

ANNE-LOES WERD
DOOR HAAR VRIEND
BESMET MET HIV

Hij heeft me levenslang gegeven

Anne-Loes (27) was al tien jaar samen met haar vriend Bob. Ze wist niet dat hij was vreemdgegaan met een andere vrouw. Ze wist ook niet dat hij toen besmet was met hiv. Hij wel, maar hij zei niets...

Tekst: Lobke Kapteijns

Als je jong bent, ben je constant aan het rennen. Je gaat naar school, stappen, met vrienden afspreken, je haalt een keer je diploma en je gaat op zoek naar een leuke baan. Je staat nergens bij stil.

Sinds ik weet dat ik hiv-positief ben, is er veel veranderd. Een goede gezondheid is niet meer vanzelfsprekend. Het is erg dat je eerst ziek moet worden voordat je zoiets pas beseft.

Mijn ex ken ik niet meer. Ik weet zijn naam, voor de rest is hij een vreemde voor me. En dat na een relatie van tien jaar. Vanaf het moment dat ik weet dat hij mij bewust heeft besmet met hiv, twijfel ik aan alles wat ik de afgelopen tien jaar met hem heb meegemaakt. De eerste ontmoeting, al die jaren samen: alles is één groot vraagteken.

Vanaf mijn zestiende hadden Bob en ik een relatie en sinds kort woonden we samen. We hadden een mooi huisje gekocht en waren flink aan het klussen. Totdat hij last kreeg van een aandoening aan z'n geslachtsorgaan. Ik had onlangs een urineweg-infectie gehad en dacht dat ik hem daarmee besmet zou hebben. We zijn samen naar de huisarts gegaan en hij bleek een druipeer te hebben. Dat kon inderdaad door mijn urineweginfectie zijn veroorzaakt. We kregen medicijnen en dat was dat. Maar toch zat het me niet lekker.

Op internet zocht ik naar meer informatie over een druipeer en ik las dat het een seksueel overdraagbare aandoening was... Ik probeerde met Bob een gesprek aan te gaan over mijn twijfels, maar hij wist de discussie telkens uit de weg te gaan. Ik bleef zitten met een heel naar onderbuikgevoel.

Daarom besloot ik me bij de GGD uitgebreid te laten onderzoeken op een soa. Ik had me aan het begin van onze relatie ook laten testen en toen was er niets aan de hand. In de tussentijd had ik geen andere bedpartners gehad, dus er kon naar mijn mening helemaal niets aan de hand zijn. Een test moest duidelijkheid scheppen. Ik verklaarde mezelf nog voor gek, want ik maakte me waarschijnlijk druk om niets! Ik vertelde Bob niet dat ik me liet testen, dan gaf ik hem immers het gevoel dat ik hem niet vertrouwde. En als uiteindelijk zou blijken dat ik me inderdaad druk had gemaakt om niets, zou dat alleen maar voor problemen zorgen. Ook bij de GGD stelde de verpleegkundige me gerust: "Je hebt al zo lang een vaste relatie, alles is vast goed." Een week later werd ik 's ochtends vroeg gebeld door een mevrouw van de GGD: "Mevrouw, ik heb geen goed nieuws voor u..." Het moest even tot me

doordringen. Iemand van de GGD belt me en ze hebben geen goed nieuws? Elke geslachtsziekte was slecht nieuws, dus wat bedoelde ze precies? Dus ik vroeg haar wat ze me probeerde te vertellen.

"Ik kan het u niet over de telefoon vertellen, maar u moet zich vanmiddag om vier uur melden bij de GGD. Breng iemand mee die u vertrouwt."

Ik schoot volledig in de stress en vroeg: "Heb ik hiv?" Het bleef stil aan de andere kant van de lijn. Ik begon te huilen en te schreeuwen dat ze het me moest vertellen, dat ze eerlijk tegen me moest zijn. Ze hield voet bij stuk en ze zei alleen maar dat ik rustig moest blijven en dat ik die middag verwacht werd. Ik heb de hele middag zitten huilen. Ik arriveerde in m'n eentje om tien voor vier bij de GGD. Ze zaten op me te wachten.

