



RAUÐI

borðinn

**Fordómar
og útskúfun**

Við þökkum eftirtöldum veittan stuðning

Reykjavík

2001 ehf, Hverfisgötu 49
A. Wendel ehf, Sóltúni 1
Aðalmálun sf, Skólavörðustíg 10
AFA JCDcaux Ísland ehf, Tryggvagötu 16
AM Praxis ehf, Sigtúni 42
Arkitektar Skógarhlíð ehf, Skógarhlíð 18
Arkitektastofan ehf, Borgartúni 17
Avis - Bílaleiga, Knarrarvogi 2
Áltak ehf, Stórhöfða 33
Árni Reynisson ehf, Túngötu 5
Ávaxtahúsið ehf, Brúarvogi 2
Bako ehf, Draghálsi 6
Beta líf ehf, Kringlunni 8
Bílahomið Stilling ehf, Skeifunni 11
Bílaleigan AKA ehf, Vagnhöfða 25
Bílanaut hf, Borgartúni 26
Bjöm og Guðni hf, Hesthálsi 15
Bortækni - Verktakar ehf, Vagnhöfða 19
Bókhaldsþjónustan Viðvík ehf, Skeifunni 4
Brauðhúsið ehf, Efstalandi 26
Brimrún ehf, Hólmaslóð 4
Bræðurnir Ormsson ehf, Lágmúla 8
Búseti svf, húsnæðissamvinnufélag, Skeifunni 19
Bændasamtök Íslands, Bændahöllinni Hagatorgi
Cortex, hárgreiðslustofa, Sörlaskjólí 42
Dagvist - endurhæfingamiðstöð MS-sjúklinga, Sléttuvegi 5
Dreifing ehf, Vatnagörðum 8
Dyjandi ehf, Skeifunni 3h
Eignamiðlunin ehf, Síðumúla 21
Einar Farestveit & Co hf, Borgartúni 28
Endurvinnslan hf, Knarrarvogi 4
Engey ehf, Bildshöfða 18
Eskines ehf, Mariubakka 18
Farmasía ehf, heildverslun, Síðumúla 32
Fasteignamarkaðurinn ehf, Óðinsgötu 4
Fasteignasalan Garður ehf, Skipholti 5
Fasteignasalan Hilbýli ehf, Suðurgötu 7
Ferðaskrifstofa Íslands hf - innanlandsdeild, Lágmúla 4
Fiskbúðin Hafrún ehf, Skipholti 70
Fjármálaeftirlitið, Suðurlandsbraut 32
Flytjandi hf, Klettagörðum 15
Form + rými ehf, Skipholti 17a
Formaco ehf, Gylfahlöf 24-30
Fótaaðgerðastofan, Háaleitisbraut 58-60
Fótóval ehf, Skipholti 50b
Frikirkjusöfnuðurinn í Reykjavík, Laufásvegi 13
Frost Film ehf - Austumes, Baugatanga 5a
Fönix ehf, heimilistækjaverslun, Hátúni 6a
Gagnaeyðing ehf, Skútuvogi 13
Gámaþjónustan hf, Súðarvogi 2
Geislataekni ehf Laser-þjónustan, Krókhálsi 5b
Gissur og Pálmi ehf, byggingaverktaki, Álfabakka 14a
Gjögur ehf, Grenivík, Tómasarhaga 46
Globus hf, Skútuvogi 1f
Golfverslun Nevada Bob ehf, Bildshöfða 20
Grensáskirkja, Háaleitisbraut 66
Gripið og greitt ehf, Skútuvogi 4
Gúmmivinnustofan ehf, Réttarhálsi 2
Hafrós ehf, Skútuvogi 12g
Hafrót ehf, Ármúla 15
Hafsúlan, hvalaskoðunarSKIP, Ægisgarði,
Reykjavíkurhöfn s: 533 2660
Hagverk ehf, bílasmíði, Bæjarflöt 2

