

INGLÉS  
ENGLISH

FRANCÉS  
FRANÇAIS

PORTUGUÉS  
PORTUGUÊS

RUMANO  
ROMÂNĂ

WOLOF  
WOLOF

CASTELLANO  
ESPAÑOL

РУССКИЙ  
**VIH**  
ВЕРСИЯ 2025

Info**VIH**tal  
INFORMACIÓN BÁSICA SOBRE EL **VIH**



ТЕБЕ ТОЛЬКО  
ЧТО СООБЩИЛИ  
ДИАГНОЗ ВИЧ

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



**VIH**

# ТЕБЕ ТОЛЬКО ЧТО СООБЩИЛИ ДИАГНОЗ ВИЧ

- 01** Что обычно бывает после диагноза?
- 02** Что должен знать мой врач и медсестра?
- 03** Зачем и когда следует начинать лечение?
- 04** В чём заключается лечение?
- 05** Как принимать препарат терапии?
- 06** Будут ли побочные эффекты?
- 07** Как я узнаю, что терапия работает?
- 08** Что такое Н=Н?
- 09** Каковы мои права как пациента?
- 10** Что делать, если я стал жертвой дискриминации в госпитале?
- 11** Другие советы

01

## Что обычно бывает после диагноза?

После постановки диагноза ВИЧ тебе дадут направление в госпиталь. Там у тебя возьмут кровь на анализ, чтобы узнать вирусную нагрузку и количество клеток CD4, которые покажут состояние иммунной системы.

Также тебе сделают дополнительные тесты для выявления инфекций: туберкулеза и заболеваний, передающихся половым путем (ЗППП). Возможно, порекомендуют вакцинацию.

02

## Что должен знать мой врач и медсестра?

- Есть ли у тебя другие заболевания или трудности с приемом прописанных препаратов
- Принимаешь ли ты другие медикаменты, народные средства или субстанции
- Употребляешь ли ты алкоголь
- Планируешь ли ты иметь детей
- Нужна ли тебе психологическая или социальная помощь

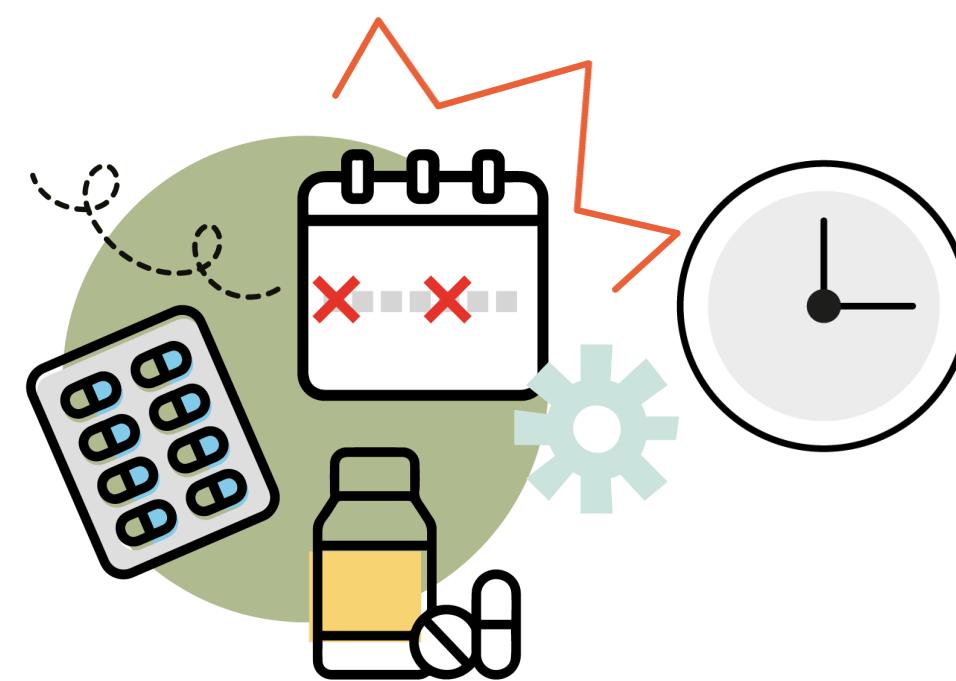


03

## Зачем и когда следует начинать лечение?

Антиретровирусная терапия снижает количество вируса ВИЧ в организме. Это позволит избежать развития заболевания, вызываемого вирусом.

