

OBSAH:

Předmluva

Úvod

Trocha pozitivní poezie

KAPITOLA 1

Když je test na HIV pozitivní 11

KAPITOLA 2

Co mám dělat, abych zůstal co nejdéle zdravý? 18

KAPITOLA 3

Jak se stravovat 21

KAPITOLA 4

Lékařská péče, léky a laboratorní nálezy 37

KAPITOLA 5

Infekce HIV a sexualita 50

KAPITOLA 6

HIV a těhotenství 56

KAPITOLA 7

Kde najdu radu a podporu 58

KAPITOLA 8

HIV/AIDS a první pomoc 70

KAPITOLA 9

Jak se vyhnout oportunní infekci od zvířat 71

KAPITOLA 10	
Rady na cesty	75
KAPITOLA 11	
Vyrovnaní se s úmrtím milovaného člověka	82
KAPITOLA 12	
Desatero příkázání pro dlouhý život s virem HIV	91
PŘÍLOHA Č. 1	
Informace pro člověka infikovaného virem HIV	96
PŘÍLOHA Č. 2	
Červená stužka	101
PŘÍLOHA Č. 3	
AIDS centra a vybrané nevládní organizace zabývající se problematikou HIV/AIDS	105
PŘÍLOHA Č. 4	
Deklarace závazků OSN	107
Doslov	129
Literatura	130
Moje léčebné schéma a další důležité údaje (jména, adresy, telefony ad.) a moje poznámky	132
Něco o autorech	134
Positive Action	135