Hampiðjan hf, Bildshöfða 9
Hans Petersen hf, Suðurlandsbraut 4
Harðviðarval ehf, Krókhálsi 4
Háess ehf, Skútuvogi 12g
Hár-Setrið, Æsufelli 6
Heilsugæslan, Barónsstíg 47
Hemilastilling ehf, Súðarvogi 14
Hjúkrunarheimilið Skjól, Kleppsvogi 64
Hóperðamiðstöðin ehf, Hesthálsi 10
Hótel Reykjavík hf, Rauðarstíg 37
Hrafnista, dvalarheimili aldraðra, Hafnarfirði og Reykjavík
Hreyfimyndasmíðjan ehf, Hamarshöfða 5
Hugver ehf, Vítastíg 12
Húsið ehf, fasteignasala, Suðurlandsbraut 50
Húsun ehf, Hamarshöfða 6
Höfðakaffi ehf, Vagnhöfða 11
Iðnaðar- og viðskiptaráðuneytið, Amartváli
IMG þekkingarskópun hf, Laugavegi 170
Internet á Íslandi hf, Isnic, Dunhaga 5
Intrum á Íslandi ehf, Laugavegi 97
Íkon ehf, Ljósalandi 11
Íslandsbanki hf, Stórhöfða 17
Íslensk getsþá sf, Engjavegi 6
Íslenska vefstofan hf, Mýrargötu 2-8
Íslenskar getraunir, Þróttamiðstöðinni Laugardal
Íslux ehf, Fornhaga 22
Íspólar ehf, Grandagarði 14
Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík, Hátúni 14
Íþróttafélagið Fylkir, Fylkisvegi 6
J. S. Gunnarsson hf, Fossaleyni 10
Jakobssynir ehf, Flúðaseli 95
Johan Rönnig hf, Sundaborg 15
Kaupþing hf, Ármúla 13
Katólska kirkjan á Íslandi, Hávallagötu 14-16
Kemis ehf, Breiðhöfða 15
Klippótek, hársnyrtistofa, Eddufelli 2
Knattspyrnufélagið Víkingur, Traðarlandi 1
Knattspyrnusamband Íslands, Laugardal
KOM ehf, kynning og markaður, Borgartúni 20
Konan, tiskuvörverslun, Skólavörðustíg 10
Kosmeta ehf, Síðumúla 17
Landslagsarkitekt Mogensen ehf, Víðihlíð 45
Landssamband löggreglumanna, Grettisgötu 89
Laugameskirkja, Kirkjusteigi
Láshúsið ehf, Bildshöfða 16
Listvínahúsið, leikerasmíði, Skólavörðustíg 43
Líf hf, Lynghálsi 13
Lýsi hf, Grandavegi 42
Löndun ehf, Faxaskála 2
Matthias ehf, Vesturföld 40
Matur og menning ehf, Hverfisgötu 15
Málmsteypa Ámunda Sigurðssonar ehf, Skipholti 23
Merkúr hf, Skútuvogi 12a
Morgunblaðið, Kringlunni 1
Mótorverk ehf, Stígahlíð 97
Múr- og málningarþjónustan Höfn ehf, Réttarhálsi 2
Myndsýn, Depluhólum 5
Námsflokkar Reykjavíkur, Frikirkjuvegi 1
Nera ehf, Akraseli 12
NorðNorðVestur kvikmyndagerð ehf, Viðarhöfða 6
NOW VÍTAMÍN
Orkuvirki ehf, Funahöfða 5
Osta- og smjörösalan sf, Bitruhálsi 2
Ottó B. Amar ehf, Ármúla 29

P. Ámason ehf, Skipholti 50c
Pökkun og flutningar ehf, Smiðshöfða 1
Rafíðn ehf, Nýlendugötu 26
Rafmagnsveitur ríkisins, Rauðarstíg 10
Rafstilling ehf, Dugguvogi 23
Rafsvið sf, Haukshólum 9
Rafteikning hf, Borgartúni 17
Raförminn ehf, Suðurhlíð 35
Ráðgjöf og efnahagsspar ehf, Síðumúla 14
Reykjavíkurhöfn, Hafnarhúsinu Tryggvagötu 17
Room with a view, Laugavegi 18
RST Net ehf, Smiðshöfða 6
Ruby Tuesday, Skipholti 19
S. M. verktakar sf, húsmiði, Þverási 15
Salon VEH ehf, Kringlunni 7
Samband íslenskra bankamanna, Nethyl 2
Samtök verslunarinnar, Kringlunni 7
Scriptorium ehf, Aflagranda 6
Seðlabanki Íslands, Kalkofnsvegi 1
Seljakirkja, Hagaseli 40
Sigurjónsson og Thor ehf, Skólavörðustíg 16
Sjálfsbjörg landssamband fatlaðra, Hátúni 12
Skífan hf, kvikmyndadeild, Lynghálsi 5
Skógarbær, hjúkrunarheimili, Árskógum 4
Skúlason og Jónsson ehf, Skútuvogi 12h
Skúli H. Norðdahl FAÍ, Víðimel 55
Skyggna-Myndverk ehf, Skipholti 17
Slökkvilið höfuðborgarsvæðisins bs, Skógarhlíð 14
Sorpa bs, Gufunesi
Sónn ehf, Einholti 2
Sportis ehf, Langholtsvegi 111
Starfsgræinasamband Íslands, Sætúni 1
Stúdíó-Brauð, Amrabakka 2
Suzuki-bílar hf, Skeifunni 17
Svava ehf, Bústaðavegi 130
Sviðsmyndir ehf, Skútuvogi 4
Sættoppur ehf, Eyjarslóð 7
Tandur hf, Hesthálsi 12
Tannlæknastofa Ástu B. Thoroddsen, Stígahlíð 44
Tannlæknastofa Barkar Thoroddsen, Borgartúni 33
Tannlæknastofa Egils Kolbeinssonar, Grensásvegi 44
Tannlæknastofa Jóns Viðars Amrðssonar, Skólavörðustíg 14
Tannlæknastofa Sigurðar Benediktssonar, Faxafeni 5
Tax.is Íslandi hf, Suðurlandsbraut 4
Teiknistofan Óðinstorgi sf, Óðinsgötu 7
Thai matstofan ehf, Suðurlandsbraut 52
Tower gesthouse, Grettisgötu 6
Tómas Tómasson, Mjóstræti 6
Tryggingamiðlun Íslands ehf, Síðumúla 21
Tryggingastofnun ríkisins, Laugavegi 114
Uppdæling ehf, Fosshálsi 1
Útfararstofa Kirkjugarðanna ehf, Vesturhlíð 2
Úti og inni sf, Þingholtsstræti 27
V.E.R. Skiparáðgjöf ehf, Hverfisgötu 76
Veidihúsið Sakka ehf, Hólmaslóð 4
Veislukostur ehf, Hveraföld 29
Veitingahúsið Caruso, Þingholtsstræti 1
Veitingasmíðjan ehf, Ármúla 36
Verðbréfaskráning Íslands hf, Laugavegi 182
Verkfræðistofan Afl ehf, Bildshöfða 14
Verkfræðistofan VIK ehf, Laugavegi 164
Verkstjórasamband Íslands, Síðumúla 29
Vesturborg ehf, Ásvallagötu 19
Vélaleiga A.A. ehf, Hörpugötu 9

