

ЧТО ДАЛЬШЕ?



**ЕСЛИ У ВАС ЕСТЬ
ВОПРОСЫ, СОМНЕНИЯ,
ВАМ НЕОБХОДИМА
КОНСУЛЬТАЦИЯ, ЛЕЧЕНИЕ,
ОБРАЩАЙТЕСЬ ЗА ПОМОЩЬЮ:**

ГКУЗ ПК «Пермский краевой центр
по профилактике и борьбе
со СПИД и инфекционными заболеваниями»
тел. регистратуры: **285-03-56**
www.aids-centr.perm.ru



ДИАГНОЗ ВИЧ-ИНФЕКЦИЯ – ЧТО ЭТО ЗНАЧИТ?

Это значит – что в вашей крови присутствует ВИЧ-вирус иммунодефицита человека. Как правило, в течение нескольких лет после заражения, человек чувствует себя здоровым. Однако, вирус способен постепенно разрушать иммунную систему, приводя к различным болезням. Поэтому важно раз в 6 месяцев проходить диспансерное наблюдение в центре СПИДа, чтобы предотвратить развитие болезни и вовремя начать лечение.

Существуют лекарства, которые сдерживают развитие вируса и лечат болезни, появившиеся по причине ВИЧ.

ОТНОШЕНИЕ К СЕБЕ

Известие о диагнозе не проходит для человека безболезненно. Этому есть масса причин: нехватка информации, предубеждение в обществе, невозможность на данный момент полного излечения и другие. Человек, узнав о своем ВИЧ-положительном статусе, неизбежно переживает кризис. Кризис (в переводе с греческого) – поворотный пункт, исход. Причина любого кризиса в том, что старые формы поведения неприемлемы в изменившихся условиях. В жизни происходит перемена, – появляется ВИЧ, – и надо приложить усилия, научиться жить с ним.

Процесс принятия своего ВИЧ-положительного статуса иногда затягивается на годы. **А ведь это самое главное, что человек может в первую очередь сделать для себя!** Не испытывать чувство вины за свою ВИЧ-инфекцию ни перед собой, ни перед окружающими. Любить себя и вести активную социальную жизнь, вне зависимости от наличия в крови вируса. **Когда человек живет в мире с самим собой, ВИЧ-инфекция развивается значительно медленнее.**

ОТНОШЕНИЯ С ДРУГИМИ

Положительный диагноз на ВИЧ – сильнейший стресс. Большинству людей необходимо поделиться, выговориться. В первое время старайтесь открываться только тем людям, в ком Вы уверены, что они окажут Вам помощь и поддержку, не расскажут о Вашем диагнозе кому-нибудь еще.

Если Вы находитесь под воздействием сильных эмоций, то, может быть, лучше сначала позвонить по телефону доверия или обратиться к психологу Центра. В этом случае Вы можете быть совершенно уверены, что разговор останется в тайне, и не будет иметь для Вас никаких нежелательных последствий.

С диагнозом ВИЧ-инфекция жизнь не заканчивается. Жизнь продолжается. Как и насколько долго она будет продолжаться, во многом зависит от самого человека, от его душевного и духовного состояния.

ОЗНАЧАЕТ ЛИ ДИАГНОЗ «ВИЧ-ИНФЕКЦИЯ», ЧТО ВАША ЖИЗНЬ ИЗМЕНИТСЯ?

ДА, потому что при ВИЧ-инфекции важно чувствовать себя хозяином положения, а не беспомощной жертвой. Знание – сила, поэтому постарайтесь больше узнать о развитии ВИЧ-инфекции, о значении различных анализов, о способах поддержать свое здоровье, о новых лекарствах и методах лечения.

ДА, потому что заботиться о своем душевном и физическом здоровье нужно уже сейчас. Постарайтесь отказаться от курения, употребления наркотиков, не злоупотребляйте алкоголем. Избегайте стрессов, не отказывайте себе в полноценном сне, отдыхе, движении на свежем воздухе, развлечениях и общении.

ДА, потому что в Ваших силах не допустить заражения ВИЧ Вашего полового партнера. Избежать заражения можно, если при каждом половом контакте пользоваться презервативом. Закон предусматривает уголовную ответственность не только за умышленное заражение, но и за постановку в опасность заражения ВИЧ (ст. 22 уголовного кодекса РФ).

НЕТ, потому что почти во всех случаях, Вы сможете продолжить работать по специальности. Исключение составляют лишь несколько профессий, оговоренных в Федеральном законе. Вы не обязаны оповещать работодателей и сослуживцев о наличии у Вас ВИЧ-инфекции.

НЕТ, потому что Ваши родные, друзья, соседи – те люди, с которыми Вы не имеете половых контактов и не употребляете совместно наркотики – не могут заразиться от Вас, и нет необходимости сообщать им о Вашем диагнозе.

НЕТ, потому что ВИЧ-инфекция – не повод отказаться от своих планов и интересов, от учебы, работы и развлечений.

