

Приверженность лечению ВИЧ-инфекции



Что такое приверженность АРВ-терапии?

Антиретровирусная (АРВ) терапия – это лечение ВИЧ-инфекции, направленное на подавление процесса размножения вируса иммунодефицита человека (ВИЧ). Лекарства, используемые для этого, называются антиретровирусными препаратами.

Приверженность лечению – это прием препаратов в точном соответствии с предписаниями врача: в определенное время, в правильном количестве, при соблюдении правил приема и специфики питания.

Буквально «быть приверженным» означает «следовать», «быть верным чему-то». Это наиболее важный фактор успешности противовирусного лечения.

Почему важно быть приверженным лечению?

Для того чтобы лечение было действенным, необходимо добиться определенной концентрации лекарств в вашем организме. Поэтому так важно принимать препараты в одно и то же время и следовать всем правилам приема.

Если вы нарушаете режим лечения, это может привести не только к снижению его эффективности, но и к возникновению устойчивых к действию препаратов форм (штаммов) ВИЧ. Штаммы вируса, на которые лекарства не действуют, могут развиваться довольно быстро – при пропуске (или запаздывании с приемом) приблизительно каждой двадцатой дозы препарата.

Важно понимать, что, независимо от личных качеств и обстоятельств жизни, при желании любой человек может обеспечить стопроцентную приверженность лечению.

Как обеспечить приверженность?

Вам в этом помогут следующие факторы:

1) Достаточный уровень знаний об АРВ-терапии.

Перед началом терапии получите информацию, которая необходима для начала лечения:

- Каков режим приема терапии?
- Что это за препараты?
- Сколько и каких таблеток нужно будет принимать за один раз?
- Сколько раз в день? Как они выглядят?
- Насколько точно мне следует соблюдать время приема?
- Имеются ли ограничения в питании?
- Каков режим труда?
- Степень активности (физической, половой) при лечении?
- Какие побочные эффекты возможны, и как действовать в случае их возникновения?
- Куда обратиться за продолжением лечения и дальнейшим наблюдением после освобождения из мест лишения свободы?

2) Продумывание всех моментов, связанных с приемом препаратов, а именно:

- что и кто может вам помочь не забыть о приеме лекарства;
- что нужно сделать, чтобы не пропустить прием лекарств при перемещении из одного учреждения в другое;
- что нужно сделать, чтобы своевременно получать терапию;
- как совместить работу, режимные мероприятия с приемом лекарств.

Лучше всего эти и другие вопросы заранее обсудить с врачом (и с другими пациентами, уже начавшими принимать лечение).

3) Использование повседневных дел.

Многим людям легче приспособить прием препаратов к своему графику жизни, к ежедневной деятельности. Обязательно принимайте лекарства до совершения действия, а не после него. Если по каким-то причинам вы не можете принять препараты (свидание, помещение в СИЗО или ПКТ), немедленно известите об этом врача.

4) Напоминания о времени приема лекарств.

Самым простым способом является будильник. Можно использовать наручные часы со звонком – они имеют функцию выставления звонка и очень удобны для использования в общественных местах. Если пришло время для приема препаратов, необходимо сделать это незамедлительно. Чтобы понять, принимали вы сегодня препарат или нет, можно повесить график приема на внутреннюю сторону тумбочки и ежедневно делать пометки о приеме препарата.

5) Постарайтесь принимать препарат через одинаковые временные интервалы. При переезде из одного учреждения в другое обязательно убедитесь в том, что взяли с собой лекарство и справку от врача о необходимости приема препаратов. Если вы переехали в другой часовой пояс, то за счет перевода часов время приема препаратов может оказаться неудобным. В этой ситуации можно постепенно сдвигать прием лекарств на удобное для вас время, не меняя интервала между приемами.

Что делать, если произошла рвота?

Если одним из побочных эффектов является рвота, это может привести к пропуску дозы. Если рвота происходит в течение часа после принятия дозы, примите препарат повторно, так как у вашего организма не было времени, чтобы усвоить препарат. Перед повторным приемом подождите, пока ваш желудок успокоится. Если рвота произошла больше чем через час, нет необходимости принимать препарат повторно.

Если рвота происходит регулярно после приема дозы, необходимо проконсультироваться с врачом, чтобы подобрать средство для устранения этого побочного действия.

Что делать, если вы забыли принять препарат?

Если вы забыли принять препарат в установленное время, примите их, как только вспомните, и придерживайтесь вашего обычного графика. Не принимайте двойную дозу, если вы вспомнили о приеме только тогда, когда пришло время принимать следующую. Постарайтесь определить, что заставило вас забыть о лекарствах, и внесите коррективы в вашу жизнь, чтобы не делать пропуски в дальнейшем.

Очень важно принимать терапию в указанное время, иначе количество препарата в организме не будет достаточным для подавления вируса и он выработает устойчивость к лечению.

Можно ли делать перерывы в лечении?

Никогда не прекращайте лечение самостоятельно на основе вашего индивидуального решения, обязательно обсудите это с вашим врачом. Многие проблемы можно решить без остановки лечения.

В случае настоятельной потребности в «отпуске» от терапии это также необходимо делать только в соответствии с рекомендациями лечащего врача.

Информационный материал подготовлен «СПИД Фондом Восток-Запад» (AFEW) и издается в рамках проекта ГЛОБУС.

Выпуск материала согласован с Федеральной службой исполнения наказаний (ФСИН России).



При создании плаката были использованы материалы сайтов www.aidsmap.com, www.aids.ru, <http://network.org.ua> и www.poz.ru.
Тираж: 5025 экземпляров
Распространяется бесплатно



Контактная информация:
«СПИД Фонд Восток-Запад» (AIDS Foundation East-West, AFEW)
109004, Россия, г. Москва, Тетеринский пер., д. 4, стр. 1
Тел./факс: (495) 980-13-22
Веб-сайт: www.afew.org Эл. почта: info@afew.org
© «СПИД Фонд Восток-Запад», 2010