

лечение ВИЧ-инфекции
вопросы и ответы

Не начинай употреблять наркотики, если начал — прекрати.



Если употребляешь наркотики, делай это неинъекционным путем.



Если все же колешься, делай это только новым (стерильным) шприцем.



Если нет возможности каждый раз использовать стерильный шприц, по крайней мере, никогда не пользуйся чужим.



Если пользуешься чужим шприцем, всегда дезинфицируй его.

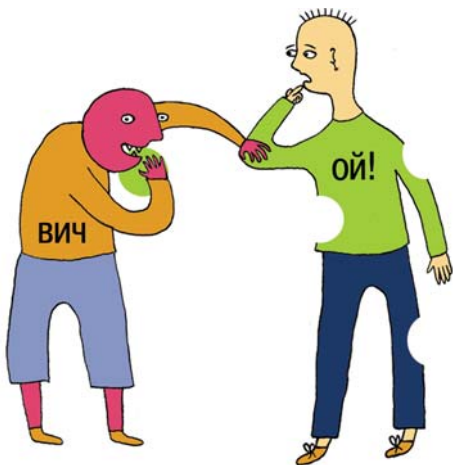
Содержание

Какие опасности подстерегают человека, живущего с ВИЧ? . . .	5
Я вообще не хочу знать, есть у меня ВИЧ или нет! Мне так спокойнее.	6
Где я могу сдать кровь на ВИЧ?	7
Не понимаю, зачем мне глотать какие-то таблетки? Я нормально себя чувствую!	8
Если ВИЧ не смертельное заболевание, почему люди умирают от СПИДа?	9
Если я начну лечиться, мне всю жизнь придется пить таблетки?! Я не хочу чувствовать себя инвалидом и зависеть от лекарств!	10
Если я начну пить таблетки, как скоро я почувствую себя лучше?	10
Я употребляю наркотики и не доверяю врачам!	11
К кому я могу обратиться, если у меня возникнут проблемы с лечением, например, я пропущу время приема лекарств? . . .	12
Лечение? Для меня это невозможно, потому что я употребляю наркотики!	14
Мне рассказывали, что если начинаешь принимать лекарства от ВИЧ, появляются тяжелые побочные эффекты, ухудшается самочувствие!	15
Я не верю в это лечение. Это какой-то очередной эксперимент!	16
Я хочу стать мамой. ВИЧ может передаваться моему ребенку? . . .	17
Мне не нужно это лечение. Я употребляю наркотики. Со мной и так все кончено!	18
У меня нет денег на лечение!	19
Краткий словарь	20

ВИЧ-инфекция не излечима, потому что вирус, попавший в организм человека, пока что нельзя полностью уничтожить.

ВИЧ-инфекция не смертельна, если вовремя начать лечение. Можно снизить количество вируса в организме до безопасного уровня.

Жить с ВИЧ можно! Но важно знать, что есть лечение, которое позволяет сохранять хорошее самочувствие долгие годы. Если пустить заболевание на самотек, оно даст о себе знать в самых худших проявлениях. Опасность таится не в самом диагнозе «ВИЧ-инфекция», а в отношении человека к этому заболеванию.



Какие опасности подстерегают человека, живущего с ВИЧ?

В принципе, **любое** запущенное заболевание (например, грипп) может иметь серьезные последствия. ВИЧ-инфекция — не исключение. ВИЧ-инфекция затрагивает иммунную систему человека. При ослаблении иммунитета организм становится уязвимым для многих инфекций и заболеваний. Некоторые из них могут представлять опасность для жизни. Очень важно вовремя предотвратить появление и развитие этих болезней!

Чтобы противостоять ВИЧ-инфекции, тебе необходимо знать о состоянии своего здоровья. Для этого достаточно пройти медицинское обследование, которое покажет, в какой стадии развития находится ВИЧ. Возможно, в ближайшие годы тебе вообще не потребуется лечение. Но понять это ты можешь только с помощью врачей.

