

INGLÉS
ENGLISH

FRANCÉS
FRANÇAIS

PORTUGUÉS
PORTUGUÊS

RUMANO
ROMÂNĂ

WOLOF
WOLOF

RUSO
РУССКИЙ

InfoVHtal

INFORMACIÓN BÁSICA SOBRE EL VIH

VH
EDICIÓN 2025

الصحة النفسية ،الهجرة وفيرس VIH

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

VH



الصحة النفسية ،الهجرة وفيروس VIH

قد يكون للتعايش مع فيروس VIH (أو لحظة التشخيص) أو الانتقال إلى بلد آخر تأثير عاطفي كبير، وإذا تزامنت الحالتان، فقد تكون الآثار أشد حدة.

على الرغم من أن فيروس VIH يُمكنّ الناس الآن من عيش حياة تُشبه حياة بقية السكان، إلا أن تشخيصه لا يزال صعبًا بسبب الوصمة الإجتماعية، الحاجة إلى علاج مدى الحياة، الخوف من الرفض، والمضاعفات الطبية المحتملة.

من ناحية أخرى، يُعدّ الإنتقال إلى بلد آخر تجربةً مؤثرةً عاطفيًا، فترة حزن، تستلزم فترة للتكيف. غالبًا ما يحدث الصدمة النفسية عند الهجرة المرغمة بسبب النزاع، الإضطهاد أو نقص الأدوية.

تتشابه هذه التجارب في آثارها، وقد تكون المساعدة الخارجية ضرورية، خاصةً عند حدوثها في آنٍ واحد:

01 حزن

02 تكيف

03 صدمة نفسية

04 الهجرة وفيرس VIH

حزن

هو إستجابة طبيعية و**متوقعة للفقدان**، وقد يُسبب حزن، ألم، غضب إحباط، قلق، شعور بالذنب، وحدة، ارتباك إنكار، إلخ.



الخسائر الناجمة عن فيروس VIH

- الصحة
- الرؤية المستقبلية
- العلاقات العاطفية
- الثقة بالنفس
- الحياة الجنسية

خسائر ناجمة عن الهجرة

- عائلة وأصدقاء
- اللغة
- الأرض والوطن
- الوضع الاجتماعي
- المخاطر القانونية والإدارية للهجرة
- الوضع المهني
- التواصل مع المجموعة العرقية

تكيف

يُمثل كلُّ من الوصول إلى بلد جديد والإصابة بفيروس VIH عملية تكيف مهمة مع الوضع الجديد.

التكيف مع البلد المضيف

- إنشاء شبكات دعم جديدة: أصدقاء
- الوصول إلى نظام رعاية صحية جديد
- وضع اجتماعي واقتصادي غير مستقر
- البحث عن سكن وعمل
- توقعات غير مُلباة

التكيف مع التعايش مع فيروس VIH

- وصمة العار
- الشعور بالذنب
- نقص المعلومات حول فيروس VIH
- الأدوية وزيارات المستشفى
- إخفاء إصابتك بفيروس VIH



صدمة نفسية

يمكن لـ **لتجارب السلبية والمؤلمة** التي يمر بها الشخص في حياته أن تُخلف آثارًا عميقة ودائمة على مشاعره أو سلوكه. وقد يؤدي ذلك إلى مشاكل صحية نفسية طويلة الأمد.



صدّماٲ مرتبطة بالتشخيص

- التشخيص نفسه
- تحرش
- إضطهاد
- تهديد بالقتل
- تمييز في مجال الرعاية الصحية
- نقص الأدوية

