

Hiv & happy

Ruim veertig jaar geleden werd de wereld opgeschrikt door de dodelijke ziekte aids, die werd veroorzaakt door het hiv-virus. Inmiddels kunnen hiv-patiënten dankzij medicijnen gelukkig een goed en gezond leven leiden, weten ook Anne, Melitia en Hanne uit ervaring. "Ik sta er zelf eigenlijk zelden nog bij stil."

Anne (32, student toegepaste psychologie en horecamedewerker) is moeder van twee kinderen van twaalf en tien jaar en woont samen met Daan (30). Ze was pas zestien toen ze ontdekte dat ze hiv-positief was.

"We hadden seksuele voorlichting op school. Aan het einde van de les kregen we een kaartje van de GGD mee waarmee we ons gratis en anoniem konden laten testen op soa's. Ik had net een vriendje en we deden het zonder condoom, omdat ik aan de pil was. Heel naïef natuurlijk, je kunt dan wel niet zwanger worden, maar nog steeds een soa oplopen. We besloten ons samen te laten testen. Na twee weken werden we gebeld of we langs wilden komen. Mijn vriend bleek hiv-positief. Ik voelde de grond onder mijn voeten verdwijnen. Ik wist wel dat aids heel erg was, maar wat een hiv-infectie precies inhield, wist ik niet. Mijn test was negatief. In verband met de incubatietijd moest ik nog drie maanden lang elke maand langskomen. Ik vond het heftig om het mijn ouders te vertellen. Zij reageerden uiteraard geschrokken, maar gaven me alle steun. De eerste en de tweede maand testte ik ook negatief, de derde maand niet. Ik zie de verpleegkundige nog tegenover me zitten, zenuwachtig frummelend aan een paperclip in zijn handen – ik was voor hem de jongste ooit met een positieve uitslag. Ik kan me verder weinig van het gesprek herinneren. Tweeënhalf jaar lang stak ik mijn kop in het zand. Het eerste halfjaar slikte ik elf pillen per dag omdat ik aan een onderzoek meedeelde. Mijn lever kon het niet aan, ik moest stoppen. Alleen mijn ouders, vriend en beste vriendin wisten van mijn infectie. Maar toen kreeg ik via msn een berichtje van een jongen die bij de lokale ijsalon werkte. 'Heb jij hiv?' wilde hij weten. Mijn beste vriendin had het doorverteld, de vriendschap is daarop later stukgelopen. Want in no time wist de hele school het; niemand sprak me erop aan, maar ik merkte aan alles dat er over me werd gesproken. Na de havo ging ik naar de pabo, maar daar moest ik mee stoppen, omdat ik

ontzettend moe was – een kenmerk van de infectie, maar mogelijk was het ook het gevolg van de mentale belasting.

Via de GGD ben ik voorlichting gaan geven. Ik wilde iets met mijn verhaal, want dit kon andere jongeren ook overkomen. Ik vertelde erover op middelbare scholen en gaf interviews. Er open over zijn, was onderdeel van mijn verwerkingsproces. Ik had een keer een date met een jongen die zelf geen probleem had met mijn infectie, maar zijn ouders zetten me direct buiten de deur. Zijn broer zei dat iemand met hiv geen recht had een relatie aan te gaan. Zulke mensen hebben geen idee."

CHEMISCHE ROTZOOI

"De relatie met de jongen van wie ik het kreeg, duurde tweeënhalf jaar, daarna was de liefde op. Ik heb met een andere man op heel jonge leeftijd kinderen gekregen. Ik wilde daar niet te lang mee wachten, omdat ik bang was dat het door de hiv-infectie op latere leeftijd moeilijk zou worden. Dat ik mijn kinderen nog zes weken medicijnen heb moeten geven, vond ik lastig. Hiv-medicatie is zwaar chemische rotzooi en de kans dat ze via mij geïnfecteerd werden, was heel klein.

