



Virus

Soms zeggen ze mij  
ik wou dat ik het eerder zag  
Maak me niet druk  
ik leef per dag  
Bij mij is een virus gevonden  
seropositief  
Ik leef per seconde



## **Inhoudsopgave**

Inleiding	Blz.2
Hoofdstuk 1 Geschiedenis van Aids	Blz.3
Hoofdstuk 2 Wat is Aids ?	Blz.4+5
Hoofdstuk 3 Wat heeft HIV met Aids te maken?	Blz.6
Hoofdstuk 4 Immuunsysteem	Blz.7
Hoofdstuk 5 Aids en immuunsysteem	Blz.8
Hoofdstuk 6 Overdrachtsvormen	Blz.9+10
Hoofdstuk 7 Hoe weet je dat je besmet bent?	Blz.11
Hoofdstuk 8 Ziektebeeld van Aids	Blz.12+13
Hoofdstuk 9 Het verhaal	Blz.14
Hoofdstuk 10 Tabellen	Blz.15
Hoofdstuk 11 Buddyzorg en interview	Blz.16+17+18
Hoofdstuk 12 Hoe help je mensen met HIV?	Blz.19
Slot	Blz.20
Bronnenlijst	Blz.21

## Inleiding

Aids is een ernstige ziekte die niet te genezen is. Overal ter wereld worden mannen, vrouwen en kinderen geïnfecteerd met Hiv, ook wel het Aidsvirus genoemd.

Ik vind dat mensen niet genoeg weten over deze seksueel overdraagbare aandoening. Daarom maak ik er een werkstuk over, om mensen goed en duidelijk te informeren. Ik ben van plan dit werkstuk op het internet te zetten, zodat anderen ervan kunnen leren.



## **Hoofdstuk 1 Geschiedenis van Aids**

### ***Een onbekende ziekte***

Aan het eind van de jaren '70, begin jaren '80 kwam er een onbekende ziekte in Amerika en iets later in Europa. De weerstand van mensen die het hadden gingen achteruit, negen van de tien waren homoseksueel en 98 % was man. Het leek een 'Homoziekte', zoals veel kranten het schreven. Later bleek deze conclusie onjuist te zijn. In 1982 werd duidelijk dat ook gebruikers van verdovende middelen en lijdens aan de bloederziekte Hemofilie de ziekte kregen. Deze laatstgenoemden kregen bloedtransfusies met besmet bloed. Eind 1990 kreeg de ziekte een naam: Acquired Immune Deficiency Syndrome: AIDS

### ***Afweersysteem***

Artsen stelden vast dat de ziekte te maken had met het afweersysteem, met name het ontbreken van bepaalde lichamelijke afweerstoffen. Infecties die gezonde mensen overleven, bleken dodelijk voor personen die getroffen waren met de onbekende ziekte.

### ***Ouder dan gedacht***

Professor J. Goudsmit bracht in mei 1997 zijn boek "Vrijend virus"; over aard en oorsprong van het aidsvirus. Hij schrijft dat het aidsvirus, HIV, al tientallen jaren eerder dan gedacht voorkwam in Europa. Deze vorm van het virus zou verantwoordelijk zijn geweest voor enkele epidemieën. De eerste epidemie was in de Duitse stad Danzig in 1939 en het virus was waarschijnlijk meegekomen met Duitse soldaten vanuit Kameroen. De tweede epidemie kwam te voorschijn tussen 1955 en 1958 in de Kweekschool voor Vroedvrouwen in Heerlen.



### ***Apen***

Volgens Goudsmit is het huidige aidsvirus oorspronkelijk een apenziekte. Het virus is bij de mens terecht gekomen door de jacht en de handel op apen, het kappen van het Afrikaanse regenwoud en de kolonisatie van Afrika. Aids is een virus. Heeft dus gastheren nodig. Het aidsvirus stapte dus van de ene gastheer (de aap) over naar een andere gastheer, de mens, en verspreidde zich verder.

## Hoofdstuk 2 Wat is Aids?

### **Aids**

De letters AIDS staan voor Acquired Immune Deficiency Syndrome, dat is in het Nederlands: Verworven Immuun Deficiëntie Syndroom. Kort samengevat betekent dit, dat het afweersysteem van de mens wordt aangetast en zo niet meer goed functioneert.

A - Acquired - tijdens het leven opgelopen, dus niet geërfd

I - Immune - immuniteit - afweer(systeem)

D - Deficiency - tekort, gebrek, verminderde functie

S - Syndrome - syndroom, ziektebeeld, de gezamenlijke verschijnselen van een bepaalde ziekte

Aids is een verschrikkelijke ziekte, die een dodelijke afloop heeft. Aids is een virus en kan worden overgedragen op andere personen door onveilig seksueel contact of door besmetting met bloed. Dit laatste kan op verschillende manieren bijvoorbeeld bij verslaafden die elkaars naalden lenen of bij een bloedtransfusie. Ook zwangere vrouwen kunnen het virus aan hun baby doorgeven. Aids is dus een ziekte die je afweersysteem aantast.