Я вообще не хочу знать, есть у меня ВИЧ или нет! Мне так спокойнее.

К сожалению, **вирусу совершенно все равно**, будешь ты о нем знать или нет. ВИЧ, попадая в организм человека, имеет одну цель — размножаться. А размножаться он может только за счет твоей иммунной системы. Чем сильнее будет чувствовать себя ВИЧ, тем слабее будет чувствовать себя твой организм.



Чем раньше ты узнаешь свой диагноз, тем больше у тебя шансов дать отпор ВИЧ-инфекции!



ВИЧ-инфекция – это твой враг.

Задача врага – уничтожить противника.

Таким противником для ВИЧ является твой организм!

Где я могу сдать кровь на ВИЧ?

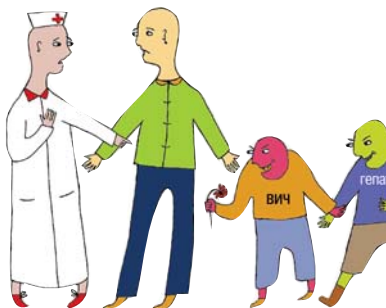
Анализ на ВИЧ можно сдать в СПИД-центре в твоём городе **бесплатно и анонимно** (без документов). До сдачи крови тебе должны рассказать, что такое ВИЧ, почему важно знать свой диагноз, что такое тест (анализ) на ВИЧ, какие результаты бывают, что они означают. Ты можешь задать врачам любые вопросы, которые тебя волнуют.

Если ты не знаешь, где в твоём городе можно сдать кровь на ВИЧ, обратись в программу снижения вреда.

Не понимаю, зачем мне глотать какие-то таблетки? Я нормально себя чувствую!

Возможно, тебе не придется сразу же принимать таблетки. Начинать лечение или нет, можно определить только после обследования, которое показывает, насколько ВИЧ-инфекция повредила иммунную систему. Самым коварным в ВИЧ-инфекции является то, что **по внешним признакам не всегда можно распознать, как далеко зашло заболевание.**

Один ВИЧ-инфицированный человек чувствует себя плохо, но его иммунная система может быть довольно крепкой. Стоит подлечить сопутствующие заболевания — и человек начинает чувствовать себя намного лучше. Другой человек чувствует себя нормально, но при обследовании выясняется, что его иммунная система слабеет. Контролировать развитие ВИЧ можно только при помощи врачей! ВИЧ-инфекция коварна и способна проявить себя в любой момент.



Если ВИЧ не смертельное заболевание, почему люди умирают от СПИДа?

Потому что многие ВИЧ-инфицированные люди обращаются за медицинской помощью **слишком поздно!** Если у человека помимо ВИЧ есть еще два-три сопутствующих заболевания, лечить его гораздо труднее. Иногда из-за какой-нибудь болезни вообще невозможно сразу же назначить лечение ВИЧ. Сначала приходится лечить сопутствующее заболевание (например, туберкулез или гепатит). Помни: чем раньше ты обратился к врачу, тем успешнее будет лечение!

Пройди обследование и узнай, насколько прогрессирует ВИЧ, не развиваются ли какие-нибудь другие заболевания. Врачи советуют обследоваться каждые полгода или хотя бы раз в год. Всегда лучше предупредить осложнения, чем бороться с

заболеваниями, которые уже вовсю хозяйничают в твоём организме! Нельзя жить все время с закрытыми глазами и думать, что ВИЧ-инфекция пощадит именно тебя.



Ты – хозяин своего здоровья. Не дай болезни победить тебя!



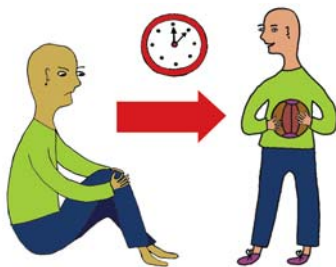
Если я начну лечиться, мне всю жизнь придется пить таблетки?! Я не хочу чувствовать себя инвалидом и зависеть от лекарств!

