

Данный материал одобрен  
ГУ «Республиканский центр по профилактике и  
борьбе со СПИД»

Министерства здравоохранения и социальной  
защиты населения Республики Таджикистан

Издано в рамках проекта «Программа  
технической помощи по профилактике, контролю  
и надзору за ВИЧ/СПИДом и другими  
инфекционными заболеваниями в Восточной  
Европе и Центральной Азии», финансируемого  
UNAIDS в Таджикистане.



**UNAIDS**



© РОО «Афиф», 2020 год.

Все права защищены.

Воспроизведение, передача, распространение  
или дублирование любой части содержащихся в  
публикации материалов допускается при  
условии их некоммерческого использования.  
Ссылка на Республиканскую общественную  
организацию «Афиф» обязательна.

**Распространяется бесплатно**

РОО «Афиф», 2020.  
e-mail: [tajikistan@afif.tj](mailto:tajikistan@afif.tj)  
<http://www.afif.tj>

**COVID-19** является серьезным заболеванием, и все люди, живущие с ВИЧ, должны принять все рекомендуемые профилактические меры, чтобы минимизировать воздействие и предотвратить заражение вирусом, вызывающим COVID-19.

Как и в общей популяции, пожилые люди, живущие с ВИЧ, или люди, живущие с ВИЧ с проблемами сердца или легких, могут подвергаться более высокому риску заражения вирусом и иметь более серьезные симптомы.

Из стран и сообществ, реагирующих на обе эпидемии, мы будем активно узнавать о влиянии ВИЧ и COVID-19 на людей, живущих с ВИЧ. Уроки успешного внедрения инноваций или адаптации предоставления услуг для минимизации воздействия коронавируса на людей, живущих с ВИЧ, будут распространяться и воспроизводиться по мере их появления. До тех пор, пока не станет известно больше, люди, живущие с ВИЧ, особенно те, у кого прогрессирует или плохо контролируется ВИЧ-инфекция, должны быть осторожными и обращать внимание на меры и рекомендации по профилактике. Также важно, чтобы люди, живущие с ВИЧ, получали многомесячные запасы своих лекарств от ВИЧ-инфекции.



**Основные меры предосторожности, которым должны следовать люди, живущие с ВИЧ, и основные группы населения, чтобы предотвратить заражение COVID-19**

## **Остаться в безопасности**

- **Часто мойте руки водой с мылом (в течение 40–60 секунд) или дезинфицирующим средством для рук на спиртовой основе (в течение 20–30 секунд).**
- **При кашле или чихании прикрывайте рот и нос согнутым локтем или салфеткой.  
Выбрасывайте салфетку сразу после использования.**
- **Избегайте тесного контакта с кем-либо, у кого жар или кашель.**
- **Оставайтесь дома, когда вы больны.**
- **Если вы испытываете лихорадку, кашель и затрудненное дыхание и недавно путешествовали или проживаете в районе, где сообщается о COVID-19, вам следует немедленно обратиться за медицинской помощью в местную медицинскую службу, к врачу или в местную больницу. Прежде чем идти в кабинет врача или в больницу, позвоните заранее и расскажите им о своих симптомах и недавних поездках.**
- **Если вы больны, наденьте медицинскую маску и держитесь от других на расстоянии**

## Остаться в курсе происходящего



- Знать факты о COVID-19 и всегда использовать надежный источник, такой как Всемирная организация здравоохранения:

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novelcoronavirus-2019>.

## БЫТЬ ГОТОВЫМ

- У вас должен быть запас необходимых медикаментов в идеале, на 30 и более дней. Всемирная организация здравоохранения в настоящее время рекомендуют предоставлять лекарства от ВИЧ-инфекции на срок не менее трех месяцев для большинства людей во время их плановых посещений врача, но эта рекомендация еще не получила широкого распространения во всех странах.
- Определите способы связи с вашей клиникой по телефону в случае, если вам нужен совет о том, как получить доступ к медицинской и терапевтической поддержке в вашем сообществе. Это лечение может включать антиретровирусную терапию, лекарства от туберкулеза (если вы находитесь на лечении от туберкулеза) и любые другие лекарства от болезней, которые могут у вас возникнуть.
- Ключевые группы населения, включая людей, употребляющих наркотики, работников секс-бизнеса, геев и других мужчин имеющих половые контакты с мужчинами, транссексуалов и заключенных, должны обеспечить наличие у них необходимых средств для предотвращения





ния ВИЧ-инфекции, таких как стерильные иглы и шприцы и / или заместительная опиоидная терапия, презервативы и средства доконтактной профилактики (PrEP). Также должны быть получены адекватные запасы других лекарств, таких как контрацепция и необходимая гормональная терапия.

