

Partner/Partnerinnen, Familienangehörige, Freunde und Freundinnen von Menschen mit HIV/AIDS befinden sich oft in einer schwierigen Situation. Im Leben der Betroffenen finden häufig tiefgreifende Veränderungen statt, die auch auf das soziale Umfeld nicht ohne Wirkung bleiben. So kann eine Partnerschaft zu zerbrechen drohen. Oder es muß die Rolle der Familie im Leben des Betroffenen überdacht werden. Freundschaften können mitunter harten Belastungsproben ausgesetzt sein.

Anregungen und Hinweise für

- PartnerInnen
- Angehörige
- FreundInnen

Von Menschen mit
HIV und AIDS



Dieses Faltblatt möchte Ihnen Mut machen. Mut, sich den Problemen zu stellen. Mut, die Angebote von AIDS-Hilfen für Partner, Angehörige und Freunde von Betroffenen anzunehmen. Auch in Ihrer Nähe finden Sie eine AIDS-Hilfe oder eine andere Beratungsstelle, an die Sie sich vertrauensvoll wenden können. Dort wird man Sie gerne mit Rat und Tat unterstützen. Sie sollten wissen: Sie sind mit Ihren Sorgen und Nöten nicht allein. Das Gespräch mit anderen kann entlasten und neue Kraft geben.

Für PartnerInnen

Mit dem Wissen um die HIV-Infektion ergeben sich meist tiefgreifende Veränderungen im Zusammenleben. Da ist die Angst vor einer Ansteckung, wenn der Partner HIV-positiv ist. Oder die Frage, wie die Sexualität in der Beziehung jetzt noch gelebt werden kann. Vielen fällt es zunächst sehr schwer, offen über ihre Ängste und Gefühle zu sprechen, über die Infektion, die Krankheit und darüber, wie man die noch verbleibende Zeit gemeinsam gestalten kann. Neben „Was kann ich für meinen Partner/meine Partnerin tun?“ stellt sich die Frage „Wie kann ich für ihn oder sie etwas tun, ohne mich selbst völlig aufzugeben?“

Die HIV-Infektion hat uns enger miteinander verbunden. Und dennoch habe ich manchmal den Eindruck, daß wir in getrennten Welten leben!

Ich habe Angst, meinen Partner zu verlieren!

Nicht selten sind beide Partner betroffen. Dann kann es sein, daß der eine Partner durch seine Erkrankung nicht mehr so leben kann, wie er es gerne möchte. Der andere wiederum will noch möglichst viel erleben.

Manches will geklärt und geplant sein, z. B.: Was kann gemeinsam für die Gesundheit und zur Verbesserung der Lebensqualität getan werden? Ist es sinnvoll, zusammenzuwohnen? Wer übernimmt die häusliche Pflege bei fortschreitender Krankheit? Will der Betroffene seine letzten Tage im Krankenhaus verbringen oder möchte er lieber zu Hause sterben? Es empfiehlt sich daher zu regeln, wie bei schwerer Erkrankung oder Tod des Betroffenen der Partner in Entscheidungen einzubeziehen ist. Dies geschieht am besten durch schriftliche Erklärungen zur rechtlichen Vorsorge: z. B. Befreiung des Arztes von der Schweigepflicht, Patientenverfügung, Verfügung zum Zugangsrecht, Erklärung zur Pflege, Erteilung von Vollmachten, Testament/Vermächtnis und Verfügung zur Totensorge (siehe hierzu auch die D.A.H.-Broschüre „Alles geregelt?“

Mein Partner und ich möchten noch eine schöne Zeit miteinander erleben!

Tips zur rechtlichen Vorsorge für Menschen mit chronischen Krankheiten und Behinderungen“. Scheckheft mit heraustrennbaren Vordrucken. Für DM 5,- plus MwSt. und Porto zu beziehen bei der Deutschen AIDS-Hilfe e.V./HRCd, Postfach 610 149, 10921 Berlin).

Jetzt, wo wir von der HIV-Infektion wissen, haben wir vor allen Dingen ein Ziel: die Zeit, die uns miteinander bleibt, intensiv zu nutzen.

Vor besonderen Problemen stehen heterosexuelle Paare mit kleinen Kindern oder Paare, die trotz einer HIV-Infektion eigene Kinder wünschen. Hier ist eine sensible Beratung in der AIDS-Hilfe oder einer anderen Beratungsstelle überaus wichtig. Partner, die sich diesen schwierigen Herausforderungen stellen und gemeinsam das weitere Leben planen, machen hierbei häufig sehr wertvolle und intensive Erfahrungen.