صدّماٲ متعلقة بالهجرة

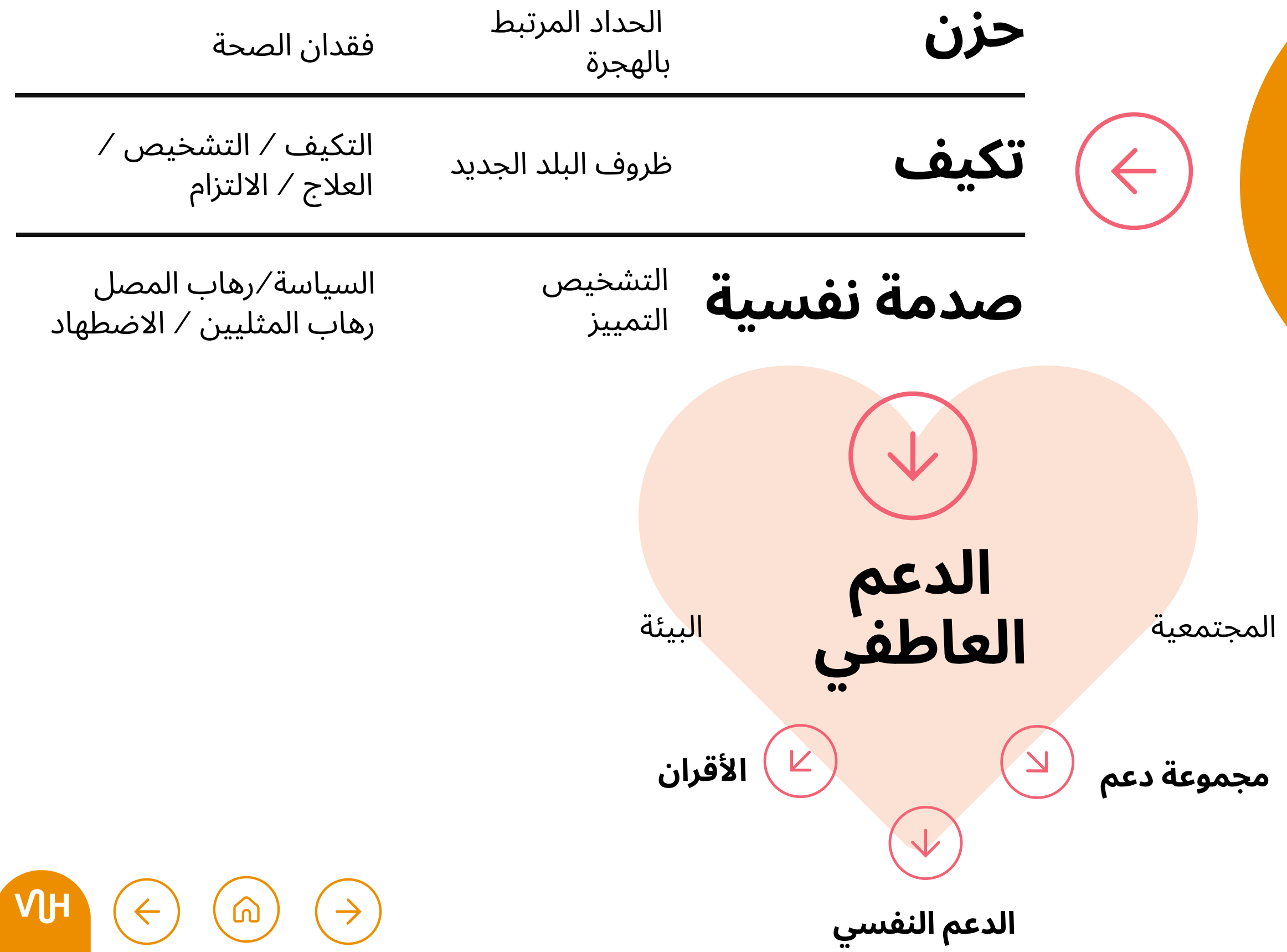
- حروب
- صراعات سياسية
- كوارث
- إنعدام الأمن
- الرحلة إلى بلد المقصد
- كراهية الأجانب

بالإضافة إلى ذلك، هناك **عوامل معينة قد تؤثر على كيفية تعامل المهاجرين مع تشخيص إصابتهم بفيروس VIH**. وتشمل هذه العوامل:

- مستوى معرفتهم ومعلوماتهم حول فيروس VIH
- معتقداتهم الدينية
- الجنس، إذ تواجه النساء صعوبات أكبر

علم مدى صعوبة الهجرة إلى بلد آخر مع الإصابة بفيروس VIH. هناك العديد من المنظمات التي يمكنها تزويدك بالأدوات اللازمة ودعمك خلال هذه المرحلة. تقدم هذه المنظمات الدعم النفسي من مهاجرين آخرين مصابين بفيروس VIH يقيمون في إسبانيا منذ فترة، بالإضافة إلى علاج نفسي مجاني، ومجموعات دعم مع آخرين يعيشون نفس وضعيتك. **إذا كنت بحاجة إلى دعم، تواصل مع إحدى الجمعيات التي توجد في مدينتك.**





SUBVENCIONA



POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL



Salut/ Agència de Salut
Pública de Catalunya



Àrea d'Igualtat
i Sostenibilitat Social



Ajuntament de Barcelona

COLABORA



¿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.

VH