- Не во всех странах внедрены политики, позволяющие получать рецепты на длительный период времени. Свяжитесь с вашим врачом как можно раньше. Подумайте о взаимодействии с другими членами вашего сообщества, чтобы убедить поставщиков медицинских услуг и лиц, принимающих решения, предоставить рецепты на несколько месяцев на ваши основные лекарства.
- Обсудите со своей семьей и друзьями, как поддерживать друг друга в случае принятия мер по социальному дистанцированию. Организуйте в вашем сообществе альтернативные мероприятия в отношении еды, лекарства, ухода за детьми или домашними животными и т. д.
- Помогите другим в вашем сообществе и убедитесь, что у них также есть достаточный запас основных лекарств.
- Убедитесь, что вы знаете, как связаться с местной сетью людей, живущих с ВИЧ, электронными средствами. Составьте план для телефонных и социальных взаимодействий в случае, если меры общественного здравоохранения требуют от людей остаться дома или в случае, если вы заболели.



## Поддерживать себя и окружающих вас людей

- Вспышка COVID-19 может вызвать страх и беспокойство – поэтому всем рекомендуется заботиться о себе и общаться с близкими. Люди, живущие с ВИЧ, и их сообщества имеют многолетний опыт устойчивости, выживания и процветания и могут опираться на свою богатую общую историю взаимной поддержки семей и сообществ в условиях нынешнего кризиса. Обратите особое внимание на свое психическое здоровье:



- ▶ Избегайте чрезмерного воздействия средств массовой информации в связи с COVID-19. Читайте информацию только из надежных источников.
- ▶ Заботьтесь о своем теле. Сделайте глубокий вдох, потянитесь или помедитируйте. Старайтесь есть здоровую, сбалансированную пищу, регулярно заниматься спортом, выспаться и, по возможности, избегать употребления алкоголя и наркотиков.
- ▶ Найдите время, чтобы расслабиться и напомнить себе, что негативные эмоции пройдут. Делайте перерывы в просмотре, чтении или прослушивании новостей - может быть достаточно тяжело бесконечно слушать о кризисе. Попробуйте заняться другими делами, которые вам нравятся, чтобы вернуться к нормальной жизни.
- Общайтесь с другими. Поделитесь своими проблемами и чувствами с другом или членом семьи.



## Прекратить стигму и знать свои права

- Стигма и дискриминация являются препятствием для эффективного реагирования на COVID-19. Это время, когда расизм, стигма и дискриминация могут быть направлены против групп, затронутых эпидемией.
- Вспышка COVID-19 может повлиять на ваше рабочее место, доступ к медицинскому обслуживанию или доступ к образованию для вас или ваших детей, в случае принятия в вашем сообществе мер по социальному дистанцированию. Узнайте свои права и убедитесь, что вы и ваше сообщество готовы к этому.



## Лечение COVID-19

- Лечение COVID-19 активно исследуется, и в настоящее время проводится несколько рандомизированных клинических испытаний для определения того, могут ли антиретровирусные препараты, используемые для лечения ВИЧ, быть полезными для лечения COVID-19.



Многие другие возможные методы лечения также тестируются в тщательно спланированных клинических испытаниях. Поскольку эти испытания еще не завершились, слишком рано говорить о том, эффективны ли антиретровирусные препараты или другие лекарственные средства при лечении COVID-19



**Адреса общественных организаций,  
которые работают в сфере ВИЧ и СПИДа в  
Республике Таджикистан  
город Душанбе**

- ОО «Апейрон». Адрес: г. Душанбе, ул. Нусратулло Махсум, д.73/3 кв. 59. Тел.: (+992) 918-65-27-90.
  - РОО «Афиф». Адрес: г. Душанбе, ул. М. Рахими, д. 11, кв. 223. Тел.: (+992) 93-583-25-78
  - ОО «Вита». Адрес: г. Душанбе, ул. Асадулло Гуломова, д. 18/13, кв. 13. Тел.: (+992) 93-476-87-88.
  - ОО «Гули сурх». Адрес: р. Рудаки, ул. Шерози, д. 19. Тел.: (+992 37) 235-28-97; 93-555-58-09; 91-515-71-70.
  - ОО «Лига женщин живущих с ВИЧ». Адрес: г. Душанбе, ул. Айни, д. 64 В, кв. 4. Тел.: (+992) 98-707-94-47.
  - ОО «Марворид». Адрес: г. Душанбе, ул. Турганов, д. 52. Тел.: (+992) 90-001-10-98.
  - ОО «Равные возможности». Адрес: г. Душанбе, ул. Савадо, д. 38А. Тел.: (+992 37) 880-58-80, 91-929-24-24.
  - ОО «СПИН Плюс». Адрес: г. Душанбе, ул. Дехоти, д. 9/5А. Тел.: +992 93-555-19-11.
  - ОО «Таджикистанская сеть женщин, живущих с ВИЧ». Адрес: г. Душанбе, ул. Мирзо-Турсунзаде д. 45, зд. Пойтахт, 5 этаж, к. 506. Тел.: (+992) 98-866-19-00; 90-800-63-03.
- Хатлонская область (Бохтарская группа районов)**
- Представительство РОО «Афиф» в Хатлонской области. Адрес: г. Бохтар ул. Лохути, д. 9. Тел.: (+992 3222) 2-41-72.
  - ОО «Бонувони фардо». Адрес: г. Шаартуз, ул. Сомони, д. 28Б. Тел.: (+992) 832-402-28-8В, (+992) 93-555-46-22.
  - ОО «Бонувони Панч». Адрес: р. Пяндж, ул. Рудаки, д. 39. Тел.: (+992) 900-10-46-64.
  - ОО «Сино». Адрес: г. Бохтар, ул. Айни, д. 67А. Тел.: (+992) 93-488-08-45; 93-488-08-49; 93-555-01-70.
  - ОО «Фидокор». Адрес: г. Бохтар, ул. Мирзокодирова, д. 4. Тел.: (+992 3222) 2-58-64; 93-144-70-07;
  - ОО «Фародис». Адрес: р. А. Джоми, ул. Сомониён, д.26, кв. 6. Тел.: (+992) 918-58-63-11; 93-564-40-30;