'IK WAS ZESTIEN, EN VOOR DE VERPLEEGKUNDIGE DE JONGSTE OOIT MET EEN POSITIEVE UITSLAG'

Het gaat nu goed met me, ik zit lekker in mijn vel. Ik werk, studeer, heb co-ouderschap met de vader van mijn kinderen en een nieuwe relatie. Dateren was best een ding voor me. Als iemand met me flirtte, vroeg ik me af of hij dat ook zou doen als ie wist dat ik hiv had. Het was ook altijd weer spannend het te vertellen. Mijn huidige vriend is er oké mee. Van hiv merk ik niets. Ik sta er eigenlijk zelden nog bij stil." →

Melitia Weekers (50, gezinscoach en praktijkondersteuner) is moeder van vijf zoons in de leeftijd van 15 tot 34 jaar. Sinds 2002 weet ze officieel dat ze hiv-positief is.

"In 2002 werd ik op mijn scooter geschept door een auto. Ik had mijn tussenwervelschijf gebroken en die genas op zich goed, ik werd alleen steeds zieker. Ik kon niets, had nul energie en was ook benauwd. Artsen hadden geen idee wat er aan de hand was. Uiteindelijk voelde ik me zo ellendig, dat ik de huisartsenpost belde. Ik werd direct doorgestuurd naar het ziekenhuis, omdat ze vreesden voor een longembolie. De angst dat mijn toen vier jonge kinderen alleen achter zouden blijven, was enorm. Ik kreeg medicatie tegen trombose, waar ik allergisch voor bleek en belandde doodziek op de ic. Een arts daar was mijn redder, hij besloot me te testen op hiv. Iets waarvoor je normaal gesproken toestemming moet geven, maar dat kon bij mij niet, omdat ik niet meer bij kennis was. Toen ik wakker werd, vertelden ze me dat ik hiv-positief was. Ik schrok er niet eens zo erg van, was eerder opgelucht dat het beestje eindelijk een naam had. Het zat niet tussen mijn oren, iets wat zelfs mijn naaste familie dacht.

**'HET ZIEKENHUIS LIEPEN
VERPLEEGKUNDIGEN
ANGSTIG MET EEN GROTE
OOG OM ME HEEN'**

Wel maakte ik me zorgen over wat de diagnose zou betekenen voor de manier waarop mensen naar mij en mijn kinderen zouden kijken. Ik werd direct behandeld. Eerst in een lokaal ziekenhuis, waar verpleegkundigen angstig met een grote boog om me heen liepen. Dat maakte me boos en verdrietig. Ik heb me er enorm naar gevoeld, er was

maar één uitzendkracht die vroeg hoe het met me ging. 'Hier kan ik niet beter worden,' heb ik toen gezegd. Ik werd overgeplaatst naar het AMC, waar ik weken heb gelegen. Ik wist dat je aan hiv niet dood hoefde te gaan en moest en zou ervoor zorgen dat het goed met me ging. De man met wie ik toen samen was, bleek het ook te hebben. Achteraf denken we dat ik het al jaren eerder van hem heb gekregen. Hij vond dat we de diagnose geheim moesten houden. Ik dacht daar anders over. Ik vond dat ik het zelfs mijn burens moest vertellen, dat hoorde bij mijn rouwproces. Ik kreeg wisselende reacties. Het gros was steunend, maar er deinsden ook mensen achteruit en er was een vriendin die het glas waaruit ik had gedronken met chloor schoonmaakte. De manager op mijn werk vond dat ik niet langer op kantoor kon werken, die baan is helaas geëindigd in een arbeidsconflict. Daarna ben ik in een zware depressie geraakt en heb ik me heel erg eenzaam gevoeld."

ZOON MET HIV

"Ik snap dat mensen het spannend vinden, maar als je vragen hebt, stel ze dan. Met medicatie is het virus niet detecteerbaar en ook niet overdraagbaar. Er is op dat vlak nog steeds veel onwetendheid. Veel mensen die hiv-positief zijn, durven het niet te zeggen. Gek, want je zegt wel dat je astma, kanker of diabetes hebt.

Mijn jongste kind is geboren na mijn diagnose. De medicatie werd daarop aangepast en de eerste drie maanden na de geboorte kreeg ook de baby medicijnen. Alleen mijn vierde zoon heeft hiv, omdat ik tijdens mijn zwangerschap van hem niet op de hoogte was van mijn hiv-status. Hij weet niet beter, hij is ermee geboren. Ik ben supertrots op de manier waarop hij ermee omgaat. Iedereen in zijn omgeving weet het en niemand maakt er een probleem van. Zo hoort het ook. Die generatie is daar toch anders in, merk ik. Het is mij overkomen. Voor mij is hiv geen issue meer, maar voor de wereld nog wel." →

*'Voor mij is hiv
geen issue meer,
voor de wereld
nog wel'*



*'Nu ben ik
Hanne-met-hiv,
was het eerste
wat ik dacht'*



Hanne (34, contactspecialist en student) woont samen met Sunil (39) en hun drie honden. Ze weet sinds 2015 dat ze hiv-positief is.