Onterecht raken veel mensen ongerust en onzeker als ze met AIDS geconfronteerd worden, omdat er veel misverstanden zijn over AIDS en de besmetting met HIV. In de dagelijkse omgang met Hiv-geïnfecteerden kun je niet besmet raken, dus:

- niet door huidcontact (hand geven)
- niet door (tong)zoenen
- niet door toilet en gebruiksvoorwerpen
- niet door adem, hoesten of niezen (dus geen besmetting door: speeksel, zweet, tranen, adem, urine, hoesten of niezen)
- niet door eerste hulp te verlenen (bijv. mond-op-mond beademing)
- niet door dieren (bijvoorbeeld insecten)
- niet via etenswaren
- niet via zwembad en sauna's



Je kunt wel besmet worden door:

- onbeschermd seksuele betrekkingen via de vagina, mond of anus
- drugs spuiten (met gebruikte naalden)
- zwanger worden als je seropositief bent (=je hebt de ziekte wel maar je voelt je nog niet ziek)
- uitwisselen van scheergerei, tandenborstel of oorbellen

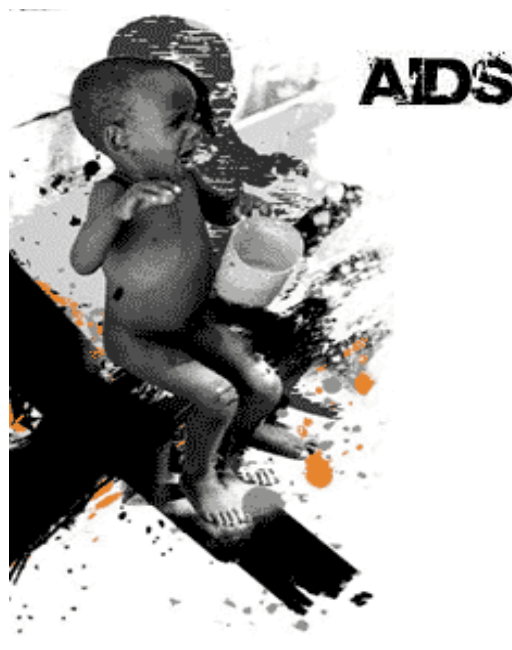
## **HIV**

HIV staat voor Humaan Immunodeficientie Virus. Of ook wel Aidsvirus genoemd. Er bestaan verschillende soorten HIV. Het virus breekt het afweersysteem af. Het lichaam wordt daardoor vatbaar voor allerlei soorten van kanker en andere ziekten, waar het anders wel tegen bestand zou zijn. Door middel van een test kun je vaststellen of je het virus hebt, of anders gezegd: of je seropositief bent. Als je seropositief bent, hoef je niet persé ziek te zijn. Het kan nog heel lang duren voordat je klachten krijgt. Dat kan na 2 jaar zijn, maar ook pas na 10 jaar. Er bestaat geen middel tegen HIV, maar er is wel een medicijn dat de werking van HIV sterk remt.

Aids is een ziekte die bij mensen meestal veroorzaakt wordt door HIV-1. Er is een stamboom van aidsvirussen. Daarbij wordt verschil gemaakt tussen mensvirussen (HIV) en aapvirussen (SIV, Simian Immunodeficiency Virus). De mensvirussen worden onderverdeeld in het veel voorkomende HIV-1 en het zeldzame HIV-2, dat vooral voorkomt in West-Afrika. Een besmetting met HIV-1 is fataal, maar mensen die met HIV-2 besmet worden, krijgen niet altijd aids. De aapvirussen kun je splitsen in een Chimpanseevirus, een Roodkopmangabé-virus en verschillende Meerkatvirussen. De verschillen tussen deze virussen komen door verschillen in het erfelijk materiaal; RNA een stof die sterk op het DNA lijkt.

## **Virus**

Als het aidsvirus eenmaal in de bloedbaan is gekomen gaat het zich voortplanten. Virussen kunnen zich niet alleen voortplanten. Ze maken daarbij gebruik van een gastheercel. Die gastheercel spuiten ze vol met hun eigen erfelijk materiaal en die gastheercel gaat dan nieuwe aidsviruscellen produceren. Dit is heel simpel gezegd hoe het aidsvirus zich vermenigvuldigt.



### Hoofdstuk 3 Wat heeft HIV met Aids te maken?

De afkorting van HIV is:

H-humaan : menselijk

I-immunodeficiëntie : de afweer, het immuunsysteem, wordt aangetast.

V-virus: een organisme dat zich in levende cellen kan vermenigvuldigen

Het Aidsvirus breekt het afweersysteem ofwel immuunsysteem af. Het immuunsysteem is een verdedigingssysteem in je lichaam. Het heeft als doel indringers zoals virussen, bacteriën te bestrijden en giftige stoffen in je lichaam op te ruimen.

