

ABOUT HIV

Як розповісти іншим, що у вас ВІЛ

Якщо ви щойно дізналися, що у вас ВІЛ, ви можете засмутитися, розгубитися, або ж навпаки - відчуття бажання поділитися цією новиною з іншими людьми. Та не варто розповідати про ваш діагноз, поки ви самі до нього не звикнете.

Пізніше у вас буде можливість розповісти про це, але «відмінити» сказане вже не вийде.

З іншого боку, ви можете відчуття необхідності поділитися інформацією з потрібною людиною. Це надасть вам сил і забезпечить підтримкою, а також зміцнить ваші стосунки.

Як вони відреагують?

Перш ніж поділитися з кимось новинами про свій статус і стан здоров'я, подумайте про можливу реакцію. Уявіть собі, як людина, яку ви збираєтесь повідомити, може це сприйняти. Спробуйте передбачити її реакцію, програти ситуацію з усіма можливими наслідками.

Можна також подумати про те, коли і де краще обговорити цю тему. Обов'язково переконайтеся, що ви ділитесь цією інформацією з людьми, які зможуть зберегти вашу таємницю.

Ви говорили комусь, що планували пройти тест на ВІЛ? Якщо так, то варто обдумати і свої відповіді на можливі запитання.



Як розповісти сім'ї та друзям

Рішення про те, чи варто ділитися новиною з родиною та друзями, залежить від ваших стосунків з ними. Якщо ви недостатньо близькі, а особисті питання зазвичай не обговорюються, можливо, й не варто про це розмовляти.

Якщо у вас є близький друг, якому ви довіряєте і на якого покладаетесь, можете поділитися інформацією з ним і поговорити відверто.

Як правило, реакція людей залежить від того, що саме вони знають (або думають, що знають) про тему розмови. Є багато страхів і міфів, пов'язаних з ВІЛ. Деякі люди, яким ви розповісте про себе, можуть відреагувати агресивно або з острахом.

Часто люди майже нічого не знають про ВІЛ, і в такому випадку ви будете змушені відповісти на їхні запитання. Для того, щоб поділитися правильною інформацією, можете скористатися нашим буклетом.

Цілком можливо, що деякі люди здивують вас своїм розумінням і співчуттям.

Як повідомити свого партнера

Якщо у вас є партнер, ви можете отримати йому підтримку, розповівши йому про свій статус.

З іншого боку, це може створити певні труднощі, з якими вам доведеться впоратися разом. Я. Швидше за все, потрібен певний час, щоб обговорити всі можливі питання.

Вас може непокоїти те, що ви передали або можете передати ВІЛ своєму партнеру. У будь-якому випадку, існує ймовірність того, що й ви отримали ВІЛ від нього/неї. Дуже важливо, щоб він чи вона пройшли своєчасне тестування на ВІЛ. У цьому вам допоможуть співробітники медичного закладу, в якому ви проходите лікування.

Якщо ваша ситуація складніша, ви залежите від партнера фінансово або вам загрожує насильство з його боку, такі питання та проблеми можна обговорити або під час груп підтримки у вашому місті та зі спеціалістами вашого медичного закладу.

Як розповісти новому партнеру

Вам може бути дуже непросто розповісти теперішньому або потенційному сексуальному партнеру про ваш статус без страху втратити стосунки.

Відвертість в такому випадку може допомогти, оскільки ви разом зможете вирішити, як зменшити ризик передачі вірусу. Якщо ви

Розробка веб-сайтів www.pro-vich.info і www.about-HIV.info стала можливою завдяки підтримці компанії Янссен. Спонсор ніяким чином не впливав на зміст і наповнення вказаних веб-сайтів. Інформація, яку містять вказані веб-сайти, направлена на підтримку пацієнтів, і ні в якому разі не відміняє консультації з лікарем. Зверніться до лікаря або консультанта вашого лікувального закладу для отримання інформації стосовно вашої ситуації.

Розроблено в співробітництві організацій NAM aidsmar, Європейської

групи по лікуванню СНІДу, Aids Action Europe, Східноєвропейського та Центральноазіатського об'єднання людей, які живуть з ВІЛ, та Міжнародної коаліції по готовності до лікування (ITPCru).

Детальну інформацію можна отримати на веб-сайтах www.about-hiv.info; www.pro-vich.info; www.aidsmap.com.

Реєстраційний номер благодійної організації у Великобританії: 1011220

ABOUT HIV

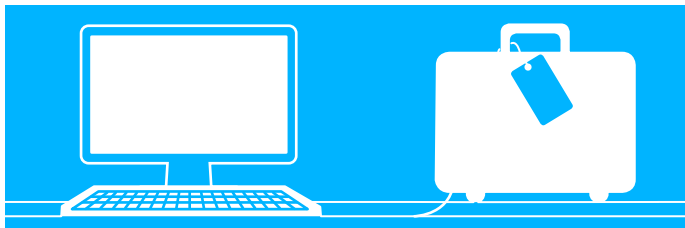
Як розповісти іншим, що у вас ВІЛ

не плануєте займатися потенційно ризикованими видами сексу, можете не розповідати партнеру про свій статус.

Вам також варто подумати про закон, особливо у випадку, коли є ризик передачі ВІЛ.

Дуже важливо вибрати правильний момент для розмови. Досить непросто говорити про ВІЛ, особливо після короткого знайомства, але, відкладаючи розмову на потім, ви ризикуєте зіткнутися з проблемами у майбутньому. Ось чому багато людей вважають, що легше розмістити таку інформацію про себе в мережі Інтернет, аніж повідомляти особисто.

Не забувайте, що пораду або підтримку можна отримати на групах взаємодопомоги чи в медичному закладі.



Робота і подорожі

Загалом, вашому роботодавцю не обов'язково знати про ваш ВІЛ-статус, тому що цей вірус рідко впливає на продуктивність праці.

Якщо вас непокоять можливі плітки, не розголошуйте цієї інформації. Але якщо ви попередите роботодавця, вам буде набагато легше відпроситися на прийом до лікаря та переносити періоди хвороби.

Люди, які живуть з ВІЛ, можуть без перешкод відвідувати більшість країн світу. В деяких із них існує обмеження на отримання робочих віз та виду на проживання. До таких країн належать більшість держав Близького Сходу, Росія та Австралія.

Розробка веб-сайтів www.pro-vich.info і www.about-HIV.info стала можливою завдяки підтримці компанії Янссен. Спонсор ніяким чином не впливав на зміст і наповнення вказаних веб-сайтів. Інформація, яку містять вказані веб-сайти, направлена на підтримку пацієнтів, і ні в якому разі не відміняє консультації з лікарем. Зверніться до лікаря або консультанта вашого лікувального закладу для отримання інформації стосовно вашої ситуації.

Розроблено в співробітництві організацій NAM aidsmap, Європейської

групи по лікуванню СНІДу, Aids Action Europe, Східноєвропейського та Центральноазійського об'єднання людей, які живуть з ВІЛ, та Міжнародної коаліції по готовності до лікування (ITPCru).

Детальну інформацію можна отримати на веб-сайтах www.about-hiv.info; www.pro-vich.info; www.aidsmap.com.

Реєстраційний номер благодійної організації у Великобританії: 1011220