VYDÁVÁ ČESKÁ SPOLEČNOST AIDS POMOC, O.S.

POZITIVNĚ!

ZÁŘÍ 2013 | 02

MĚSÍČNÍK PRO HIV PLUS KOMUNITU

ČSAP

OBSAH

HIV a zaměstnání str. 2
Přerušení léčby str. 3
Co plánujeme str. 4

RYCHLOSEZNAMKA PRO HIV+

Jedna z velkých výzev života s virem HIV je nalezení životního partnera. Strach z nakažení někoho dalšího, obava svěřit se se svou diagnózou někomu, kdo nám je sice sympatický, ale koho až tak dobře neznáme, ale třeba i obyčejný strach z odmítnutí, patří mezi důvody, proč mnozí z nás žijí sami. Pokud právě ty jsi nezadaný nebo nezadaná a myslíš si, že by pro tebe bylo jednodušší žít s HIV+ partnerem nebo partnerkou a zároveň máš dost odvahy proto něco udělat, rádi bychom tě pozvali na naši rychloseznamku (speed-dating).

Na rychloseznamce se potkáš v uzavřené společnosti s dalšími cca 20 potenciálními partnery nebo přáteli (všichni účastníci jsou HIV+) v diskrétním pronajatém prostoru. S každým ze zúčastněných strávíš maximálně 3 minuty nezávazným rozhovorem a poté se posuneš k dalšímu stolu, dokud se neseznámíš se všemi zúčastněnými protějšky. Po každém rozhovoru se rozhodneš, zda chceš s některým z účastníků večera sdílet své kontaktní údaje či nikoli a vyplníš jednoduchý dotazník. Po skončení akce dotazníky zpracujeme a pokud to mezi tebou a někým dalším během večera zajiskřilo, předáme vám na sebe vaše kontaktní údaje (telefon nebo email). Všechno ostatní je už na vás dvou.

Rychloseznamku chceme uspořádat v průběhu listopadu ve spolupráci s psychoterapeutem dr. Braunem. Přesný termín oznámíme po ukončení registrace, která poběží až do 30.října. Kapacita je omezena na 24 lidí, proto pokud chceš mít jistotu, že ti držíme místo, neváhej a ozvi se nám co nejdříve na emailové adrese: hivseznamka@seznam.cz. Stačí uvést kontakt na sebe (ideálně telefon a email), sexuální orientaci (seznamky plánujeme uspořádat dvě – pro HIV+ gaye i heterosexuály) a případně i křestní jméno a věk (není podmínkou). Po naplnění kapacity se ti ozveme s termínem a místem konání akce.

Věříme, že naší akci bude celý večer panovat pozitivní nálada :-), a že zde někteří z nás potkají svého budoucího životního partnera nebo partnerku.

Těšíme se na tebe! Roman

AZYLOVÁ SLUŽBA

Všem vám, kdo jste se ocitli v nepříznivé sociální situaci a nemáte kde bydlet, nabízíme možnost ubytování v azylové části Domu světla. Nabízíme ubytování se společnou kuchyní, pomoc při hledání zaměstnání, vyřizování dluhů a další služby. Uživatel hradí pouze ubytování ve výši 100 - 120 Kč/den podle typu pokoje. Více informací na www.aids-pomoc.cz (sekce Sociální služby) nebo emailem na adrese alena.spakova@aids-pomoc.cz.

MŮJ PŘÍBĚH
Max (27)

V září 2007 se mi sen splnil – stal jsem se policajtem a nastoupil jsem do služby. O 3 roky později jsem se dověděl, že jsem se nakazil virem HIV.

První měsíce byly těžké, měl jsem problémy, útěchu jsem hledal v práci. Svůj zdravotní stav jsem konzultoval s ošetřující lékařkou, která mě ujistila, že vzhledem k mému zařazení nepředstavuje můj zdravotní stav riziko ani pro mě, ani pro kolegy.

Informace o mé HIV infekci se bohužel v práci dlouho neutajila, většina spolupracovníků se začala chovat odtažitě. Po pár týdnech se tuto informaci dozvěděl můj velitel. Poslali mne okamžitě na mimořádnou zdravotní prohlídku k policejnímu lékaři, který mi sdělil, že kariéra u policie tím prý končí. Posudková komise rozhodla o mé zdravotní nezpůsobilosti a můj velitel o mém propuštění ze služby.

