

INGLÉS  
ENGLISH

FRANCÉS  
FRANÇAIS

PORTUGUÉS  
PORTUGUÊS

RUMANO  
ROMÂNĂ

WOLOF  
WOLOF

CASTELLANO  
ESPAÑOL

РУССКИЙ

VH

ВЕРСИЯ 2025

# InfoVHtal

INFORMACIÓN BÁSICA SOBRE EL VH

## Женщины-мигранты и профилактика ВИЧ: что ты должна знать

**gt** grupo de  
trabajo sobre  
tratamientos del VIH  
ENTIDAD DECLARADA DE  
UTILIDAD PÚBLICA  
ONG DE DESARROLLO



VH



# Женщины-мигранты и профилактика ВИЧ: что ты должна знать

## 01 Почему это важно?

Что нужно знать и сделать уже сегодня?

## 02 Береги свое здоровье – для этого важно иметь доступ к информации и ресурсам

## 03 Знай свои права

## 04 Какие препятствия могут встретиться на твоем пути?

## 05 Полезные советы



01

## Почему это важно?

Если ты – женщина мигрант, крайне важно знать о возможных рисках и способах защиты от ВИЧ.

Часто женщины-мигранты оказываются в уязвимом положении: они в чужой стране, зачастую не имеют доступа к услугам здравоохранения, становятся жертвами дискриминации и не знают, куда обращаться за помощью. Эти обстоятельства могут повысить риски заражения и ограничить возможности профилактики.

**Что нужно  
знать и  
сделать уже  
сегодня?**



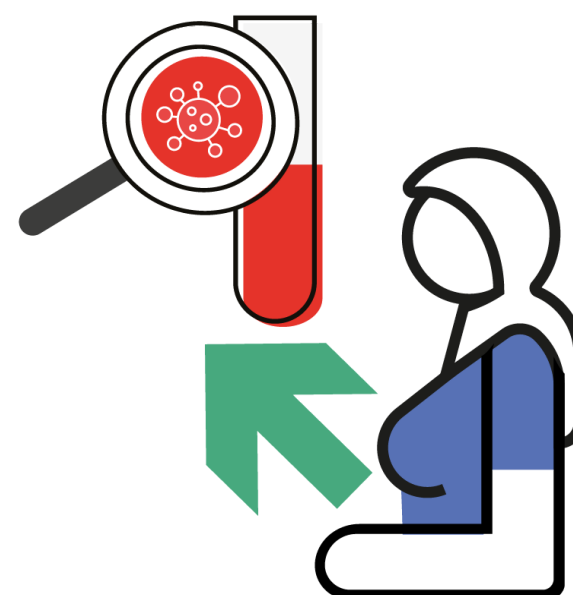
02

## Береги свое здоровье – для этого важно иметь доступ к информации и ресурсам



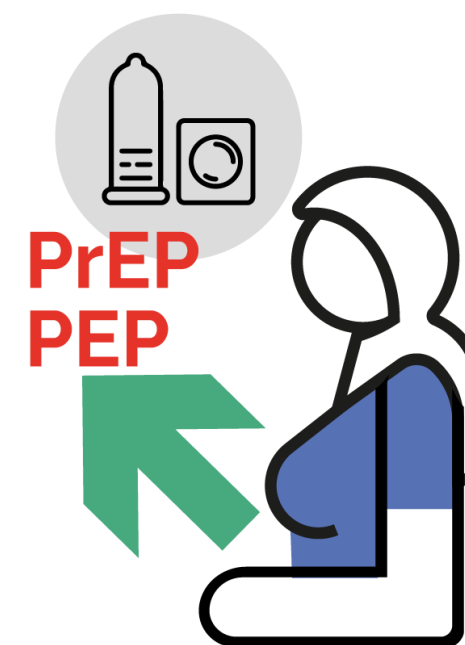
### Ищи ответы на свои вопросы:

поищи информацию про то, что такое ВИЧ, как он передается и как защитить себя. Не бойся поговорить об этом с врачом, либо обратиться в общественный центр (*centro comunitario*), где тебе предоставят необходимую информацию.



### Сделай тест на ВИЧ:

в большинстве поликлиник и общественных центрах репродуктивного здоровья можно сделать бесплатный тест на ВИЧ.



### Знай о мерах профилактики:

существует много способов защитить себя, например, разные виды презервативов, доконтактная профилактика (ДКП, или PrEP) и постконтактная профилактика (ПКП, или PEP)



03

## Знай свои права



**Ты имеешь право на здоровье независимо от своего миграционного статуса.**

Ты можешь обратиться за медицинской помощью, сделать тест на ВИЧ и в случае необходимости получать соответствующую терапию.



