

НЕДАВНИЙ ДИАГНОЗ



Получение диагноза ВИЧ может быть очень тяжелым опытом. Многие люди могут заблокироваться перед сомнениями, которые возникают в новой ситуации. Без сомнения, с каждым днем появляется все больше многообещающих сведений, которые вдохновляют на более позитивный подход к болезни.

Многие исследования замечают, что продолжительность жизни многих ВИЧ-инфицированных, с поставленным диагнозом и принимающих лечение, подобна общему населению. По этой причине, знать вовремя диагноз ВИЧ, может помочь вам поддерживать или улучшать ваше здоровье в будущем.

Есть другие советы, которые могут быть полезными в эти первые моменты, как например:

01 ДАЙТЕ СЕБЕ ВРЕМЯ

Многим людям нужно время на осознание этой новой ситуации и ее влияние на жизнь, семью и работу. Во многих случаях, это время нужно, чтобы решить, кому рассказывать и зачем. Не чувствуйте себя обязанными принимать решение немедленно.

02 ГОВОРИТЕ С ДРУГИМИ ЛЮДЬМИ О ВИЧ

Знать опыт других людей с ВИЧ - может вам пригодиться и успокоить. Помните, что вы не одни: многие люди понимают вас в эти моменты.

03 ПРОИНФОРМИРУЙТЕСЬ О ВИЧ И БОЛЕЗНИ

Медицинская информация о ВИЧ очень быстро меняется. Поэтому, советуется найти новейшую информацию, проверенную, из надежного источника.

Дозировать информацию - может быть хорошей стратегией для того, чтобы не перегружать себя в первые месяцы.

04 ПРИХОДИТЕ НА ПРИЕМ К ВРАЧУ

В первые недели и месяцы важно знать состояние здоровья и инфекции ВИЧ. Поэтому вам нужно будет прийти несколько раз в больницу, чтобы сделать различные тесты и анализы. Не пропускайте визиты к врачам на первом этапе, это очень важно.

05 ИЩИТЕ ЭМОЦИОНАЛЬНУЮ ПОДДЕРЖКУ

Многие люди не могут сами справиться с ситуацией заражения ВИЧ в своей жизни. Не чувствуйте стыда обратиться к профессионалам, которые вам предоставят эмоциональную и психологическую поддержку. Проинформируйтесь о санитарных и автономных ресурсах, которые предоставляют этот тип поддержки бесплатно в вашем городе.

06 ИЩИТЕ СОЦИАЛЬНУЮ ПОДДЕРЖКУ

Есть люди, которые живут в сложных личных ситуациях, которые могут ухудшиться после получения диагноза ВИЧ. Если это ваш случай, можете поговорить с вашим врачом или с медсестринским персоналом, чтобы вам посоветовали социального работника больницы или НПО.

07 АДАПТИРУЙТЕСЬ К НОВОЙ СИТУАЦИИ

Из-за ВИЧ что-то в жизни вам придется оставить. Однако вы сможете работать, заниматься любовью, заниматься спортом, путешествовать, общаться с друзьями. И даже иметь детей, если вы захотите. Проинформируйтесь о влиянии ВИЧ на ваши обычные практики и как произвести их адаптацию. Вы увидите, что это будет намного проще, чем представляется.



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
SIEMPRE PREVENIR MEJOR
INMIGRACIÓN I SALUT



TROPICAL
DRACASANES



¿TIENES DUDAS
SOBRE EL TEMA?
PREGÚNTANOS

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