Služební poměr u policie mi skončil okamžitě. Musel jsem opustit svůj služební byt, za pár dní jsem se ocitl bez práce i bez peněz.

Trvalo déle jak rok, než jsem se odvážil o svém případu mluvit. Našel jsem si pro bono právníka. Svůj případ jsem nabídl novinám. Obrátil jsem se na policejní ombudsmanku i na veřejného ochránce práv.

Oba mne podpořili v tom, že jsem se stal obětí diskriminace. Rozhodl jsem se bojovat, aby se už podobná věc nemohla opakovat.

Každý z nás má svůj příběh, poděl se o něj s námi (pozitivne@aids-pomoc.cz).

HIV A ZAMĚSTNÁNÍ: PRÁVNÍK RADÍ

Může mě fakt, že jsem HIV pozitivní, ovlivnit v zaměstnání?

I když jste HIV pozitivní, můžete vykonávat jakoukoli činnost, při které infekcí bezprostředně neohrožujete někoho jiného (nebo která nemůže negativně ovlivnit váš zdravotní stav). Toto pravidlo platí také pro výkon vašeho zaměstnání; HIV pozitivní osoba tedy může vykonávat jakékoli povolání. Výjimek z tohoto pravidla je málo – jedná se zejména o některé práce v ozbrojených složkách a podle některých názorů i ve zdravotnictví.

Je mojí povinností oznámit zaměstnavateli nebo mým kolegům, že jsem HIV pozitivní?

Že jste HIV pozitivní, svému zaměstnavateli nebo svým kolegům nejste povinni sdělit. To, jestli tuto informaci komukoli v zaměstnání sdělíte, je proto zcela na vašem rozhodnutí. Je však třeba při tomto rozhodování zvážit, zda daná osoba má vaši důvěru a nebude vaše sdělení šířit dál i mezi ty, kteří by vaši situaci nemuseli pochopit nebo ji i mohli ztěžovat.

Zároveň musíte brát v úvahu možnost, že rozšíření informace o HIV pozitivitě mezi kolegy může vést k diskriminaci nebo i ukončení pracovního poměru, zpravidla ze zástupných (falešných) důvodů. Praxe prozatím ukazuje, že rozumnější většinou bude informaci o HIV statusu na pracoviště nenosit.

Co mám dělat v momentě, kdy po mně zaměstnavatel bude vyžadovat informaci, zda jsem HIV pozitivní?

V případě, že se s tímto typem otázky od zaměstnavatele setkáte, zeptejte se ho, na co tuto informaci potřebuje, a upozorněte ho, že se nejedná o informaci, kterou od vás může vyžadovat. Nedostanete-li rozumné odůvodnění, zaměstnavateli žádné informace o svém zdravotním stavu neposkytujte.

Zaměstnavatel smí tento údaj vyžadovat jen tehdy, je-li významný pro další výkon práce (tj. u zaměstnání, kde hrozí vysoké riziko přenosu). V ostatních případech je vyžadování informace o zdravotním stavu zaměstnavatelem protiprávní. V takovém případě podle našeho názoru můžete zaměstnavateli i zalhat.

Může vstupní nebo periodická lékařská prohlídka u zaměstnavatele ohrozit moje zaměstnání? Co mohu dělat? Jak se případně mohu bránit?

Před nástupem do zaměstnání je vaší povinností na pokyn zaměstnavatele absolvovat vstupní lékařskou prohlídku. Po dobu trvání pracovního poměru je obvyklé, že zaměstnanec opakovaně prochází pravidelnými zdravotními prohlídkami. Při těchto prohlídkách jste povinen závodnímu lékaři vždy sdělit, že jste HIV pozitivní. Tuto informaci se lékař navíc dozví z výpisu z vaší zdravotní dokumentace, kterou zpravidla pro účely posuzování vašeho zdravotního stavu vyžaduje.

Při posuzování vaší zdravotní způsobilosti musí lékař vzít v potaz konkrétní příznaky vaší infekce a rizika spojená s činností, již vykonáváte, nikoli pouze samotnou HIV pozitivitu. Závěr o zdravotní nezpůsobilosti zaměstnance, založený na pouhém konstatování, že zaměstnanec je HIV pozitivní, v naprosté většině případů neobstojí.

