



**ЦЕНТР СПИД**  
г. Алматы



## Жизнь с ВИЧ: терапия, которая спасает!

**Вы узнали, что у Вас выявлено хроническое заболевание – ВИЧ-инфекция. ВИЧ меняет Вашу жизнь, но это не приговор: Вам просто необходимо научиться жить с этим диагнозом.**

Без лечения вирус постепенно снижает иммунитет, вызывая у человека продолжительные инфекционные и неинфекционные заболевания, которые могут привести к смерти. Для того, чтобы уберечь организм от влияния вируса Вам рекомендуется немедленно начать специальное лечение ВИЧ-инфекции – антиретровирусную терапию (АРТ). Ежедневный прием АРТ снизит количество ВИЧ в Вашей крови до безопасного уровня, при котором Вы сможете жить обычной здоровой жизнью, не боясь передать вирус другому человеку, даже при незащищенных контактах.



**Антиретровирусная терапия защитит Вас от развития различных инфекций и опухолей, позволит Вам жить также, как человеку без ВИЧ, а также поможет Вам предотвратить передачу ВИЧ другим людям (половым партнерам или Вашему ребенку).**

Антиретровирусная терапия является пожизненной, поэтому у Вас могут возникать сомнения и желание отложить начало терапии на несколько дней, недель или даже лет. Чаще всего такие сомнения возникают у людей на ранних стадиях ВИЧ-инфекции, когда ВИЧ еще не перешел в СПИД, и человек не чувствует себя больным.



Какими бы ни были причины сомнений, важно помнить, что, откладывая начало лечения, Вы:

- ❌ Позволяете вирусу каждый день убивать все новые и новые защитные клетки своего организма, ослабляя свой иммунитет;
- ❌ Помогаете вирусу каждый час повреждать клетки своей нервной системы, которые потом нельзя будет восстановить;
- ❌ Повышаете вероятность развития у себя тяжелых заболеваний, таких как туберкулез и рак;
- ❌ Рискуете заразить вирусом другого человека – того, кого Вы любите и кто Вам не безразличен;
- ❌ Подвергаете высокому риску передачи ВИЧ своих будущих детей при беременности, родах и грудном вскармливании;
- ❌ Увеличиваете свой риск преждевременной смерти через этап долгих и тяжелых болезней.



Согласившись сегодня начать прием предложенной схемы антиретровирусной терапии, Вы:

- ❌ Защитите себя от необратимых повреждений иммунной системы.
- ❌ Исключите риск инфицировать вирусом другого человека половым путем уже через 3-6 месяцев правильного приема терапии (неопределяемая вирусная нагрузка = непередающий ВИЧ человек, H=H);
- ❌ Уменьшите количество вируса в клетках, а значит в будущем, возможно, повысите свой шанс на полное излечение от ВИЧ-инфекции.

**Позвольте себе прожить свою жизнь без болезней!**

**Сделайте правильный выбор – начните АРТ сегодня  
и будьте уверены в своём будущем!**

Данный материал разработан ICAP при Колумбийском университете г. Алматы в рамках проекта «Алматинская модель контроля над эпидемией ВИЧ», являющегося частью инициативы Фонда Элтона Джона по борьбе со СПИДом под названием RADIAN. Узнать больше о проекте можно по нашим ссылкам в социальных сетях:



[www.facebook.com/AMECAmaty/](https://www.facebook.com/AMECAmaty/)



[www.instagram.com/amec\\_almaty/](https://www.instagram.com/amec_almaty/)

Дополнительную информацию можно получить из Сводного руководства ВОЗ по использованию антиретровирусных препаратов для лечения и профилактики ВИЧ-инфекции



[https://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0010/332048/Consolidated-guidelines-ARV-treating-preventing-HIV-2nd-edition-2016-ru.pdf](https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0010/332048/Consolidated-guidelines-ARV-treating-preventing-HIV-2nd-edition-2016-ru.pdf)



**ЦЕНТР СПИД**

г. Алматы



## **АИТВ-мен өмір сүру: құтқаратын терапия!**

**Сіз созылмалы ауру - АИТВ инфекциясын жұқтырғаныңызды білдіңіз. АИТВ сіздің өміріңізді өзгертеді, бірақ бұл үкім емес: сіз осы диагнозбен өмір сүруді үйренуіңіз керек.**

