

Voor mensen in je omgeving: hoe reageer jij op iemand met hiv?



Deze pagina's zijn geschreven voor als je iemand in je omgeving kent die hiv heeft. Hoe reageer je daar op? Heb je met iemand te doen? Denk je dat iemand met hiv nog maar kort te leven heeft met veel ziekte en ellende? Denk je dat hiv alleen voorkomt onder homo's en dat iedereen met hiv een wild seksleven heeft gehad? Ben je woedend of teleurgesteld omdat je het nu pas te horen krijgt? Of omdat je het via via te weten bent gekomen? Ben je bang dat je zelf risico hebt gelopen? Of weet je er eigenlijk heel weinig vanaf?

Soms vertelt iemand het meteen aan iedereen in de omgeving. Maar het gebeurt ook dat iemand het pas vertelt als hij of zij het al lang weet. Omdat hij of zij niet eerder durfde. Of er niet aan toe was. Of het gewoon niet nodig vond. Je kunt het gevoel hebben dat jullie vertrouwensband is geschaad, maar het hoeft niks met jou te maken te hebben. En waarom zou iemand het eigenlijk vertellen? In de dagelijkse omgang loop je volstrekt geen risico op hiv en hoef je nergens rekening mee te houden (zie pagina 14). Velen hebben weinig of geen last van hun hiv en vertellen het alleen aan mensen met wie ze heel close zijn. Iemand kan terughoudend zijn omdat hij of zij een negatieve reactie heeft gekregen. Of omdat hij of zij merkt dat iemand afstand houdt of zich anders gedraagt.

Hoe ga je om met iemand met hiv?

Als je net hebt gehoord dat iemand hiv heeft en je kent geen andere mensen met hiv, is het heel normaal dat je in het begin terughoudend bent. Maar waarom zou je anders omgaan met iemand die hiv heeft? Als iemand het je zelf heeft verteld, kun je hem of haar natuurlijk vragen stellen. Je merkt dan vanzelf of iemand er makkelijk over praat of dat iemand dat lastig vindt. Als je het via anderen hebt gehoord, kan het zijn dat het met instemming is van degene die hiv heeft. Dan kun je er natuurlijk eens over in gesprek gaan. Als je het hebt gehoord van iemand die het in vertrouwen heeft gehoord is het lastig: Wil je niet kenbaar maken dat iemand een geheim heeft geschonden? Of wil je open kaart spelen?

Seksueel contact gehad?

Vrijwel alle mensen met hiv doen er alles aan om te voorkomen dat ze hun hiv overdragen. Dat

doen ze door veilig te vrijen. Het virus trekt zich er niks van aan of je wel of niet práát over je hiv. Als je vrijt met iemand, is het verstandig om er altijd van uit te gaan dat iemand hiv zou kunnen hebben. Er zijn in Nederland duizenden mensen die zelf nog niet weten dat ze hiv hebben, omdat ze zich nog niet hebben laten testen nadat ze het hebben opgelopen. Die kunnen het je dus niet eens vertellen. Heb je het gevoel dat je risico hebt gelopen? Ga dan goed na wat jullie allemaal hebben gedaan. Op hivnet.org/veilig lees je welke sekstechnieken veilig zijn en welke niet. Heb je daadwerkelijk risico gelopen? Of is dat alleen je gevoel?

'Plus Min'

In het gratis boek 'Plus Min' lees je het verhaal van vijftien mensen die geconfronteerd zijn met hiv in hun naaste omgeving: Hoe was het om het te horen? Wat betekende dat voor de relatie? Vervolgens komen de mensen met hiv zelf aan het woord: Hoe was het om het te vertellen? Hoe hebben zij de reacties ervaren? Je kunt het boek 'Plus Min' krijgen via je hiv-consulent of via het Servicepunt van de Hiv Vereniging (020 689 25 77).