

Маєте острах стосовно того, щоб звернутися по АРВ-терапію?

Люди, які живуть з ВІЛ можуть звинувачувати себе, відчувати провину за свій статус, думати, що статус визначає їх більше, ніж вони самі, а отже вони нічого не варти. Це називається самостигмою.

Приміром, ви можете переживати через те, як почуватимуться друзі під час вашого спільногого перегляду кінофільмів увечер п'ятниці, можете боятися осуду лікарів, чи страхатися, що ваш ВІЛ-позитивний статус стане відомий колегам. Ви можете мати непереборне бажання тримати свій статус у секреті — адже вам соромно за нього.

Звісно ж, усі ці переживання є нормальними, але самостигма як явище — ні. Самостигма наче блокує поступ і не дає людині повністю прийняти новину про інфікування ВІЛ. Така людина ніби постійно перебуває в напрузі, боїться кожного кроку, кожного соціального або фізичного контакту.

Попри всі переконання, коментарі та ситуації, з якими ви стикалися до того, як дізналися про свій статус, спробуйте переосмислити все зараз ще раз.

ВІЛ — вірус, а вірус може підхопити будь-яка людина. **Ви не винні у тому, що у вас ВІЛ.** Позитивний статус не робить вас ані кращою, ані гіршою людиною.

Після того, як ви дізнаєтесь про свій статус, ви можете по-різному давати собі раду, по-різному реагувати на новину та вчиняти теж по-різному. Те, яку модель поведінки ви оберете, залежить від вас.

ВІЛ можна контролювати завдяки АРВ-терапії. Ще кілька десят років тому це було неможливим. Лише одна таблетка на день може зменшити рівень вірусного навантаження до такого, що не визначається тестом, а отже — не передається.

Ваші близькі, ваші лікарі готові вас підтримати, але рішення про початок АРВ-терапії та дотримання щоденного плану вживання ліків — за вами. **АРВ-терапія** — це ваша відповідальність і **ваше правильне рішення.**

Безплатне конфіденційне тестування на ВІЛ

Замовити оральний тест на ВІЛ

<https://prozdorovia.in.ua/anketa/>

Гаряча лінія з питань ВІЛ/СНІД:

0 800 500 451

**Безкоштовно з усіх номерів
на території України**

<https://arv.phc.org.ua>



НЕ ВИЗНАЧАЄТЬСЯ ЗНАЧИТЬ НЕ ПЕРЕДАЄТЬСЯ

**Ти можеш
ділитися любов'ю
і не передавати
ВІЛ**



ЦЕНТР
ГРОМАДСЬКОГО
ЗДОРОВ'Я



НЕ ВИЗНАЧАЄТЬСЯ ЗНАЧИТЬ НЕ ПЕРЕДАЄТЬСЯ



ЦЕНТР
ГРОМАДСЬКОГО
ЗДОРОВ'Я

Що таке Н=Н, або Не визначається = Не передається?

Часто люди, які живуть з ВІЛ, можуть жити з переважанням, що їхнє тіло є джерелом інфекції та становить загрозу для близьких та їх оточення. Здається, що тепер не можна кохатись, народжувати дітей, цілувати близьких. Це не так!

Якщо людина, яка живе з ВІЛ, приймає спеціальні ліки (АРВ-терапію) на щоденній основі, то вірусу в крові стає настільки мало, що він не визначається за допомогою спеціальних методів лабораторних обстежень (аналіз на вірусне навантаження), а відтак не передається.

Багатьма міжнародними дослідженнями підтверджується, що серед дискордантних пар, тобто пар, де один партнер має ВІЛ, а інший – ні, ВІЛ-інфекція не передається

АРВ-терапія та зниження рівня вірусного навантаження (до невизначуваного рівня) дають змогу позбутися відчуття приреченості через нібито загрозу власного тіла. АРВ-терапія повертає відчуття безпеки, приирає страхі інфікувати і дарує купу митей життя, яких може інколи так бракувати: побачення, кохання, одруження, народження дитини тощо.

Ви можете не боятися ходити на побачення

Ви можете не боятися займатися сексом

Ви можете не боятися завагітніти і народити дитину

Ви можете не боятися. Час почати отримувати задоволення від життя у безпеці

Що таке АРВ-терапія?

Антиретровірусна терапія — це невід'ємний компонент програми надання комплексної медичної допомоги людям, які живуть з ВІЛ. Метою АРВ-терапії є максимальне пригнічення розмноження вірусу в організмі, відновлення функції імунної системи, продовження та підвищення якості життя людям, які живуть з ВІЛ-інфекцією.

АРВ-терапія в Україні абсолютно безоплатна та призначається усім, не залежно від клінічної стадії перебігу ВІЛ-інфекції та кількості CD4 клітин.

Необхідні препарати закуповує держава, а лікарі призначають лікування індивідуально.

Здебільшого, це одна таблетка, яка приймається щоденно

Результат АРВ-терапії: людина, яка живе з ВІЛ не може інфікувати інших, її імунітет відновлюється до звичайного рівня і вона може жити довшим та більш повноцінним життям. І не важливо, як ви розумієте словосполучення «повноцінне життя», — АРВ-терапія дає вам можливість жити так, як ви того хочете. Лиш не забувайте щодня приймати ліки.



Як отримати АРВ-терапію?

1 Якщо у вас позитивний результат на антитіла до ВІЛ — зверніться до свого сімейного лікаря, кабінету «Довіра» або найближчого центру СНІДу. Уся інформація про ваш стан здоров'я конфіденційна та закодована.

2 Наступний крок — остаточне підтвердження ВІЛ-статусу. Зазвичай, це займає дуже мало часу, від 1 до 3 днів. Також проводиться оцінка стану імунітету.

3 Початок АРВ-терапії можливий (і часто практикується) в день підтвердження діагнозу ВІЛ-інфекції.

Разом з лікарем ви обговорюєте план прийому АРВ-терапії (здебільшого це 1 таблетка, яка приймається 1 раз в день на постійній основі). Разом з АРВ-терапією ви можете ще якийсь час вживати додаткові ліки, що знижують ризик розвитку супутніх захворювань.

4 На початку лікування Ви отримуєте комплекс АРВ-препаратів на перший місяць та розпочинаєте АРВ-терапію.

Ліки необхідно приймати щодня приблизно в один зручний для вас час. Дуже важливо не пропускати час прийому ліків — вірус може пристосуватися до компонентів препарату і стати невразливим до них, де, здебільшого, під час заміни та прийому інших схем АРВ-терапія буде представлена більшою кількістю таблеток.

5 Коли ви будете мати невизначений рівень вірусного навантаження, яке досягається через 6 місяців за умови щоденного прийому ліків, то зможете отримувати АРВ-терапію одразу на довший проміжок часу, від 3 до 6 місяців.