

До кишені

АРТ

**Антиретровірусна
терапія**

**Цей матеріал створено
для всіх, хто хоче краще
зрозуміти лікування
ВІЛ — антиретровірусну
терапію (АРТ).**

**Тут зібрано основну
інформацію про те,
як працює АРТ, як
приймаються ліки та де
можна знайти підтримку.**

« Коли лікарка сказала мені,
що в мене ВІЛ, це був шок

**Мені здалося, що світ
зупинився.**

Сьогодні, завдяки
лікуванню, я живу
абсолютно нормальним
життям — маю сім'ю,
роботу й плани на
майбутнє »

— **Мартина, 48 років**

**Чи справді АРТ
працює?**


Так.

- + покращує здоров'я та відновлює імунну систему;**
- + дає можливість жити довго й повноцінно;**
- + захищає ваших партнерів — вірус не передається, якщо лікування ефективно.**

АРТ сьогодні підходить усім:

- ✓ чоловікам, жінкам і трансгендерним людям;
- ✓ незалежно від віку,
- ✓ незалежно від способу інфікування.

Регулярний прийом АРТ за рекомендацією лікаря знижує кількість вірусу в крові до невизначного рівня. Це означає, що ВІЛ перестає шкодити імунній системі і не передається іншим людям.



Чи потрібне лікування всім, хто живе з ВІЛ?

Так. АРТ рекомендована всім людям з ВІЛ — незалежно від кількості клітин CD4 чи наявності симптомів.

Ранній початок лікування:

- + захищає імунну систему;
- + знижує ризик інших захворювань;
- + дозволяє жити повноцінним життям.

Яка ART найкраща?

Сьогодні існує багато ефективних і безпечних препаратів. Ваш лікар підбере саме ту комбінацію, яка найкраще підходить саме вам.

У більшості випадків лікування означає прийом однієї або двох таблеток на день. Також доступні ін'єкційні форми, які вводяться один раз на кілька тижнів.

« Поговоріть зі своїм лікарем про АРТ. Лікування має бути максимально зручним для вашого способу життя, розпорядку дня і звичок. »

— Павел

Дотримання лікування (прихильність)

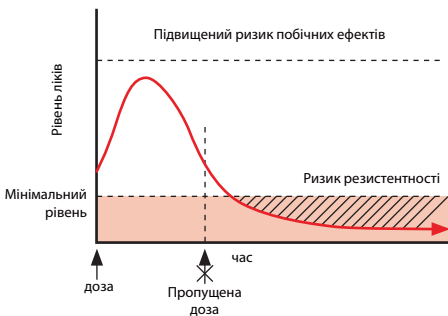
Прихильність — це найважливіший чинник успіху терапії.

Вона означає приймати ліки точно за рекомендаціями лікаря, тобто:

- + приймати таблетки щодня в один і той самий час;
- + дотримуватися вказівок щодо прийому з їжею або без;
- + уникати можливих взаємодій з іншими ліками;

повідомляти лікаря про будь-які нові препарати, які ви починаєте приймати.

Нерегулярний прийом може призвести до резистентності — тобто вірус стає стійким до ліків, і вони перестають діяти.



Що відбувається, якщо пропускати прийом ліків?

Якщо рівень препарату в крові знижується, вірус знову починає розмножуватися. Чим частіше ви забуваєте або відкладаєте прийом ліків, тим вищий ризик розвитку резистентності.

Основні тести для контролю лікування

Кількість CD4+ лімфоцитів

Показує стан імунної системи. Нормальні значення у здорових людей — приблизно 500–1500 клітин/мм³.

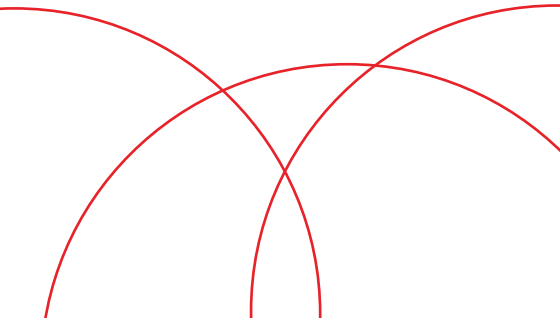
Під час лікування АРТ навіть при низьких значеннях CD4 кількість клітин може поступово відновитися.

Вірусне навантаження (ВН)

ВН — це кількість копій ВІЛ в 1 мл крові.

Це головний показник ефективності АРТ.

Мета лікування — досягти невизначного рівня ВН. Якщо вірус невизначний, він не передається статевим шляхом.



« ART для мене — це
рутина, як сніданок.

Завдяки лікуванню я
почуваюся здоровим, маю
енергію і впевненість, що
не передаю вірус далі. »

— Павел, 27 років

Психологічна та соціальна підтримка

Наша організація пропонує амбулаторну допомогу **Kontakt+**, де можна отримати психологічну та соціальну підтримку для людей, які живуть з ВІЛ, і їхніх близьких.

Також працює **програма Buddy** — наставництво від людини, яка вже має досвід життя з ВІЛ. Buddy допомагає особливо на початку — прийняти діагноз, зорієнтуватися в лікуванні та повсякденному житті.

Якщо ви хочете дізнатися більше про наші програми:

kontakt@aids-pomoc.cz,
+420 775 764 414 (пн–пт 9-16).

Ми можемо надіслати вам
друковану брошуру або ви можете
прочитати її онлайн.

З усіх питань також можна
звертатися: +420 800 800 980,
info@aids-pomoc.cz.

Більше інформації:

www.aids-pomoc.cz

+420 800 800 980

Цей матеріал перекладено
та адаптовано з англійського
оригіналу "ART Antiretroviral Therapy"
Чеською спілкою допомоги людям з ВІЛ/СНІДом
у 2025 році.

Ця брошура створена за фінансової підтримки
Міністерства охорони здоров'я Чеської
Республіки та за професійної гарантії Чеського
товариства інфекційної медицини (CZS JEP).



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY



Для Чеського товариства боротьби зі СНІДом Центр
громадської роботи опублікував книгу у 2025 році.
ISBN: 978-80-88634-10-2