



**EHPV**

Eesti HIV-positiivsete Võrgustik  
Estonian Network of PLWH



# —• ВИЧ •—

## ЖИЗНЬ В ЭСТОНИИ С ВИЧ

НЕДАВНО Я ПРИЕХАЛ В ЭСТОНИЮ, И У МЕНЯ МОЖЕТ БЫТЬ ВИЧ.  
ЧТО ДЕЛАТЬ?

## ЧТО ТАКОЕ ВИЧ?

**ВИЧ (вирус иммунодефицита человека)** — это вирус, который относится к семейству ретровирусов и повышает восприимчивость человека к инфекционным заболеваниям и возникновению опухолей.

Если у человека обнаружили ВИЧ, это еще не означает, что он болен. ВИЧ вызывает хроническое состояние, которое можно поддерживать с помощью медикаментов. Без соответствующего лечения ВИЧ может развиваться до своей последней стадии — СПИДа.

Если должным образом принимать антиретровирусные препараты (АРВ) и заботиться о своем здоровье, то человек, у которого диагностировали ВИЧ, может прожить долгую и насыщенную жизнь.



## ЕСЛИ ВЫ ПОДОЗРЕВАЕТЕ, ЧТО У ВАС ВИЧ?

### 1. ПРИХОДИТЕ НА ТЕСТИРОВАНИЕ

Тестирование — это единственный способ установить у вас наличие ВИЧ-инфекции. Офис открыт для всех вне зависимости от наличия страхования здоровья. Тестирование проводится анонимно и бесплатно. В случае выявления ВИЧ будет необходимо раскрыть свои личные данные, чтобы получить направление к специалисту для дальнейшего обследования.

#### Инфекционная клиника Западно-Таллиннской центральной больницы

📍 Палдиски мнт. 62

☎ 659 8551

#### SYNLAB Eesti OÜ

📍 Веэренни 53а (VI корпус)

☎ 17 123

Информацию о том, где можно получить совет относительно ВИЧ и пройти тестирование в других городах можно найти [здесь](#)

## ЕСЛИ ВЫ ЗНАЕТЕ, ЧТО У ВАС ВИЧ

### 2. НАЧНИТЕ ИЛИ ПРОДОЛЖИТЕ ЛЕЧЕНИЕ АНТИРЕТРОВИРУСНЫМИ ПРЕПАРАТАМИ (АРВ)

Займитесь этим как можно скорее. АРВ-терапия не вылечит ВИЧ, однако благодаря ей вы сможете притормозить распространение инфекции и не позволить ей прогрессировать. АРВ-препараты позволят вам сохранить свое здоровье, остановить распространение вируса и вести полноценную жизнь. Лечение АРВ-препаратами в Эстонии бесплатно и не требует наличия медицинской страховки.

#### ЗАПИШИТЕСЬ НА ПРИЕМ К ИНФЕКЦИОНИСТУ

Заранее позвоните в регистратуру врача, который занимается инфекционными заболеваниями, и запишитесь на прием к инфекционисту. Необходимые контактные данные можно найти [здесь](#). Еще один вариант — это попросить направление на консультацию и дальнейшее тестирование сразу после получения результата теста на ВИЧ.

#### ВОЗЬМИТЕ С СОБОЙ

На прием к инфекционисту следует взять с собой всю имеющуюся у вас информацию о том, какое лечение вы проходили в той стране, откуда вы прибыли (если вы ранее проходили лечение).

## ЕСЛИ ВЫ ЗНАЕТЕ, ЧТО У ВАС ВИЧ

### 3. ОБРАТИТЕСЬ ЗА СОВЕТОМ И ПОМОЩЬЮ

Научиться жить с ВИЧ может оказаться сложной задачей, которая потребует массы времени и усилий. Вы не сможете справиться со всеми грядущими трудностями в одиночку. В некоторых случаях необходимо услышать о том, как с этим справились другие люди, которые живут с ВИЧ (обмен опытом), а также получить профессиональную помощь (от психолога или социального работника).

Контактные данные для получения помощи психолога, социального работника, а также обмена опытом можно найти [здесь](#)

Для получения дополнительной информации, бесплатной психологической, социальной и юридической помощи, бесплатных презервативов и лубрикантов, бесплатных экспресс-тестов на ВИЧ / ВГС, PrEP, пожалуйста, [обращайтесь](#).

## ОБРАТИТЕСЬ ЗА ПОМОЩЬЮ

### Хотите переехать в Эстонию или жить здесь на постоянной основе?

Обратитесь за советом к консультантам по вопросам миграции.

☎ 612 3500

✉ migrationadvice@politsei.ee

📄 EstonianPolice\_MigrationAdvice

### Хотите быстрее освоиться в Эстонии и адаптироваться к местной жизни?

Примите участие в курсах программы адаптации. Зайдите на сайт, выберите подходящий модуль и зарегистрируйтесь.

✉ info@settleinestonia.ee

🌐 [www.settleinestonia.ee](http://www.settleinestonia.ee)

### Вы недавно приехали в Эстонию? Хотите узнать о местных особенностях и получить совет, с чего начать?

Обратитесь за советом в Международный дом Эстонии.

☎ +372 627 9701

✉ ihe@workinestonia.com

🌐 [workinestonia.com/internationalhouse/](http://workinestonia.com/internationalhouse/)

### Хотите работать в Эстонии?

Обратитесь за советом к консультанту Эстонской кассы по безработице.

☎ 6696513

✉ info@tootukassa.ee

🌐 [www.tootukassa.ee/ru](http://www.tootukassa.ee/ru)

## КОНТАКТЫ

 [ehpv.ee](http://ehpv.ee)

 +372 5340 0530

 [ehpv@ehpv.ee](mailto:ehpv@ehpv.ee)

