

8.

Консультирование людей по поводу тестирования на ВИЧ-инфекцию

История Павла

Оценка риска ВИЧ

Консультация перед тестом

Ожидание результатов

Консультация после тестов

Ответы на вопросы Павла



История Павла

Павел – водитель грузовика. Он женат, и у него есть дети. Он много работает, совершая длительные перевозки. В городах, в которых он бывает, он часто занимается сексом с местными женщинами. У одного из его друзей, тоже водителя грузовика, сейчас диарея и кашель, и он потерял работу. Павел беспокоится, что это из-за СПИДа. Он считает, что у него тоже может быть ВИЧ, и боится, что ему придётся рассказать жене о том, что он занимался сексом с другими людьми. Павел хотел сдать тест на ВИЧ несколько месяцев назад, но не знал, куда идти. Недавно он увидел рекламу программы по ВИЧ и обратился туда, чтобы узнать о тесте. Он спрашивает, «Много ли крови нужно для теста на ВИЧ? Как долго ждать результатов? Если у меня ВИЧ, придётся ли мне сказать об этом жене? Что будет делать моя семья, если я заболею?»

Оценка риска заражения ВИЧ

У каждого человека разный риск заразиться ВИЧ. Разговор о риске заражения человека поможет ему решить, сдавать ли тест. Ещё более важно то, что это даст ему представление о том, как снизить свой шанс заражения ВИЧ в будущем. В тех странах, где у многих людей уже есть ВИЧ, риску подвержено большинство, и может оказаться сложным узнать, кто находится в самой большой опасности, и кого надо тестировать. Например, в этих местах почти каждый, кто занимался сексом, подвержен большому риску ВИЧ-инфекции.

Кому нужен тест на ВИЧ?

Не каждый, кто хочет сдать тест на ВИЧ, должен это делать. Люди могут быть обеспокоены ВИЧ, и просить, чтобы их тестировали, хотя они не подвержены этому риску. Задав несколько вопросов, можно выяснить, есть ли у человека шанс заражения и надо ли его тестировать. Есть три вещи, о которых важно поговорить с каждым человеком: его сексуальная история, употребление наркотиков и то, делали ли этому человеку переливание крови. Стоит задать этому человеку следующие вопросы, адаптируя их к ситуации и месту, где вы живете:

1. Почему, по вашему, у вас может быть ВИЧ?

2. Вы когда-нибудь занимались сексом? Если да, то:

Каким – вагинальным, оральным или анальным? (ВИЧ легче передаётся через анальный секс, чем вагинальный; реже всего он передаётся через оральный секс. См. главу 5).

Вы занимались сексом с кем-то, у кого точно есть ВИЧ?

Вы занимались сексом с кем-то, у кого, по-вашему, может быть ВИЧ? Например, с проституткой, с гомосексуалистом, с кем-нибудь, кому делали переливание крови, или с кем-нибудь из региона с большой концентрацией ВИЧ-инфекции?

Сколько у вас было сексуальных партнеров в прошлом году? Сколько сексуальных партнеров у вас было всего?

Вы пользуетесь презервативом во время секса? Каждый раз или иногда?

3. У вас были инфекции, передаваемые половым путём, такие как сифилис или гонорея?

4. Вам делали когда-нибудь переливание крови?

5. Вам когда-нибудь вводили грязную иглу, которую до этого использовали на другом человеке и после этого не стерилизовали?

6. Вы когда-нибудь ранились грязной иглой или медицинским инструментом?

7. Вы когда-нибудь вводили себе наркотики? Если да, вы когда-нибудь обменивались иглами?

8. Был ли у вас герпес (опоясывающий лишай) или туберкулёз?

Если человек отвечает «да» на какой-нибудь из этих вопросов, ему надо провериться на ВИЧ.

Но некоторые виды поведения ставят людей, живущих в этих местах, перед ещё большим риском. Они включают в себя посещение проституток, большое количество сексуальных партнеров, занятие сексом с кем-то, у кого точно есть ВИЧ и наличие в прошлом других венерических заболеваний.