Rauði borðinn

Alnæmissamtökin á Íslandi

Samtök áhugafólks um alnæmisvandann
Pósthólf 5238
125 Reykjavík

Alnæmissamtökin reka upplýsingamiðstöð fyrir almenning og bjóða fram fræðslu til skóla, félaga, fyrirtækja og annarra. Þau reka félagsheimili fyrir smitaða og sjúka og aðstandendur þeirra. Algjör trúnaður og nafnleynd.

Skrifstofan Hverfisgötu 69 er opin mánudaga til fimmtudaga frá kl. 12 til 16.

Sími: 552 8586

Bréfasími: 552 0582

Netfang: aids@aids.is

Veffang: www.aids.is

Kennitala: 541288-1129

Ritstjórn: **Birna Þórðardóttir, Guðni Baldursson, Jón Helgi Gíslason, Marta Valgeirsdóttir**

Ábyrgðarmaður: **Birna Þórðardóttir**

Umbrot: **Marta Valgeirsdóttir**

Ljósmynd á forsíðu: **Jón Sæmundur Auðarson. Úr verkinu Holan.**

Prentun: **Prentsmiðjan Gutenberg hf**

Upplag: **6.000 eintök**

Útgáfudagur: **1. desember 2002**

MEÐAL EFNIS

Frá framkvæmdastjóra <i>Jón Helgi Gíslason</i>	4
NordAll Helsinki 2002: Samkennd og léttir <i>HJ</i>	6
Sauna og sólskinsdagur <i>Björgvin Gíslason</i>	8
NordPol Helsinki 2002 <i>Stig A. Wadentoft</i>	10
Að vera á lyfjum <i>Jón Helgi Gíslason</i>	12
Hugleiðing á aðstandendafundi <i>Ólaf Markúsdóttir</i>	14
Aukin hættu á kynsjúkdómum á Kúbu	16
Verkir og verkjameðferð <i>Jóna Valdís Ólafsdóttir</i>	18
Alnæmisráðstefna í Barcelona <i>Sigurlaug Hauksdóttir</i>	20
Ungmennahreyfing Rauða krossins <i>Konráð Kristjánsson</i>	23
Fræðslu- og forvarnarverkefnið <i>Percy B. Stefánsson</i>	24
Frá EATG	26
Alþjóðlegi alnæmisdagurinn	28
Spurningar um hiv og alnæmi	30
Danmörk, Delhi, Dhaka, Bangladesh <i>Erla Ísafold Sigurðardóttir</i>	32
Óttinn - Ógnin - Alnæmið <i>Einar Örn Einarsson</i>	34
Preðikun í Frikirkjunni <i>Hjörtur Magni Jóhannsson</i>	36



Fordómar og útskúfun er yfirskrift alþjóðlega alnæmisdagsins í ár. Er þörf á því, kann einhver að spyrja. Erum við ekki orðin svo vel að okkur á þessum síðustu, margrómuðu, upplýsingatímum, að allir vita - allt?

Því miður er ekki svo. Litla sagan úr daglega lífinu sem fylgir hér á eftir sýnir að veruleikinn er talsvert öðruvísi en við vildum.

Við erum stödd úti í sveit á sumarkvöldi, náttúran skartar sínu fegursta. Mild golan leikur við ferðalanga sem teygja úr sér í sundlauginni, einni af þessum undursamlegu litlu laugum sem víða er að finna á Íslandi. Síðustu kvöldgeislar sólarrinnar varpa bjarma á fjallstinda. Ekkert getur raskað rónni, ekkert til ama - og þó!

Ung kona gengur í átt til laugarinnar, einn ferðalangur enn, hún býst til að stíga ofan í laugina, nóg er plássíð og þröngt mega sáttir ... Skyndilegt rót kemur á einn laugargestinn, konu, hún rýkur upp, patar, tafsar, þarf allt í einu að gera eitthvað afar áriðandi, má ekki bíða, hleypur hálfhrasandi inn í hús.

