



Министерство здравоохранения
Республики Таджикистан



ТВОЕ ПРАВО НА ЗДОРОВЬЕ



**информация
для трудовых мигрантов**

Душанбе - 2012г.

Издано Республиканским центром по профилактике и борьбе со СПИД Министерства здравоохранения Республики Таджикистан и голландской гуманитарной организацией «СПИД Фондом Восток-Запад» в рамках проекта «Восполняя пробелы: здоровье и права уязвимых групп населения», финансируемого Министерством иностранных дел Королевства Нидерландов.



Министерство здравоохранения
Республики Таджикистан



Все права защищены.

Воспроизведение, передача, распространение или дублирование любой части содержащихся в публикации материалов допускается при условии их некоммерческого использования. Ссылка на «СПИД Фонд Восток-Запад» (*AIDS Foundation East-West, AFEW*) обязательна.

Распространяется бесплатно

© «СПИД Фонд Восток-Запад»
(*AIDS Foundation East-West — AFEW*), 2012 год
Веб-сайт: www.afew.org
Эл.почта: tajikistan@afew.org

“Трудовые мигранты и члены их семей должны иметь право на получение медицинской помощи, в срочном порядке необходимой для сохранения их жизней, а также для предотвращения непоправимого вреда здоровью на равных условиях с гражданами страны пребывания.”

Международная Конвенция по защите прав трудовых мигрантов и членов их семей.

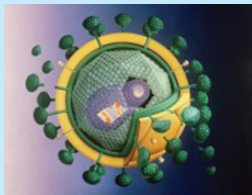
(Статья 28, 2002г.)

Что это право означает для вас?

Ежедневно тысячи людей покидают свои родные края с целью трудоустройства и заработка, в поисках лучшей жизни. Вдали от дома, попадая в совершенно новые условия, многие из вас сталкиваются с разными непредвиденными ситуациями, когда под угрозу ставится самое дорогое, что есть у человека, - здоровье. В первую очередь необходимо знать, как защитить себя и своих близких от инфекционных заболеваний. Надеемся, что прочитав эту брошюру, вы найдете ответы на многие вопросы, а полученные знания помогут вам сохранить свое здоровье и здоровье своих близких.

ВИЧ и СПИД

ВИЧ — это вирус иммунодефицита человека. ВИЧ ослабляет иммунную систему, которая защищает организм от различных инфекций. ВИЧ поражает определенные клетки



иммунной системы и может привести к СПИДу. Людей, имеющих в крови ВИЧ, называют ВИЧ-позитивными.

СПИД — синдром приобретенного иммунного дефицита. При ослаблении иммунной системы человек становится уязвимым для различных инфекционных заболеваний (например, туберкулез и пневмония).

ВИЧ передается через кровь, при половом контакте и от матери ребенку во время беременности, родов и кормления грудью.

ВИЧ передается при контакте с жидкостями ВИЧ-позитивного человека:

*кровью,
спермой,
вагинальной жидкостью,
грудным молоком.*

Риск инфицирования повышается, если эти жидкости попадают на поврежденную кожу или слизистые оболочки.

ВИЧ не передается при:

*рукопожатиях, объятиях и поцелуях;
кашле и чихании;
пользовании общей посудой, полотенцами и постельным бельем;
посещении туалета, душевой или бассейна;
коллективных занятиях спортом;
укусах насекомых и животных.*

Снизить риск инфицирования можно, если:

*использовать презервативы при каждом половом контакте;
использовать стерильные инструменты для уколов и других медицинских процедур, а также татуировок, прокалывания ушей и т.д.;
избегать контакта с кровью или материалами со следами крови.*

После инфицирования вирусом иммунодефицита, человек может выглядеть и чувствовать себя здоровым несколько лет. Узнать, есть ли у человека ВИЧ-инфекция можно только одним способом – пройти специальное обследование.

дование (тест на ВИЧ) в СПИД Центре.

При тестировании на ВИЧ вирус обнаруживается не сразу вирус сразу после инфицирования, только через 3 месяца. Поэтому проходить тестирование следует через три месяца после рискованного контакта. При этом не обходимо знать, что ВИЧ-позитивный человек может передавать людям вирус сразу после того, как был инфицирован сам.