Консультации перед тестом

Тест на ВИЧ предоставляет отличную возможность для консультации. Иногда это единственный шанс подробно поговорить с людьми о том, как передается ВИЧ. Из-за того, что бывает сложно решить, проводить ли тест, люди часто готовы подумать о перемене поведения, которое ставит их перед риском. Предложение теста привлечёт людей к другим вашим услугам, связанным с ВИЧ, таким, как лечение венерических заболеваний, планирование семьи или социальные услуги.

Прежде чем проводить тест на ВИЧ, вы можете составить с ними план действий после получения результата, независимо от того, положительный он или отрицательный. Что они будут делать? Кому они скажут? Как они это преподнесут? Как это изменит их жизни? Если у них ВИЧ, как им избежать передачи ВИЧ другим людям? Вы можете обсудить с ними то, кому следует пройти тест, как тест работает и как избежать ВИЧ. После теста следует провести дополнительную консультацию.

Может оказаться полезным консультировать пары и до и после теста. Это поощряет обоих партнеров говорить о ВИЧ и о том, что они будут делать с результатами теста. Иногда дотестовые консультации проводятся с группами, чтобы сэкономить время. Хотя это может быть полезным, люди могут с меньшей вероятностью поднимать личные вопросы в группе, чем если бы они были одни или с партнером.

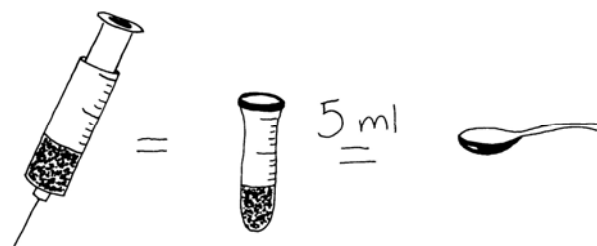
Вступления важны, чтобы установить тон сессии. Простой, не имеющий заранее определенных ответов вопрос, такой как «Что вас сюда привело?» или «Как я могу вам помочь?» указывает на то, что вы готовы слушать. Позже вы сможете задать больше точных вопросов, которые помогут вам понять знание человека о ВИЧ и СПИДе. Внимательно

выслушайте беспокойства и вопросы человека. Используйте время, чтобы прочувствовать его ситуацию и потребности.

Дальше вы можете обсудить базовые факты о ВИЧ. Спросите каждого человека, что он знает о ВИЧ: «Как люди заражаются ВИЧ? Как можно избежать ВИЧ? Почему люди заболевают от ВИЧ?». Таким способом вы не потратите время на обучение чему-то, что человек уже знает. Это также даёт вам шанс представить новые факты о ВИЧ. Позже, попросите человека повторить то, что он узнал; это поможет вам узнать, как он понял то, что вы говорили. Время от времени спрашивайте, есть ли у него другие вопросы, и слушайте ответы. Тишина – это нормально; она часто помогает поднять важные вопросы или чувства. Иногда самое большое беспокойство у человека появляется при обсуждении в конце встречи.

Объяснение людям, чего ожидать

Объясните, что для теста нужно лишь небольшое количество крови, всего чайная ложка (пять миллилитров), или ещё меньше для сдачи крови из пальца.