V případě, že s hodnocením provedeným ve zdravotním posudku nesouhlasíte, je možno podat návrh na jeho přezkoumání, a to u lékaře nebo zdravotnického zařízení, které posudek vydalo. Pokud zaměstnavatel posudek zohlednil a vy jste v jeho důsledku byl/a poškozen/a, můžete se proti tomu bránit, a to zpravidla soudní cestou (např. žaloba na určení neplatnosti výpovědi, právní prostředky obrany proti diskriminaci). Protože v řadě případů zákony stanoví krátké lhůty (a to i v horizontu několika dní), je nezbytně nutné, abyste případně vyhledali právní pomoc ihned.

Může závodní lékař sdělit mou diagnózu zaměstnavateli? Jak se proti tomu případně mohu bránit?

Údaj o tom, že jste HIV pozitivní, představuje lékařské tajemství. Tato informace nesmí být obsažena v posudku o zdravotní způsobilosti zaměstnance, který bude předložen zaměstnavateli, ani nesmí být ze strany lékaře zaměstnavateli nebo třetím osobám sdělena jiným způsobem. Lékař si těchto skutečností musí být vědom. Samozřejmě povinnost mlčenlivosti všeobecně platí také pro další zdravotnický personál, například všeobecnou sestru.

Porušení povinné mlčenlivosti přitom představuje správní delikt, za ten může být uložena až stotisícová pokuta; kontrolním orgánem je ministerstvo zdravotnictví. V případě lékařů se může zároveň jednat o disciplinární provinění, které projednává Česká lékařská komora na základě stížnosti pacienta. V nejzávažnějších případech nelze vyloučit ani trestní odpovědnost a ve věci je tak možno podat trestní oznámení u policie či státního zastupitelství. Majetkovou škodu (a v případech diskriminace i některé případy nemajetkové újmy) můžete vymáhat žalobou u soudu v občanskoprávním řízení.

Česká společnost AIDS pomoc poskytuje HIV pozitivním osobám i základní právní poradenství v problematice HIV/AIDS. V případě dotazů nás kontaktujte na e-mailu pravnik@aids-pomoc.cz

Mgr. Petr Mach, JUDr. Jakub Tomšej

KDY ZAČÍT S LÉČBOU

V minulém čísle POZITIVNĚ! jsme psali o nových doporučeních Světové zdravotnické organizace (WHO), kdy začít s léčbu HIV infekce. Na to, jaké jsou současné léčebné postupy v ČR, jsme se zeptali MUDr. Davida Jilicha:

V posledních letech jsou hlavními kritérii pro zahájení kombinované antiretrovirové léčby některé laboratorní ukazatele, především aktuální hladina CD4+ T lymfocytů. Názor odborné veřejnosti na hodnotu těchto buněk, kdy je nejvhodnější zahájit léčbu, se stále vyvíjí. Pro snazší orientaci existují národní nebo mezinárodní doporučené postupy, které se čas od času mění na základě aktuálních vědeckých poznatků.

Poslední verze národních doporučených postupů byla v České republice uveřejněna v listopadu 2012. **Za hladinu Cd4+, při které je nezbytné zahájit léčbu u všech pacientů, je stanovena hodnota 350/µl.** V rozmezí 350-500/µl je vyjmenováno několik okolností (např. věk nad 50 let), při kterých je rovněž nezbytné léčbu zahájit. Při hodnotách CD4+ nad 500/µl je léčba doporučena

PRAVIDELNĚ CVIČIT?

Navzdory pokročilé antiretrovirové léčbě se až u poloviny HIV+ osob objevuje zhoršené fungování mozku – od bezpříznakových změn až po těžší poškození, která omezují v běžném životě. Studie University of California publikovaná v srpnovém čísle Journal of NeuroVirology prokazuje, že HIV+ pacienti, kteří pravidelně sportují, mají přibližně poloviční riziko, že se u nich vyskytnou příznaky těchto neurokognitivních poruch, než u pacientů, kteří většinu dne stráví vsedě. Studie prokázala, že HIV+ lidé, kteří sportují, mají lepší pracovní paměť, jsou schopni lépe zpracovávat informace a zároveň jim hrozí menší riziko některých nežádoucích účinků léčby, jako je vysoký krevní tlak nebo vysoké hladiny lipidů v krvi.

Víte, že Dům světla nabízí zdarma možnost využití vybavené tělocvičny? Otevřeno denně mezi 8 a 22 hodinou (s výjimkou testovacích hodin), vstup pro každého bez omezení, neptáme se na jméno ani na HIV status.