"We hadden al verwacht dat je eerder zou komen", zei de arts. "Loop maar met me mee." En daar werd het bevestigd, ik was besmet met hiv. De grote nachtmerrie begon. Ik heb daar twee uur gezeten en ik kreeg een berg informatie over me heen. Ik had heel veel vragen: Wat gaat er met me gebeuren? Hoe ziet mijn toekomst eruit? En... heeft mijn vriend het ook? Het klinkt gek dat ik het heb gevraagd, maar ik hoopte ergens nog steeds dat het niet waar was. Maar Bob heeft me gelijk de crème de la crème onder de geslachtziekten gegeven. Er is geen spuitje of pilletje om het te verhelpen, dit is voor levenslang.

Zodra ik haar stem hoorde, barstte ik in tranen uit en ik heb haar meteen het slechte nieuws verteld

Ik ben vervolgens naar huis gereden. Toen ik op de snelweg zat ging mijn telefoon. Ik heb de auto aan de kant van de weg geparkeerd en opgenomen. Het was een van mijn beste vriendinnen. Ze wist niet dat ik net terug kwam van de GGD en dat ik me had laten testen, ik had het immers aan niemand verteld. Ik had voor mezelf besloten dat ik tegen niemand zou vertellen dat ik hiv-positief was. Ik zou het voor me houden. Maar zodra ik haar stem hoorde, barstte ik in tranen uit en ik heb haar meteen het slechte nieuws verteld. Ze woont ver weg, maar ze is zo snel mogelijk in de auto gesprongen. Ondertussen reed ik naar huis, maar vraag niet hoe... Ik mis een heel stuk van die dag.





Thuis ben ik op de bank geploft en heb heel hard zitten huilen. Bob moest die dag werken en kwam even na mij thuis. Hij zag me zitten op de bank en vroeg me wat er aan de hand was. Ik heb hem vervolgens helemaal verrot gescholden. Ik was zó kwaad op hem! Hij werd een beetje pissig en vond dat ik normaal moest doen. Uiteindelijk vertelde ik hem wat ik te horen had gekregen. Dat ik hiv-positief was en dat hij degene was die me daarmee had besmet. Bob ontkende. Noemde me een slet die met iedereen het bed was ingedoken, ik had het aan mezelf te danken en hij had nooit iets verkeerd gedaan! Hij bleef ontkennen en we kregen natuurlijk grote ruzie. Wat dácht hij wel? Ondertussen was mijn beste vriendin gearriveerd. Ze schrok enorm van de situatie en probeerde ons te kalmeren.

Vier maanden lang wist hij dat hij hiv-positief was en hij had gewoon seks gehad met mij!

Na uren ruzie te hebben gemaakt kwam het hoge woord eruit. Bob was, naar eigen zeggen, één keer vreemdgegaan. Hij had van die ene keer hiv opgelopen. Dat had hij vier maanden geleden te horen gekregen. Vier maanden lang wist hij dat hij hiv-positief was en hij had gewoon seks gehad met mij! Hij had het me niet durven vertellen, omdat hij bang was dat ik bij hem zou weggaan. Bovendien waren de viruswaarden in zijn bloed nog zo laag dat hij het risico wel durfde te nemen. Ik stond echt niet voor mezelf in. Ik wilde hem slaan, ik wilde hem helemaal verrot slaan! Wat bezielde hem? Hij zocht steun bij me, maar ik sloeg hem van me af. "Pak je spullen en gá!" Het was een hel. Ik haatte hem.