Каждому человеку трудно строить планы на много лет вперед. Сегодня ты употребляешь наркотики, но, возможно, настанет время, когда ты примешь решение изменить свою жизнь. Сейчас постарайся думать о том, что лекарства, которые ты будешь принимать, помогут тебе избежать серьезных проблем со здоровьем **на ближайшие несколько лет.**

Если я начну пить таблетки, как скоро я почувствую себя лучше?

ВИЧ-инфекция — это не головная боль и не расстройство желудка. Это сложное заболевание, и **эффект от лечения не может быть мгновенным.** Но если человек соблюдает режим приема лекарств, консультируется с врачом, следует медицинским предписаниям, состояние здоровья будет заметно улучшаться. Часто люди, кото-

рых привозят в больницу на «скорой помощи» в тяжелом состоянии, уже через три месяца восстанавливаются. Но все-таки лучше прийти на обследование, пока ты нормально себя чувствуешь. Это поможет тебе избежать многих осложнений и побочных эффектов.



Я употребляю наркотики и не доверяю врачам!

Обратись за помощью в проект снижения вреда к специалисту по социальной работе.

Социальный работник может отвести тебя в медицинское учреждение, помочь установить нормальный контакт с врачом, поддержать тебя и ответить на вопросы.

Для врача ты, прежде всего, человек, который нуждается в поддержке и лечении. Часто врач и пациент не могут найти общий язык из-за нежелания пациента лечиться и довериться врачу. Если тебя интересует твое здоровье, **недоверие можно будет преодолеть!**

Ты имеешь право на уважительное и доброжелательное отношение со стороны врача. Врач обязан хранить в тайне полученные от тебя сведения. Помни, что врач — такой же человек, как и ты, он помогает людям, у него очень тяжелая и ответственная работа. Относись к нему с уважением, не опаздывай на прием, будь открытым и вежливым.

К кому я могу обратиться, если у меня возникнут проблемы с лечением, например, я пропущу время приема лекарств?

Начиная принимать лекарства, помни, что **главным твоим союзником в лечении является врач**. Вы должны работать как одна команда. Задавай вопросы врачу, делись своими опасениями и проблемами, возникающими во время приема препаратов.

Узнай в СПИД-центре, может ли тебя проконсультировать человек, который сам какое-то время получает лечение. Часто такой человек является консультантом в СПИД-центре или в медицинском учреждении, где предоставляется

лечение. По-другому его называют «равный консультант». Равный консультант может поделиться своим опытом лечения.

Соблюдать режим лечения тебе могут помочь родственники, друзья, любимый человек — все, кому ты дорог. Попроси их проследить, чтобы ты принимал препараты вовремя. На всякий случай ставь будильник, он напомнит тебе о приеме лекарств.



Не стесняйся задавать вопросы врачу.
Выясни все подробности:

Сколько таблеток? Какого они размера?

Как часто их надо принимать?

Насколько точно по времени необходимо принимать таблетки?

Как хранить лекарства, чтобы они не испортились?

Надо ли соблюдать диету?

Как эти лекарства сочетаются с другими препаратами или наркотиками, которые ты принимаешь?

Лечение? Для меня это невозможно, потому что я употребляю наркотики!

Конечно, было бы лучше отказаться от приема наркотиков. Но если для тебя это пока невозможно, ты **все равно можешь начать лечение**. Не скрывай от врача факт употребления наркотиков. Это важно, потому что наркотики и лекарства могут взаимодействовать друг с другом.

При лечении необходимо строго соблюдать режим приема препаратов.

Существует мнение, что потребителю наркотиков трудно следить за своим здоровьем и тем более соблюдать режим лечения. Но ведь наркотики ты не забываешь принимать вовремя — от этого зависит твое самочувствие. Значит, у тебя есть опыт регулярного приема препаратов. Ты можешь использовать этот опыт для борьбы с ВИЧ-инфекцией. Это так же позволит тебе поддерживать хорошее самочувствие. Ты имеешь право лечиться и быть здоровым, как и любой другой человек!