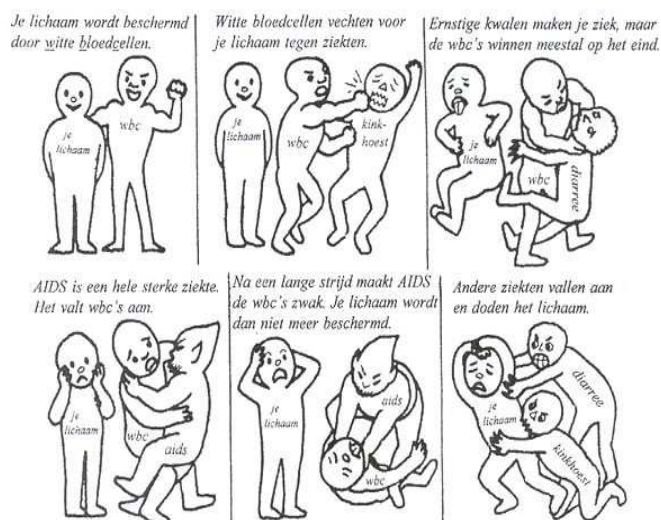
Het woord immuun komt van het Latijnse immunis dat letterlijk vrijgesteld en bescherming tegen indringers betekent.

Het Aidsvirus valt dus het immuun systeem aan en om precies te zijn, valt het de zogenaamde CD4 + T-cellen aan. Dat is een groep van witte bloedcellen.

Witte bloedcellen worden ook wel leukocyten genoemd. Witte bloedcellen hebben een beschermende functie in het lichaam. Het beschermt je lichaam tegen lichaamsvreemde stoffen. Zoals ziektes, bacteriën en virussen. Het zorgt ervoor dat het lichaam gezond blijft. Wanneer lichaamsvreemde stoffen het lichaam binnen dringen sluiten de witte bloedcellen zich eromheen en maken zo de schadelijke stof onschadelijk. Het zijn als het ware de soldaten van je immuunsysteem.

Omdat het virus juist het immuunsysteem aanvalt en zwakker maakt wordt het lichaam vatbaar voor allerlei infecties en bepaalde vormen van kanker waartegen het anders wél bestand zou zijn. Dit gebeurt eerst zo goed als ongemerkt maar na verloop van tijd, soms wel jaren krijgt de persoon steeds ernstigere ziekteverschijnselen. Deze verschijnselen kunnen uiteindelijk leiden tot de diagnose Aids.

Je zou kunnen zeggen dat Aids een verzamelnaam is voor de ziektes die een mens oploopt door Hiv. Omdat Hiv ervoor zorgt dat je Aids krijgt. Wat Aids dus met Hiv te maken heeft is dat Aids een gevolg is van Hiv.



## **Hoofdstuk 4 Immuunsysteem**

### ***Wat is het immuunsysteem?***

Met het afweersysteem wordt een systeem bedoeld, dat onderscheid maakt tussen lichaamseigen stoffen en lichaamsvreemde stoffen. Het immuunsysteem is dus eigenlijk een soort filter. Zodra er lichaamsvreemde stoffen in de bloedbaan ontdekt worden wordt het immuunsysteem geactiveerd, zodat eventuele schadelijke micro-organismen (zoals bijvoorbeeld het AIDS-virus) zo snel mogelijk vernietigd kunnen worden. Die micro-organismen kunnen het menselijk lichaam aan alle kanten binnendringen. Dit kan bijvoorbeeld via de neus of de mond (bij het inademen), hier raken ze tijdens hun reis naar de longen onherroepelijk verstrikt in het slijm aan de rand van de luchtpijp. Vervolgens wordt het slijm door trilhaartjes naar de keel gestuwd waarna het wordt doorgeslikt en de micro-organismen door het zuur van de maagsappen zullen worden gedood. De bacteriën, virussen, schimmels of andere micro-organismen kunnen ook op de huid terechtkomen waar ze door een enzym worden gedood. Micro-organismen die het lichaam via de urinebuis het lichaam proberen binnen te dringen worden over het algemeen door de urine weggespoeld.



## **Hoofdstuk 5 Aids en immuunsysteem**

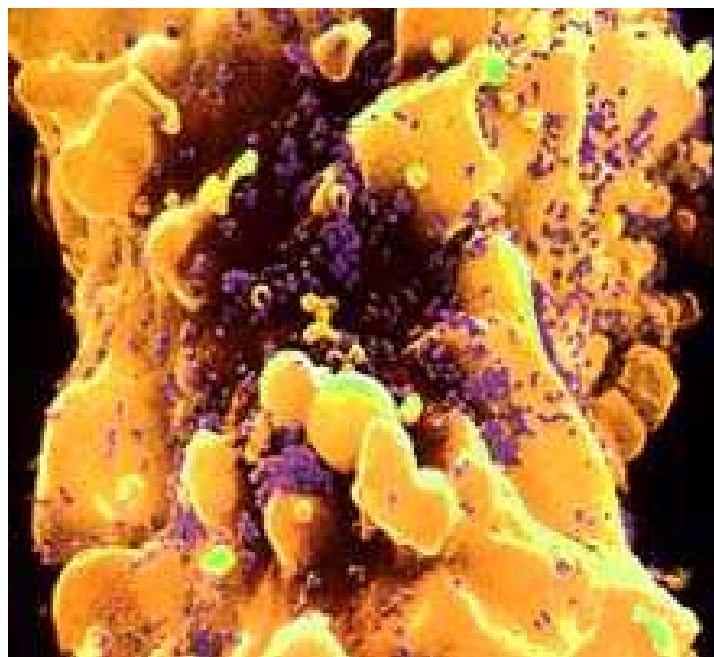
### ***Bloed***

Men dacht dat het aidsvirus in het bloed rondzweefde. Dat is echter niet het geval. Slechts 2 % van het aidsvirus bevindt zich in het bloed, de overige 98 % zit in de lymfklieren.