Skyldi ástæðan vera sú að báðar konurnar eru upprunnar á sama smástaðnum. Hin unga, síðkomna til laugar, er hiv-jákvæð, sú brotthlaupna veit, en hvorki þorir, getur né vill.

Þetta er ein af ástæðum þess að við megum aldrei sofna á verðinum í baráttunni gegn **fordómum og útskúfun**. Hvoru tveggja er fyrir hendi og það er okkar að kveða niður fordómadraumana.

Birna Þórðardóttir formaður Alnæmissamtakanna

Alþjóðlegi alnæmisdagurinn 1. desember

Opið hús

Alnæmissamtökin bjóða að vanda til samverustundar þann 1. desember.

Frá kl. 16.00 verður veisluhlaðborð í húsnæði samtakanna að Hverfisgötu 69.

Allir hiv-jákvæðir og velunnarar eru velkomnir.

Að bera **Rauða borðann** er ætlað að sýna samúð og stuðning við fólk sem er smitað eða sjúkt af alnæmi.

Rauði borðinn er yfirlýsing um stuðning, krafa um umræðu, ósk um framfarir í rannsóknum og von um að lækning finnist við alnæmi.

Rauði borðinn er leið til að gera alnæmi sýnilegt í þjóðfélaginu.

Upphafsmenn **Rauða borðans** eru listamannahópurinn Visual Aids í Bandaríkjunum. Þetta eru samtök myndlistarmanna, listfræðinga og forstöðumenn listasafna. Þau vilja vekja athygli á því að alnæmi kemur okkur öllum við.

Jón Helgi Gíslason,

framkvæmdastjóri Alnæmissamtakanna

Áliðnu starfsári hefur verið í mörg horn á líta í starfi framkvæmdastjóra Alnæmissamtakanna að venju. Starfsárið byrjaði með fjölmennm aðalfundi samtakanna sem fór vel fram í alla staði.

Þann 1. desember síðastliðinn var félagsmönnum boðið til veislu í tilefni alþjóðlega baráttudagsins gegn alnæmi og þáðu boðið tæplega 90 manns og var glatt á hjalla. Þann sama dag var opnuð ný vefsíða samtakanna en hafði sú gamla legið niðri í töluverðan tíma. Við opnunina var boðið fulltrúum frá Heilbrigðisráðineytinu, Landlæknisembættinu, Rauða krossi Íslands, Öryrkjabandalagi Íslands og fjölmiðlum og var það samdóma álit gesta að hin nýja vefsíða væri til fyrirmyndar. Sílóðin er www.aids.is. Haraldur Briem sóttvarnalæknir opnaði síðuna formlega og færði Elsa Friðfinnsdóttir aðstoðarmaður heilbrigðisráðherra Jóns Kristjánssonar samtökunum veglegan fjárstyrk í tilefni dagsins.

Gestakomur í félagsmiðstöðina eru miklar, en að meðaltali eru þær 120 á mánuði á þessu starfsári og hefur því fjölgað lítillega frá í fyrra.

Í húsinu hittast ýmsir hópar svo sem hópur gagkynhneiðra, samkynhneigðra, aðstandenda, fræðsluhópur fyrir utan stjórn, ritnefnd Rauða borðans og fleiri starfsnefndir.

Hóparnir hittast misreglulega til skrafs og ráðagerða, laga sér mat í félagsmiðstöðinni, halda grillveislu einu sinni á ári eða fara út að borða saman.

Félagsráðgjafi er til viðtals einu sinni í viku og haldin hefur verið fræðsla fyrir aðstandendur í félagsheimilinu og í húsi Rauða kross Íslands og var það framtak virkileg lyftistöng fyrir starfið. Sigurlaug Hauksdóttir félagsráðgjafi hafði veg og vanda að því starfi ásamt fleira góðu fólki.

Minningarguðsþjónusta var haldin að venju í lok maí og var ágætis mæting, var þeirra 37



er látist hafa úr alnæmi minnst í tali og falletum tónum einsöngvaranna Rósalindar Gísladóttur og Jóns Þorsteinssonar, einnig söng Gospelkór frikkirkjunnar og Arnar Jónsson flutti ljóð, er þeim heilshugar þakkað þeirra framlag! Alnæmissamtökin styrktu síðsumars 12

einstaklinga á ráðstefnu hiv- jákvæðra á Norðurlöndum sem haldin var í Helsinki að þessu sinni. Var almenn ánægja meðal þátttakenda með framtakið og er þetta fjölmennasti hópur sem samtökin hafa styrkt til slíkrar ferðar.

Alnæmissamtökin fóru af stað með viðamesta verkefni sitt til þessa í október síðastliðnum, er það forvarnarfræðsla í grunnskóla landsins og leiða hópinn þrjú fræðslufulltrúar samtakanna. Undirbúningur verkefnisins hefur verið gríðarlegur og hefur fjármögnun þess tekið lengri tíma en búist var við, en gátum við loks farið af stað er við fengum fjárstyrki frá Hjálparstarfi kirkjunnar og Landlæknisembættinu, eru þeim færðar þakkir fyrir.

