

## **Interview mit Udo Becke (28 Jahre; Berlin)**

Praktikant bei der Deutschen AIDS-Hilfe

### **Wann hast du dich mit HIV infiziert?**

Als ich 23 Jahre alt war, wurde bei mir meine HIV Infektion festgestellt. Das war also vor 5 Jahren. Eigentlich hat es mich nicht überrascht, positiv zu sein, denn ich war vorher mit einem positiven Mann zusammen gewesen. Jedoch wusste ich erst nach der Trennung, dass dieser Positiv war, und daher konnte ich es irgendwie erahnen, dass mich vielleicht das gleiche Schicksal erleidet.

Mein Partner war 8 Jahre älter als ich, und ich vertraute ihm dummerweise zu stark. Im Zuge der Trennung sagte er es mir auf dem Kopf zu, dass er positiv ist . und das erschreckte mich dann doch. Denn was wäre, wenn ich auch infiziert bin? Müsste ich dann mein ganzes Leben ändern? Vor allem, weil ich eine Ausbildung im Gesundheitssektor gemacht hatte.

Ich machte also einen HIV-Test und bekam eine Woche später von meinem Hausarzt die Gewissheit . er sagte „Du bist positiv, tut mir leid!“ Ich ertrug es mit Fassung. Es kamen keine Vorwürfe an mich selbst geschweige denn an meinem Ex-Freund hoch. Denn teilweise war ich ja auch selbst schuld. In der heutigen Zeit, wo die Prävention der Deutschen-AIDS-Hilfe ziemlich präsent ist, und andauernd auf die Gefahr hingewiesen wird.

### **War HIV vorher für dich ein Thema?**

Es war vor der Infektionsbekanntgabe eigentlich kein großes Thema in meinem Leben. Obwohl ich zu diesem Zeitpunkt im Krankenhaus gearbeitet hatte. Ich habe eine abgeschlossene Lehre als Krankenpflegehelfer in Berlin gemacht. Nach meiner Ausbildung arbeitete ich im Neurologischen Bereich in der Klinik. Angst vor Infektionskrankheiten hatte ich daher eigentlich nicht.

### **Wie hast du vor deiner Infizierung gelebt? Was hast du gearbeitet, welche Zukunftspläne hattest du?**

Vor meiner Infizierung lebte ich wohl in Saus und Braus. Ich hatte früh angefangen mit den Männergeschichten und war eigentlich für meine 23 Jahre damals sehr reif. Früher stand es auf der Tagesordnung, fast täglich Party zu machen. Während der Beziehung lebte ich eigentlich ziemlich monogam und hatte nichts mit anderen Männern. Wie jeder junge Mensch hatte ich sicherlich Träume und Ziele in meinem Leben. Mit 23 stand mir sicherlich noch viel mehr offen als heute, aber ich wollte eigentlich nur ein glückliches, gesundes Leben führen. Ein Leben mit Arbeit, sozialer Absicherung, feste Freundschaften und ein gutes soziales Umfeld. Auch war es mir wichtig, Sport zu treiben. Ich spiele in meiner Freizeit seit dem 8. Lebensjahr Tennis im Verein. War zwischendurch sogar Mannschaftsspieler bei einem Berliner Verein. Gearbeitet habe ich damals im Schichtdienst im Krankenhaus. Mir machte die Arbeit viel Spaß, denn ich konnte den Menschen etwas Gutes tun . und das war für mich irgendwie selbstverständlich: da es mir gut ging, dachte ich immer, ich müsste von meinem Glück etwas abgeben.

### **Was ist nach der Diagnose passiert?**

Dann kam erstmal ne lange Zeit nichts, ich lebte irgendwie mein Leben weiter. Ging ganz normal zur Arbeit und machte abends Party. Inzwischen arbeitete ich nur noch im Spätdienst um am Abend ausgehen zu können und lang schlafen zu können. Ich glaube manchmal ich verdrängte die Infektion im Unbewussten und ließ es krachen . indem ich Party machte und ab und zu auch mal im schwulen Grosstadtdschungel die Nacht unsicher machte. Einige viele Abenteuer mit unbekanntem Männern hatte .

und manchmal am morgen nicht mehr wusste was ich in der Nacht getrieben hatte. Ich glaube manchmal, ich verfiel kurz nach der Diagnose in eine Depression und litt heimlich. So lange ich Party machen konnte war alles gut . irgendwie war ich aber gespalten, denn teilweise war ich arbeiten im Krankenhaus, und dann in der Freizeit wieder der Partymensch. Ich schluckte sogar Tabletten um mich wach zu halten. Aber ob ich abhängig war, kann ich nicht sagen.

Nach der Diagnose musste ich dann regelmäßig zur Blutuntersuchung . es waren keine auffälligen Werte zu entdecken. Also, dachte ich immer, ich kann lange noch so leben wie bisher.