Рекомендуется начать лечение сразу же после постановки диагноза. Существуют разные варианты терапии. Поговори со своим врачом, чтобы выбрать тот вариант, который больше всего подойдет именно тебе.



04

## В чём заключается лечение?

Чаще всего это таблетка, которую следует принимать раз в день. Несмотря на то, что таблетка всего одна, в ней содержится комбинация нескольких антиретровирусных веществ (препараты, направленные на борьбу с ВИЧ). В последнее время стали появляться препараты в виде инъекций, которые вводятся раз в несколько месяцев.

Обсуди этот вопрос с врачом, чтобы найти решение, которое лучше всего подойдёт в твоем конкретном случае.

05

## Как принимать препарат терапии?

Рекомендуется принимать препарат каждый день в указанное время, помня о возможной несовместимости с некоторыми продуктами. Это крайне важно для того, чтобы препараты подействовали.

Иногда терапия вводится в виде инъекции.

Если ты предпочитаешь эту опцию, то нужно будет посещать госпиталь, где тебе каждый раз будут назначать день следующего укола.



06

## Будут ли побочные эффекты?

В начале приема лекарств у тебя может появиться головная боль, тошнота или рвота. Обычно эти явления проявляются со средней интенсивностью и со временем исчезают.

Если побочные эффекты ярко выражены или долго не проходят, скажи об этом своему врачу или медсестре. Существуют способы облегчить твоё состояние, либо тебе назначат другие, более подходящие препараты.

07

## Как я узнаю, что терапия работает?

Чтобы узнать, насколько эффективна терапия, нужно проверять вирусную нагрузку. Если она снизится настолько, что станет неопределяемой, значит, лечение работает. Кроме того, вполне возможно, что уровень CD4 (показатель твоего иммунитета) будет оставаться на прежнем уровне или повысится.

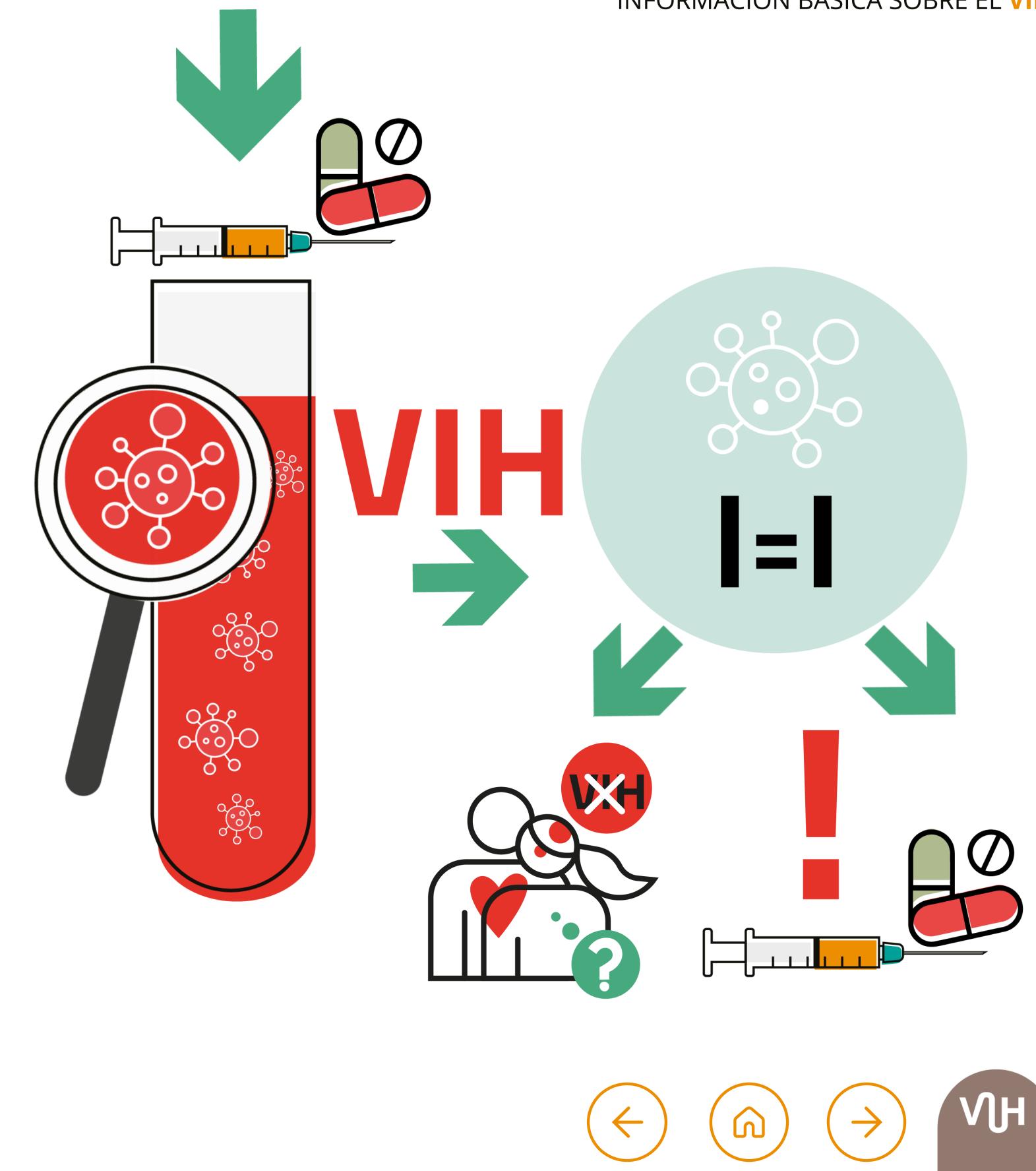
Если у тебя неопределенная вирусная нагрузка, ты не можешь передать вирус ВИЧ своим половым партнерам (смотри «Что такое Н=Н?»)