Ég vil þakka öllum þeim er hafa komið að starfsemi samtakanna, þeim er styrkt hafa okkur með peningagjöfum, börnum sem hafa fært okkur ágóða af hlutaveltum, félagasamtökum svo sem Vöku, félagi lýðræðissinnaðra stúdenta, útvarpsstöðinni X-inu, unglíngunum í Félagsmiðstöðinni í Hólmaseli, sveitarfélögum og fleirum sem stutt hafa samtökin, en án slíkra velunnara værum við ekki starfandi.

*Ég þakka fyrir mig,
Jón Helgi Gíslason
framkvæmdastjóri Alnæmissamtakanna*



18 ÁRA AÞYRGÐ

Nærgætni, virðing
og handleiðsla foreldra
innifalin

vimuvarnir.is

Samkennd og léttir

Helgina 9.-11. ágúst fór ég til Finnlands á NordAll ráðstefnuna sem haldin var þetta árið í Gustavslund, rétt fyrir utan Helsinki. Þar komu saman hátt í 200 hiv-smitaðir einstaklingar frá Noregi, Svíþjóð, Íslandi, Danmörku, Finnlandi, Eistlandi og Ítalíu.

Ég var búin að heyra aðra hiv-smitaða sem sótt höfðu ráðstefnuna á síðustu árum láta vel af þeirri reynslu og því sótti ég um hjá Alnæmissamtökunum að fá að fara og hlaut, eins og aðrir sem sóttu um, 40 þúsund króna ferðastyrk. Kann ég Alnæmissamtökunum bestu þakk-ir fyrir þann stuðning. Nokkrum sinnum áður hafði ég ráðgert að drífa mig á þessa ráðstefnu, en einhvern veginn hafði aldrei neitt orðið úr því. Ég var því búin að hlakka til í allt sumar að komast þó að sú tilhlökkun væri að vissu leyti kvíða blandin því ég gerði mér ekki alveg grein fyrir því hvernig svona ráðstefna færi fram og vissi því ekki á hverju ég ætti von. Fór jafnvel að ímynda mér að ég myndi fá smá sjokk við að hitta svo marga hiv-smitaða á einu bretti, að þetta gæti orðið á einhvern hátt óþægileg nálgun við sjúkdóminn. En þetta reyndist alveg óþarfa kvíði og þessir þrjú dagar í Finnlandi voru virkilega ánægjuleg upplifun. Hér á eftir segi ég í nokkrum orðum frá þessum fyrstu kynnum mínum af NordAll.

Við fljúgum til Kaupmannahafnar að morgni 8. ágúst, ég og góð vinkona mín, og þaðan til Helsinki seinna um daginn. Þessi vinkona mín hafði kynnst finnskri konu á Nord All ráðstefnu fyrir nokkrum

árum og hún tekur á móti okkur á flugvöllinum í Helsinki og bíður okkur gistingu af miklum höfðings-skap. Það er 28 stiga hiti í Helsinki og fyrir kappklædda Íslendinga sem koma úr 9 stiga hita þá er þetta nánast hitabylgja og örvæntingarfull hugsa ég um stuttbuxurnar og sandalana sem urðu eftir heima í skáp. Við eyðum deginum í félagsskap gestgjafa okkar og fáum að kynnst finnskri matargerðarlist með heimatilbúinni grænmetisúpu úr kúrbít, kjarngóðu heilsubrauði og í desert fáum við kvöldgöngu um miðbæinn þar sem við fáum að smakka á hinum fjölbreytta arkitektúr sem er að finna í Helsinki. Við endum niður við höfn og yfir kaffibolla fylgjumst við með mannlífinu þar.

Sumarhús og gufubað í skóginum

Morguninn eftir hittum við hóp af hiv-smituðum frá hinum Norðurlöndunum og síðan er keyrt með rútu til Gustavslund sem er skammt frá Helsinki. Þetta er í fyrsta skipti sem ég kem til Finnlands og dolfallin horfi ég á skógi þakið landið þjóta hjá og finnst næstum því óþægilegt að sjá hvergi í bert landið, en kannski er þetta bara minnimáttarkennd Íslendingins sem þekkir vart annað en mosaþembur og lágvaxinn fjalldrapa. Hótelið í Gustavslund er staðsett við eitt af þeim tug þúsund vatna sem Finnar státa sig af og metast þeir jafnan á um það við Svía í hvoru landinu fleiri vötn sé að finna. Á 18. og 19. öld átti listaélta Helsinki sumarhús á svæðinu í kringum Gustavslund og má þar nefna Alexis

Kiwi skáld og rithöfund sem var uppi á 19. öld. Nú hefur húsum sumra þessara listamanna verið breytt í söfn fyrir almenning.