Als hij had opgebiecht dat hij was vreemdgegaan en dat hij daardoor besmet was geraakt, dan was hij nog eerlijk tegen me geweest. Dan had ik nog een keuze gehad. Dan had ik voor mezelf kunnen bepalen wat ik wilde met de rest van mijn leven. Maar hij heeft me geen enkele keuze gegeven, hij heeft het voor me bepaald. We hebben elkaar na die dag drie dagen lang niet gesproken of gezien. Totdat hij ineens op de stoep stond. Hij belde aan, terwijl hij nog wel een sleutel had. Hij voelde wel aan dat hij niet zomaar moest komen binnenlopen.

We woonden nog maar kort in ons nieuwe huis.

Al voordat we de hypotheek afsloten wist Bob dat hij hiv had. Op de gezondheidsverklaring die hij moest vullen, heeft hij niets vermeld. De huisarts waar we samen naartoe gingen toen Bob de geslachtsziekte had, wist dat Bob besmet was met hiv. Maar hij mocht niets zeggen vanwege zijn beroepsgeheim. Achteraf heeft de huisarts me wel verteld hoe verschrikkelijk hij dat vond. Maar het was Bob's verantwoordelijkheid om mij te vertellen dat hij hiv had. Als de arts het had gedaan, had Bob hem kunnen aanklagen.

Het feit dat Bob én een druipeer had én hiv, is ook bijna onmogelijk. Je loopt namelijk niet snel twee geslachtsziektes op, maar als je drager bent van hiv, heb je wel meer kans op een soa omdat je daar meer vatbaar voor bent. Waarschijnlijk heeft hij eerst hiv opgelopen en vervolgens bij een ander een druipeer. Hij heeft me dus vaker dan één keer bedrogen. En wie weet heeft hij nog veel meer vrouwen besmet met hiv.

Toch voel ik me niet verantwoordelijk om die vrouwen te gaan zoeken of in te lichten. Zou ik een poster met daarop een afbeelding van Bob door het dorp moeten verspreiden? Met daarbij de boodschap: Pas op voor deze man, hij heeft hiv? Daar begin ik niet aan, dat is zijn verantwoordelijkheid. Ik sta nog steeds niet voor mezelf in. Ik heb ook geen behoefte om hem nog te zien of te spreken. Ik weet namelijk niet hoe ik op hem zal reageren. Als ik hem pijn zou doen, gaat de hiv daarmee niet weg. De situatie blijft hetzelfde. Ik voel nog heel veel wrok, haat en woede. Maar ik wil de eer aan mezelf houden.

Ik heb Bob sinds die ene dag nooit meer over dat onderwerp gesproken. We moesten nog een aantal keer met elkaar om tafel, want er moest van alles geregeld worden. De hypotheek, de verzekeringen en ga zo maar door. Dat alles heeft bij elkaar nog eens vier maanden geduurd. Ik voelde me een zombie, het is als één grote roes aan me voorbijgegaan. De notaris had me in die tijd álles kunnen laten tekenen. Ik wilde alleen maar zo snel mogelijk van alles af zijn. Gelukkig zijn mijn ouders telkens met me meegegaan.

Sindsdien heb ik Bob niet meer gezien. Hij woont wel in de buurt maar we spreken elkaar nooit. Dat wil ik ook niet. Als hij morgen onder een bus zou komen, zou het me niets schelen, zó kwaad ben ik op hem. Zijn ouders hebben me nog gebeld nadat we uit elkaar waren gegaan. Ze vroegen zich af wat er gebeurd was, want ze begrepen er niets van.

Het is echt ongelooflijk moeilijk om aan anderen te vertellen dat je hiv hebt

Nooit hadden ze gehoord dat het niet lekker zat tussen ons en ineens was het voorbij. Wat was er dan gebeurd? Ik heb ze doorverwezen naar Bob: "Als jullie echt willen weten wat er is gebeurd, praat dan eens met jullie zoon. Als hij het lef heeft, zal hij het jullie uitleggen. Dat ga ik namelijk niet doen." Tot op de dag van vandaag weten zij volgens mij nog steeds niet dat Bob hiv heeft en dat hij me daarmee besmet heeft. En dat het uiteindelijk de reden is waarom we uit elkaar zijn. Dat geldt ook voor andere mensen in de omgeving van Bob, hij houdt zijn mond dicht.