### ***Onderzoek***

De eerste immunologische studies werden gedaan in 1981. In 1982 was men al in staat om de T4-cellen te traceren in het bloed. Er werd een verlies van de T4-cellen geconstateerd wat de onderzoekers zagen als een aanwijzing voor de verwoestende werking van het aidsvirus in het afweersysteem. Pas in 1984 werd duidelijk dat de T4-cellen zelf de receptor, de ontvanger van het aidsvirus was.

HIV is tot nu toe niet definitief uit het lichaam te krijgen. De maatregelen tegen aids zijn: veilig vrijen, voorlichting en veilig spuiten. Er zijn een aantal aidsremmers of medicijnen zoals DCC, DDL en AZT. Door de medicijnen stopt bij veel mensen de vermenigvuldiging van hiv. Daardoor blijven mensen langer zonder klachten en blijven langer leven. Er zit wel een nadeel aan de medicijnen tegen aids, dat zijn namelijk de bijwerkingen zoals: misselijkheid, diarree en hoofdpijn. De bijwerkingen zijn soms te erg dat de mensen besluiten ermee te stoppen. Aids is dus nog niet uit het lichaam te krijgen maar men is wel in staat om het af te remmen.



## **Hoofdstuk 6 Overdrachtvormen**

### ***Bloed***

Via besmet bloed kun je met het Aidsvirus besmet raken. Dit kan bij een bloedtransfusie of bij direct contact. In veel ontwikkelingslanden wordt bloed niet gecontroleerd voor het toegediend wordt, zodat het makkelijk is om op deze manier besmet te raken met het Aidsvirus. Ook wanneer je direct contact hebt met een persoon die besmet is met het Aidsvirus: bijvoorbeeld als je allebei een wondje hebt, of bij een vechtpartij kun je besmet raken.

### ***Niet alleen homo's***

Er bestaat een misverstand dat alleen homo's het AIDS-virus zouden kunnen krijgen. Dit is echter niet waar. Ook via heteroseksueel geslachtsverkeer is AIDS overdraagbaar. Het is ook niet zo dat de man alleen de vrouw kan infecteren, andersom is ook mogelijk, al is dat wel moeilijker. Bij deze overdrachtvorm (man op vrouw) kan het aanwezige virus via het sperma bij de slijmvliezen van de vrouw in de vagina terechtkomen en daardoor in het bloed van de vrouw komen. Als een vrouw besmet is, zit het virus ook in het menstratiebloed en in het vaginale vocht. Door het contact met het slijmvlies van de eikel kan de man besmet raken.



### ***Van mama***

Iemand kan ook besmet worden, doordat zijn of haar moeder bij de geboorte al besmet was met het AIDS-virus. Dan krijgt het kind het bloed van de moeder door de placenta en dan daarmee ook het AIDS-virus. Ook kan het kind besmet worden door middel van de moedermelk waar dan weer stoffen in zitten die het AIDS-virus veroorzaken. Doordat er tijdens de geboorte bloedverlies kan optreden, zowel bij de moeder als bij het kind, kan het kind zo ook besmet worden met het AIDS-virus wat de moeder dan al had.

Laura Cremers

## **Naalden**

Doordat drugsgebruikers vaak dezelfde naalden gebruiken, zijn er onder die groep veel mensen die besmet zijn met het AIDS-virus. Omdat de naalden al vaker gebruikt zijn is de kans dat er besmet bloed aan zit groot. Zo kan de groep besmette mensen snel groter worden.



## **Hoofdstuk 7 Hoe weet je dat je besmet bent?**

Als je besmet bent met het virus kun je je nog kiplekker voelen. Als er een opeenvolging is van verschillende infecties en/of ziekten die ernstig zijn, dan zul je automatisch je huisarts raadplegen en je twijfels met hem bespreken. Dit kunnen een aantal voortekens zijn van het virus AIDS, het hoeft niet, maar het is verstandig je even te laten testen.