Það er tekið vel á móti okkur á hótlinu í Gustavslund og eftir stutta hvíld og léttan hádegisverð er ráðstefnan sett formlega af heilbrigðisráðherra Finnlands og síðan flytja fulltrúar alnæmissamtaka hvers lands fyrir sig stutta tölu um ýmis málefni sem viðkoma starfsemi þeirra og finnski hópurinn stígur ógleymanlegan dans til heiðurs ráðstefnugestum, með hoppi og fánaburði. Ég dríf mig í hjólreiðatúr fyrir kvöldmat með finnskum ráðstefnugesti sem tekur að sér leiðsögn fyrir fáfróðan Íslending, sýnir mér kofann hans Alexis Kiwi þar sem hann dvaldi síðustu æviár sín. Við förum síðan og skoðum alvöru finnskt gufubað og fylgdarmaður minn segir mér frá því hversu hlutverk saunahúsanna var viðamikil hér áður fyrir því þar hófu menn jarðvist sína og luku einnig. Í þessum húsum var alltaf nægilegt vatn við hendina og hentuðu þau því mjög vel til fæðinga og einnig voru lík þvegin þar áður en þau voru lögð til hinstu hvílu. Við hjólum síðan til baka á hótelið. Eftir þessa stuttu skoðunarferð er ég örlítið fróðari um finnska sögu og menningu.

Á föstudagskvöldinu er grillað úti í garði í um 20 stiga hita og síðan er diskótek fram á nótt fyrir þá sem vilja sýna listir sínar á dansgólfinu. Íslenski hópurinn lætur ekki sitt eftir liggja og efa ég ekki að frammistaða hópsins verði lengi í minnum höfð af þeim sem viðstaddir voru og fengu að berja þessa

glæsitakta augum. Aðrir ráðstefnugestir láta ekki sitt eftir liggja heldur og það er dansað og dansað, langt fram á nótt.

Salsa og shindú

Á laugardeginum er boðið upp á alls konar afþreyingu og vinnuhópa (workshop), kennslu í shindú, sem er nokkurs konan austurlenskt nudd, námskeið í salsa, spunaherbergi þar sem kennd eru nokkur tjáningarform sem tengjast leikhúsi, sjálfsnudd og fleira og fleira. Það er erfitt að velja á milli en að lokum fer ég í shindú úti í garði og undir skuggsælum trjám er mér úthlutaður félagi og við æfum shindúteygjur hvort á öðru undir styrkri leiðsögn kennara. Það er eitthvað svo óraunverulegt að vera þarna á grasinu í 28 stiga hita og hlusta á andvarann líða um trjákrónurnar í notalegum klið að ég gæti sofnað. Ef að lífið í Finnlandi er alltaf svona, hugsá ég með mér, þá er ég flutt.

Hádegisverður, meira prógramm; ég skelli mér í salsa þar sem suðrænir tónar fylla salin og skælbrosandi ráðstefnugestir af hinum ýmsu þjóðernum á öllum aldri dansa salsa af lífi og sál. Ég ákveð að enda daginn í leikrænni tjáningu (drama workshop) þar sem við mætum bara tvö, bæði frá Íslandi, og við

fáum því alla athygli tveggja kennara sem á einum og hálfum klukkutíma ná því að kalla fram hjá okkur leikræn tilþrif og hugarflug sem við vissum ekki við ættum til. Dagurinn endar svo á alvöru finnsku sauna þar sem við stelpurnar bönkum hverja aðra með birkigreinum, smyrjum okkur með greniolfum og hunangi og þvolum okkur að lokum upp úr alvöru finnskri tjörusápu. Geggjuð upplifun. Ég ákveð að lokum að fá mér sundsprett í lauginni, en um leið og ég sting mér og finn ískalt vatnið umlykja mig þá átta ég mig á því að það búa ekki allir svo vel að eiga gnótt jarðhitavatns eins og Íslendingar, ég tek andköf af kulda og skýst upp úr lauginni aftur á hraða ljóssins. Það er finn kvöldverður á laugardagskvöldinu, sannkallað galakvöld þar sem ráðstefnugestir mæta allir í sínu finasta pússi. Nú erum við skylduð til þess að dreifa okkur á borðin þannig að nú fá ráðstefnugestir frá hinum ýmsu löndum tækifæri til að blanda geði. Eftir kvöldmatinn förum við út í garðinn og allir fá í hendurnar ljóslukt sem kveikt er á og þeim er síðan raðað upp á jörðina í mynstur sem eins og rauði borðinn. Hlýtt myrkur og stjörnuþjartur himinn magna upp ljúfa stemmingu og hópurinn dvelur úti í garði fram eftir kvöldi en þá hefst diskótekið

og við týnumst inn. Aftur dunar dansinn fram eftir nóttu og enn breytist dansgólfið í leiksvið athyglisverðra gjörninga.

Sunnudagurinn rennur upp með glampanði sól og suðrænum hita og það er komið að því að slíta þessari ágætu Nord All ráðstefnu. Eftir formleg ráðstefnuslit og hádegisverð höldum við til baka til Helskinki þar sem okkur er boðið upp á stutta skoðunarferð um bæinn. Síðan skiljast leiðir, sumir halda beint út á flugvöll á meðan aðrir fara niður að höfn og taka þaðan ferju til Stokkhólms. Einhverjir nota tækifærið og framlengja Finnlandsdvölinna eða halda lengra austur á bóginn. Það er létt yfir þessari kveðjustund, skipst er á símanúmerum og tölvupóstföngum og við heitum því að láta okkur ekki vanta á ráðstefnuna á næsta ári sem haldin verður í Danmörku.

