

Met anderen praten over hiv

Je bepaalt zelf aan wie en wanneer je vertelt dat je hiv hebt. Wettelijk hoeft je het niet te vertellen. Hiv behoort tot je persoonlijke levenssfeer. Zeg het wel na een kans op hiv-overdracht. Zo kunnen gepaste maatregelen genomen worden: een [PEP-behandeling](#) [1] bijvoorbeeld na een prikongeval.

Partner(s)

Of je het vertelt hangt wellicht af van de verstandhouding die je met je partner(s) hebt. Vertel het wel wanneer er een kans is geweest op [hiv-overdracht](#) [2]. Het kan opluchten dat je je (vaste) partner inlicht. Hij of zij zal je beter begrijpen en beter kunnen steunen als het nodig is.

Familie en vrienden

Ouders, broers, zussen of vrienden kunnen je beter begrijpen en steunen. Neem de tijd om uit te maken aan welke vrienden en familieleden je het wil vertellen. Begin met iemand die je vertrouwt en [bereid je goed voor](#) [3] op dat gesprek.

Tips voor familie en vrienden:

Ga vertrouwelijk om met de informatie die je krijgt. Je hoeft de persoon niet anders te behandelen dan daarvoor. Informeer je over leven met hiv en bied een luisterend oor aan.

Praat met elkaar, zodat jullie weten wat er in de ander omgaat. Vraag af en toe aan de persoon met hiv hoe het gaat.

Kinderen

Het kan kinderen geruststellen dat ze het weten. Misschien merken ze dat er wat scheelt en maken ze zich zorgen. Door het te vertellen, voorkom je dat ze het van anderen horen.

Collega's en werkgever

Het kan voordelen hebben om collega's, werkgever of arbeidsgeneesheer op de hoogte te brengen. Je hoeft geen smoezen te bedenken als ze je medicatie zien nemen of op controle moet bijvoorbeeld. Denk wel na over de mogelijke impact van je [disclosure](#) [4] en bereid een gesprek op het werk goed voor. Wanneer een werkgever naar je [serostatus](#) [5] vraagt, mag je weigeren om te antwoorden. Zeggen dat je geen hiv hebt (= liegen), mag niet. Een hiv-diagnose is géén geldige reden voor ontslag.

Artsen en hulpverleners

Medisch personeel en hulpverleners zijn gebonden aan het beroepsgeheim. Ze mogen je hiv-status aan niemand doorvertellen. Ze mogen evenmin weigeren je te behandelen omdat je hiv hebt.

Andere mensen met hiv

Mensen met hiv kunnen elkaar digitaal ontmoeten via het online forum [Positiefcontact.be](#) [6]:

met een eigen profiel, foto's, blogs en getuigenfilmpjes
om lotgenoten te ontmoeten, te chatten, vragen te stellen en ervaringen te delen
inclusief vertaalfunctie

Praat erover

Geraak je er niet uit? Ondersteuning nodig? Consulteer een hulpverlener of steek je licht op bij lotgenoten. We hebben zij ingelicht? Hoe hebben zij dat aangepakt? In contact komen met lotgenoten kan via [Sensoa Positief](#) [7].

Bron-URL: <https://www.levenmethiv.be/praten-over-hiv/met-anderen-praten-over-hiv>

Sensoa Positief is er voor iedereen die geraakt is door hiv. Voor meer info surf naar www.levenmethiv.be, mail positief@sensoa.be of bel 078-151.100.