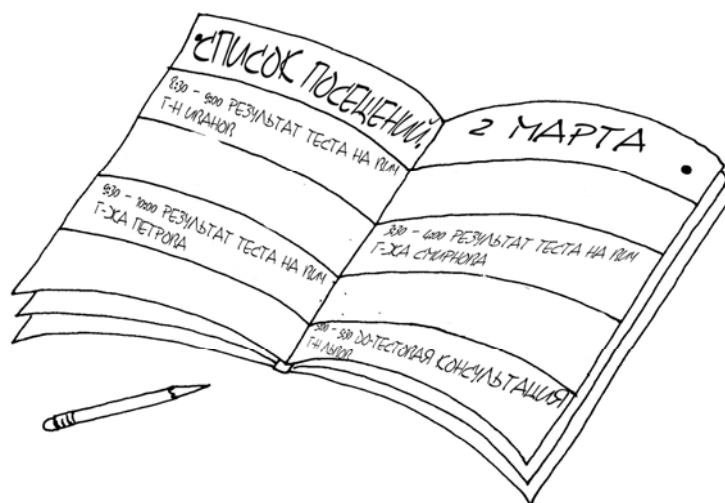


Количество крови, нужное для теста на ВИЧ.

Организм способен компенсировать это количество крови очень быстро, так что человек, сдающий кровь, не должен чувствовать себя уставшим или ослабевшим после сдачи крови.

Объясните людям, сколько им надо ждать результатов. Если им нужно ждать несколько дней или одну или две недели, назначьте последующую встречу. Не используйте почту или телефон (где это возможно) для сообщения результатов теста. Придя в клинику, люди услышат свои результаты в атмосфере поддержки, где они смогут услышать ответы на свои вопросы. Они также смогут услышать информацию о доступных им услугах, если у них есть ВИЧ. Встречи нужно назначать одинаково и для людей с положительными результатами, и для людей с отрицательными результатами.

Например, не назначайте людям с отрицательным результатом встречу на пять минут, а людям с положительным результатом – на тридцать минут. Могут распространиться слухи о том, что длительность встречи что-то означает, и люди могут не вернуться за своими результатами.



Сохранение личной тайны

К людям могут начать относиться несправедливо, если выяснится, что у них ВИЧ или СПИД. Из-за этого информация о ВИЧ должна держаться в строгой тайне. Когда это возможно, медицинские записи следует хранить в безопасном месте, где доступ к ним будет только у медицинских работников. Консультации следует проводить в месте, где вас нельзя будет подслушать. Вам следует задуматься об уменьшении количества информации в записях человека о ВИЧ или заболеваниях, относящихся к СПИДу. Это помогает избежать утечки чьей-то личной информации к людям, которым не надо этого знать и которые могут начать дискриминацию против человека.

Людям следует говорить, будут ли результаты их тестов конфиденциальными или анонимными, и что это значит (см. главу 7). То, как информация содержится, может повлиять на то, решит ли человек сдавать тест или нет.

Что означает тест

Перед тестом объясните значение каждого возможного результата теста. Это поможет в будущем избежать непонимания, когда вы сообщите человеку результат его теста. Положительный результат теста означает, что у человека есть ВИЧ.



Объясните, что означают разные результаты тестов до взятия крови.

Он мог быть инфицирован в любой момент в прошлом, когда он вел себя рискованно – даже много лет назад. Ребенок мог быть инфицирован во время родов. Отрицательный результат теста означает, что у человека нет ВИЧ. Очень редко у человека с отрицательным результатом всё равно может быть ВИЧ, потому что требуется 3 недели, чтобы человек выработал достаточно антител, чтобы тест был положительным. Может быть, человеку следует повторить тест через месяц, особенно если он или она недавно вели себя рискованно.

Ожидание результатов

Обычно людям нужно о многом подумать, прежде чем они получают результаты теста. Может, им придется ждать час, а может – две недели, в зависимости от типа используемого теста. Обычно ожидание кажется долгим, даже если в действительности это не так. Во время ожидания (и волнения) люди могут серьезно подумать о том, как они себя ведут, и о том, как они могут поменять своё поведение или жизненную ситуацию, чтобы избежать заражения ВИЧ в будущем. Они могут думать о том, как они могут избежать заражения других, если результат окажется положительным. Это одна причина, почему лучше проводить большинство разговоров до теста, оставив после-тестовую встречу для реакции человека на результаты. Часто, когда люди получают свои результаты, они так взволнованы или ошарашены, что они неспособны узнавать новую информацию.

