

ABOUT HIV

Ұстаным

Ұстаным – сіздің дәрі-дәрмектерді дұрыс қабылдап жатқаныңызды білдіретін термин. Сіз дәрі-дәрмектерді дұрыс қабылдау арқылы ғана олардың пайдасын көре аласыз.

Бұл келесіні білдіреді:

- Дәрінің бүкіл мөлшерін қабылдау
- Дәріні дұрыс уақытта қабылдау
- Дәрігердің әр кеңесіне құлақ қою, әсіресе тамақ пен сусын жайлы (мысалы дәріні аш қарынға қабылдамау)

Неге ұстаным маңызды?

АИТВ емінің әсері барлық дәрілерді дұрыс мөлшерде қабылдаған адамдарда ғана байқалады. Сондықтан сіз дәрінің бүкіл мөлшерін қабылдауға тырысуыңыз қажет. АИТВ емі дұрыс жұмыс істеу үшін қажет ең аз ұстаным деңгейі – 95%. Егер сіз емді күніне бір рет қабылдайтын болсаңыз, онда сіз айына кем дегенде бір рет дәрінің 1 мөлшерін жіберіп аласыз (немесе дұрыс қабылдамайсыз) деген мағынаны білдіреді. Егер сіз емді күніне екі рет қабылдасаңыз онда ұстанымы 95% болу үшін, сіз бір айдың ішінде кем дегенде дәрінің үш мөлшерін жібере аласыз (немесе дұрыс қабылдамайсыз) дегенді білдіреді.

Егер сіз АИТВ емін көп уақыт қабылдамасаңыз онда дәрінің қандағы деңгейі АИТВ-мен күресуге жеткіліксіз болады. Егер осындай жағдайлар жиі орын алса онда АИТВ ары қарай көбейе береді. Сіз емді дұрыс қабылдамаған жағдайда, АИТВ-тың АИТВ дәріге деген төзімділігі қалыптасады. Бұл төзімділіктің салдары сіздің алып жатқан АИТВ емін нәтижесізге шығарады, сондықтан сізге емді өзгертуге тура келеді. Жаңа емді қабылдау бұрынғыға қарағанда әлдеқайда күрделірек болуы мүмкін және бұл өзімен бірге жаңа қауіп немесе көптеген жағымсыз әсерлерді әкелуі мүмкін.

Іркіліс

Кейбір кезде денсаулық сақтау жүйесінде болатын мәселелерден сіздің дәрі-дәрмектеріңіздің белгісіз бір мезгілге дейін тапшылығына алып келуі мүмкін. Бұндайға жағдайларды болдырмау керек, өйткені бұл сіздің денсаулығыңызға қатты қауіп

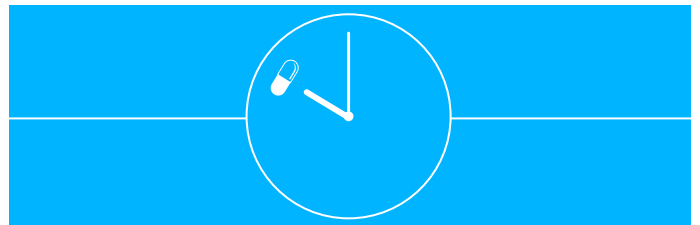
төндіреді. Бірақ та екіншіше орай сіз немесе сіздің дәрігеріңіз де бұл жағдайды бақылай алмайды.

Егер сізді өз еміңізді тоқтатуға мәжбүрлеп жатса онда ең маңыздысы бұл жағдайды өзіңіздің дәрігеріңізбен бірге талқылап ары қарай не істеу керек екенін шешу. Мәселен, сізге керек дәрінің түрі бар ал қалған екеу жоқ болса онда дәрігер бүкіл керек қалған дәрі пайда болғанша сізге барлық дәрілерді қабылдауға тиым салуы мүмкін. Сіз қабылдап жатқан дәрілерге және олардың сіздің ағзаңызда қанша уақытта белсенді болуына байланысты сіздің дәрігеріңіз сізге әлдебір дәрінің қабылдауын тоқтатуға ұсыныс жасауы мүмкін.

Дәрігердің кеңесі арнайы сізге және сіз қабылдап жатқан дәрілерге бейімделіп беріледі. Бұндай шаралардың мақсаты – АИТВ-тың дәрілерге деген қарсылық күшін тоқтату.

