
Walczmy razem
z epidemią HIV



Problem HIV/AIDS jest wciąż aktualny, nadal zakażają się i umierają kolejne osoby

Pamiętajmy:

- w ostatnich latach nastąpił olbrzymi postęp w leczeniu zakażeń HIV. Czasy, w których wirus ten zabijał wszystkich minęły na szczęście bezpowrotnie
- jest ogólnie dostępne nowoczesne, skuteczne i bezpieczne leczenie zapewnione w ramach Programu Zdrowotnego Ministerstwa Zdrowia
- dzięki lekom antyretrowirusowym długość życia osób seropozytywnych zbliżona jest do długości życia osób zdrowych
- leki przyjmuje w Polsce około 8 tys. zakażonych HIV osób; ponad drugie tyle tego nie robi, choć ma świadomość, że żyje z wirusem – część z nich dlatego, że nie wymaga tego jeszcze ich stan zdrowia, część – ponieważ nie chce lub się ich boi.

Dziś nikt już nie musi być narażony na dolegliwości związane z przyjmowaniem mniej bezpiecznych leków antyretrowirusowych starszych generacji.

Strategia UNAIDS 90-90-90 zakłada, że do 2020 roku 90 proc. osób zakażonych HIV będzie знаło swój status serologiczny, 90 proc. wszystkich zdiagnozowanych otrzyma leczenie ARV, a u 90 proc. leczonych nastąpi zahamowanie rozwoju wirusa.

Wszyscy, którzy żyjecie z HIV od wielu lat i od wielu lat się leczycie

Możecie korzystać z nowoczesnych leków, które są nie tylko bardzo skuteczne, ale mają coraz mniej skutków ubocznych.

Aby żyć długo i nie dopuścić do rozwoju AIDS, powinniście stale przyjmować leki, a obawiacie się konieczności zmiany stylu życia i wpływu leczenia na Wasz wygląd?

Nie jesteście sami. Uciążliwość była przez lata ciemną stroną leczenia ARV.

Ale świat się zmienił i pojawiły się nowe, lepsze leki.

Dlatego bądźcie współodpowiedzialni za swoją terapię

Nie bójcie się rozmawiać ze swoim lekarzem o leczeniu, które:

- będzie optymalnie dopasowane do Waszego sposobu życia,
- pozwoli pozbyć się dręczących Was skutków ubocznych,
- pozwoli przeżyć jeszcze wiele lat.

Może któryś z nowych leków będzie dla Was lepszy i bezpieczniejszy niż ten, który przyjmujecie dzisiaj?

Może będzie łatwiejszy w przyjmowaniu i nie będzie kolidował z normalnym, codziennym życiem?

Niektóre z dostępnych w Polsce bezpłatnie leków antyretrowirusowych bierze się tylko raz dziennie.

Są nowoczesne, nie wpływają negatywnie na zdrowie ani wygląd, ułatwiają pracę i podróżowanie.

Nie bójcie się rozmawiać o tym z lekarzami. Planujcie leczenie wspólnie z nimi.

Weźcie odpowiedzialność za swoje leczenie

Nie żyjecie po to, żeby się leczyć.

Leczycie się po to, żeby dobrze żyć!

Wszyscy, którzy przyjmujecie leki od dwóch-trzech lat lub właśnie rozpoczęliście leczenie

Życie z HIV może być długie i niemal nie różnić się od życia bez wirusa.

W XXI wieku skuteczność leczenia stała się w większości przypadków oczywistością. Dlatego teraz najważniejsze jest bezpieczeństwo i komfort życia.

Porozmawiajcie ze swoimi lekarzami:

- o tym, że zdarza Wam się zapomnieć o kolejnej tabletkce,
- o tym, że obawiacie się skutków ubocznych, które mogą nadejść w przyszłości,
- o potrzebie takiego leczenia, które jak najmniej wpłynie na Wasz styl życia.

Mówcie lekarzom jasno, czego oczekujecie.

Oni są po Waszej stronie.

Zaplanujcie swoją terapię wspólnie ze specjalistami, ze świadomością, że ma Wam służyć nie 3-4, ale nawet kilkadziesiąt lat.

Świadomi pacjenci żyjący z HIV

Pomagajcie innym, wspierajcie chorych, edukujcie niezakażonych

Informujcie innych:

- o drogach zakażenia,
- o bezpłatnych i anonimowych testach,
- o dostępnym, nowoczesnym leczeniu,
- o skutkach ubocznych i możliwości ich uniknięcia.

Mówcie o tym na spotkaniach, konferencjach i grupach wsparcia.
Mówcie anonimowo, jeśli nie chcecie się ujawniać, bo obawiacie się wciąż silnej stygmatyzacji osób żyjących z HIV.

Wasz głos powinien być słyszalny. Dziś bardzo go w Polsce brakuje.

Tylko Wy wiecie ile szkód i nieszczęść niesie niemądre acz powszechne przekonanie, że HIV to problem *grup ryzyka*.
Walczcie z tym przekonaniem.

Tysiące Polaków żyją z HIV, ale o tym nie wiedzą, bo w Polsce wykonuje się zbyt mało testów w kierunku zakażenia wirusem.
Pomóżcie im.

A jeśli sami cierpicie z powodu stygmatyzacji i odrzucenia, zgłóście się do nas. Jesteśmy po to, by Was wysłuchać, interweniować i zaofiarować Wam wsparcie.