08

## Что такое Н=Н?

Терапия не только сбережёт твоё здоровье, но и поможет защитить половых партнеров.

Со временем терапия настолько снизит количество ВИЧ в крови («неопределенная вирусная нагрузка»), что при занятии сексом ты уже не сможешь никого заразить. Это называется «неопределенный значит не передающий» (Н=Н).



09

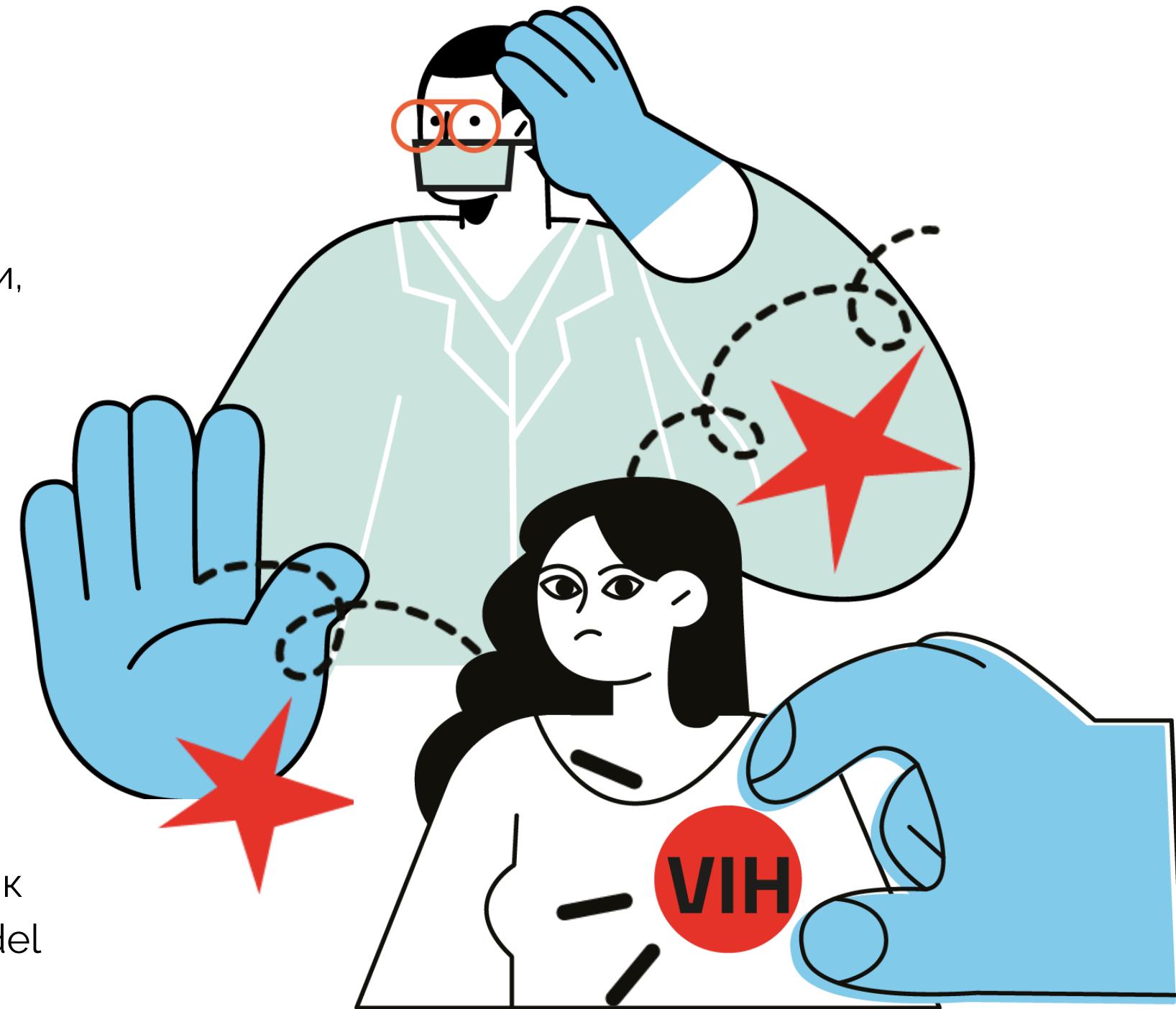
## Каковы мои права как пациента?

