## *ГАЗЕТА Ақпарат айдыны №209 от09.11.2022г*

## *ЖИЗНЬ С ВИЧ*

Известие о наличии ВИЧ-инфекции – это почти всегда стресс и шок. Из-за недостатка информации диагноз часто воспринимается как приговор. Возникает растерянность, боязнь за свое будущее, появляется страх потерять семью и работу. Чтобы с этим справиться, требуется поддержка, но не все могут попросить о помощи близких людей. Вы можете обратиться к профессиональным психологам, и в организации, оказывающие помощь ВИЧ-инфицированным, в которых любой человек может получить комплексную поддержку и необходимую информацию.

Основной задачей поддержки является помощь в принятии диагноза и выработке (повышению) приверженности к лечению.

**Приверженность к лечению** - уровень соответствия между поведением пациента и рекомендациями, полученными от врача. Главное условие - это открытое сотрудничество врача и пациента, позволяющее обсуждать все возможные вопросы по лечению (не только медикаментозному), нюансов и затруднений, возникающих в его процессе.

**Принятие диагноза. Выделяют следующие этапы осознания диагноза:**

Первый этап – это неверие, отрицание. «Этого не может быть!» Человек считает диагноз ошибочным, многократно перепроверяется или, наоборот, игнорирует диагноз.

Второй этап – это гнев, агрессия. «Почему именно я? За что мне все это?» Человек ищет виноватого, агрессия может быть направлена на других или самого себя. Приходит понимание, что диагноз есть, но принимать это не хочется.

Третий этап – это торг. «Я исцелюсь, если сделаю то-то и то-то». Человек пытается заключить «сделку», придумывает для себя разные способы «чудесного исцеления».

Четвертый этап – апатия, депрессия. «Надежды нет…» Теряется надежда на счастливую жизнь, опускаются руки, не хочется бороться с ситуацией.

И последний этап – принятие ситуации. «Всё будет хорошо!». Человек принимает факт, что у него есть диагноз ВИЧ, который можно и нужно лечить. Начинает трезво оценивать ситуацию и искать конструктивные пути выхода из нее. Приходит понимание, что жизнь продолжается, и что ВИЧ не помешает прожить ее полноценно, долго и счастливо.

#### Кто может поддержать, дать совет, помочь, если у вас или у вашего близкого обнаружена ВИЧ-инфекция?

#### [Психологи и специалисты по социальной работе нашего Центра:](http://www.hiv-spb.ru/lsn/amb-cnt/profilactic-pd/red-otdel-mediczinskoi%CC%86-i-soczialnoi%CC%86-psixologii.html)

* Анонимное консультирование до и после теста на ВИЧ
* Психологическое индивидуальное консультирование
* Школа здоровья для пациентов с ВИЧ-инфекцией
* Психологическое сопровождение беременных женщин
* Социальная поддержка

**Жизнь человека с ВИЧ-инфекцией мало отличается от жизни здорового человека. Благодаря современной медицине это заболевание перестало считаться смертельным, и Всемирная организация здравоохранения перевела его в разряд хронических заболеваний. Вовремя начав прием лекарств и следуя всем указаниям врача, люди, живущие с ВИЧ, могут прожить долгую и полноценную жизнь, так как у них ВИЧ-инфекция не будет прогрессировать и не перейдет в стадию СПИДа (терминальную стадию заболевания). Таким образом, продолжительность жизни  зависит только от естественным процессов старения организма и не отличается от продолжительности жизни человека без ВИЧ.**

**ГККП «Центр по профилактике ВИЧ-инфекции»**

**акимата г.Астана**

 **Врач-психотерапевт кабинета ПСК**

**Ережеп А.Қ.**