VÝSLEDKY ANKETY Z MINULÉHO ČÍSLA

Na otázku Kdo ví, že jste HIV+? jste odpověděli takto:

11%	nikdo, pouze můj lékař
11%	někdo z mé rodiny
55%	někdo z mých přátel
22%	někdo z mých kolegů
0%	více osob, o HIV mluvím otevřeně

Z INTERNETOVÉ PORADNY

Q: Když se zjistí HIV a zároveň hepatitida C, jaký je léčebný postup? Léčí se obě nemoci zároveň nebo nejdříve céčko a potom až HIV? (Myke)

A: Záleží především na tom, jak působí obě infekce na Váš zdravotní stav. Obecně lze říci, že obě nemoci se léčí dříve, než kdybyste měl jen jednu z nich. Člověku, který je HIV+ a zároveň má i žloutenku typu C, se nasazuje obvykle antiretrovirová léčba na HIV dříve. Často se obě nemoci léčí souběžně. V některých případech u žloutenky může (ale ne vždy) dojít k úplnému vyléčení nebo spontánnímu uzdravení.

MUDr. Ivo Procházka, CSc.

ODKAZY NA ZAHRANIČNÍ WEBY

www.aidshilfe.de
netzwerkplus.ahnrw.de
www.aids.ch
www.positive-stimmen.de
www.berlin-aidshilfe.de
www.angehoerige.org
www.netzwerkfrauenundaids.de
www.hetero.aidshilfe.de

ANKETA

Dnešní anketní otázka zní:

Máte stálého životního partnera / partnerku?

Hlasujte na:
http://anketa02.questionpro.com

Poslední verze evropských doporučených postupů z roku 2011 je velmi konzistentní s českými doporučeními. Při hladině CD4+ nad 500/µl doporučuje léčbu odložit. V rozmezí hladin 350-500/µl ponechává zahájení léčby na posouzení lékařem v každém jednotlivém případě. Rovněž vyjmenovává řadu okolností, u kterých by měli být i v tomto rozmezí léčeni všichni pacienti. Pod 350/µl CD4+ buněk není o zahájení léčby ani v tomto dokumentu žádných polemik.
Další mezinárodní instituce, která tvoří doporučené postupy pro léčbu HIV infekce, je Světová zdravotnická organizace (WHO). Ta v červnu uveřejnila svou poslední verzi, která obsahuje některé důležité novinky. Nejzásadnější je bod, který doporučuje zahájit antiretrovirovou terapii už při hodnotách CD4+ buněk 500/µl. Působí to jednoznačně, ale podklady pro toto doporučení už tak jednoznačné nejsou. S dalšími argumenty mohou přijít až studie, které stále probíhají.

Celé znění českých lékařských postupů najdete na www.infekce.cz/DoporART12xx.htm

CO PLÁNUJEME?

Zahraniční časopisy o HIV

Od srpna najdete na našem webu nově v sekci Pro HIV pozitivní / Aktuální informace odkazy na nejnovější čísla anglicky psaných zahraničních časopisů s tématikou HIV/AIDS. Pokud víte o nějakém dalším periodiku, dejte nám vědět!

Jsem čerstvě diagnostikovaný, co teď?
Středa 13. listopadu 2013 (17 hod / Dům světla)

V listopadu zahajujeme sérii setkání pro nově diagnostikované HIV pozitivní. Dozvěděl/a ses letos o svém diagnóze? Máš otázky, co bude dál? Chceš si promluvit s lidmi, kteří jsou na tom stejně? Odhoď ostych a přijď na naše pravidelné setkání do Domu světla – setkáš se s námi, kteří s HIV žijí již delší dobu i s těmi, kteří to zjistili až letos jako ty. Bavíme se o všem, ve skupině i ve dvojicích, co komu vyhovuje.

ČESKÁ SPOLEČNOST AIDS POMOC, o.s.

Dům světla
Malého 282/3
186 21, Praha 8 - Karlín
tel: 224 81 42 84
email: info@aids-pomoc.cz
www.aids-pomoc.cz

BEZPLATNÁ LINKA POMOCI **800 800 980**

Newsletter POZITIVNĚ! je evidován MK ČR pod číslem E 21338.

ČSAP

evropský sociální fond v ČR EVROPSKÁ UNIE OPERAČNÍ PROGRAM LIDSKÉ ZDROJE A ZAMĚSTNANOST PODPORUJEME VAŠI BUDOUCNOST www.esfcr.cz