

## Porozmawiaj ze swoim świadczeniodawcą

Okres dorastania (10 - 18 lat)



Dziewczęta w okresie dorastania żyjące z HIV mają szczególne wymagania i potrzeby, które będą nieustannie ewoluować na poszczególnych etapach ich życia.

**Będąc dziewczyną w okresie dorastania żyjącą z HIV, lub osobą bliską dorastającej osoby HIV-pozytywnej, będziesz prawdopodobnie mieć wiele pytań do swojego świadczeniodawcy opieki zdrowotnej. Celem opracowania poniższych źródeł informacji była chęć pomocy w prowadzeniu rozmowy na temat tych potrzeb i skierowanie uwagi na kluczowe aspekty.**

To źródło informacji nie ma w swoim zamierzeniu uwzględnienia wszystkich tematów, jakie należałoby przedyskutować, i nie wszystkie te tematy mogą dotyczyć ciebie. Koniecznie przedyskutuj wszelkie pytania, jakie możesz mieć, ze swoim zespołem opieki zdrowotnej.

1587029

### ŻYCIE Z HIV: CO POWINNAŚ WIEDZIEĆ

Istnieje bardzo dużo informacji, które należy śledzić, w tym także tych dotyczących ochrony, możliwości leczenia i opieki. Należy rozważyć porozmawianie o tych tematach:

- Wiedza o HIV (tj. liczba komórek CD4, wiremia, replikacja, możliwe powikłania)
- Antykoncepcja, zapobieganie HIV i ochrona innych
- Rozważania na temat ciąży
- Leczenie antyretrowirusowe (tj. harmonogram dawkowania, działania uboczne, przyjmowanie leków według wskazań lekarza)
- Zakażenia przenoszone drogą płciową (tj. chłamydia, papillomawirus, kiła, rzeżączka)
- Inne choroby (tj. gruźlica, zapalenie wątroby typu B i C)
- Nadużywanie alkoholu i leków

### ROZWAŻANIA NA TEMAT OPIEKI

Zastanowić należy się nad innymi ważnymi sprawami, w tym między innymi nad dobrym samopoczuciem i codziennymi wyzwaniami, wpływającymi na sposób radzenia sobie z HIV. Twój świadczeniodawca może ci pomóc ustosunkować się do tych uczuć i wyzwań:

- Zdrowie umysłowe i emocjonalne
- Codzienne wyzwania i zmagania, takie jak ujawnienie innym tego, że masz HIV, strach i dyskryminacja ze strony innych
- Prawo do opieki zdrowotnej i porady prawne dla kobiet żyjących z HIV
- Rutynowe kontrole stanu zdrowia (tj. podstawowa opieka lekarska, badanie dentystryczne, badanie wzroku, wymaz z szyjki macicy)
- Niewłaściwe traktowanie i przemoc

Pamiętaj, że wizyty u twojego świadczeniodawcy opieki zdrowotnej lub u świadczeniodawcy opieki zdrowotnej osoby ci bliskiej są okazją do poruszenia wszelkich spraw i obaw, jakie tylko możesz mieć. Aby te dyskusje wykorzystać w maksymalnym stopniu, pomyśl o zabraniu ze sobą notatnika, w którym będziesz mogła zapisywać najważniejsze punkty poruszone w trakcie wizyty. Nie wahaj się pytać, ponieważ świadczeniodawca opieki zdrowotnej jest po to, aby ci pomagać. Zanim opuścisz gabinet swojego świadczeniodawcy, zarezerwuj sobie wizytę kontrolną, co znacznie uprości rutynową opiekę nad tobą. Koniecznie zapisz sobie numer telefonu na wypadek, gdybyś musiała zmienić termin wizyty lub miała pilne pytania.

*See Us: „Kobiety zajmują stanowisko w sprawie HIV”* jest globalną kampanią świadomościową, skupiającą się na pomaganiu kobietom w stawianiu czoła niezwykłym wyzwaniom, przed jakimi stają kobiety żyjące z HIV. Jej celem jest zachęcenie kobiet żyjących z HIV do wyjścia z cienia, budowania poczucia wspólnoty i w rezultacie do zabrania głosu.

Stworzenie SeeUs było możliwe dzięki środkom zaoferowanym przez AbbVie.

Aby uzyskać więcej informacji: [SeeUs@IAPAC.org](mailto:SeeUs@IAPAC.org)