

COVID-19 является серьезным заболеванием и все люди, живущие с ВИЧ, должны принять рекомендуемые профилактические меры, чтобы минимизировать воздействие и предотвратить заражение вирусом, вызывающим COVID-19. Как и в общей популяции, пожилые люди, живущие с ВИЧ, или люди, живущие с ВИЧ с проблемами сердца или легких, могут подвергаться более высокому риску заражения вирусом и иметь более серьезные симптомы.

До тех пор, пока не станет известно больше, люди, живущие с ВИЧ, особенно те, у кого прогрессирует или плохо контролируется ВИЧ-инфекция, должны быть осторожными и обращать внимание на меры и рекомендации по профилактике. Также важно, чтобы люди, живущие с ВИЧ, получали многомесячные запасы своих лекарств от ВИЧ-инфекции.

Деятельность РОО «Люди ПЛЮС» направлена на:

- создание условий для наиболее полной реализации законных прав людей, живущих с ВИЧ, и их семей;
- социальная, психологическая и правовая помощь;
- формирование навыков ответственного поведения граждан по отношению к своему здоровью;
- формирование толерантного отношения к людям, живущим с ВИЧ, снижение уровня стигмы и дискриминации;
- обеспечение высокого качества услуг по ВИЧ в Республике Беларусь;
- доступность инновационных лекарств для лечения: ВИЧ-инфекции, туберкулеза, гепатита С путем преодоления барьеров, связанных с интеллектуальной собственностью.

Юридический адрес:

247434, г. Светлогорск

ул. Интернациональная, 1, офис 70

тел./факс +375 2342 37954

e-mail: hivby2016@gmail.com

КОНТАКТНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ:

+375 25 772 88 74

Минск и Минская область

+375 44 733 48 74

Жлобин, Октябрьский, Светлогорск

+375 29 386 45 22

Гомельская область

Председатель Правления

РОО «Люди ПЛЮС»

Журавская Татьяна Вадимовна

www.hiv.by

Буклет выпущен РОО «Люди ПЛЮС» в сотрудничестве с РОО «Белорусская Ассоциация клубов ЮНЕСКО» в рамках гранта Глобального Фонда для борьбы со СПИДом, туберкулезом и малярией «Укрепление национальной системы профилактики, лечения, ухода и поддержки в связи с ВИЧ и туберкулезом в Республике Беларусь».

Информация, содержащаяся в настоящем буклете, является позицией РОО «Люди ПЛЮС» и не обязательно совпадает с официальной точкой зрения Глобального Фонда для борьбы со СПИДом, туберкулезом и малярией, равно как и не подразумевает получения одобрения или разрешения на публикацию со стороны Глобального Фонда для борьбы со СПИДом, туберкулезом и малярией.

РОО «Люди ПЛЮС»

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О ВИЧ И COVID-19

людям, живущим
с ВИЧ



Каковы симптомы COVID-19?

К наиболее распространенным симптомам COVID-19 относятся повышение температуры тела, сухой кашель и утомляемость. К более редким симптомам относятся боли в суставах и мышцах, заложенность носа, головная боль, конъюнктивит, боль в горле, диарея, потеря вкусовых ощущений или обоняния, сыпь и изменение цвета кожи на пальцах рук и ног. Как правило, эти симптомы развиваются постепенно и носят слабо выраженный характер. У некоторых инфицированных лиц болезнь сопровождается очень легкими симптомами.

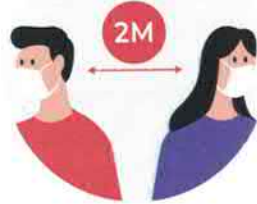
Большинство заболевших (около 80%) выздоравливают спонтанно без необходимости в госпитализации. Примерно в одном из пяти случаев заболевание COVID-19 протекает в тяжелой форме с развитием дыхательной недостаточности. У пожилых людей, а также лиц с сопутствующими заболеваниями, например гипертонией, заболеваниями сердца или легких, диабетом или раком, вероятность тяжелого течения заболевания выше. Тем не менее, заразиться COVID-19 и тяжело заболеть может каждый. Людям в любом возрасте следует незамедлительно обращаться за медицинской помощью в случае наличия повышенной температуры тела и/или кашля, сопровождающихся затрудненным дыханием/одышкой, болью/ощущением заложенности в грудной клетке, нарушениями речи или движения.

Основные меры предосторожности, которым должны следовать люди, живущие с ВИЧ, и основные группы населения, чтобы предотвратить заражение COVID-19:

Оставаться в безопасности

- Часто мойте руки водой с мылом (в течение 40–60 секунд) или дезинфицирующим средством для рук на спиртовой основе (в течение 20–30 секунд).
- При кашле или чихании прикрывайте рот и нос согнутым локтем или салфеткой. Выбрасывайте салфетку сразу после использования.
- Избегайте тесного контакта с кем-либо, у кого жар или кашель.
- Оставайтесь дома, когда вы больны.

- Если вы испытываете лихорадку, кашель и затрудненное дыхание и недавно путешествовали или проживаете в районе, где сообщается о COVID-19, вам следует немедленно обратиться за медицинской помощью в местную медицинскую службу, к врачу или в местную больницу. Прежде чем идти в кабинет врача или в больницу, позвоните заранее и расскажите им о своих симптомах и недавних поездках.
- Если вы больны, наденьте медицинскую маску и держитесь от других на расстоянии.



Быть готовым

- У вас должен быть запас необходимых медикаментов, желательно на 30 и более дней. Всемирная организация здравоохранения в настоящее время рекомендует предоставлять лекарства от ВИЧ-инфекции на срок не менее трех месяцев для большинства людей во время их плановых посещений врача.
- Определите способы связи с вашей поликлиникой по телефону в случае, если вам нужен совет о том, как получить доступ к медицинской и терапевтической поддержке. Это лечение может включать антиретровирусную терапию, лекарства от туберкулеза (если вы находитесь на лечении от туберкулеза) и любые другие лекарства от болезней, которые могут у вас возникнуть. В случае необходимости доставки медикаментов на дом, вы можете обратиться на сайт hiv.by в РОО «Люди ПЛЮС».

- Обсудите со своей семьей и друзьями, как поддерживать друг друга в случае принятия мер по социальному дистанцированию. Помогите другим и убедитесь, что у них также есть достаточный запас основных лекарств.
- Убедитесь, что вы знаете, как связаться с организациями и людьми, которые смогут вам помочь. Составьте план для телефонных и социальных взаимодействий в случае, если меры общественного здравоохранения требуют от людей остаться дома или в случае, если вы заболели. В этом вам смогут помочь специалисты РОО «Люди ПЛЮС» (их контакты вы сможете найти на сайте hiv.by).

Поддерживать себя и окружающих вас людей

- Вспышка COVID-19 может вызвать страх и беспокойство – поэтому всем рекомендуется заботиться о себе и общаться с близкими. Обратите особое внимание на свое психическое здоровье.
- Избегайте чрезмерного воздействия средств массовой информации в связи с COVID-19. Читайте информацию только из надежных источников.
- Заботьтесь о своем теле. Старайтесь есть здоровую, сбалансированную пищу, регулярно заниматься спортом, высыпаться и, по возможности, избегать употребления алкоголя и наркотиков.

Вакцина от COVID-19

В настоящий момент разработку вакцины от коронавируса COVID-19 ведут по всему миру. Начало клинического испытания российской вакцины «Гам-КОВИД-Вак» в Беларуси намечено на осень 2020.