**Полная конфиденциальность:**  
никто не имеет права разглашать информацию о твоём здоровье без твоего разрешения.

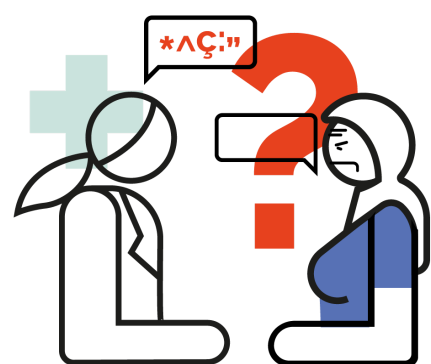


**Ты имеешь право обратиться к гинекологу и за ресурсами планирования семьи.**



04

## Какие препятствия могут встретиться на твоём пути?



**Языковой барьер:** Если ты плохо владеешь местным языком, проси, чтобы тебе помогли на понятном тебе языке.



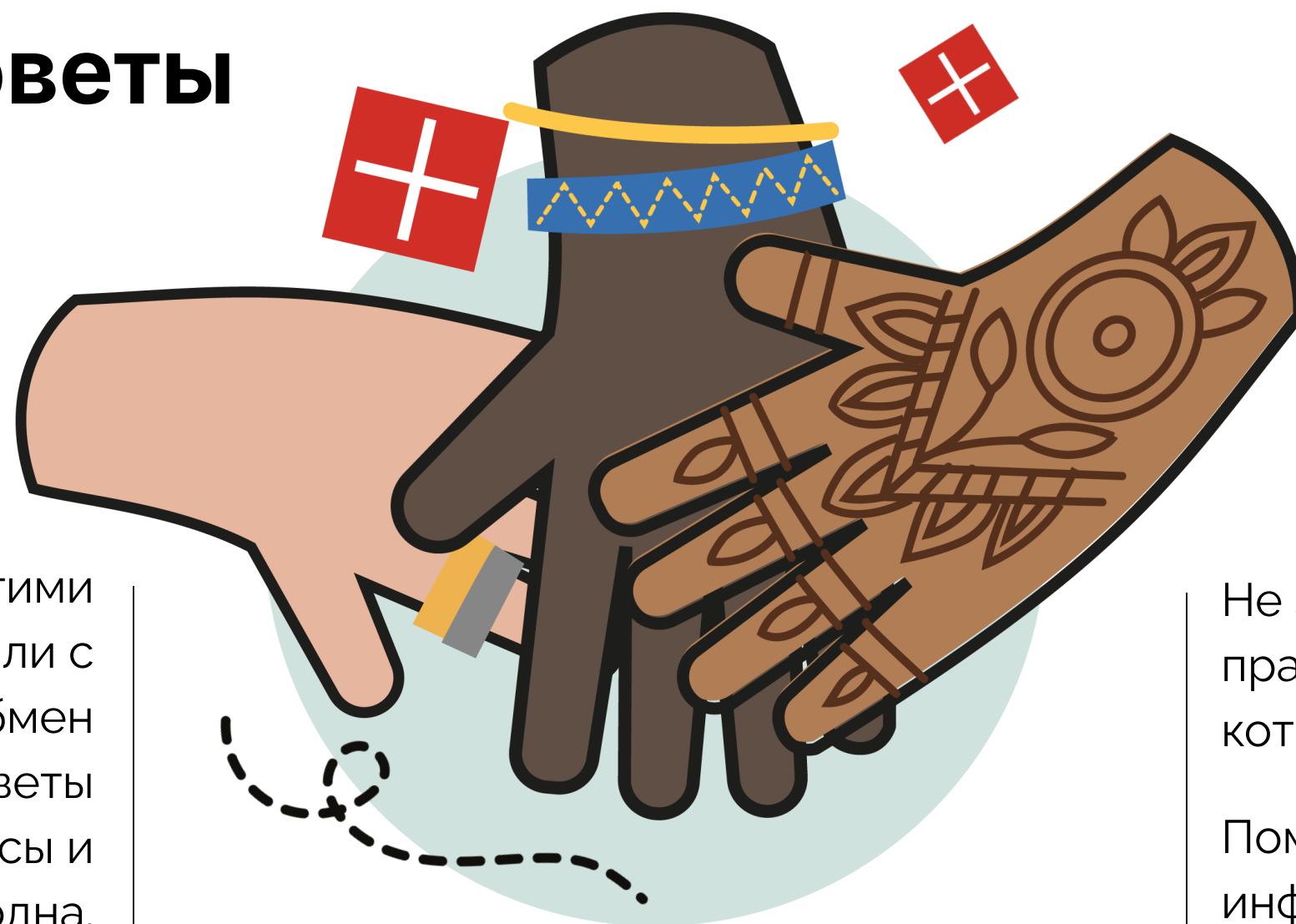
**Дезинформация и страх:** Если сомневаешься, ищи надежные источники информации, либо обратись в организации помощи женщинам-мигрантам или людям с ВИЧ.



**Дискриминация:** Если ты чувствуешь дискриминацию со стороны медицинских работников, обратись за юридической помощью или в местные ассоциации.



## Полезные советы



Поддерживай контакт с другими женщинами-мигрантами или с группами помощи. Часто обмен опытом помогает найти ответы на свои вопросы и почувствовать, что ты не одна.

Не замыкайся в себе. Ты имеешь право на здоровье, и есть ресурсы, которые доступны именно для тебя.

Помни, что первый шаг – это поиск информации и забота о себе.

**Начало профилактики – это узнать себя, защитить себя и защищать свои права. Ты не одна: есть ресурсы и люди, которые готовы тебе помочь.**







### Descargo de responsabilidad

La información contenida en esta ficha no pretende sustituir la recibida por el médico. Las decisiones referentes a la salud siempre deberían tomarse tras consultar con los profesionales sanitarios.

La información médica puede quedar desactualizada con rapidez. Si te surge alguna pregunta tras leer esta ficha, te aconsejamos hablar con tu médico o enfermera o llamar a gTt-VIH, al 93 458 26 41, para comprobar si existe alguna novedad relevante al respecto.

### SUBVENCIONA



POR SOLIDARIDAD  
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL



Àrea d'Igualtat  
i Sostenibilitat Social



Ajuntament de Barcelona

### COLABORA



VH