- Branderig gevoel bij het plassen
- Pijn in de onderbuik (vrouwen) of in de testikels (mannen)
- Jeuk aan of rondom de geslachtsdelen
- Zweertje(s) op de vagina, penis, mond of anus
- Wratten op of rond de penis, vagina of anus
- Blaasjes op of rond de penis, vagina, anus of mond
- Opgezette klieren in de liezen
- Afscheiding (waterig of pus) uit de penis of de vagina



## **Hoofdstuk 8 Ziektebeeld van Aids**

### ***De eerste verschijnselen***

Soms kan men al na drie weken tot vier maanden de eerste symptomen van het aidsvirus bemerken. Het is een soort griepachtig beeld. Hierna kan een zwelling van de lymfeklieren optreden over het hele lichaam. Deze zwelling moet langer dan drie maanden aanhouden, om van het aidsvirus uit te kunnen gaan. Natuurlijk kan deze zwelling ook andere



betekenissen hebben. Daarom moet de patiënt eerst goed worden onderzocht om andere oorzaken uit te sluiten. Hierna komt het voorstadium van AIDS, de kenmerken van dit stadium zijn; aanhoudende koorts, veel zweten in de nacht, moeheid, gewichtsverlies, diarree en besmetting met een herpesvirus. Dit lijkt erg op de ziekte van Pfeiffer, maar dat is het dus niet. Ook komen er vaak huidaandoeningen voor, zoals erge jeuk, en witte uitslag op de tong is ook meestal een teken dat de patiënt AIDS aan het ontwikkelen is.

### ***De echte besmetting***

Na de hiervoor genoemde verschijnselen gaat de patiënt echt AIDS ontwikkelen. Daarvan zijn de kenmerken; longontsteking, maagdarmlaaiingen, lymfeklierkanker, en de besmetting van de hersenen. Longontsteking komt het meeste voor bijna 60 % van de Aidspatiënten heeft klachten over de ademhaling.

### ***Dodelijke aandoeningen***

Vooraf longontstekingen zijn dodelijk omdat de patiënt niet meer reageert op antibiotica. Ook komen er hersenontstekingen voor, voornamelijk veroorzaakt door het Herpesvirus. De ontsteking kan zich ook uitbreiden over ruggenmerg en de vliezen rondom de hersenen.

Er zijn ook infecties die niet dodelijk zijn, maar wel zeer gevaarlijk voor de aidspatiënt:

Slokdarmontstekingen, als gevolg van schimmelinfecties.

Darmzweren, door parasieten of herpes veroorzaakt.

Netvliesbloedingen, met als ergste gevolg blindheid.

Gezwellen

Inwendige bloedingen

### ***Aidsremmende medicijnen***

Het is erg moeilijk een medicijn tegen AIDS te ontwikkelen. Dit komt doordat de meeste medicijnen die tot nu toe getest zijn, wel het virus remmen, maar daarbij ook het afweersysteem nog verder verzwakken. Daardoor kunnen de patiënten aan de medicijnen overlijden. Er wordt op dit moment erg veel onderzoek gedaan, maar omdat het medicijn aan twee belangrijke eisen moet voldoen gaat dit erg moeizaam. Omdat dit onderzoek nog volop in gang is kunnen we nu weinig over mogelijke medicijnen zeggen omdat nieuwe theorieën steeds weer achterhaald worden. Als we nu iets zouden zeggen zou het morgen misschien niet meer kloppen, en absoluut geschiedenis zijn.



## **Hoofdstuk 9 Het verhaal**

Ik vond een verhaal op internet van een jongen die zelf aids had.

***"Ik heb twee jaar hiv. En nog ben ik er niet helemaal aan gewend. Het moeilijkst vond ik de manier waarop mijn vrienden reageerden. Ik was altijd een jongen die veel en vaak uitging. Ik had veel lol en net zo veel vrienden. Toen ik hiv bleek te hebben, had ik veel tijd nodig om me over de schaamte heen te helpen. Mijn vrienden en ik zijn opgegroeid met het condoom en aids zagen we alleen bij oudere mannen. Ik durfde ze het eerst niet te vertellen. Maar op een gegeven moment lekte het uit (ik had het alleen twee heel goede vrienden verteld). Ik weet nog goed dat ik een avond uitging en een groepje vrienden zaten in de kroeg te praten. Ik had het gevoel dat ze over mij praatten en over hiv. Ik wist niet hoe snel ik weg moest. De volgende dag belde ik één van de vrienden aan wie ik het had verteld. Ik ben met hem gaan lopen in het Amsterdamse bos en vroeg daar waarom hij met anderen over mijn hiv had gesproken. Hij zei dat hij was geschrokken toen ik hem verteld had dat ik hiv heb en dat hij verdrietig was. En dat hij het niet langer voor zich kon houden. Ik heb me niet verder kwaad gemaakt. Als je hiv hebt, verandert er niet alleen veel voor jezelf maar ook voor je vrienden. Zij moeten net zoveel wennen aan het feit dat ik hiv heb als ik. Nu maak ik me niet zo druk als iemand weet dat ik hiv heb. Ik wil wel dat ze het van mij horen en niet van een ander. Daarom probeer ik er normaal over te doen."***