Eftir á að hyggja

Liðnir eru um tveir mánuðir síðan ég sótti Nord All ráðstefnuna og enn ylja minningar um skemmtilega Finnlandsferð mér um hjarta-rætur. Ekki bara minningar um finnska gestrisni, finnskt sauna og finnska grænmetisúpu, heldur minningin um það að vera allt í einu stödd í hópi hiv-smitaðs fólks, allir í sömu sporum og ég og þurfa ekki að vera í feluleik með sjúkdóminn, lyfin og annað sem fylgir. Ég er ein af þeim fjölmörgu sem held hiv-smitinu leyndu fyrir því fólki sem ég umgengst dags daglega, í skólanum, í vinnunni og víðar. Ég gerði mér ekki grein fyrir því fyrr en á ráðstefnunni hversu mikill léttir það var að mega bara vera hiv-smituð svona „opinberlega“ í þrjá daga innan um fullt af fólki í sömu stöðu og upplifa sterka samkennd. Ég mæli með því við alla hiv-smitaða að þeir drífi sig að minnsta kosti einu sinni á NordAll. Ég ætla svo sannarlega að reyna að komast aftur á næsta ári.

H.J.



Sauna og sólskinsdagar

Helgina 9.-11. ágúst síðastliðinn var haldin í þrettánda sinn NordAll, ráðstefna hiv-jákvæðra og fólks með alnæmi á Norðurlöndunum. Ráðstefna þessi hefur verið haldin til skiptis á Norðurlöndunum síðan 1989, að þessu sinni kom í hlut Finna að halda hana og var hún haldin í Tusula sem er smábær um klukkustundar akstur frá Helsinki.

Forsaga

Upp úr 1980 komu fram fyrstu smit af hiv-veiruni á Norðurlöndunum. Nýr sjúkdómur var kominn fram, sem virtist af óþekktum orsökum. Sjúkdómurinn breiddist hratt út á Vesturlöndum og í Norður-Ameríku og engin lækning virtist vera við honum eða meðferðarmöguleikar, og lífslíkur þeirra sem smituðust voru nánast engar, mikill ótti greip um sig og fólk leitaði svara, en það var fátt um svör.

Síðan þá hefur alnæmi og hiv-smit breiðst hratt um allan heiminn og eru nú hvað skæðust í sunnanverðri Afríku og víða í þriðja heiminum, um 40.000.000 manna eru taldar hafa smitast.

Árið 1986 urðu hins vegar þáttaskil, því þá kom fram lyf sem talið var að gæti mögulega tafið fyrir ágangi veirunnar. Lyfið hét AZT og var fljótt brugðist við og hafið að gefa mönnum það í von um að einhver árangur næðist. Síðan þá hafa komið fram fleiri lyf sem gefa nokkra von um að sigur náist að lokum á alnæmi, en enn er langt í land. Lyfin sem gagnast í baráttunni gegn hiv-veirunni og alnæmi eru að vonum mjög dýr og því ekki á allra færi að nota þau. Þau bjóðast því nær eingöngu sjúklingum í hinum ríkari vestrænu löndum, þar hafa þau vissulega skilað miklum árangri. Því miður er það aðeins lítið brot af smituðum einstaklingum sem nýtur þess að taka lyfin sér til

bjargar. Talið er að af 40 milljónum smitaðra njóti aðeins um ein milljón manna þessarar bestu mögulegu meðferðarmöguleika í heiminum, en það er von að þar verði brátt breyting á til batnaðar.

ScandAll

Í upphafi faraldursins var að vonum mikið rætt og ritað um þennan sjúkdóm, og skoðanir voru skiptar og mismunandi hugmyndir og kenningar komu fram. Árið 1987 töldu nokkrir hiv-jákvæðir einstaklingar í Skandinavíu, það er að segja frá Danmörku og Svíþjóð, ástæðu til að þeir sem sjúkdómurinn herjaði á þyrftu að eignast rödd sem kæmi fram með þeirra sjónarmið og hugmyndir varðandi það er tengdist þeirra velferð og meðferð. Þeir stofnuðu því samtök undir nafninu ScandAll sem skyldi leitast við að sameina krafta hiv-jákvæðra og einstaklinga með alnæmi til að hafa einhver áhrif á gang mála, varðandi meðferð og upplýsingar til almennings um sjúkdóminn og ekki síst lagasetningu og áróður er varðaði velferð smitaðra.

NordAll

Árið 1989 bættust svo hin Norðurlöndin í hópinn. Fyrsti samnorræni fundurinn var það ár haldinn í Danmörku, undir núverandi heiti NordAll, síðan hefur ráðstefna verið haldin til skiptis á Norðurlöndunum ár hvert. Tilgangurinn er að

gefa hiv-jákvæðum og fólki með alnæmi tækifæri til að koma saman og bera saman bækur og ræða málín á sínum eigin forsendum, það er að segja sem smitaðir einstaklingar, í öruggu umhverfi óháð fordómum.