Für Freunde

Verlässliche Freundschaften sind für Menschen mit HIV und AIDS sehr wichtig, besonders dann, wenn sie weder partnerschaftliche und familiäre Bindungen haben.

Freundinnen, Freunde und enge Vertraute von Menschen mit HIV und AIDS haben oft einen gewissen Abstand zum Lebensalltag des Betroffenen. Dadurch handeln sie manchmal gelassener, weniger aufgeregt als Partner, Partnerinnen und Angehörige und können auch diesen hilfreich zur Seite stehen. Auch für Freunde und Freundinnen kann die Infektion oder Erkrankung des Betroffenen belastend sein. Viele Fragen tauchen auf: Was muß ich über HIV und AIDS wissen? Wie kann ich helfen? Was bedeutet das für mich? Über welche Themen und Fragen darf, kann oder muß ich

Selbstverständlich möchten wir unsere infizierten und erkrankten Freunde nicht allein lassen. Aber manchmal fragen wir uns: Können wir ihnen wirklich das geben, was sie brauchen?

Bin ich den Belastungen, die auf mich zukommen können, überhaupt gewachsen?

mit dem Freund/der Freundin reden? In dieser Situation können ebenso Gedanken an die eigene Endlichkeit, das eigene Sterben und den eigenen Tod aufkommen. Dies macht verständlicherweise

Und dann ist da noch die Angst, etwas falsch zu machen.

Angst, und viele Menschen kommen damit alleine kaum klar.

Besonders nah gehen solche Gedanken denjenigen, die selbst HIV-positiv sind oder AIDS haben. Der Kontakt zu Menschen in ähnlicher Lage oder ein Beratungsgespräch in der AIDS-Hilfe kann hier entlasten.

Zu erfahren, daß der Sohn/die Tochter oder der Bruder/die Schwester HIV-infiziert ist, löst fast immer einen Schock aus. Mütter leiden besonders unter der Angst, ihr Kind könnte vor ihnen sterben. Solche Verlustängste führen dann oft zu Reaktionen und Handlungen, die den Betroffenen überfordern (z. B. Überfürsorglichkeit oder unerwünschte Ratschläge).

Viele Eltern und Geschwister möchten helfen, wissen aber nicht wie. Andere ziehen sich aus Angst, Verunsicherung und Ratlosigkeit oder aber aus Unverständnis zurück. Wieder andere suchen nach Schuld bei sich selbst, beim Betroffenen oder bei Dritten. Sie machen sich selbst oder anderen Vorwürfe, was niemandem weiterhilft, sondern die Situation nur noch verschärft und das Trennende bestärkt.

Manche können die Homosexualität ihres Sohnes, die ihnen oft erst mit der HIV-Infektion bekannt wird, weder verstehen noch akzeptieren. Dies gilt vor allem für Väter, die sich damit erfahrungsgemäß besonders schwertun.

In einer sehr schwierigen Lage befinden sich Eltern und Geschwister von Drogengebern. In diesen Familien ist die Leidensfähigkeit durch die Drogenkarriere der Betroffenen und die hiermit

**Ich habe einfach niemanden, mit dem ich über die HIV-Infektion meines Sohnes reden kann!
Ich halte das nicht mehr aus!**

Auflage
Friede

verbundenen Belastungen oft an ihre Grenzen gelangt. Eine Substitutionsbehandlung mit Ersatzdrogen kann zwar in vielen Fällen eine neue Grundlage für das Zusammenleben mit der Familie geben. Es belastet jedoch erheblich, sich in dieser Stabilisierung verheißenden Phase mit dem möglichen Tod des Familienangehörigen zu befassen.

Nach Ausbruch der Krankheit haben manche Betroffene den Wunsch, in die Familie zurückzukehren. Das wirft mitunter Probleme auf. So kann sich die alte familiäre Situation wieder

**Manchmal weiß ich nicht:
plagt mich angesichts der
HIV-Infektion die Wut, die Angst
oder die Verzweiflung!**

einstellen, die bereits früher zu Auseinandersetzungen oder gar zum Abbruch der Beziehung geführt hat. Jetzt ist es wichtig, daß die Rollen

der Eltern und der inzwischen erwachsenen Kinder der neuen Situation und dem Aufeinanderangewiesensein gerecht werden, ohne daß alte Abhängigkeiten und Konflikte wiederbelebt werden. Die Hilfs- und Pflegebedürftigkeit kann überdies zu erheblichen finanziellen Lasten führen, die ebenfalls bewältigt werden wollen. Dennoch: Es besteht die Chance, gemeinsam noch eine intensive Zeit zu erleben. Diese Erfahrung wird meist von allen Beteiligten als sehr wertvoll empfunden.