Консультации после теста

Представьте себе на мгновение, что после двухнедельного ожидания вы идете в клинику, чтобы услышать результат своего теста на ВИЧ. Вы надеетесь увидеть знакомое лицо своего консультанта. Может быть, вы будете сидеть на том же стуле, на котором вы сидели две недели назад. Вы волнуетесь, когда открываете дверь клиники. О чём вы думаете в этот момент? Вы думаете, какой у вас будет результат? Вы думаете о том, кто вам скажет о результате? Вы думаете, как новость изменит вашу жизнь? Вы думаете, что лучше бы вам этого не знать?

Назначенная после теста консультация даёт установку поддержки для того, чтобы выслушать известие. Если результат отрицательный, это даёт человеку время, чтобы задать вопросы и подумать о способах снизить риск заражения ВИЧ в будущем. Если результат положительный, у человека будет шанс поговорить с кем-то, кто знает о ВИЧ, и может помочь им справиться с плохим известием.

Случай положительного результата

Сложно сообщить кому-либо о положительном результате. Сложно сказать кому-то плохое известие. Но большинство людей с положительными результатами уже догадывались, что у них ВИЧ; положительный результат может вызвать меньшее удивление, чем вы думали. К счастью, вы, скорее всего, будете давать больше отрицательных результатов, чем положительных. Подготовьтесь заранее к сообщению человеку результатов теста; это улучшит опыт для вас и для человека, сдававшего тест. Вы можете тщательно подумать о том, что вы скажете и какие у человека могут быть реакции.



Сообщая известие

Спросите человека, о чём он думал со времени сдачи анализа. Узнайте, какие у него поводы для беспокойства или вопросы. Организуйте достаточно времени, чтобы поговорить на темы, которые он поднимет. Когда вы будете сообщать результат, используйте нейтральный тон голоса. Вы можете просто сказать «У Вас положительный результат на ВИЧ», а после подождите реакции человека. Нейтральный тон и момент тишины помогут человеку осознать в большей степени свои чувства, нежели отреагировать на ваши. У людей могут быть разные реакции и на положительные и на отрицательные результаты. По этой причине, позвольте каждому человеку установить тон и ход дискуссии согласно его потребностям.

Первая реакция

Первые чувства, которые испытывают люди, узнав, что у них ВИЧ, могут включать в себя отрицание, злость, страх, печаль, безнадежность и вину. Большинство людей будут расстроены, а некоторые могут говорить о том, что они хотят навредить себе или другим людям. Помогите избежать кризиса. Окажите поддержку. Объясните им, что в такой ситуации сильные эмоции понятны, но что им не надо оставлять надежду. Поддержите их, используя простые высказывания, такие как «Это для вас, наверно, страшное время». Иногда люди не хотят принимать положительный результат. Они будут настаивать, что у них нет ВИЧ и что это была ошибка. Не спорьте с ними. Скажите им, что тест почти никогда не бывает ошибочным, но вы хотите обсудить возможность повторного теста. Люди, отрицающие правду, часто больше остальных нуждаются в поддержке; попросите их вернуться на ещё одну встречу. С одной стороны, нельзя отвергать беспокойства людей, но с другой - полезно говорить о вещах положительно. Например, многие считают, что если у них ВИЧ, это означает, что они очень скоро умрут. Расскажите о том, сколько времени проходит, прежде чем человек заболевает. Некоторые люди жили с вирусом больше пятнадцати лет. Обучение людей способам оставаться здоровыми создаст ощущение силы, в момент

когда они могут чувствовать себя бессильными. Подчеркните, что во многих странах проводятся исследования, которые могут привести к изобретению новых лекарств и способов лечения ВИЧ и СПИДа.