Басқа дәрі-дәрмектермен әрекеттестігі

АИТВ-ға арналған дәрілер сізге жазылған дәріханадан рецептсіз сатып алуға болатын басқа дәрілермен немесе шөптік тұнбалармен заңсыз/рекреациондық дәрілермен АИТВ-қа қарсы дәрілерәрекеттесе алады. Дәрілердің өз – ара әрекеттесу салдарынан болатын зиянды азайту үшін, ең маңыздысы өзіңіз қабылдап жүрген басқа дәрілер туралы ақпаратты өзіңіздің АИТВ - ты емдейтін, қаралып жүрген дәрігеріңізге айтуыңыз керек.



Емделу кезіндегі қолдау

Көп адамдар кейбір кезде дәрінің мөлшерін қабылдауды ұмытып кетіп жатады. Егер сізбен де осындай оқиға болып тұрса қатты уайымдамаңыз. Бірақ та егер сіз дәрілеріңізді қабылдауды жиі жіберіп тұрсаңыз онда бұл жағдай туралы өзіңіздің дәрігеріңізбен немесе басқа сізбен айналысатын медицина қызметкерімен сөйлесуіңіз керек.

Сізге дәріні өз уақытында және дұрыс қабылдауға көмектесетін бірнеше жолдары бар. Сізге дәріні күнде бір уақытта қабылдауға көмектесетін жаңа әдет құру керек. Мысалы кейбір адамдар

Янссенның жомарт қолдауы арқасында www.pro-vich.info және www.about-hiv.info желіні қалыптастыру мүмкінге айналды. Біздің демеушіміз желінің мәтіні мен мазмұнына редакциялық бақылау мүмкіншілігін иеленбеді. Осы желідегі барлық ақпараттар денсаулық сақтау саласындағы мамандардың кеңесін орынын басу үшін емес, керісінше оларға көмектесуге бағытталған. Жеке мәселеніз бойынша өзіңіздің емделуші дәрігеріңізге немесе командаңыздың денсаулық сақтау бойынша жауапты мүшесіне ақыл қосу мақсатында жүгініңіз.

NAM aidsmap, Еуропалық ЖИТС –ті емдеу тобы, Еуропалық ЖИТС бойынша жәрдемдесу желісі, Шығыс Еуропа және Орталық Азияда АИТВ – пен өмір сүретін адамдардың одағы және ИТРСги (Емдеуге дайындау бойынша коалициясы) өз – ара ынтымақтастығы. Қосымша ақпараттар алу үшін: www.about-hiv.info; www.pro-vich.info; www.aidsmap.com Ұлыбританияда ресми тіркелген қайырымдылық қоры: 1011220

ABOUT HIV

Ұстаным

күнделік жүргізе бастайды немесе ұялы телефонында және басқа гаджеттерде оятықш орнатады. Басқа адамдарға дәрінің қабылдау уақытын қадағалау үшін дәрі салғыштар қолдану ыңғайлы болып келеді. Оны өзіңіздің емханаңыздан таба аласыз.

Сізде АИТВ – қа қарсы емді қабылдау барысыныда дәрілердің жанама әсерлері пайда болуыжағымсыз, мүмкін, , бұл жағдайда емдеу жүйесін қабылдаудың оңай түріне ауыстыру қажет болар.

Сізге дәріні қабылдау басқа да бір белгілі себептермен қиын болса,бұл кезде сізге осы мәселе жайлы өзіңіздің дәрігеріңізбен, басқа медицина қызметкерімен немесе мәселені шеше алады деп сенетін адаммен сөйлесу керек.

Янссенның жомарт қолдауы арқасында www.pro-vich.info және www.about-hiv.info желіні қалыптастыру мүмкінге айналды. Біздің демеушіміз желінің мәтіні мен мазмұнына редакциялық бақылау мүмкіншілігін иеленбеді. Осы желідегі барлық ақпараттар денсаулық сақтау саласындағы мамандардың кеңесін орынын басу үшін емес, керісінше оларға көмектесуге бағытталған. Жеке мәселеңіз бойынша өзіңіздің емделуші дәрігеріңізге немесе командаңыздың денсаулық сақтау бойынша жауапты мүшесіне ақыл қосу мақсатында жүгініңіз.

NAM aidsmap, Еуропалық ЖИТС –ті емдеу тобы, Еуропалық ЖИТС бойынша жәрдемдесу желісі, Шығыс Еуропа және Орталық Азияда АИТВ – пен өмір сүретін адамдардың одағы және ИТРСги (Емдеуге дайындау бойынша коалициясы) өз – ара ынтымақтастығы. Қосымша ақпараттар алу үшін: www.about-hiv.info; www.pro-vich.info; www.aidsmap.com Ұлыбританияда ресми тіркелген қайырымдылық қоры: 1011220