Scheuen Sie sich deshalb nicht, die AIDS-Hilfe oder eine andere Beratungsstelle aufzusuchen. Dort wird man sich bemühen, Ihnen bei Ihren Problemen behilflich zu sein.

Um Partner, Partnerinnen, Angehörige, Freundinnen und Freunde zu unterstützen, bieten viele AIDS-Hilfen spezielle Selbsthilfegruppen an. In diesem vertraulichen Rahmen ist es möglich, sich mit Menschen in vergleichbarer Lage über Fragen, Sorgen und Nöte auszutauschen. Darüber hinaus gibt es in AIDS-Hilfen und anderen Beratungsstellen auch psychosoziale Beratungsangebote, die beim Bewältigen belastender Situationen helfen können.

Außerdem finden regelmäßig bundesweite Treffen für Partner, Partnerinnen, Freundinnen, Freunde, Eltern und Geschwister von Menschen mit HIV und AIDS statt. Dort stehen auch erfahrene Fachkräfte aus psychosozialen Berufen zur Aufarbeitung von Problemen und zur individuellen Unterstützung bereit. Zu erleben, mit seinen Problemen und Schwierigkeiten nicht alleine zu sein, kann ein Gefühl von Stärke vermitteln. Es hilft auch dabei, ein besseres Verständnis für die Betroffenen zu entwickeln.

Veröffentlichungen der D.A.H. (Auswahl):

AIDS und die Angst, Faltblatt

AIDS und HIV im Recht, Ein Leitfaden. Hrsg.: Deutsche AIDS-Hilfe. Palette Verlag, Bamberg 1991. Buchveröffentlichung (ISBN 3-928062-03-4); im Buchhandel erhältlich

Alles geregelt; Tips zur rechtlichen Vorsorge für Menschen mit chronischen Krankheiten und Behinderungen (DM 5,- plus MwSt. und Portokosten; ISBN 3-930425-00-9)

Diesmal betrifft es einen Freund. Faltblatt

Essen mit Lust – Appetitmacher für Menschen mit HIV und AIDS. Kochbuch und Ernährungsratgeber

Frauen mit HIV und AIDS. Ein medizinischer Ratgeber. Broschüre

Frauen Positiv. Broschüre

Leitfaden für die Massage von Menschen mit HIV und AIDS. Broschüre

Menschen mit AIDS zu Hause pflegen – Tips für Freunde und Angehörige. Broschüre

„Netzwerk AIDS“ – 10 Jahre AIDS-Hilfe und ihre psychosozialen Angebote. Buchveröffentlichung (ISBN 3-93425-03-3)

„Ich ließ dich los nach ein paar schönen Jahren“. Vom Sterben, Trauern und vom Tod. Text Detlev Meyer. Broschüre

Sozialrecht für Menschen mit HIV und AIDS. Ein Ratgeber. Broschüre

Stationäre Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahmen für Menschen mit HIV und AIDS.

Tips und Empfehlungen zur Beantragung mit Hinweisen auf Einrichtungen, in denen Menschen mit HIV und AIDS mitbehandelt werden (DM 10,- plus MwSt. und Portokosten)

Testergebnis Positiv – Was nun? Faltblatt für Positive

Therapien bei AIDS. Rundbrief des Referats Medizin und Gesundheitspolitik der D.A.H.

Wo ist Hilfe? Beratungsführer Drogen und AIDS. Buchveröffentlichung

Eine ausführliche Bestellliste ist bei der D.A.H. zu beziehen.

Die meisten AIDS-Hilfen sind bundesweit unter der Rufnummer 19 411 zu erreichen.

© Deutsche AIDS-Hilfe e.V., Dieffenbachstr. 33, 10967 Berlin - 2. Aufl. 02/95

Gestaltung: Wolfgang Mudra, Druck: MEDIALIS

Spendenkonto: Deutsche Apotheker- und Ärzte-Bank,

Konto 000 35 00 500, BLZ 100 906 03

Die D.A.H. ist als gemeinnützig und mildtätig und damit als besonders förderungswürdig anerkannt. Spenden sind daher steuerabzugsfähig.