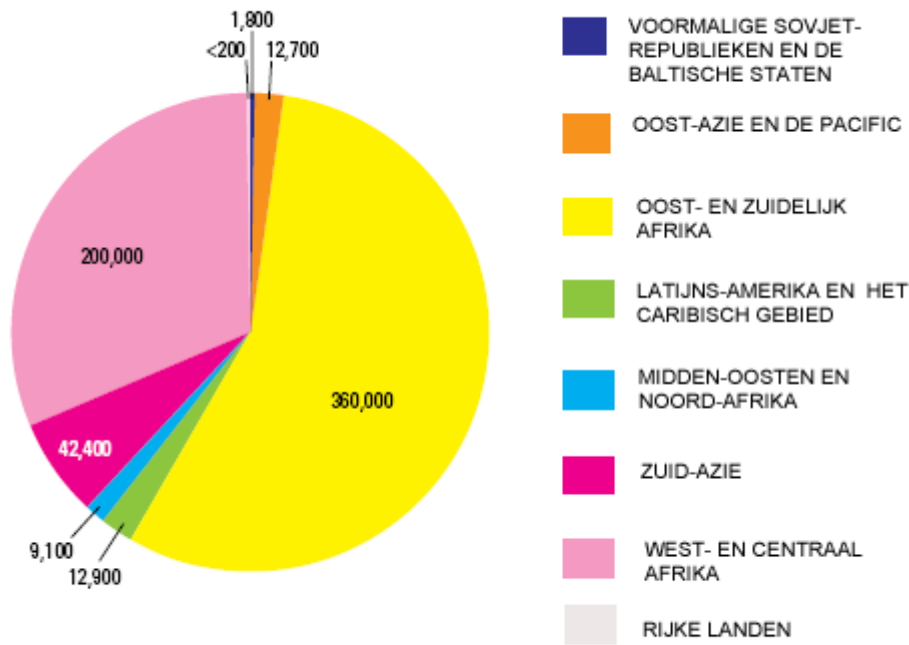
***Lars, 21 jaar***



## Hoofdstuk 10 Tabellen

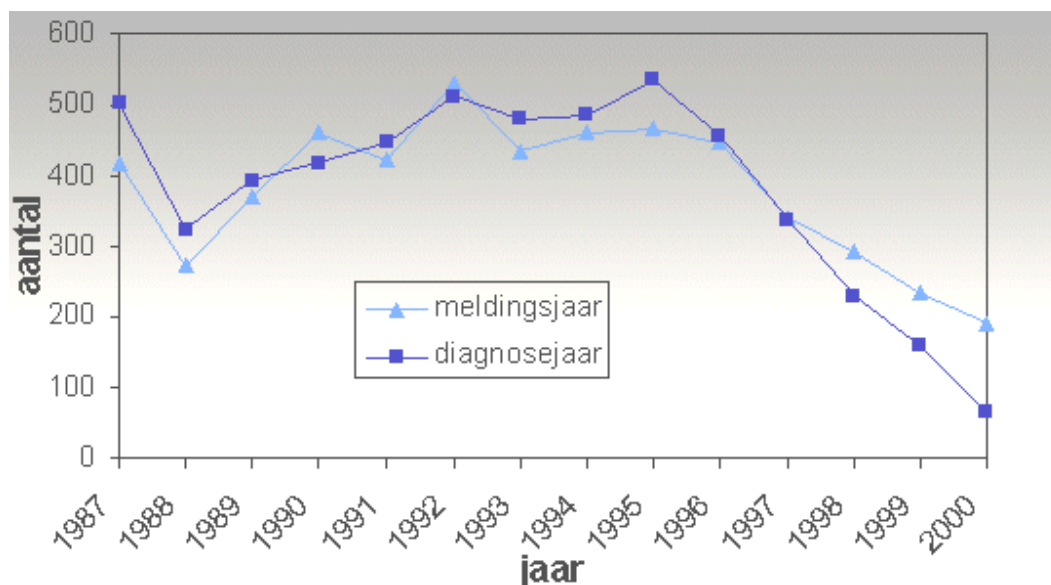
Hier is een grafiek te zien waar het aidsvirus allemaal voorkomt. Er is duidelijk te zien dat in Oost en Zuid Afrika het meeste aids voorkomt.

**NIEUWE HIV/AIDS-INFECTIES BIJ KINDEREN JONGER DAN 15 JAAR**



**WERELDWIJD: 640.000 (AANTALLEN ZIJN AFGEROND)**  
BRON: UNAIDS EN WHO, 2004

Aids komt ook in Nederland voor zie de tabel hieronder.



## **Hoofdstuk 11 Buddyzorg**

### ***Het buddiesysteem***

Al meer dan tien jaar kun je als seropositief of persoon met AIDS een beroep doen op het Buddysysteem. Deze vereniging van vrijwilligers vormt een netwerk van buddy's. Zij worden door de verantwoordelijken van het Buddysysteem geselecteerd, opgeleid en permanent bijgestaan. Buddy's bieden hun cliënten praktische, sociale en emotionele ondersteuning. Het Buddysysteem helpt alleen op uitdrukkelijke vraag van jouw kant. Buddy's worden niet opgedrongen of ingeschakeld via derden. Het is ook niet de bedoeling je afhankelijk te maken van hulpverlening. Wel om je zo veel mogelijk zelfstandig te laten functioneren en je eigen beslissingen te laten nemen.

### ***Wat kan een buddy voor iemand doen?***

Buddy's kunnen je helpen om je zelfstandigheid zolang mogelijk te bewaren. Bijvoorbeeld voor verplaatsingen of bij het doen van boodschappen. Maar ook voor emotionele steun kun je bij je buddy terecht. En op sociaal vlak kun je samen naar de film, samen iets gaan eten of drinken... In de mate je dat zelf wil, natuurlijk.