Полностью излечить ВИЧ-инфекцию пока невозможно, но есть специальные лекарства, мешающие вирусу размножаться и разрушать иммунную систему. Это лечение позволяет человеку чувствовать себя здоровым долгие годы, при условии, если человек четко выполняет все предписания врача.



Несколько советов по выбору и использованию презерватива:

проверьте срок годности презерватива на упаковке; относитесь к презервативам бережно. Не держите презерватив на солнце, в кармане брюк – это может повредить упаковку и сам презерватив;



избегайте контакта полового члена с влагалищем или анусом до того как презерватив будет надет;



будьте осторожны, открывая упаковку презерватива (не пользуйтесь ножницами или зубами);

надевайте презерватив только на возбужденный пенис;

перед надеванием сожмите верхушку презерватива (спермоприемник), чтобы там не осталось воздуха, иначе презерватив может порваться во время семяизвержения;



приложите презерватив к головке члена и аккуратно раскатайте до самого основания;

нельзя использовать смазки, содержащие жир (вазелин, масло, кремы) – жир разрушает материал из которого сделан презерватив. Можно использовать специальные смазки на водной основе (они продаются в аптеках);



после семяизвержения пенис нужно вынуть, презерватив снять, завязать узлом и выбросить в мусорное ведро; желательно помыть руки и половые органы с мылом.



Употребление наркотиков и ВИЧ

ВИЧ-инфекция передается при использовании нестерильных инструментов при употреблении наркотиков. Кроме ВИЧ-инфекции, через кровь передаются сифилис, гепатиты В и С.

Снизить риск передачи ВИЧ-инфекции помогут следующие советы:

Если вы употребляете наркотики, то прекратите их употреблять.

Если сейчас вы не можете прекратить употреблять наркотики, не употребляйте их инъекционным путем.

Если вы употребляете наркотики инъекционно, то всегда пользуйтесь новым шприцем и стерильным инъекционным оборудованием.

Если у вас нет возможности каждый раз использовать новый шприц, то пользуйтесь старым, но только своим инструментом и никому его не давайте.

Если у вас нет своего стерильного шприца, то перед использованием чужого инструментария обязательно обработайте его дезинфицирующим (хлорным) раствором.

ИППП (инфекции, передающиеся половым путем)

ИППП передаются во время незащищенных (без презерватива) половых контактов. Наиболее распространенные ИППП — гонорея, сифилис, гер-

пес, трихомониаз и хламидиоз. Кроме того, половым путем передаются ВИЧ-инфекция, вирусные гепатиты В и С.

Что важно знать об ИППП:

Человек может не знать, что инфицировался ИППП, в течение многих месяцев и лет. Для того, чтобы поставить точный диагноз, нужно пройти специальное обследование.

Большинство ИППП излечимо.

Если не лечить ИППП, то можно лишиться возможности иметь детей (бесплодие).

Неприятные ощущения и симптомы ИППП могут исчезнуть без лечения, а болезнь останется, и человек может инфицировать других людей.

Основные симптомы (признаки) ИППП:

выделения из мочеиспускательного канала;

язвочки на половых органах;

припухлости в паху;

припухлость мошонки;

*вагинальные выделения;
боль внизу живота.*

Иногда человек вообще ничего не чувствует.

Туберкулез

Туберкулез — это заболевание, вызываемое микобактерией туберкулеза. Чаще всего туберкулез поражает легкие.

Инфицирование происходит воздушно-капельным путем: когда больной человек кашляет, чихает, разговаривает, он разбрызгивает вокруг себя капельки мокроты, в которых и содержатся микобактерии. Здоровый человек вдыхает их и инфицируется туберкулезом.

Наиболее характерным симптомом (признаком) туберкулеза легких является кашель на протяжении двух-трех недель, обычно с выделением мокроты. Все люди, у которых есть этот симптом, должны как можно скорее сдать мокроту на анализ. Кроме кашля, к симптомам туберкулеза относятся:

*повышение температуры по вечерам;
ночное потоотделение;
слабость / утомляемость;
потеря аппетита;
потеря веса;
сгустки крови в мокроте;
боль в груди.*

Диагноз ставится по результатам анализа мокроты. Если в мокроте обнаруживают микобактерии туберкулеза – значит, у человека открытая форма туберкулеза, и он может инфицировать окружающих. Такого пациента изолируют и назначают специальное, интенсивное лечение.