### **Wie ging der Krankheitsverlauf weiter?**

Mit der Zeit bemerkte ich, dass mein Körper in bestimmter Form nicht mehr so fit war wie früher. Alles, was mit Pilzkrankungen zu tun hatte, verursachte bei mir ein Panikgefühl. Ich hatte dann meine erste AIDS-opportunische Infektion . Herpes Zoster . Gürtelrose . ach, die tat weh und es juckte mich alles. Zwischendurch war ich des Öfteren immer mal wieder erkältet und mich plagten kleinere Beschwerden. Als ich dann eines Tages auf der Arbeit mir eine Schmierinfektion holte, beschloss ich, dem Gesundheitswesen erstmal den Rücken zu kehren und ließ mich kündigen. So konnte ich mir dann erstmal die Zeit nehmen, um mich zu erholen.

Inzwischen mit meinen 28 Jahren habe ich schon eine hoch dosierte Chemotherapie durchgemacht, da ich an Lymphomen (Morbus Hodgkin) im Magenbereich erkrankt war. Und das kurz vor dem gefährlichen Stadium, wo die Organe befallen sein könnten. Die Chemotherapie war die Hölle . ich verlor alle Haare und sah aus wie ein Teletubbie . aufgeschwollen vom Kortison. Es gab da bestimmt öfters eine Zeit, wo ich dachte, ich sterbe wirklich. Es ist leichter%an Krebs zu sterben als an einer grausamen Lungenentzündung, an der man ersticken kann. Der Krebs frisst einen langsam auf, bis dieser keine Kraft mehr hat . und die Chemotherapie tut ihr gutes dazu. Sie vernichtet die wenigen Zellen bis alles auf Null ist. Ich war auf Null . aber irgendwie kam ich danach wieder hoch. Es hat lange gedauert . 2 Kuren musste ich da zwischen machen und ich war sozusagen fast 3 Jahre vom beruflichen Leben ausgeschlossen.

### **Wie viele Medikamente musst du heute nehmen?**

Ich mache seit meinem 24. Lebensjahr eine Standardkombinationstherapie mit Truvada, Reyataz und Norvir. Daneben muss ich noch ein starkes morphinähnliches Schmerzmittel nehmen, von diesem bin ich inzwischen schon abhängig . aber es erleichtert meine Schmerzen im Magenbereich sehr. Nebenbei hatte ich noch starke Antidepressiva genommen, die ich aber wieder erfolgreich abgesetzt habe.

Manchmal denke ich, die Tabletten tragen mit ihren Nebenwirkungen eine Menge dazu bei, dass es bei mir Tage gibt, an denen ich mich wirklich schlecht fühle und starke Magenschmerzen bekomme. Mein Arzt sagt immer, dass sind die starken Nebenwirkungen und teils ist mein Körper durch die Chemotherapie um Jahre biologisch gealtert.

Wenn jemand heute denkt sich kann ruhig HIV-positiv werden, dann nehme ich eben einfach Tabletten%o diese Sichtweise stört mich heute sehr, denn wahr ist Medikamente sind auch nicht ohne. Sie verändern den Körper und die Psyche mehr als man denken kann. Und manchmal verändern sie den Körper auch optisch . ich weiß, dass ich Sport machen sollte, aber die hohen Dosen Laktat in den Tabletten sorgen für kleinere Fettansammlungen um die Bauchgegend herum. Da hilft keine Diät mehr, kein Hungern, wegen der Tabletten nimmt man zu. Wenigstens mache ich etwas Sport und esse kein Fast Food.

### **Wie beeinträchtigt die Krankheit heute ansonsten dein Leben?**

Ich muss zugeben, dass ich mich inzwischen schon angepasst habe an meine kleinen Ausfälle. Wenn es Tage gibt, an denen es mir schlecht geht, dann ziehe ich mich zurück. Und ich lerne meine Kräfte einzuteilen und gleichzeitig so zu verteilen, dass ich möglichst viel machen kann. Meine Tabletten schlucke ich artig fast jeden Abend. Seelisch geht es mir heute sehr gut. Das liegt aber alles daran, dass ich mich inzwischen so akzeptiere wie ich bin und ich etwas befreiter sein kann . denn ich bin dem Tod entronnen . durch die Chemotherapie und es nahm mir meine allgemeine Angst vor dem Tod. Ich habe heute keine Angst mehr was kommen mag bezüglich meiner HIV Infektion. Irgendwie kann ich das nächste auch durchstehen.

### **Wie sieht dein Alltag mit AIDS aus: Was arbeitest du? Welche Hobbys hast du?**

Ich entschloss mich zu Beginn dieses Jahres mein Leben wieder in die Hand zu nehmen. Vielleicht weil ich heute genug Kraft und Erfahrung im Umgang mit der Infektion habe. Ich versuchte mich beruflich neu zu orientieren und ließ mich auf eine Rehabilitationsmaßnahme mit der Arbeitsagentur ein. Ich wollte nicht mein restliches Leben herumsitzen und auf die nächste Infektion warten. Sondern ich will es sinnvoll gestalten . ich will später mal auf mich selbst stolz sein. Ich entschied mich, mich weiterzubilden zum Kaufmann im Gesundheitswesen. Weil der Beruf im Gesundheitswesen mir sehr wichtig ist. Vor allem durch die Nähe zum Mitmenschen und weil man in diesem Bereich für sich und die Gesellschaft arbeiten kann. Ich besuche also jetzt eine Schule und mache meine praktischen Berufserfahrungen bei der Deutsche AIDS-Hilfe e.V. in Berlin. Diese Aufgabe gefällt mir wirklich sehr. In meiner Freizeit spiele ich wieder mindestens 2 mal die Woche Tennis mit Freunden und versuche möglichst viel zu lesen und bewege mich gerne draußen bei Spaziergängen im Herbst. Eine schöne Jahreszeit . sie verändert sich . genau wie der Mensch sich auch verändern kann.