Het Buddysysteem is er trouwens ook voor je directe omgeving wanneer ze behoefte hebben aan informatie, advies of persoonlijke opvang. Ook hulpverleners kunnen bij het Buddysysteem terecht: ze zorgen voor vorming om hun deskundigheid in hun werk met mensen met HIV en AIDS te vergroten.

### ***Hoe vraag je een buddy aan?***

Je kunt de buddy's bellen of je loopt even langs. Je kunt ook iemand anders laten bellen, maar bedenk wel dat ze enkel inspringen op jouw uitdrukkelijke vraag. Daarna komt er iemand bij je langs voor een gesprek. Het is immers belangrijk om te weten of een buddy wel het meest geschikte antwoord is op jouw vraag. Is dat het geval, dan brengen ze je in contact met één of twee buddy's uit jouw stad of regio. We houden hierbij ook rekening met jouw situatie, je persoonlijkheid en interesses. Je kunt altijd met hun bespreken of je met een bepaalde buddy verder wil of niet. Halfjaarlijks bekijken ze ook samen met jou in welke mate het wenselijk is dat onze ondersteuning wordt verlengd of aangepast.

Ik heb op dinsdag 4 december 2007 een interview gehad met de heer Ger Dierx van Buddyzorg Limburg en ik wil hem daarvoor ook heel hartelijk bedanken. Ik heb hem de volgende vragen gesteld:

1. Kunt u iets over uzelf vertellen?

Ik ben Ger Dierx en ik ben vanaf 1989 vrijwilliger bij Buddyzorg Limburg. Buddyzorg is een vrijwilligersorganisatie. Destijds hielden ze zich alleen bezig met HIV en AIDS. Ik ben daar bij gegaan, omdat ik op zoek was naar vrijwilligerswerk. In mijn dagelijks werk ben ik psychiatisch verpleegkundige op de opnameafdeling in het Prins Claus Centrum. Ik wilde er iets bij doen, dus toen heb ik me aangemeld bij Aidssteunpunt Limburg. Daar heb ik een training gevolgd. Tot een jaar of vier geleden ben ik actief buddy geweest. Nu ben ik werkbegeleider van de buddy's en daar zit ook een stuk coaching en supervisie bij.



2. U bent een buddy. Kunt u vertellen wat een buddy is?

Een buddy is een vrijwilliger. Het is een man of een vrouw, die het leuk vindt om in zijn vrije tijd iets te doen met andere mensen. Vroeger werd een buddy ingezet bij iemand met HIV of AIDS. Nu is het wat breder geworden en worden buddy's ook ingezet bij mensen die een chronische, lichamelijke of psychische ziekte hebben of een fysieke beperking. Mensen die bijvoorbeeld MS of spierdystrofie hebben, kunnen nu ook een buddy krijgen. Oorspronkelijk is het voor mensen met HIV en AIDS. Een buddy probeert er te zijn voor iemand. Je gaat naar zo'n persoon toe en als het klikt word je ingezet voor zo'n 4 tot 8 uur per week. Je was vroeger buddy bij een patiënt totdat hij/zij dood was. Nu is dat niet meer zo. In de begintijd van buddyzorg was het veel intensiever. Ik wist altijd zeker als ik begon; "die gaat dood."

3. Zijn er veel buddy's in Limburg?

Bij Buddyzorg Limburg zijn er ongeveer 40 buddy's aangesloten. Er is ieder jaar een training en dan starten er ongeveer 6 nieuwe buddy's. Natuurlijk vallen er ook wel eens buddy's af.

4. Is het verplicht om zo'n training te volgen?

Bij Buddyzorg Limburg ben je verplicht om een training te volgen. Er zijn acht avonden waarop verschillende onderwerpen aan bod komen, bijvoorbeeld: wat is chronisch ziek zijn, verzorging, wat is HIV en wat is AIDS, stervensbegeleiding, sociale wetgeving, psychiatrie etc.

5. Hoe ziet het werk van een buddy eruit?

Het werk van een buddy is eigenlijk datgene dat de cliënt wil en dat kan heel verschillend zijn. Ik ben bij iemand buddy geweest om alleen zijn begrafenis te organiseren. Soms ben je buddy als aanvulling op de familie

of de partner, zodat zij ook eens weg kunnen. Ook moet je wel eens meehelpen met de verzorging. Boodschappen doen, naar het theater gaan of lekker op een terras zitten.

6. Bent uzelf nooit bang geweest om geïnfecteerd te worden en welke voorzorgsmaatregelen neemt u?

Nee, ik ben zelf helemaal niet bang om geïnfecteerd te worden. Het is verboden om een intieme relatie aan te gaan met je cliënt en als ik zelf een wondje heb op mijn handen draag ik altijd handschoenen.