Wszyscy, którzy wiecie, że jesteście zakażeni, a nie zgłosiliście się do lekarza

Nie wiemy, kim jesteście, co robicie, czy macie żony i mężów, partnerów, czy planujecie dzieci.

Wiemy, że wszyscy boicie się tego, co może z Wami zrobić wirus.

Nie myślcie w ten sposób.

HIV nie musi być dziś groźniejszy od cukrzycy czy nadciśnienia.

Z wirusem można żyć bardzo długo. Tak długo, jak żyją inni.

Ale tylko pod warunkiem stałego przyjmowania leków antyretrowirusowych.

I pamiętajcie: To Wy decydujecie komu chcecie ujawniać informację o swoim zakażeniu, wyjątek stanowią Wasi partnerzy seksualni, których musicie poinformować.

Wszystkie Polki planujące dzieci bądź już ich oczekujące

Dołóżcie starań, aby urodzić niezakażone dziecko.

Zróbcie test.

Pozytywny wynik Waszego testu wcale nie musi oznaczać zakażenia Waszego dziecka. Wręcz przeciwnie. Kobiety seropozytywne, świadome swojego zakażenia praktycznie zawsze rodzą zdrowe dzieci.

Warunkiem jest:

- wykrycie odpowiednio wcześniej zakażenia u matki,
- przyjmowanie w ciąży leków antyretrowirusowych,
- poród pod opieką specjalisty,
- niekarmienie nowonarodzonego dziecka piersią.

To wystarczy, żeby Wasze dziecko niemal na pewno urodziło się zdrowe. Dajcie mu szansę i zadbajcie o opiekę lekarską w ciąży.

Apelujemy do lekarzy, w szczególności lekarzy rodzinnych, internistów, ginekologów, wenerologów

Aby rozmawiali o testowaniu i kierowali na testy wszystkie osoby,
u których stwierdzą

- nawracające zapalenia płuc,
- drożdżycę jamy ustnej,
- choroby przenoszone drogą płciową,
- nietypowe przebiegi innych chorób,

oraz tych, którzy wspominali, że mieli ryzykowne kontakty seksualne.

W Punktach Konsultacyjno-Diagnostycznych (PKD) w całej Polsce można zrobić bezpłatne i anonimowe testy w kierunku HIV.

Kierując na nie pacjentów nie ponosicie żadnych kosztów.

Adresy PKD znajdują się na stronach www.aids.gov.pl oraz www.leczhiv.pl. Jest tam też więcej informacji o zakażeniu i życiu z wirusem.

Z badań wynika, że co piąta osoba z HIV doświadczyła dyskryminujących zachowań od osób pracujących w ochronie zdrowia.

Dlatego wielu seropozytywnych ukrywa zakażenie przed lekarzami.

Dla dobra nas wszystkich czas to zmienić.

Jeżeli wynika to z obawy przed zakażeniem, najlepszym rozwiązaniem jest traktowanie wszystkich pacjentów jako potencjalnie zakażonych. Wtedy żaden pacjent nie będzie dyskryminowany. Starajcie się także nie oceniać, nie pouczać, nie patrzeć przez pryzmat stereotypów.

Nauczyciele, wychowawcy, autorytety

Mówcie o drogach zakażenia HIV:

- nie ma już grup ryzyka – zagrożenie dotyczy wszystkich podejmujących ryzykowne zachowania.
- seropozytywny może być każdy. Także poznana w modnym klubie młoda, atrakcyjna osoba.
- stosowanie prezerwatywy znacznie zmniejsza ryzyko zakażenia HIV i innymi chorobami przenoszonymi drogą płciową.

Prawie 60 proc. osób żyjących z HIV to ludzie poniżej 30-ego roku życia. Prawie co 10. seropozytywny Polak zakaził się przed 20-stką.

Przyjaciele, znajomi i nieznajomi

HIV nie zna granic. Może dotknąć każdego

- Podróżujemy za granicę, do krajów, gdzie liczba zakażonych jest większa niż w Polsce.
- Od wschodu graniczymy z krajami, w których epidemia HIV szybko się rozprzestrzenia.
- Coraz częściej zmieniamy partnerów seksualnych.

Nikt nie powinien myśleć, że problem go nie dotyczy. Narażeni są wszyscy.

Dlatego wspólnie powinniśmy walczyć z HIV. Tylko razem możemy być skuteczni!

My, niżej podpisani, wierzymy bardzo mocno, że wszystko to jest w naszym zasięgu. Musimy tylko chcieć.

Fundacja Edukacji Społecznej

Fundacja Pomorski Dom Nadziei

Ogólnopolska Sieć Osób Żyjących z HIV/AIDS „Sieć Plus”

Polska Fundacja Pomocy Humanitarnej „Res Humanae”

Społeczny Komitet ds. AIDS

Stowarzyszenie Faros

Stowarzyszenie „Pomoc Socjalna”

Stowarzyszenie Profilaktyki i Wsparcia w zakresie HIV/AIDS
„Jeden Świat”

Stowarzyszenie Solidarni „Plus”

Stowarzyszenie Wolontariuszy „DA DU”

Stowarzyszenie Wolontariuszy Wobec AIDS „Bądź z Nami”

Zjednoczenie na Rzecz Żyjących z HIV/AIDS Pozytywni w Tęczy

WALCZMY RAZEM Z EPIDEMIĄ HIV



WALCZMY RAZEM Z EPIDEMIĄ HIV