Если ты знаешь ВИЧ-инфицированных людей, которые плохо себя чувствуют, расскажи им о лечении, дай почитать эту брошюру, предложи встретиться с социальным работником. Ты можешь спасти человеку жизнь!

Мне рассказывали, что если начинаешь принимать лекарства от ВИЧ, появляются тяжелые побочные эффекты, ухудшается самочувствие!

Да, некоторые препараты могут давать временные побочные эффекты, как и все другие лекарства (даже всем известный аспирин имеет «побочки»). Большинство побочных эффектов может появиться на начальном этапе лечения.

Их можно устранить! Если поддерживать контакт с лечащим врачом, то можно свести возможные побочные эффекты к минимуму. Помни: побочные эффекты у каждого проявляются индивидуально. Часто они проходят после первых нескольких недель приема препаратов, а у кого-то и вовсе не проявляются.

Все трудности преодолимы, если ты готов бороться за свое здоровье и полноценную жизнь.



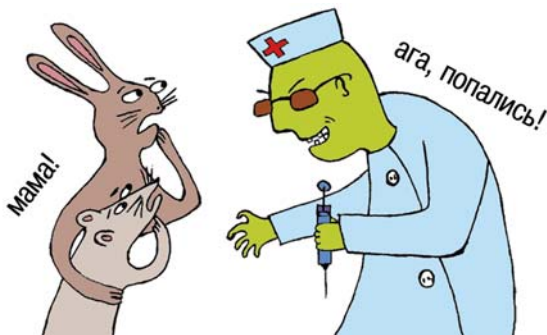
Я не верю в это лечение. Это какой-то очередной эксперимент!

Лекарства, которые тебе выпишет врач, используются несколько лет во всем мире. За это время их действие уже **успели изучить**.

Практика показала, что лечение эффективно.

Оно помогает всем: женщинам, мужчинам, детям, потребителям наркотиков, курильщикам, диабетикам, русским, французам, бразильцам...

Если есть сомнения, задай интересующие тебя вопросы врачам или человеку, который уже принимает лекарства. Зачем фантазировать? Ты взрослый и сам можешь делать выводы из полученной информации, а не доверять слухам.



Я хочу стать мамой. ВИЧ может передаться моему ребенку?

Никто не может запретить тебе иметь детей, даже если у тебя ВИЧ-инфекция. Сегодня в России применяется лечение, позволяющее **заметно снизить риск передачи ВИЧ от матери ребенку.**



Лучше всего будущей маме обратиться к врачам до планируемой беременности. Врач назначит лекарства, которые надо будет принимать во время беременности и родов. Как минимум один препарат (сироп) будет назначен ребенку. Для профилактики передачи ВИЧ ты должна отказаться от грудного вскармливания после рождения ребенка. Продумай, как сделать так, чтобы к твоему возвращению домой с ребенком у тебя был запас смесей для новорожденного. Они потребуются твоему ребенку уже в первые часы после вашего возвращения из роддома!

Риск передачи ВИЧ составляет меньше 3%, но только в том случае, если точно соблюдается режим приема препаратов! Это лечение ты можешь получить бесплатно.

Мне не нужно это лечение. Я употребляю наркотики. Со мной и так все кончено!

Ты всегда, с самого детства, считал, что с тобой «все кончено»? Вряд ли... Ты уверен, что будешь так же думать через пять лет? Через десять? А **что ты будешь делать, если все изменится, тебе захочется жить, а болезнь не даст этого сделать?**

Каждый сам отвечает за себя. Если не хочешь, тебя никто не имеет права лечить насильно. Но готов ли ты к тому, что болезнь будет долгой? Если вовремя не начать лечение, человек может оказаться беспомощным, прикованным к постели, лишенным свободы. Болезнь начнет диктовать свои правила. Такого будущего не желает себе даже человек, считающий, что с ним «все кончено»! Употребление наркотиков не означает, что тебе не надо заниматься своим здоровьем.

