

# Jak se žije s HIV v Česku?



Nejde jen o virus. Jde i o to, jak se máte.

## Výsledky nového celostátního výzkumu

**Téměř 600 z vás** se zapojilo do výzkumu o kvalitě života. Zajímá vás, **jak to dopadlo?**  
Naskenujte QR kód a podívejte se na kompletní výsledky:



## Co výzkum ukázal?

- **1 z 5** lidí s HIV má nízkou kvalitu života.
- **Ženy** v českém vzorku měly nižší subjektivně vnímanou kvalitu života ve srovnání s muži.
- Téměř polovina je „někde uprostřed“ – je tu prostor cítit se lépe.
- Psychická pohoda a podpora jsou stejně důležité jako laboratorní výsledky.

**U = U** Při účinné léčbě HIV není přenosný pohlavním stykem  
– přesto mnoho lidí žije ve zbytečném stresu.

## Potřebujete podporu?

Pomoc je dostupná po sdělení diagnózy i kdykoli později. Říct si o podporu je v pořádku.

### ■ **Váš lékař v HIV centru**

Pokud se necítíte dobře, řekněte to svému lékaři.

→ požádejte o pomoc

- psychologickou
- sociální
- využijte podpůrné služby

### ■ **ČSAP – Kontakt+**

Odborné poradenství a informace, psychoterapie.  
Bezplatný terapeutický program.



Kontakt+

### ■ **ČSAP – Buddy program**

Podpora od lidí, kteří sami žijí s HIV.

(muži, ženy, LGBT + lidé – podle toho, kdo je vám blízký)



Buddy program