### **Inwiefern haben sich deine Zukunftspläne mittlerweile verändert?**

Ich blicke heute nicht mehr angstvoll in die Zukunft, sondern eher mit Mut. Durch die kürzlich begonnene berufliche Weiterbildung fühle ich mit der Zeit immer mehr, dass ich noch so viel aus meinem Leben machen kann. Und dass ich meine Erfahrungen im Bereich der HIV-Infektion auch weitergeben kann. Mit der HIV-Infektion habe ich heute im positiven abgeschlossen und lasse mich nicht mehr beeinflussen davon. Man soll immer in die Zukunft schauen . egal was kommt . es geht immer wieder bergauf. Und wenn es eben mal nicht mehr gehen sollte . dann möchte ich zufrieden sein.

### **Gibt es etwas, dass du jungen Menschen zum Thema HIV / AIDS gerne sagen möchtest?**

Manchmal denke ich mit Schrecken daran, dass es immer mehr junge Menschen gibt, die sich infizieren. Obwohl die örtlichen Aidshilfen sehr viel in der Prävention tätig sind. Manchmal würde ich am liebsten mit dem Kopf schütteln, wenn mir jemand sagt, er würde unsafes Sex (also z.B. ohne Kondom) machen, und wenn er sich anstecken würde . wäre es kein Drama. Da es ja inzwischen Medikamente gibt. Sicher sind die Medikamente auch sehr stark lebensverlängernd denke ich, jedoch haben diese auch Nebenwirkungen, und man muss psychisch schon sehr stark sein. Der Umgang mit der Infektion ist nicht einfach. Vor allem muss man dann auch eine gewisse Art von Verantwortung gegenüber der Gesellschaft ausüben. Man sollte vor jedem Sexualkontakt schon seine Infektion preisgeben und man muss auch bedenken, dass es nicht leicht ist . z.B. im Arbeitsleben. Die HIV-Infektion wird insgesamt in unserer Gesellschaft noch nicht toleriert und es gibt auch ein Leben außerhalb der schwulen Szene . das sollte man nicht vergessen. Wie gesagt:  
sVergessen ist ansteckend%und es wird einen das ganze Leben lang durch begleiten:

zu wissen, dass man eine schwere chronische Erkrankung hat, die tödliche sein kann, ist nicht einfach. Man sollte sein unbeschwertes Leben nicht einfach wegwerfen für die Lust denke ich.

### **Was ist deiner Meinung nach das weit verbreitete Vorurteil in Bezug auf HIV und AIDS?**

Ich denke, das viele Menschen heute sagen (die infizieren sich doch alle absichtlich damit Sie weiterhin ungeniert Sex haben können) Und viele sagen, die sind doch selbst schuld . stimmt . manchmal ist man selbst daran schuld, dass man sich infiziert, weil man eben nicht verantwortungsbewusst das Gummi genommen hat. Da hätte man vieles vermeiden können. Man kann heute nicht sagen, man ist nicht gut genug informiert über HIV und AIDS . im Gegenteil: es wird in den Medien und Beratungsstellen sehr wohl über die Risiken und Folgen aufgeklärt.

### **Beim zusammentreffen mit HIV-Infizierten reagieren viele ziemlich unsicher Ë was wäre dein Rat für sie?**

Man soll den anderen Menschen immer so akzeptieren wie er ist. Und man soll das Thema nicht von selbst an die Glocke hängen. Ich denke mal, es ist von Person zu Person unterschiedlich . einige reden selbstbewusst über die Krankheit, weil sie diese angenommen haben. Die Menschen, die sich nicht beklagen, denen sollte man Respekt zollen wie Sie mit der Krankheit umgehen und dass sie ihr Leben noch verantwortungsbewusst weiterführen. Behandelt einen positiven Menschen einfach so wie Ihr selbst behandelt werden möchtet.

### **Was wünschst du dir für deine Zukunft?**

Ich wünsche mir in erster Line eine lang andauernde gesundheitliche Stabilität . für diese muss ich aber selbst auch etwas für mich tun. Und dann wünsche ich mir noch, dass mir meine berufliche Re-Integration ins Arbeitsleben wieder gelingt. Dass ich mir selbst treu bleibe und auch konsequent verantwortungsbewusst lebe. Gerne möchte ich auch in einem Beruf tätig sein . der sich mit dieser Krankheit auseinandersetzt . denn ich denke, dass ich meine gesunde Einstellung zu Krankheit und meine Erfahrungen als junger HIV-Positiver gut weitergeben kann.