Ondanks alles moet ik verder. Het is heel moeilijk om te vertellen dat je hiv hebt. Ik wilde het in eerste instantie tegen niemand zeggen. Ook niet tegen mijn ouders. Ik vertelde ze alleen maar dat Bob en ik uit elkaar waren. We hadden vaak ruzie en het ging zo niet langer. Dat klonk toch best aannemelijk? Maar ja, we waren tien jaar samen geweest en mijn ouders namen geen genoegen met zo'n vaag antwoord. Bovendien - daar zijn het je ouders voor - zággen ze dat er meer aan de hand was. Ze bleven

aandringen dat ik het moest vertellen: "Je bent onze dochter, we houden onvoorwaardelijk van je, wat er ook gebeurt. Vertel het ons maar, we kunnen je helpen."

Uiteindelijk heb ik ze verteld dat ik hiv had en hoe dat gekomen was. Als mijn ouders niet op een stoel met een rugleuning hadden gezeten, dan waren ze achterover geslagen. Mijn ouders komen uit een klein dorpje. Ze kennen hiv van verhalen over homoseksuelen en drugsverslaafden. Het was op dat moment zo onbekend voor ze. Ik moest heel hard huilen, maar ze durfden me amper te troosten. Ze deinsden terug. Pure onwetendheid, maar zo confronterend. De eerste keer dat ik naar het ziekenhuis moest, is mijn vader met me meegegaan. Mijn moeder kon het nog niet aan.

In het ziekenhuis kreeg ik allerlei onderzoeken. Ze maakten longfoto's en een scan, ze deden een inwendig onderzoek en ik werd getest op tbc. Ik kreeg ook een arts en een verpleegkundige aangewezen. Bij de verpleegkundige kon en kan ik met al mijn vragen terecht. Ik moet elke vier maanden naar het ziekenhuis om mijn bloed te laten testen. Dan wordt onderzocht hoe de hiv-waarden zijn in mijn bloed en ook hoe sterk mijn afweersysteem is. De hiv-waarden in je bloed noemen ze in medische termen 'viral load', dit geeft aan hoe sterk het virus in je bloed is. Het afweersysteem wordt weergegeven met cd4-waarden. Als je cd4-waarden lager zijn dan 500, moet je medicijnen gaan slikken.

Het enige wat ik zag was bloed, besmet bloed. Ik raakte in paniek en begon keihard te huilen

Bij een verslechtering van je afweersysteem neemt die mogelijkheid toe. Medicijnen beschermen je afweersysteem tegen het virus. Maar zodra je medicatie moet slikken, brengt dat weer een heleboel ellende met zich mee. Het moet dagelijks op gezette tijden worden ingenomen. Dan word je dus dagelijks meerdere keren met je ziekte geconfronteerd. Je kunt psychische klachten krijgen, uitslag en allerlei nare bijwerkingen. Daarom hoop ik dat ik heel lang geen medicatie nodig heb, daar zie ik heel erg tegenop.

Die ziekenhuisbezoeken zijn heel spannend voor me. Dan ben ik echt nerveus voor wat de arts me te

vertellen heeft. Dagen voorafgaand aan een consult, komt er dan ook niets uit mijn handen. Zodra het hoge woord van de arts eruit is, als hij zegt dat alles goed is, valt er een last van mijn schouders. Dan ben ik er weer voor een aantal maanden vanaf. Er is nu eigenlijk nog niks in mijn leven dat bevestigt dat ik ziek ben, maar ik ben verschrikkelijk bang dat dat moment wel gaat komen.