7. Natuurlijk zijn er fijne, maar ook verdrietige momenten. Hoe gaat u hiermee om?

Dat is eigenlijk bij iedereen verschillend. Ik heb het, het moeilijkste gevonden bij een jongen, waarvan ik 2 jaar buddy ben geweest. Het erge is, dat hij dood gaat maar het mooie ervan is, dat je er samen naar toe groeit. Je ziet zo'n jongen langzaam achteruitgaan. Deze jongen raakte verlamd, werd aan één oog blind, begon langzaam te dementeren. Het enige wat er nog aan klopte was zijn hart, verder was het een uitgeleerd lijf. Verdrietig dat hij dood ging, maar opgelucht dat het zo ver was. Ik ben ook buddy geweest bij een man die in het AZM in Maastricht lag. Daar ben ik 6 weken buddy van geweest en die ging heel snel achteruit. Maar wat ik daar zo vreselijk aan vond is, dat hij helemaal uitgekotst werd door zijn familie en vrienden, omdat hij homo was en aids had gekregen. Dat was zo'n belediging voor zijn familie dat ze niets meer met hem te maken wilden hebben. Hij is alleen dood gegaan en zelfs op de crematie was ik alleen. Er was geen familie, niemand! Dat heb ik heel erg gevonden, dat iemand zo alleen de wereld af moet gaan.

8. Gaan jullie ook wel eens als buddy naar kinderen/jongeren?

Er zijn wel kinderen met AIDS, maar gelukkig niet zo veel in Limburg. En als ze in Limburg zijn, zijn ze in behandeling in het AMC in Amsterdam. Ze hebben maar één keer een vrouw ingezet bij een meisje van 14 á 15 jaar, die besmet was door intraveneus spuiten. Maar dat is eigenlijk een uitzondering. Meestal zijn ze boven de 18/19 jaar. Nu worden de mensen met HIV en AIDS ook ouder. Als de combinatietherapie niet meer werkt, is het snel afgelopen.

9. Zijn er nog dingen, die u wilt vertellen die nog niet aan de orde zijn geweest?

Buddy zijn is heel leuk. Het is een hele zinvolle en mooie manier om je vrije tijd mee in te vullen. Ik heb vreselijk veel plezier gehad in mijn buddy zijn. En ik heb de meest waanzinnige dingen meegemaakt, die ik anders nooit meegemaakt zou hebben.

## **Hoofdstuk 12 Hoe help je mensen met HIV?**

Gekeken naar de omgang met mensen met Aids, kun je zelf natuurlijk het beste normaal tegen ze doen. Zelf zou je het ook niet leuk vinden als mensen ineens raar tegen je gaan doen.

Mensen met een ernstig probleem of een ziekte willen juist gewoon doorgaan met hun leven en normaal worden behandeld.

Je kunt mensen met HIV of aids helpen door ze de volgende sites te laten bezoeken.

<http://www.aids.org/info/testing.html>

<http://www.aidsmap.com>

<http://www.gmhc.org/health/basics.html>

<http://familydoctor.org/248.xml>

<http://www.hivnet.org/index.html>

<http://geslachtsziekten.nl/>

<http://www.aidsfonds.nl/donateur/>

[http:// www.buddyzorglimburg.nl](http://www.buddyzorglimburg.nl)

Plekken waar mensen zich kunnen laten testen zijn:

Bij een huisarts, de uitslag is vertrouwelijk, de kosten zijn ongeveer € 14,- en deze worden door het ziekenfonds of ziektekostenverzekering vergoed.

Bij de GGD, dit kan anoniem, kosten tussen de € 14,- en € 23, -.

Bij ziekenhuizen.

### *Donaties.*

Er zijn veel organisaties die zich inzetten voor Aids en die donaties accepteren.

Een paar voorbeelden zijn:

Artsen zonder grenzen

Het Aidsfonds

Soa Aids Nederland

Stop Aids now!

HIV Vereniging Nederland

Door donaties te geven kun je mensen helpen over heel de wereld. Ook

Laura Cremers

kun je vrijwilliger worden bij een van de organisaties.

### **Slot**

Omgaan met geïnfecteerde mensen kan dus gewoon. Natuurlijk zal een deel van die angst altijd blijven, omdat mensen nog steeds niet juist geïnformeerd worden, of fabels lezen op het internet of een andere mediavorm. Ik vind dat het de taak is van ouders en scholen om kinderen te informeren en te waarschuwen over deze vreselijke aandoening.

Wat Aids dus is, is een seksueel overdraagbare aandoening die het immuunsysteem afbreekt, waardoor je langzaam maar zeker ziektes oploopt. Die ziektes lijden uiteindelijk tot de dood.

Ik vond het zeer interessant om hier een werkstuk over te maken. Hard werken om de juiste informatie goed te formuleren. Het is een onderwerp dat bij sommigen mensen gevoelig ligt en ik ben van mening dat mensen niet genoeg kunnen weten over deze ziekte.

Laura Cremers  
December 2007



## **Bronnenlijst**

<http://www.aids.nl>

<http://www.aids.org>

<http://www.aidsmap.com/en/docs/9B9C5E65-C63A-4007-B196-A1C23644CFD0.asp>

<http://www.gmhc.org/health/basics.html>

<http://www.aidsfonds.nl/donateur/>

[http://www.soaids.nl/hivaids/klachten\\_en\\_gevolgen](http://www.soaids.nl/hivaids/klachten_en_gevolgen)

<http://www.buddyzorg Limburg>