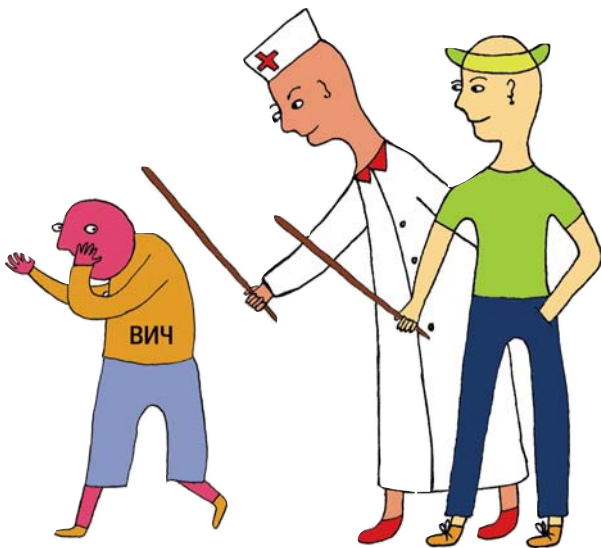


У меня нет денег на лечение!

Плановое медицинское обследование в связи с ВИЧ и лечение (включая лекарства) предоставляются **бесплатно!**

Каждому человеку, живущему с ВИЧ, в определенный момент нужно начинать лечение.

Кому-то раньше, кому-то позже — в зависимости от скорости, с которой прогрессирует ВИЧ-инфекция.



Краткий словарь

АРВ-терапия (АРВТ) — антиретровирусная терапия. Иногда ее называют «комбинированной терапией» или «высокоактивной антиретровирусной терапией» (ВААРТ). Это лечение ВИЧ-инфекции с использованием трех и более лекарственных средств. Такое лечение помогает всем: женщинам, мужчинам и детям — вне зависимости от того, каким путем произошло заражение. Если соблюдать режим приема лекарств, содержание ВИЧ в крови снизится до безопасного уровня, и иммунная система станет практически такой же, как у человека без ВИЧ-инфекции.

Вирусная нагрузка — это количество вируса в 1 миллилитре крови. Вирусную нагрузку можно измерить при помощи специального теста (анализ крови). Этот тест необходим, чтобы принять решение о начале лечения, а после начала лечения — чтобы проверить, насколько эффективно действуют лекарственные препараты.

ВИЧ — вирус иммунодефицита человека. Этот вирус, проникнув в организм человека, поражает клетки иммунной системы (клетки называются «CD4»).

В результате поражения CD4 иммунная система ослабевает.

ВИЧ передается через кровь, половым путем (секс без презерватива), от матери ребенку во время беременности, родов и при кормлении грудью (но можно предотвратить передачу ВИЧ от матери ребенку, если следовать указаниям врача).

ВИЧ не передается при чихании и кашле, при рукопожатии, при укусах насекомых, через домашних животных, при использовании общей посуды, полотенец, постельного белья, телефона, унитаза, ванной и т.д.

Иммунограмма — это определение количества клеток CD4 в крови. По их количеству судят о состоянии иммунной системы. Этот анализ необходим, чтобы принять решение о начале лечения. Даже если клеток CD4 мало, правильное лечение может восстановить иммунную систему до уровня, который требуется организму для борьбы с инфекциями.

Медико-социальное сопровождение — это помощь в доступе к медицинским и социальным услугам для потребителей инъекционных наркотиков и людей, живущих с ВИЧ: помощь в восстановлении документов, получении наркологи-

ческой помощи, в доступе к лечению ВИЧ и других инфекционных заболеваний.

Оппортунистические заболевания (инфекции) — это сопутствующие заболевания на фоне ВИЧ-инфекции, которые возникают, когда иммунная система ослаблена. Человек становится уязвимым к различным заболеваниям (туберкулез, пневмония, токсоплазмоз, герпес и др.).