Туберкулез излечим. В настоящее время существуют лекарства (противотуберкулезные препараты), которые при правильном применении полностью излечивают туберкулез. Но для эффективного лечения нужно как можно раньше выявить болезнь и принять в течение длительного времени все, назначенные врачом, дозы противотуберкулезных препаратов.

Частичное или неправильное лечение снижает возможность излечения и способствует развитию лекарственно-устойчивых форм туберкулеза. В этом

случае противотуберкулезные препараты уже не действуют на микобактерию и не могут помочь пациенту излечиться. То есть, если прервать курс лечения туберкулеза – может развиваться устойчивая форма этого заболевания, которую трудно излечить.

Меры профилактики туберкулеза.

Для того чтобы не заболеть туберкулезом или не инфицировать других:

*при кашле прикрывайте рот рукой;
сплевывайте мокроту в салфетку или носовой платок;
старайтесь хорошо питаться (если возможно, употребляйте витамины, свежие фрукты и овощи);
чаще проветривайте помещение, в котором находитесь, особенно если оно многолюдно;
старайтесь, как можно чаще находиться на открытом воздухе;
при обнаружении симптомов туберкулеза, обратитесь к врачу: чем раньше начато лечение, тем лучше будет его результат.*

НЕ ЗАБЫВАЙТЕ ПРОХОДИТЬ РЕГУЛЯРНОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ У ВРАЧА

Когда вы надолго уезжаете на заработки в чужую страну, не забывайте, что дома вас любят и ждут.

ПРОЙТИ ОБСЛЕДОВАНИЕ НА ВИЧ МОЖНО ПО СЛЕДУЮЩИМ АДРЕСАМ:

г. Душанбе, 734026, ул. Дехоти, 48
тел.: (+992 37) 234-22-24, 234-34-42

г. Душанбе, ул. А. Навои, 4 А,
тел.: (+992 37) 235-63-89, 236-26-32

735700, г. Худжанд, 34 мкр.,
Северо-восточная промзона, здание об-
ластной СЭС
тел.: (+992 3422) 5-25-15, 5-63-27

735034, г. Курган-Тюбе, ул. А. Сино
тел.: (+992 3222) 2-42-32

735360, г. Куляб, ул. Борбад, д. 40
тел.: (+992 3322) 3-23-19

735600, г. Хорог, ул. 50-летия Хорога, д. 44
тел.: (+992 3522) 2-64-81

**ОБСЛЕДОВАНИЕ НА ИППП МОЖНО
ПРОЙТИ ПО МЕСТУ ЖИТЕЛЬСТВА ИЛИ
ПО СЛЕДУЮЩИМ АДРЕСАМ:**

г. Душанбе, ул. Айни, 2-й проезд, д. 52-а
тел.: (+992 37) 226-60-63, 226-60-69

735700, г. Худжанд, 34 мкр., Северо-вос-
точная промзона, тел.: (+992 3422) 5-43-85

г. Хорог, ул. С. Абдурахмонова, 26
тел.: (+992 3522) 2-29-84, 2-29-38

г. Курган - Тюбе, ул. Сино, дом 2
тел.: (+992 3322) 2-31-19

г. Куляб, ул. Чапаева, тел.: (+992 918) 89-82-92

**ОБСЛЕДОВАНИЕ НА ТУБЕРКУЛЕЗ
МОЖНО ПРОЙТИ ПО МЕСТУ ЖИТЕЛЬ-
СТВА ИЛИ ПО СЛЕДУЮЩИМ АДРЕСАМ:**

734025, г. Душанбе, ул. Бухоро, д. 53
тел.: (+992 37) 221-81-48, 221-88-45

г. Худжанд, ул. Р.Набиева 7, тел.: (+992 3422) 4-53-39.

г. Хорог, ул. Ленина 21, тел.: (+992 3522) 2-27-51

г. Курган - Тюбе, ул. Хувайдуллоева 16
тел.: (+992 3322) 3-12-27

г. Куляб, ул. Бульварная, тел.: (+992 918) 41 51 18

