые могут повредить вашему здоровью, таких как курение, употребление спиртных напитков или наркотиков. Очень важно, кроме того, избегать и сильных, особенно длительных, психологических стрессов, о чем мы уже выше говорили.

Контроль состояния здоровья

Не забывайте регулярно посещать вашего лечащего врача. Важно, чтобы он знал, как быстро у вас развивается ВИЧ-инфекция, поскольку он в состоянии определить, нужно ли вам начинать лечение и когда это сделать. Для того, чтобы установить, в какой степени развивается болезнь, врачи исследуют состояние вашей иммунной системы.

На темп прогрессирования ВИЧ-инфекции влияет образ жизни человека (придерживайтесь здорового образа жизни, если хотите замедлить процесс развития болезни!), наследственность человека и особенности штамма вируса, который попал в ваш организм. В среднем принято считать, что число CD4 клеток в обычных условиях падает на 50 клеток в год. Если у вас после очередной сдачи крови на «иммунологию» обнаружилось резкое отклонение от предыдущего анализа (более чем на 50–100 клеток),

то рекомендуется провести анализ повторно. Дело в том, что число CD4 клеток может колебаться не только от прогресса ВИЧ-инфекции, но и под воздействием некоторых других факторов. В их числе – время суток, сопутствующие инфекции, настроение, пережитый стресс, критические дни и др.

Снижение количества клеток CD4 ниже 200 считается достаточно серьезным показателем развития заболевания и обычно означает необходимость начать лечение при помощи АРВ-препаратов.

Помните! По всем медицинским аспектам жизни с ВИЧ нужно придерживаться рекомендаций только врачей и ни в коем случае не друзей, социальных работников и т.д., как сильно бы вы им не доверяли. В том случае, если рекомендации отдельного врача вызывают у вас сомнения, нужно проконсультироваться с другим врачом, который специализируется на ВИЧ, но ни с каким другим специалистом.

Любовные отношения, семья и дети

Возможно, вы опасаетесь, что инфицирование ВИЧ означает, что вы не сможете вести нормальную сексуальную и семейную жизнь. Действительно, возникнут новые вопросы и сложности, однако если вы будете следовать правилам безопасного секса, то никаких проблем со здоровой и активной сексуальной жизнью у вас не возникнет, независимо от того, является ли ваш партнер ВИЧ-инфицированным.

Даже если и вы, и ваш партнер инфицированы, рекомендуется пользоваться презервативами. Это связано с тем, что существуют разные виды ВИЧ, и позитивный человек может повторно инфицироваться другим, более опасным или устойчивым к определенным АРВ-препаратам видом вируса. Повторное инфицирование возможно также при контакте с чужой кровью.

ВИЧ-позитивные женщины могут родить здоровых детей при адекватной медицинской помощи.

Услуги

В Украине предоставляется много специальных услуг для людей, живущих с ВИЧ. Среди наиболее распространенных можно назвать группы самопомощи. Многим людям очень помогает общение с другими ВИЧ-позитивными, поскольку они сталкиваются с аналогичными проблемами и у них возникают одни и те же вопросы. При необходимости более подробную информацию можно получить в отделениях ВБО «Всеукраинская сеть ЛЖВ», Центрах СПИД или по телефону доверия вашего города (если таковой существует), а также дозвонившись на национальную линию телефона доверия. Звонок является бесплатным, вне зависимости от вашего места расположения.

Телефоны горячих линий — существует ряд горячих линий (или телефонов доверия), которые могут предоставить бесплатный и конфиденциальный совет по вопросам ВИЧ/СПИД по телефону.

Круглосуточный и бесплатный национальный телефон доверия по вопросам ВИЧ/СПИД:

0 800 500 451.

Звонки со стационарных телефонов по номеру телефона горячей линии бесплатные по всей территории Украины. Консультантами телефона доверия являются профессиональные психологи, психиатры, психотерапевты и врачи-инфекционисты с многолетним опытом работы в сфере телефонного консультирования и в ВИЧ-сервисе.

Работает веб-сайт www.helpme.com.ua, на котором каждый имеет возможность прочитать материалы по проблеме ВИЧ/СПИД и наркомании, а также задать вопросы специалисту по этой проблематике как в виде электронного письма, так и в режиме он-лайн.

Информация/публикации — многие организации публикуют информационные материалы для людей, живущих с ВИЧ (брошюры, буклеты, листовки, книги). Если вам нужна дополнительная информация о ВИЧ и СПИД, смотрите книги Альянса «**Люди и ВИЧ**» и «**Настольная книга для позитивных людей**» или издания других организаций, которые работают в ваших регионах. Кроме того, хорошим источником дополнительной информации для людей из всех регионов Украины может послужить интернет-страница Всеукраинской сети людей, живущих с ВИЧ: www.network.org.ua

Данное издание представляет собой адаптированную и дополненную версию первых разделов публикации «Настольная книга для позитивных людей», при подготовке которой были использованы материалы буклетов из серии «Для позитивных людей», подготовленных и опубликованных организациями: «Врачи без границ» и «Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине» на основе материалов NAM и дополненных в 2008 году при участии ведущих специалистов по ВИЧ/СПИД в Украине.

Научный редактор: Неля Ченцова, кандидат биологических наук, Киевский городской центр СПИДа

Редактор: Мирослава Андрущенко

Огромная благодарность Ольге Сидоренко, Алексею Осначу и Виктору Исакову за высказанные замечания и дополнения.

Распространяется бесплатно. Тираж: 20 000 экз.

© Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине, 2010

Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине

Адрес: ул. Димитрова, 5, корпус 10А, 9-й этаж 03680, г. Киев, Украина

Тел.: (+380 44) 490-54-85

E-mail: office@aidalliance.org.ua

Факс: (+380 44) 490-54-89

Web: www.aidsalliance.org.ua