

« Die Vorurteile sind immer noch riesig»

Interview durch www.nau.ch mit einer Positiven Frau, 28.11.2019

Sie möchten weder namentlich erwähnt werden, noch vor die Kamera stehen – ist es denn immer noch so schwer, sich als HIV-positive Frau zu «outen»?

Ja, ich finde schon, vor allem gegenüber dem Arbeitsplatz. Auch im Verwandten- und Bekanntenkreis weiss man halt nie, wie sie reagieren werden. Die Vorurteile gegenüber HIV-positiven Personen, besonders Frauen, sind einfach immer noch riesig.

Es wird wenig darüber gesprochen, dass auch Frauen sich mit HIV anstecken können. Wieso denken Sie, ist das niemandem so richtig bewusst?

Man geht auch in der heutigen Zeit davon aus, dass die Frau einfach zuhause ist und auf die Kinder aufpasst, eventuell ein wenig arbeiten geht. Aber hauptsächlich für ihren Mann da ist und es gibt eben die ein oder andere Frau, die nicht so ist. Die dann auch, wenn es nicht mehr so funktioniert, vielleicht einmal auch einen Seitensprung hat. Dort kann es auch passieren, dass sie sich nicht drauf achtet, dass sie verhütet. Ich glaube das ist ein Problem, dass Männer sich oftmals nicht bewusst sind, dass Frauen da selber entscheiden, was sie genau wollen.

Es kann passieren, dass man sich woanders auslebt, wenn es zuhause nicht mehr so funktioniert.

Hatten Sie selber schon direkt oder indirekt mit Vorurteilen zu kämpfen?

Nein, eigentlich nicht. Ich bin nun schon seit zehn Jahren HIV-positiv und bin immer sehr diskret damit umgegangen. Und bei denen, die es wissen, habe ich nie Probleme gehabt. Auch beim Frauenarzt oder Zahnarzt gab es nie Komplikationen.

Wie haben Sie sich mit HIV infiziert?

Zwischen mir und meinem Mann hat es schon länger nicht mehr so funktioniert, wie es sollte. Also habe ich mich ausserhalb unserer Ehe auf die Suche gemacht und bin fündig geworden. Ich hatte schon seit längerer Zeit eine Sache mit einem anderen Mann, wir waren immer vorsichtig und diskret. Doch an einem Abend waren wir unvernünftig und hatten Sex ohne Kondom. Er hat mir jedoch nie gesagt, dass er HIV-positiv ist.

Ich habe die Sache zwischen mir und ihm unabhängig von meiner Diagnose beendet und hatte seither auch keinen Kontakt mehr mit ihm.

Als Sie die Diagnose erhalten haben, wie war das?

Ich habe es eigentlich durch reinen Zufall erfahren. Geplant war ein normaler Check, wie man es eben so macht. Und dann bin ich bei meinem Frauenarzt auf dem Stuhl gesessen und habe dieses Formular angeschaut, wo man die Checks ankreuzen kann. Ganz unten stand dann noch «HIV» und spontan habe ich entschieden, dass er das auch noch abklären soll. Ich hätte aber ja keinen Grund gehabt, um das testen zu lassen. Es war ein reiner Gedankenblitz. Dann hat mir der Arzt drei Tage später angerufen, und mir die Nachricht überbracht. Ich war so geschockt, dass mir beinahe der Telefonhörer aus der Hand gefallen ist.

Im ersten Moment hat mir die Nachricht einfach den Boden unter den Füßen weggerissen. Ich habe ja nie damit gerechnet.

Die nächsten paar Tage sind an mir vorbeigezogen wie im Film. Ich war da, ich habe irgendwie funktioniert, aber wie, das weiss ich auch nicht. Ich habe es natürlich meinem Mann sagen müssen, das war klar. Seit da ist es zwischen uns nicht mehr so, wie es mal war. Wir hatten zwar schon vorher Probleme, aber da wurde es noch extremer. Ich bin aber ein Mensch, der nicht lange auf Dingen herumreitet. Also nach ein paar Tagen habe ich zu mir selbst gesagt: «So, jetzt hast du es und musst einfach damit leben.» Ich habe auch nächtelang die ganze Thematik im Internet recherchiert und habe mich so damit abgefunden. Seitdem ist es für mich gegessen, ich bin krank, es gibt eine Lösung, damit ich nicht ein Jahr später auf dem Friedhof lande und so war es dann für mich okay.