Емделусіз вирус біртіндеп иммунитетті түсіреді, бұл адамның өліміне әкелуі мүмкін ұзақ жұқпалы және жұқпалы емес ауруларды тудырады. Ағзаны вирустың әсерінен қорғау үшін сізге АИТВ инфекциясын арнайы емдеуді - антиретровирустық терапияны (АРТ) дереу бастау ұсынылады. АРТ-ны күнделікті қабылдау қандағы АИТВ мөлшерін қауіпсіз деңгейге дейін төмендетеді, онда сіз вирусты басқа адамға, тіпті қорғалмаған қатынаста болудан қорықпай, қалыпты өмір сүре аласыз.



**Антиретровирустық терапия сізді әртүрлі инфекциялар мен ісіктердің дамуынан қорғайды, АИТВ-мен ауырмайтын адам сияқты өмір сүруге мүмкіндік береді, сонымен қатар АИТВ-ның басқа адамдарға (жыныстық серіктестерге немесе сіздің балаңызға) берілуіне жол бермейді.**

Антиретровирустық терапия өмір бойы қабылданады, сондықтан сізде күмән тууы мүмкін және терапияны бірнеше күнге, аптаға немесе тіпті жылға кейінге қалдырғыңыз келеді. Көбінесе мұндай күмән АИТВ-инфекциясының алғашқы кезеңдерінде, АИТВ әлі ЖИТС-ға айналмаған кезде және адам өзін ауру сезінбейтін кезде пайда болады.



Күмәнданып, ауруды емдеуді бастамау неге душар ететінін білу маңызды:

- ❗ Күн сайын вирус иммунитетті әлсіретіп, ағзаның жаңа қорғаныс жасушаларын өлтіруіне жол бересіз;
- ❗ Вирустың сағат сайын жүйке жүйесінің жасушаларын зақымдауына көмектесесіз, кейін қалпына келтіру мүмкін болмайды;
- ❗ Туберкулез және қатерлі ісік сияқты ауыр аурулардың даму ықтималдығын арттырасыз;
- ❗ Жақсы көретін адамдарыңызға және сіз үшін қымбат адамдарға вирус жұқтыру қаупі бар;
- ❗ Жүктілік, босану және емізу кезінде болашақ балаларыңызға АИТВ-ның берілу қаупі жоғары;
- ❗ Ұзақ және ауыр аурулар арқылы мерзімінен бұрын өлім қаупін арттырасыз.



Антиретровирустық терапиянының ұсынылған схемасын бүгіннен бастасаңыз:

- ❗ Иммундық жүйенің қайтымсыз зақымдануынан өзіңізді қорғайсыз;
- ❗ Терапияны дұрыс қабылдағаннан кейін 3-6 айдан кейін басқа адамға вирусты жыныстық жолмен жұқтыру қаупін болдырмаңыз (Б=Б, Болмағаннан = Берілмейді);
- ❗ Жасушалардағы вирус мөлшерін азайтыңыз, демек болашақта АИТВ-инфекциясынан толық емделу мүмкіндігін арттыруыңыз мүмкін.

**Ауырусыз өмір сүруге тырысыңыз!**

**Дұрыс таңдау жасаңыз – АРТ-ны бүгін бастаңыз және болашаққа сеніммен қараңыз!**

Бұл материал Элтон Джон Қорының RADIAN атты ЖИТС-пен күрес жөніндегі бастамасының бір бөлігі болып табылатын "АИТВ індетін бақылау жөніндегі Алматы моделі" жобасының аясында Колумбия университетінің жанындағы ICAP әзірленген. Жоба туралы көбірек әлеуметтік желілердегі сілтемелер арқылы білуге болады.



[www.facebook.com/AMECAmaty/](https://www.facebook.com/AMECAmaty/)



[www.instagram.com/amec\\_almaty/](https://www.instagram.com/amec_almaty/)

Қосымша ақпаратты АИТВ-инфекциясын емдеу және алдын алу үшін антиретровирустық препараттарды пайдалану жөніндегі ДДҰ-ның жиынтық басшылығынан алуға болады.



[https://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0010/332048/Consolidated-guidelines-ARV-treating-preventing-HIV-2nd-edition-2016-ru.pdf](https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0010/332048/Consolidated-guidelines-ARV-treating-preventing-HIV-2nd-edition-2016-ru.pdf)