Если вы знаете человека, которого вы консультируете, вы можете поговорить о сложных временах в его прошлом, с которыми он хорошо справился. Попытайтесь помочь человеку преодолеть болезненные мысли и сконцентрироваться на решении проблем. Помогите людям делать планы на будущее. Поговорите о планах, которые они делали во время до-тестовой консультации. Это напомнит им, что они не умрут завтра, и это может помочь им сменить чувства страха и беспомощности на чувство своей силы. Помогите людям найти медицинского работника, который знает о лечении людей с ВИЧ – может, им окажетесь вы!

Люди захотят поговорить о своём здоровье, своих отношениях с друзьями и семьей и о том, как заниматься более безопасным сексом, чтобы защищать сексуальных партнеров. Говоря открыто об этих вещах, вы поможете людям принять тот факт, что их жизни меняются. Люди с ВИЧ должны практиковать более безопасный секс не только для защиты своих партнеров, но и для собственной защиты. Занятия небезопасным сексом ставит человека перед риском венерических заболеваний, многие из которых проходят сложнее у людей с ВИЧ. Кроме того, обмен жидкостями тела с другим человеком, зараженным ВИЧ, может сделать человека более больным, потому что вирус у одного человека может быть опасней вируса у другого.

Сообщая другим людям

Человек с ВИЧ будет решать, говорить ли другим людям о том, что у него вирус. Эта информация повлияет на его отношения с сексуальными партнерами, друзьями, семьей, работодателями, социальными и медицинскими работниками. Всё больше и больше людей получают знания о ВИЧ и СПИДе, но до сих пор есть много непонимания и страхов, связанных с этой болезнью. Каждый человек должен быть предупрежден о рисках и преимуществах того, что он будет говорить людям о своей болезни. Цель в том, чтобы получить поддержку от друзей и семьи, в то же время уменьшая риск дискриминации.

Люди с ВИЧ должны сначала рассказать об этом тем людям, которые больше всех их поддержат, и тем, у кого тоже может быть вирус.

Каждого ВИЧ - инфицированного следует убедить рассказать прошлым и нынешним сексуальным партнерам о том, что у него ВИЧ. Сексуальные партнеры должны об этом знать, чтобы они могли сами сдать анализы и смогли бы защитить своих партнеров от инфекции. Консультируя человека с ВИЧ, вы должны спросить его о его сексуальных партнерах и о том, как он планирует рассказать им об этом. Ролевые игры – полезный способ помочь человеку с ВИЧ научиться рассказывать остальным (*см. главу 11*).

Если человек с ВИЧ может рассказать об этом своим партнерам, это оставляет имена его сексуальных партнеров в тайне. Но некоторые люди не способны рассказать своим партнерам. Это в особенности относится к женщинам, которые боятся, что на них накричат, их побьют или выгонят из дома. В таких случаях человек с ВИЧ может попросить медработника сказать своим партнерам, что у них может быть ВИЧ. Имя человека с ВИЧ может оставаться в тайне или пару можно проконсультировать вместе. Медработник может рассказать им о ВИЧ и СПИДе и убедить их пройти тест.

Следующий шаг

Известие о положительном результате теста на ВИЧ может вызвать множество сильных переживаний. Человек может быть не в состоянии сконцентрироваться и может не услышать то, что вы говорите.

Попытайтесь дать письменную информацию каждому, чтобы позже он смог прочесть то, чего он не услышал или не понял во время вашей консультации. Договоритесь ещё об одной встрече, чтобы вы смогли поговорить об услугах здравоохранения, группах поддержки для людей с ВИЧ, кризисных службах консультаций и программах для людей, употребляющих наркотики или алкоголь.

Когда у близкого Вам человека ВИЧ

Следующий список описывает некоторые эмоции, которые могут испытать семьи или друзья, когда кто-то, о ком они заботятся, говорит им, что у него ВИЧ. Медработники могут рассказать людям с положительными результатами об этих возможных реакциях. Это поможет им подготовиться к сложным ситуациям. Если ВИЧ у самого медработника, особенно полезно будет поделиться собственным опытом.