Плановое обследование в связи с ВИЧ-инфекцией — это медицинское обследование организма при ВИЧ-инфекции. Цель обследования — принять решение о том, надо ли начинать лечение, какими препаратами, в какой дозировке и т.д. Обследование включает клинический и биохимический анализы крови, определение количества клеток CD4, реакцию Манту (тест для определения туберкулеза), иногда — определение количества вируса в крови. В обследование также входят консультации с инфекционистом, фтизиатром, при необходимости — с наркологом, для девушек — с гинекологом. Могут быть назначены дополнительные обследования или лечение других заболеваний (туберкулез, герпес, сифилис, болезни почек и т.д.). Если результаты обследования показывают, что еще рано начинать лечение, назначается

следующее обследование через 4-6 месяцев — это позволяет контролировать развитие инфекции и вовремя начать лечение. Информацию о том, где и как пройти плановое обследование, можно получить в СПИД-центре или в программе снижения вреда в твоём городе.

Побочные эффекты — это нежелательные эффекты, связанные с приемом лекарств. В случае АРВ-терапии наиболее распространенными побочными эффектами являются тошнота и понос. Они обычно проходят после первых нескольких дней или недель приема препаратов, поэтому нельзя отказываться от лечения ВИЧ, боясь «побочек». При появлении неприятных реакций надо сразу связаться с лечащим врачом, он может назначить лекарства, которые помогут справиться с побочными эффектами. Если побочные эффекты слишком тяжело переносятся, врач может изменить схему лечения.

Приверженность лечению — это соблюдение режима приема лекарств. Принимать лекарства надо в строгом соответствии с назначением врача. В более широком смысле приверженность лечению — это регулярные посещения врача, желание ВИЧ-инфицированного человека лечиться, внимание к своему здоровью.

Равный консультант — это человек, живущий с ВИЧ, прошедший специальную подготовку (обучение) и, возможно, уже получающий лечение. Он может на собственном опыте рассказать о различных сторонах жизни с ВИЧ — медицинских и социальных.

Режим лечения — комбинация, дозировка препаратов и график их приема. Например, две таблетки утром после еды и вечером после еды (через 12 часов) — три таблетки.

Резистентность — это устойчивость вируса к воздействию лекарственного препарата. Другими словами, вирус перестает реагировать на лекарства, и лечение становится бесполезным. Наиболее частая причина развития резистентности — это несоблюдение режима приема препаратов (низкая степень приверженности лечению).

Снижение вреда (снижение вреда от употребления инъекционных наркотиков) — это подход к проблеме потребления наркотиков, ориентированный на решение конкретных задач медицинского и социального характера. Сегодня одной из наиболее актуальных проблем, связанных с потреблением наркотиков инъекционным путем, является распространение ВИЧ-инфек-

ции и других заболеваний, передающихся через кровь (вирусные гепатиты В и С).

Методы работы программ снижения вреда: предоставление людям, употребляющим наркотики, информации о рисках заражения инфекциями, обмен шприцев, помощь в доступе к социальным и медицинским услугам, психологическая поддержка.

СПИД — синдром приобретенного иммунодефицита, наиболее тяжелая стадия заболевания, вызванного ВИЧ. СПИД и ВИЧ — это не одно и то же. ВИЧ-инфекция может развиваться в организме медленно, и в течение долгого времени инфицированный человек может чувствовать себя нормально. Он может прожить долгие годы, прежде чем произойдет ухудшение его здоровья и инфекция перейдет в стадию СПИДа. Важно не допустить ухудшения здоровья и начать лечение вовремя, тогда ВИЧ может никогда не перейти в стадию СПИДа.

CD4 — это клетки иммунной системы человека, участвующие в защите организма от вирусов и бактерий. ВИЧ, попадая в организм, атакует эти клетки и затем использует их как «фабрики» по производству своих копий.

