

Ruim tien jaar geleden werd mijn man ziek. Na onderzoek bleek dat hij HIV-positief was, sterker nog: hij had aids. Direct na die uitslag werd ook mijn bloed getest. Ik was besmet, maar had geen aids. Het was een totale schok: je hebt een goed huwelijk en bent beiden gezond en opeens blijkt je man een geheime agenda te hebben gehad met gevolgen waar hij aan doodgaat én je blijkt zelf ongeneeslijk ziek te zijn. De gedachte

aan een bepaalde manier van leven. Maar ik heb een prettig huwelijk gehad en ben er, net als mijn hele omgeving, altijd van uitgegaan dat dit mij niet kon overkomen. Ik zie er tiptop uit, echt netjes; niemand zou verwachten dat ik besmet kon worden met zoiets als HIV. Maar het kan iedereen gebeuren, ik ben er het levende bewijs van. Dat wil ik soms van de daken schreeuwen: "Je kunt er van alles van denken, je kunt er

het expres zo uit de hand heeft laten lopen, zodat ik geen zin meer had om haar nog te zien. We zijn 25 jaar vriendinnen geweest. Mede hierdoor heb ik het er nooit meer over gehad met mensen. Het is een geheim geworden. Mijn man had een geheim en nu heb ik het. En geheimen maken eenzaam. Sommige situaties zijn ook gewoon niet nodig. Als artsen eens wat betere voorlichting zouden geven, had die eerste vriendin misschien nooit zo gereageerd. Toen bij mij HIV werd geconstateerd, dachten sommige mensen nog dat een hand geven levensgevaarlijk was. Ik kan wel tegen mijn vriendin roepen dat drinken uit hetzelfde glas geen enkel risico met zich meebrengt, maar ja, ik ben geen deskundige, volgens haar. En nu denken steeds meer mensen dat er medicijnen zijn, dus 'ach, zo'n vaart zal het niet lopen.' Het is zo zwart-wit gedacht allemaal, zo onnadenkend. Op het moment dat je medicijnen slikt, ben je minder besmettelijk, dat weten artsen. Het zou prettig zijn als iedereen dat wist, zodat je geen onnodige paniekreacties krijgt. Maar je moet natuurlijk wel voorzichtig blijven.

Ik heb nu een buddy die mij bijvoorbeeld vergezelt tijdens het bloedprikken, dat eens in de zoveel tijd moet gebeuren. Mijn schoonfamilie weet dat ik dat prikken iets verschrikkelijks vind, ik heb het ze vaak genoeg verteld. Maar nog nooit heeft iemand aangeboden met mij mee te gaan. Ze schamen zich. Ze zijn bang dat een laborante in het ziekenhuis door mijn achternaam en hun aanwezigheid zou kunnen vermoeden dat een nichtje van ons, dat in dat ziekenhuis werkt, familie is van 'deze HIV-patiënt'. Ik krijg veel steun van mijn buddy, mijn kinderen en van mijn arts. Meer dan van de mensen van wie ik het 't meest had verwacht, zoals die vriendinnen en de familie van mijn overleden man. Dat krijg je, als je niet gewoon 'de weduwe van...' bent, maar 'de weduwe met HIV'.

Laatst was er een begrafenis, waar mijn hele schoonfamilie aanwezig was. Mijn zwager zei dat hij zoveel aan mij dacht. Ik ben er niet op ingegaan. Wat heb ik eraan dat hij aan mij denkt? Pak de telefoon en bel me als ik zo in je hoofd zit, vraag me hoe het gaat en of je misschien iets voor me kunt doen. Maar kom niet aan met dit soort doodoeners als ik je toevallig tegenkom, want daar word ik alleen maar kwaad en heel, heel erg droevig van. ❀

Alicia (55):

'Toen bij mij HIV werd geconstateerd, dacht men nog dat een hand geven levensgevaarlijk was'

dat ik iets in mijn lichaam had, waarmee ik een ander zou kunnen doden, was verschrikkelijk. Vooral in het begin was mijn angst om mijn kinderen te besmetten onverdraaglijk. Dat mijn man een leven heeft geleid waar ik niets van wist, daar ben ik inmiddels wel zo'n beetje overheen. Maar wat deze situatie voor mij het moeilijkst maakt, is de omgeving. Mijn man is drie jaar geleden overleden en soms denk ik: jij hebt het jezelf maar gemakkelijk gemaakt door er dood aan te gaan, maar ik moet ermee verder. De manier waarop mensen mij hebben laten vallen of mijn situatie hebben genegeerd of gebagatelliseerd, is een bittere pil. Mijn zus zei laatst: "Je hebt er toch medicijnen tegen? En je bent toch niet ziek? Nou, dan valt het allemaal best mee." Maar zo simpel is het niet met HIV. De terreur van die medicijnen is zwaar; driemaal daags, stipt op dezelfde tijd, moet ik ze innemen. Ik durf 's avonds niet naar de schouwburg, want dan moet ik ze tijdens de voorstelling innemen. En ik vind het te gênant. Het is nogal een verschil of je medicijnen slikt tegen kanker of suikerziekte, of tegen HIV. Die eerste ziektes worden beschouwd als nare ziektes waar je niets aan kunt doen, maar HIV... Dat heb je volgens de buitenwereld toch te danken

zoveel over oordelen als je wilt, maar het kan iedereen overkomen, ook jou. Ik ben nog steeds dezelfde Alicia als de Alicia die ik was geweest zonder HIV. Ik heb iets gekregen waar ik niet om heb gevraagd, maar als persoon ben ik dezelfde gebleven. Laat me dan niet zo vallen en oordeel niet over dingen waar je niets van weet." De twee vriendinnen die ik het destijds heb verteld, zijn geheel uit mijn leven verdwenen. Bij de ene had ik op een gegeven moment een weekend geloged. Nadat ik had gedoucht, heeft ze zeker acht keer gezegd: "O jé, ik moet de badkamer nog schoonmaken." En toen ze gedachteloos een glas van het aanrecht pakte en daar water uit dronk, zag ik haar schrikken toen ze mij aankeek. Twee jaar terug stuurde ze me een kaartje waarin ze meldde dat ze het zo druk had en dat ze daarom niets van zich liet horen. Dat is zo gebleven, ik heb haar niet meer gezien, zo druk heeft ze het. De andere vriendin heeft op mijn kosten een soort bacchanaal aangericht toen ik haar en haar man op een weekendje weg trakteerde. Ik heb geprobeerd het hierover te hebben met haar, maar ze wilde er niet over praten. Omdat ik nadien ook nooit meer iets van haar heb gehoord, heb ik het gevoel dat ze