Шок. Члены семьи могут быть шокированы и спросить: «Почему мы?». Они могут быть удивлены, выяснив ситуацию, поставившую их любимого человека перед риском; например, муж или жена могли не знать, что их супруг занимался сексом вне брака.

Злость. Семьи и сексуальные партнеры могут разозлиться на человека, у которого обнаружен ВИЧ. Они могут почувствовать, что их предали, если человек занимался сексом за пределами их отношений, или они могут почувствовать себя брошенными, потому что человек, которого они любят, болен. Злость может усилиться, когда человеку с ВИЧ станет плохо, а от медработников будет мало помощи. Семья или партнер могут быть разочарованы. Попытайтесь помочь им понять некоторые причины того, почему они могут разозлиться, и объясните им, что в такой ситуации естественно быть разочарованным.

Страх инфекции. Члены семьи и сексуальные партнеры могут решить, что они заразили ВИЧ своего родственника, или они могут испугаться, что их родственник заразит их в будущем. Важно поговорить с членами семьи о том, как вирус передается, и как он не передается. ВИЧ не передается через бытовой контакт, так что им не надо бояться жить вместе с ВИЧ - инфицированным или дружить с ним, но они должны подумать о перемене сексуального поведения, чтобы снизить возможность того, что вирус распространится. Сексуальные партнеры должны подумать о сдаче анализов на ВИЧ.

Страх одиночества. Семьи и друзья могут бояться быть оставленными одними или изолированными от остального общества. Серьезная болезнь часто приводит к отчуждению от общества. Медицинские и социальные работники могут предложить поддержку и дать понять семьям и друзьям, что те не одиноки. Если в вашем городе существуют группы поддержки для семей и друзей ВИЧ-инфицированных, расскажите о них людям.

Вина. Близкие ВИЧ-инфицированных, не зараженные вирусом, могут чувствовать себя виноватыми в том, что у них вируса нет. Некоторые люди реагируют на это, совершая больше рискованных поступков потому, что они меньше заботятся о собственных жизнях. Другие могут решить, что они или кто-то в их семье делал плохие поступки в прошлом, и бог или злые духи сейчас наказывают их ВИЧ-инфекцией.

Беспомощность. Семья и друзья могут почувствовать себя беспомощными перед лицом болезни. Узнав больше о ВИЧ, и приняв участие в деятельности против распространения ВИЧ, они могут ощутить, что они могут помочь другим людям и помочь остановить распространение ВИЧ и СПИДа.

Следующий шаг

Известие о положительном результате теста на ВИЧ может вызвать множество сильных переживаний. Человек может быть не в состоянии сконцентрироваться и может не услышать то, что вы говорите.

Попробуйте дать письменную информацию каждому, чтобы позже он смог прочесть то, чего он не услышал или не понял во время вашей консультации. Договоритесь ещё об одной встрече, чтобы вы смогли поговорить об услугах здравоохранения, группах поддержки для людей с ВИЧ, кризисных службах консультаций и программах для людей, употребляющих наркотики или алкоголь.

Консультирование людей с отрицательными результатами

Полноценная консультация также важна для людей с отрицательным результатом. Консультация человека с отрицательным результатом во многом схожа с консультацией кого-то с положительным результатом.

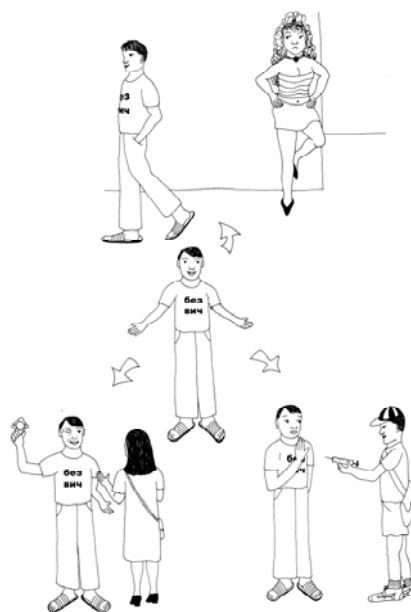
Разговор можно начать с общих вопросов о том, о чём человек думал со времени предыдущего посещения. Узнайте, есть ли у него какие-нибудь вопросы, прежде чем сообщить ему результат. После того, как вы скажете ему результат, дайте ему время отреагировать и осознать свою реакцию. Если у человека отрицательный результат, напомните ему, что отрицательный результат означает лишь то, что у него нет ВИЧ сейчас. Он всё равно может заразиться ВИЧ в будущем. Большинство людей почувствуют облегчение, получив отрицательный результат. Но иногда люди чувствуют себя грустно или виновато, особенно если они потеряли друзей или любимых из-за СПИДа.