Een tijdje geleden werd ik er wel voor het eerst pijnlijk mee geconfronteerd. Mijn moeder had me meegenomen naar het winkelcentrum om samen te gaan shoppen. Ik moest er maar eens uit, had ze gezegd. Ik had wat leuke kleding gevonden en dook een kleedhokje in om ze te passen. Plotseling zag ik overal bloed. Op mijn handen, op de kleding. Overal. Ik raakte in paniek en begon heel hard te huilen. De verkoopster wilde me helpen en pakte me vast, maar daar moest ik helemaal niets van hebben. Het enige wat ik zag, was bloed. Besmet bloed. En zij moest daar vanaf blijven. Ik had me gesneden aan het kaartje dat aan de kleding hing. Mijn moeder wist wel waarom ik zo tekeerging en probeerde me te kalmeren. Ik kon niet meer logisch nadenken en schreeuwde alles bij elkaar. De verkoopster snapte natuurlijk niet waarom ik zo moest huilen. De kleding kon je uitwassen en ze bood me een pleister aan. Maar voor mij was het zo schrikken. Die verkoopster zal wel gedacht hebben: wat is dat voor een gekke meid...

Ondertussen gaat het leven wel gewoon door. Ik heb het huis kunnen houden dat Bob en ik samen hadden gekocht, dat vind ik heel fijn. Maar bij deze breuk gaat het niet alleen om emoties en het beëindigen van een relatie. Je kunt het niet afsluiten, want er komt nog zoveel meer bij kijken. Hoe moet het nu verder?

Als er tijdens het stappen met me geflirt wordt, denk ik gelijk: je moest eens weten...

Ik heb nog helemaal geen behoefte aan een nieuwe vriend. Als ik op stap ga, praat ik wel eens met jongens. Als er dan met me geflirt wordt, denk ik gelijk: je moest eens weten... Ik stel me dan voor dat ik word afgewezen als ik vertel dat ik hiv heb. Het lijkt me zó pijnlijk. En stel: ik kom een jongen tegen die ik wel leuk vind, waar ik verliefd op word en hij

Wanneer vertel ik hem dat ik hiv heb? Meteen tijdens de eerste date?

op mij. Wanneer vertel ik hem dan dat ik hiv heb? Meteen bij de eerste date? Of bij de tweede of derde date? En hoe vertel ik hem dat, hoe zal hij reageren? Stel dat we de rollen omdraaien. Die leuke jongen heeft hiv en vertelt me dat tijdens de tweede date. Ik heb geen idee wat ik zou doen, ik weet niet of ik daarvoor zou kunnen kiezen. Misschien zijn er wel jongens die het accepteren, maar hoe weet je dat? Voor een onenightstand ben ik al helemaal geen type. Dat vind ik niks, bovendien wat heb ik eraan? Ik denk wel dagelijks aan het feit dat ik hiv heb. Ik wilde het op mijn werk geheim houden, ik werk in de zorg. Toch had ik een groot schuldgevoel, ik werk nu eenmaal met mensen. Uiteindelijk heb ik het aan mijn baas verteld. Hij schrok heel erg van mijn verhaal. Hij stelde meteen voor dat ik bepaalde werkzaamheden niet meer zou mogen doen, vooral de werkzaamheden waarbij ik contact had met mensen. Daar was ik het niet mee eens, dat was juist de reden waarom ik het vak zo leuk vond. De omgang met mensen. Je kunt een kok met hiv toch ook niet verbieden om vlees te snijden? Bovendien

had ik eindelijk de moed om mijn verhaal te doen en dan zou ik gestraft worden! Uiteindelijk kon ik mijn baas er wel van overtuigen dat het heel krom was wat hij van me verlangde. Gelukkig heeft hij me die beperkingen niet opgelegd. Ik ben natuurlijk wel een stuk voorzichtiger geworden. Ik heb altijd desinfectiemiddel en pleisters bij me voor het geval ik me stoot. Een aantal collega's weet het ook. Ze stellen weinig vragen en hebben veel begrip voor me.