"Ik kwam net uit een wat langere relatie en was weer aan het daten toen ik besloot me te laten testen op soa's. 'Ook op hiv?' vroeg de arts, waarmee er in mijn ogen toch een klein obstakeltje werd opgeworpen. 'Ja, ook op hiv,' antwoordde ik toch maar. Een kleine week later werd ik gevraagd langs te komen om de uitslag te bespreken. Dan weet je dat het niet goed is. Nu ben ik Hanne-met-hiv, was het eerste wat ik dacht toen ik het hoorde. Ik gaf mezelf meteen een label. Op weg naar huis belde ik een vriendin huilend op. Zij reageerde heel goed, ze zei dat ze van me hield en dat ik de tijd moest nemen. Ze gaf me alle steun. Iedereen eigenlijk die ik het in de weken erna vertelde. Het bericht met zo veel mensen delen, hoorde bij mijn verwerkingsproces. Ik had steun van mijn omgeving nodig en kreeg die gelukkig ook."

NIET DETECTEERBAAR

"Ik slik één pil per dag, mijn *viral load* (de hoeveelheid virus in het lichaam, red.) is niet detecteerbaar, waardoor ik het virus niet meer kan overdragen en

'IK HAD 'HIV+ & HAPPY' IN MIJN TINDER-PROFIEL STAAN'

mijn weerstand is goed. Doordat ik er zo op tijd bij was, is me een hoop medische ellende bespaard gebleven. Ik ben er nooit ziek van geweest, sterker nog: in de periode dat ik positief testte, voelde ik me fitter en gelukkiger dan ooit doordat ik na mijn relatie eindelijk weer gelukkig was. In het begin zette ik een wekker om geen pil te vergeten.

Het maakte niet uit wat ik aan het doen was, ik moest en zou die pil precies op tijd nemen. Tegenwoordig ben ik daar relaxter in geworden. Ik ben amper meer met hiv bezig, alleen nog als ik mijn medicijnen voor een vakantie in zowel mijn hand- als ruimbagage doe, of ik een telefoontje van de HivVereniging krijg met een interviewverzoek. Mijn huidige vriend wist vanaf het begin dat ik hiv-positief ben, ik had 'hiv+ & happy' in mijn Tinder-profiel staan. Zo hield ik mannen die het niet konden handelen tenminste meteen buiten de deur. Sunil vertelde dat hij mijn foto's had gezien en meteen voelde dat hij voor mij wilde zorgen. Ondanks dat ik mezelf niet zie als iemand voor wie moet worden gezorgd, waardeerde ik dat heel erg. Hij vond me niet zielig, maar wilde me steunen. Hij is echt een heel goede gozer. Het klikte tussen ons en binnen een maand woonden we samen. Dankzij de medicatie kan ik het virus niet aan hem overdragen; de gevoeligste test vindt het virus niet meer in mijn bloed. Sunil en ik hebben dus onbeschermd seks, net als anderen die in een vaste relatie zitten.

Het label 'Hanne-met-hiv' dat ik mezelf in het begin gaf, voel ik niet meer. Dat stigma was van korte duur. Ik vind mezelf mooier en sterker geworden, ik ben mezelf meer gaan waarderen. De diagnose was een wake-upcall, die me deed realiseren waar mijn lichaam en geest allemaal toe in staat zijn. Waar ik het in het begin met iedereen deelde, doe ik dat nu niet meer. Ik heb vriendinnen die nog van niets weten, het is goed zo. Als het ervan komt, vertel ik het wel. Maar het hoeft niet meer, niemand stelt zich immers voor en benoemt ook meteen zijn of haar chronische ziekte. Ik ben nooit boos geweest op degene via wie ik de infectie heb opgelopen. Hij wist nog van niets, heeft het zelfs via mij te horen gekregen. Ook hij schrok. Niemand doet dit met opzet. Het is ons allebei overkomen." ■