- ОО «Центр по обучению молодых женщин и девушек ТОМИРИС». Адрес: г. Бокhtar, ул. Б. Гафурова, д. 48. Тел.: (+992) 988-16-04-44.

### **Хатлонская область (Кулябская группа районов)**

- ОО «Джовидон». Адрес: г. Куляб, пос. Пахтакор.  
Тел.: (+992) 904-14-70-71
- ОО «Имрон». Адрес: г. Куляб, ул. Хувайдуллоева, д. 14.  
Тел.: (+992) 918-41-48-88.
- ОО «Накурор». Адрес: г. Куляб ул. Ш. Шохин, д. 3/1.  
Тел.: (+992) 93-444-77-70.
- ОО «СВОН Плюс». Адрес: г. Куляб, ул. Ш. Шохин, д. 3/1.  
Тел.: (+992) 93-441-42-89.
- ОО «Субхи тандурусти». Адрес: р. Бальджуван, ул. Маржази.  
Тел.: (+992) 93-453-33-53; 918-63-33-53.

### **Согдийская область**

- ОО «Амали нек». Адрес: г. Худжанд, мкр. 12, д. 17 «Г».  
Тел.: (+992 3422) 2-42-85; 2-42-85; 92-702-47-00.
- РОО «Бузург». Адрес: г. Пенджикент, дж. Саразм, пос. Нуристон.  
Тел.: (+992 3475) 580-72; 92-707-96-54.
- МОО «ДИНА». Адрес: г. Худжанд, мкр. 27 (рядом с д. 6).  
Тел.: (+992 3422) 512-14, 571-89; 91-945-77-77.
- ОО «Икболи нек». Адрес: р. Бустон, г. Бустон, ул. Исмоили Сомони, д. 48, кв. 2. Тел.: (+992 3445) 218-15; 92-811-87-01.
- ОО «Нури саломати». Адрес: г. Худжанд ул. Гагарина, д. 2.  
Тел.: (+992) 92-771-39-58.
- ОО «Отифа». Адрес: г. Худжанд, ул. Лохути, д. 2, махалля 20, зд. «Кохи матбуот», 8 этаж. Тел.: (+992) 92-728-28-16.
- ОО «Солими». Адрес: г. Худжанд, мкр. 34, д. 18, кв. 27.  
Тел.: (+992) 92-929-99-99.
- ОО «Садокат». Адрес: г. Истаравшан, ул. Рохи Ленин, д. 12.  
Тел.: (+992 44) 630-45-31.

### **Горно-Бадахшанская Автономная Область**

- ОО «Амина». Адрес: р. Рушан, дж. Вомар.  
Тел.: (+992) 93-524-88-31; 900-50-88-31.
- ОО «Адвокаты Памира». Адрес: г. Хорог, ул. Ш. Шотемур, д. 131/5. Тел.: (+992) 93-504-38-25.

- ОО «Волонтер». Адрес: г. Хорог, ул. Шохтемур, д. 131/2, кв. 42. Тел.: (+992 3522) 235-74; 93-500-64-01.
- ОО «Мадина». Адрес: г. Хорог, ул. Шотемур, д. 88. Тел.: (+992 3522) 2-49-87; 93-555-47-36.
- ОО «Нур». Адрес: р. Шугнан, дж. Поршенев, с. Миденшор. Тел.: (+992) 93-502-83-48.