Иногда люди не верят тому, что у них отрицательный результат. Они знают, что они занимались сексом с ВИЧ - инфицированным, и они думают, что ВИЧ распространяется при каждом половом контакте. Вы можете сказать им, что это не так. В любом случае, это время надо использовать для того, чтобы человек выработал сильное обязательство оставаться без ВИЧ и в дальнейшем.

Консультирование людей с неопределенным результатом

Неопределенный результат может озадачить. Это означает, что человек только что заразился и только начал производить антитела ВИЧ, или такую ситуацию, когда что-то другое в его крови по ошибке вызывает частично положительный результат. Предложите ему сдать тест ещё раз через месяц. Он должен практиковать более безопасное поведение во время ожидания следующего теста.



После-тестовый консультационный список: сообщение результатов теста

Спросите: «Как Вы жили с момента теста? О чем Вы думали? Есть ли у Вас вопросы?»

Сообщайте результаты теста нейтральным тоном: «Ваш результат положительный/отрицательный/неопределенный». Подождите ответа.

Поговорите о следующем:

- ✓ *Значение результатов теста*
- ✓ *Посвящение других*
- ✓ *Как оставаться в безопасности*
- ✓ *Как оставаться здоровым*
- ✓ *Предупреждение проблем*

Просмотрите план, созданный во время до-тестового собеседования.

Людам с положительными результатами выдайте письменную информацию и назначьте дополнительную встречу.

Ответы на вопросы Павла

«Много ли крови требуется для теста на ВИЧ? Сколько нужно ждать результатов? Если у меня ВИЧ, придется ли мне рассказать жене? Что будет делать моя семья?»

После разговора с Павлом вы знаете, что, возможно, у него есть ВИЧ, потому что он занимался небезопасным сексом с разными людьми. Посоветуйте ему сдать тест на ВИЧ. Требуется лишь небольшое количество крови, обычно около 5 миллилитров. Ждать результатов нужно, как правило, от часа до двух недель (это зависит от лаборатории). Консультации до и после теста могут оказаться полезными независимо от того, есть ли у Павла ВИЧ или нет. Поощряйте его выразить свои чувства, используя простые фразы, такие как: «сейчас для вас, наверное, трудное время». Объясните ему до теста, что ему следует поговорить с женой после получения результатов. Положительный результат может повлиять на решение его и его жены о рождении детей. Если у его жены также ВИЧ, она может передать вирус ребенку. Если у неё нет ВИЧ, она может заразиться, пытаясь забеременеть. Если Павел заболел, его жене будет сложнее содержать ещё одного ребенка.

Если тест Павла положительный, он должен сказать об этом всем своим сексуальным партнерам. Они тоже должны сдать тест на ВИЧ. Это поможет им строить планы на будущее и получить раннюю медицинскую помощь. Это также шанс для вас поговорить о более безопасном сексе, пока Павел вас слушает.

Павел волнуется о том, как его семья выживет, если у него обнаружат ВИЧ. Эти волнения часто останавливают людей от сдачи теста – они думают, «То, что я не знаю, меня не заденет». Обсудите, как знание того, есть ли у него ВИЧ, поможет Павлу и его семье строить планы на будущее. Помогите ему планировать свое будущее независимо от того, положительный у него результат или отрицательный.