Wie haben sich auch Dinge zwischen Ihnen und Ihrer Familie verändert?

Die Beziehung zwischen uns hat sich noch verschlechtert. Er konnte es mir nicht verzeihen und wir leben nun mehr wie in einer grossen WG zusammen. Mein Mann hat auch nie versucht, es zu verstehen oder mir zu helfen.

Meine Kinder dagegen haben mich immer unterstützend und haben nie merkwürdig reagiert. Mir war es einfach wichtig, dass sie es nicht ihren Freunden erzählen, da dies auch für sie starke soziale Folgen haben könnte.

Wie hat sich auch ihr Sozialleben nach der Diagnose geändert?

Ich bin eigentlich immer noch die, die ich schon immer war. Aber ich habe gegen aussen ein wenig meine Spontanität verloren. Die habe ich wirklich nur noch, wenn ich mit den Positiven Frauen unterwegs bin. Dort bin ich dann so richtig gelöst, weil sie genau im gleichen Boot sitzen und das gleiche durchgemacht haben. Aber in meinem Freundeskreis bin ich nicht mehr so spontan, eher zurückhaltender geworden.

Was sich aber positiv geändert hat, ich bin viel selbstbewusster geworden. Früher habe ich mir viel zu viel gefallen lassen, das hat sich jetzt geändert. Ich bin nicht mehr diejenige die zu allem «Ja und Amen» sagt. Heute gehe ich viel mehr auf Konfrontation aus und das gefällt meinem Mann auch nicht. Klar, ich war schon immer die, die zuhause alle Arbeit erledigt und alles geregelt hat.

Aber vor meiner Diagnose war ich immer ruhig, habe mich nicht gewehrt. Und heute gehe ich voll in die Offensive. Das ist beinahe ein Glück im Unglück, wenn ich das so sagen kann.

Es ist ja nicht immer so, dass man positive Aspekte aus der Situation ziehen kann – sehen Sie sich da als Einzelfall?

Nein, ich denke bei vielen dauert es einfach etwas länger. Ich informiere mich einfach über solche Sachen, mache mich schlau darüber und dann ist gut.

Aber es gibt sicher auch andere, die in eine Depression gefallen sind. Das sind dann auch Personen, die oftmals alleine sind und niemanden haben. Ich hatte immer meine Kinder, ich musste funktionieren. Daher habe ich meine Situation eher in den Hintergrund gestellt.

Was können Sie anderen HIV-positiven Frauen mit auf den Weg geben?

Also ich würde sagen, man muss sich trotz des Schocks sofort mit der Krankheit auseinandersetzen. Man soll aber auch nicht alles glauben, was man im Internet findet. Es gibt so viel Mist, der über die Krankheit verbreitet wird. Und es gibt auch solche Scharlatane, die angeben, sie könnten die Krankheit heilen. Glaubt so etwas nicht.

Man kann im Internet auch Gleichgesinnte finden. Das hat mir so sehr geholfen. In Chatrooms und sozialen Gruppen kann man so viele Leute kennenlernen. Man kann dort auch mit Experten reden und auch Menschen, die schon lange darunter leiden.

Das kann einem, besonders wenn man frisch dabei ist, die Angst nehmen und einen wieder aufstellen.

Was muss sich in der Gesellschaft ändern, damit die Vorurteile gegenüber HIV-positiven Frauen aus dem Weg geräumt werden können?

Es braucht einfach noch viel, viel mehr Akzeptanz. Auch diese ewig engstirnigen Leute sollen aufhören mit dem Finger auf uns zu zeigen. Ja, wir sind wohl auch selber schuld, dass wir diese Krankheit haben, das ist uns bewusst. Aber wir sind trotzdem keine bösen Menschen oder Verbrecher. Und Menschen sollen sich einfach mehr damit auseinandersetzen. Schlussendlich müssen wir mit dieser chronischen Krankheit zurecht kommen und es ist schon ohne den mahnenden Zeigefinger schwer genug.