Ты имеешь право получать информацию о своем здоровье, право на доступ к своей медицинской истории, а также право выбирать или менять лечащего врача и право на конфиденциальность информации о тебе.

10

## Что делать, если я стал жертвой дискриминации в госпитале?

Ты можешь оформить жалобу в службе работы с пациентами (servicio de atención al paciente), обратиться к Уполномоченному по защите прав пациентов (defensor del paciente) региона, в котором ты проживаешь, либо обратиться в суд. Никто не имеет права дискриминировать тебя по личным или социальным мотивам.



09

## Другие советы



Сбалансированная диета с включением большого количества фруктов и овощей и ограниченным употреблением животных жиров поможет тебе поддерживать здоровье.



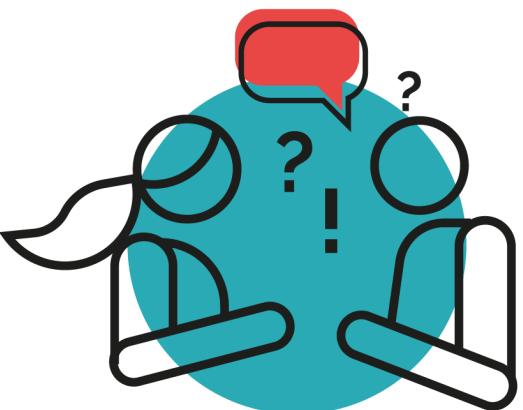
Регулярная физическая активность поможет улучшить здоровье и качество жизни.



Снизить потребление табачных изделий, либо вообще бросить курить очень положительно скажется на твоём здоровье в целом.



Полноценный сон и отдых даёт достаточно энергии для активного дня.



Общение с другими больными ВИЧ может быть полезным, чтобы адаптироваться, принять и нормализовать твоё состояние.



grupo de  
trabajo sobre  
tratamientos del VIH

ENTIDAD DECLARADA DE  
UTILIDAD PÚBLICA  
ONG DE DESARROLLO



¿TIENES DUDAS  
SOBRE EL TEMA?  
PREGÚNTANOS  
Tel. 93 458 26 41

#### 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



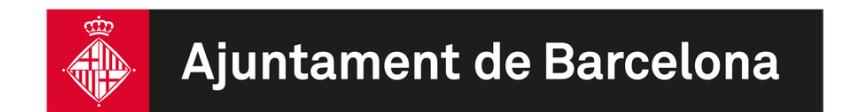
POR SOLIDARIDAD  
**OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL**



SECRETARÍA DE ESTADO  
DE SANIDAD  
DIRECCIÓN GENERAL  
DE SALUD PÚBLICA  
Y EQUIDAD EN SALUD  
DIVISIÓN DE CONTROL  
DEVIH,ITS,HEPATITIS VIRALES  
Y TUBERCULOSIS



**Salut** Agència de Salut  
Pública de Catalunya



#### COLABORA