## Адреса Центров по профилактике и борьбе со СПИД в Республике Таджикистан город Душанбе

1. г. Душанбе, ул. Дехоти, д. 48.  
Тел.: (+992 37) 234-22-24; 234-34-42.
2. г. Душанбе, ул. А. Навои, д. 5/7.  
Тел.: (+992 37) 236-30-47; 236-26-32.

### Хатлонская область (г. Бохтар)

3. г. Бохтар, ул. Айни, д. 9, Тел.: (+992 3222) 2-42-32; 2-54-37.
4. р. Дусти, ул. Гулобова. Тел.: (+992 3520) 72-15-92.
5. р. Шахритуз, ул. А. Зиёдалиева, д. 2. Тел.: (+992 3240) 21-6-24.
6. р. Хуросон, ул. Какаева, д. 12.
7. р. Кушонийн, ул. Гагарина, д. 3.
8. р. Яван, ул. Ленина, д. 19. Тел.: (+992 3141) 2-22-77.
9. р. Дж. Балхи, ул. Пушкина, д. 2. Тел.: (+992 3247) 74-54-01.

### Хатлонская область (Кулябский регион)

10. г. Куляб, ул. Борбад, д. 40. Тел.: (+992 3322) 3-23-19.
11. г. Куляб, ул. Борбад, д. 4. Тел.: (+992 3322) 2-01-53 (центр города).
12. р. Фархор, ул. С. Мехмадиева, д. 8. Тел.: (+992 3316) 26-96.
13. р. Воса, ул. Н. Караева, д. 22. Тел.: (+992 3311) 2-27-41.
14. р. Дангара, ул. Кирова, д. 34. Тел.: (+992 3312) 2-27-03.
15. р. Муминабад, ул. А. Партоева. Тел.: (+992 3318) 2-17-89.
16. р. Ш. Шохин, г. Шурабад. Тел.: (+992) 918-59-19-01.

### Согдийская область

17. г. Худжанд, 34 мкр., зд. Областной санитарно-эпидемиологической службы, Тел.: (+992 3422) 5-25-15; 5-63-27.
18. р. Бабаджан Гафуров, ул. Н. Хувайдуллоева, д. 2.  
Тел.: (+992) 92-774-89-10.
19. г. Исфара, ул. Б. Махкамова, д. 7. Тел.: (+992 3462) 230-63, 11

92-732-90-81.

20. г. Истаравшан, ул. Гагарина, д. 6. Тел.: (+992) 92-760-78-89.

21. г. Панджикент, пр. Рудаки, д. 157. Тел.: (+992 3475) 31-11,  
92-765-19-50.

### **Горно-Бадахшанская Автономная область**

22. г. Хорог, ул. Абдурахмона, д. 60. Тел.: (+992 3522) 2-64-81.

23. р. Мургаб, ул. Ош, д. 1. Тел.: (+992 3554) 2-12-20; 93-523-96-85.

24. р. Рушан, дж. пос. Вомар, ул. Ленина, д. 7.

Тел.: (+992 3556) 2-17-70.

25. р. Ишкашим, ул. А. Набиева. Тел.: (+992 3553) 2-10-90.

26. р. Шугнан, дж. пос. Поршенев, ул. Хоса.

Тел.: (+992) 93-543-48-84.

27. р. Дарваз, пос. Калаихумб. Тел.: (+992 3552) 2-14-83.

28. р. Ванч, Тел (+992 3555) 2-17-83, 93-458-64-65.

29. г. Хорог (городской центр), ул. Айни, д. 25.

Тел.: (+992 3522) 2-57-77.

### **Районы Республиканского подчинения**

30. р. Рудаки, ул. И. Сомони, д. 72. Тел.: (+992 3137) 22-842.

31. г. Вахдат, ул. 20-летия независимости, д. 39.

Тел.: (+992 3136) 2-70-39.

32. р. Турсунзаде, ул. А. Дониша, д. 134.

Тел.: (+992 3130) 2-80-83; 2-88-51.

33. р. Гиссар, ул. М. Турсунзаде, д. 5. Тел.: (+992 3139) 25-9-48.

34. р. Шахринав, ул. И. Сомони, д. 121. Тел.: (+992 3155) 31-4-66.

35. р. Рашт, г. Гарм, ул. И. Сомони, д. 14.

Тел.: (+992 831 31) 2-13-06.

36. р. Рогун, ул. Норакиён, д. 78/52. Тел.: (+992 3134) 22-641;  
93-940-40-82.

37. р. Таджикбад, ул. М. Идиева. Тел.: (+992 3154) 21-2-29.

38. р. Нурабад, г. Дарбанд ул. Р. Резькова, д. 11.

Тел.: (+992 3133) 30-1-72 (в здании Центральной районной больницы)

39. р. Лахш, ул. И. Сомони, д. 18. Тел.: (+992 3132) 22-2-75.