Использованная литература

1. Приверженность к АРВ-терапии. Серия для позитивных людей. Третье издание. «Врачи без границ» – Голландия в Украине и Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине, 2005.
2. АРВ-терапия. Четвёртое издание. «Врачи без границ» – Голландия в Украине и Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине, 2005.
3. Юрий Саранков. Приверженность ВААРТ среди потребителей инъекционных наркотиков: эффективные программы вмешательства. Обзор научной литературы. «СПИД Фонд Восток-Запад» (*AIDS Foundation East-West, AFEW*), 2005.
4. Уход на дому за людьми, живущими с ВИЧ/СПИДом. «СПИД Фонд Восток-Запад» (*AIDS Foundation East-West, AFEW*), 2004.
5. Знакомство с комбинированной антиретровирусной терапией. Издание EATG, COPE, 2005. Перевод на русский язык: РОО «Сообщество людей, живущих с ВИЧ/СПИДом», 2005.

Для заметок

Вопросы, представленные в данном издании, могут предназначаться исключительно для целевой аудитории. Упоминание в материалах издания каких-либо компаний, лекарственных препаратов или способов их применения не означает, что ВССВ рекомендует или отдает предпочтение именно этим компаниям, лекарственным препаратам или способам их применения.

ВССВ настоятельно советует читателям и лицам, участвующим в программах обучения, тщательно проверять любую информацию и не применять на практике полученные из данного источника сведения без предварительной консультации специалиста.

ВССВ не несет ответственности за точность и полноту публикуемых материалов, а также за любые действия, предпринятые вследствие их публикации. ВССВ не несет юридической и иной ответственности за возможные последствия использования опубликованной информации третьими лицами.

Авторы-составители

Оксана Доброскок – координатор медико-социального сопровождения потребителей инъекционных наркотиков и людей, живущих с ВИЧ/СПИДом, Санкт-Петербургский благотворительный общественный фонд медико-социальных программ «Гуманитарное действие»

Эл. почта: ohama@mail.ru

Роман Дудник – менеджер проекта по адвокации «СПИД Фонда Восток-Запад»

Эл. почта: roman_dudnik@afew.org

Рецензенты

Владимир Мусатов – заместитель главного врача по лечебной работе городской инфекционной больницы № 30 им. С. П. Боткина г. Санкт-Петербурга

Эл. почта: mvbhosp30@mail.rcm.ru

Лариса Бадриева – координатор Республиканской программы «Снижение вреда», г. Казань, Республика Татарстан

Эл. почта: obnovl@kzn.ru

Тахир Мирзоев – врач, кандидат медицинских наук, ведущий тренер проекта по уходу и поддержке людей, живущих с ВИЧ/СПИДом, «СПИД Фонд Восток-Запад»

Эл. почта: takhir_mirzoev@afew.org

Антон Блинов – консультант по приверженности проекта «ГЛОБУС», социальный работник Республиканской программы «Снижение вреда», г. Казань, Республика Татарстан

Эл. почта: galant2602@yandex.ru

Дизайнер, иллюстратор, редактор

Р. Лаовай

Эл. почта: ripslaovai@gmail.com

Ответственный редактор

Алина Денисенко – координатор информационной работы Всероссийской сети снижения вреда

Эл. почта: alina@harmreduction.ru



ВСЕРОССИЙСКАЯ СЕТЬ СНИЖЕНИЯ ВРЕДА

Россия, 115093, Москва, Партийный пер., д. 1,
корп. 58, стр.3, оф. 228

Тел.: +7 (495) 785-0427, 363-21-09, 363-34-96

Факс: +7 (495) 785-0428

Эл. почта: info@harmreduction.ru

Веб-сайт: www.harmreduction.ru

Брошюра издана Всероссийской сетью снижения вреда в рамках проекта «ГЛОБУС» при поддержке организации «СПИД Фонд Восток-Запад».

© Всероссийская сеть снижения вреда, 2006 г.

Все права защищены. Воспроизведение, передача, распространение или дублирование любой части содержащихся в публикации материалов допускается при условии их некоммерческого использования в дальнейшем.



ГЛОБУС

ГЛОБАЛЬНОЕ ОБЪЕДИНЕНИЕ УСИЛИЙ
ПРОТИВ СПИДА