Ik ben nu inmiddels een jaar verder en ik merk dat ik mijn ziekte beter een plekje kan geven. Ik kan wel iedere dag zielig doen, maar daar schiet ik niks mee op. Ik moet er mee leren omgaan. Als ik het al die tijd voor me had willen houden, dan had ik het niet gered. Dan had het leven voor mij geen zin gehad. Sommige vrienden weten wat er gebeurd is. Zij steunen me, net als mijn familie. Als zij me niet hadden geholpen, dan had ik er heel anders voor gestaan. Zij lopen de deur bij me plat. Zij komen me halen om iets te ondernemen. Gewoon iets doen om even uit de situatie te stappen. Winkelen, naar het strand, een lekker dagje uit. Het is heel fijn dat ze er voor me zijn en dat ik erover kan praten. Als ik mezelf over hiv hoor praten, lijkt het alsof ik over mijn kindje praat. Eigenlijk ben ik ongevraagd getrouwd met hiv.

Ik merk wel dat ik behoefte heb om met mensen te praten die ook ervaring hebben met hiv. Daarom bezoek ik fora op internet om met mensen te kunnen praten die in hetzelfde schuitje zitten als ik. Het is fijn om met vrienden en familie te praten, maar ze weten - gelukkig maar - niet hoe het voelt.

Het is heel vreemd, maar ik geniet wel meer sinds ik hiv-positief ben. Ik laat met een gerust hart een poetsbeurt voorbijgaan als een vriendin belt om mee op stap te gaan. Ik ga uit eten als ik daar zin in heb. Er kan van alles gebeuren, dus je kunt het beste maar genieten. Ik heb ook een heel goede relatie met mijn ouders en mijn zusjes. Eerst trokken we niet zoveel met elkaar op, de band is nu zoveel sterker geworden. Daar kan ik heel erg van genieten.

Je gaat niet meer dood aan hiv, zolang je maar doet wat de artsen je voorschrijven. Maar er heerst nog altijd een taboe. Dat wil ik graag doorbreken, ik wil anderen informeren over hiv. Je merkt dat mensen gauw geneigd zijn om een etiketje op je te plakken. Ik wil met mijn verhaal laten zien dat hiv niet alleen voorkomt bij drugsverslaafden, homoseksuelen en meisjes die het bed met verschillende mannen delen. Het kan iedereen overkomen. Maar het leven houdt echt niet op. ■

Hiv: het virus dat aids kan veroorzaken

Hiv staat voor Human Immunodeficiency Virus. Op 31 december 2009 waren er 16.823 hiv-geïnfecteerde personen in Nederland geregistreerd (waarvan 13.231 mannen en 3.592 vrouwen).

Het virus kan het lichaam op verschillende manieren binnendringen zoals door onveilig seksueel contact, bloedcontact zoals bij onveilige bloedtransfusies of bij het gebruik van naalden die eerder zijn gebruikt door mensen met hiv. Eenmaal in het lichaam breekt het virus het afweersysteem af. Normaal gesproken verdedigt het afweersysteem het lichaam tegen schadelijke bacteriën en virussen en beschermt het tegen ziekten. Wanneer hiv het afweersysteem heeft verzwakt, krijgen bacteriën en virussen een kans om ernstige ziekten te veroorzaken. We spreken dan van aids. Mensen met aids krijgen daardoor zeldzame aandoeningen, zoals bepaalde vormen van longontsteking, darminfecties of kanker. Op dit moment bestaan er ruim twintig soorten hiv-medicatie. Helaas veroorzaken de hiv-medicijnen bijwerkingen. Ook bestaat het gevaar dat het virus ongevoelig voor de medicatie wordt. Om dat te voorkomen is het heel belangrijk dat medicijnen precies volgens de regels worden ingenomen. Een behandeling met hiv-medicijnen is zwaar en je zit er levenslang aan vast.

Bronnen: www.aidsfonds.nl, www.soaids.nl

Wil je reageren op het verhaal van Anne-Loes, mail dan naar redactie@mijngeheim.nl o.v.v. '1030 Anne-Loes'. Dan sturen wij je reactie door. Je kunt ook je eigen verhaal vertellen www.mijngeheim.nl.

Uit privacy-overwegingen zijn de namen in dit verhaal gewijzigd