Undanfari NordAll er þriggja daga fundur 10 fulltrúa, tveggja frá hverju landi fyrir sig. Þar eru sett niður á blað þau sameiginlegu hagsmunamál sem vert þykir að ræða og ályktanir samdar þar að lútandi. Þær ályktanir eru síðan gefnar út í lok ráðstefnunnar sem ályktanir NordAll og sendar til viðeigandi aðila og stofnana í löndunum.

Tusula 2002

Ráðstefnan í ár var sett formlega þann 9. ágúst. Það var heilbrigðisráðherra Finna sem það gerð. Hann flutti stutt ávarp og síðan var fáni NordAll dreginn að húni, samkvæmt venju. Við opnunina voru saman komnir rúmlega eitt hundrad fulltrúar frá öllum Norðurlöndunum en að auki taka þátt fulltrúar frá Eystrasaltslöndunum, en þeim hefur verið boðin þátttaka hin síðari ár, einnig hefur verið boðið til þátttöku nokkrum fulltrúum frá Afríku.

Eftir setninguna fer tíminn aðallega í spjall og endurfundi því margir þátttakenda eru að hittast aftur og aftur á þessum fundum. Margir hafa tekið þátt allt frá byrjun, fólk er líka að spyrja fréttu af þeim sem ekki eru mættir, því mið-

ur eru ekki allar fréttir góðar fréttir, því að þrátt fyrir breytt ástand vegna nýju lyfjanna er fólk ennþá að deyja af völdum alnæmis. Lyfin hafa ekki sömu virkni fyrir alla og margir þola þau ekki og geta því ekki neytt þeirra. Það er ef til vill mesti misskilningurinn að fólk telur lyfin gagnast öllum sem hafa aðgang að þeim en svo er því miður ekki, aukaverkanir eru oft miklar og valda alls kyns kvillum sem ekki er hægt að lifa við. Einstaklingar sem ekki þola lyfin þurfa oft að ganga mikla þrautargöngu í gegnum margvíslegar tilraunir til að fá skorið úr um það hvort eða hvaða lyf hugsanlega geta gagnast þeim.

Að loknum kvöldverði þennan fyrsta dag var efnt til óformlegs fundar í sauna, sem er eins og menn vita þjóðarheilsubót Finna og ekki er til sá staður þar sem menn koma saman í Finnlandi að ekki sé sauna á svæðinu. Þetta nýttu sér flestir og varð af nokkurt fjör.

Margvíslegt til umræðu ...

Ráðstefnustaðurinn, Gustavslund, er staðsettur við vatn í afar fallegum skógarlundi og ekki spillti veðrið fyrir, glampanði sól og hiti meðan á ráðstefninni stóð.

Á laugardaginum var svo hin formlega dagskrá. Hún hófst með stuttri kynningu á öllum samtökunum á Norðurlöndunum. Að því loknu var boðið upp á fyrirlestra. Læknar frá Aurora sjúkrahúsinu í Helsinki fluttu fyrirlestra um alnæmislyfin og aukaverkanir sem hæst ber í umræðunni um þessar mundir. Frá EATG (European Aids Treatment Group) komu Mauro Guearnieri og Rob Camp. Mauro fjallaði um alnæmi og alnæmislyfin og fíkniefnanotkun samhliða notkun á alnæmislyfjum. Rob kom með samantekt frá nýliðinni alheimsráðstefnu um alnæmi sem var haldin í Barcelona í sumar. Eftir hádegisdag flutti svo Jorma Koskinen frá Jákvæða hópnunum í Helsinki athyglisverðan fyrirlestur undir heitinu: hiv, sexuality and self-esteem.

.... og slökunar

Til viðbótar við þessa fyrirlestra var boðið upp á ýmislegt annað, til dæmis var hópur í sjálfsnuddi og nálastungumeðferð var kynnt, ennfremur var boðið upp á shiatsú/shindú (leikfimi/nudd) út á grasi í góða veðrinu, hægt var að fara í vatnsleikfimi, einn hópurinn dansaði salsa, hægt var að fara í leiklistarhóp og einnig fit-box.

Þannig að af nógu var að taka allan daginn og fram á kvöld og skemmti fólk sér hið besta.

Um kvöldið var síðan gala-kvöldverður og skemmtiatriði undir borðum, sem lauk síðan með dansleik sem stóð fram á nótt.

Á sunnudaginn var boðið uppá rútuferð til Ainola til að skoða heimili Sibeliusar, að því loknu var fundinum slitið formlega og gestum boðið í skoðunarferð um Helsinki.

Kveðjustund - með söknuði

Nú var komið að lokum þessarar NordAll-ráðstefnu og tími kominn til að kveðja, bæði nýja og gamla vini frá NordAll. Það er alltaf með trega og söknuði gert, því þrátt fyrir góðar stundir, þá gleymist ekki alvaran og það að hittast aftur að ári er ekki sjálfsagt. Margt fróðlegt og athyglivert kom fram á fundinum, en það mikilvægasta við hann er samt samveran og samhugurinn sem þar ríkir og sá stuðningur sem einstaklingarnir fá af hvejrjum öðrum.

Ég hlakka til að hitta ykkur öll hress og kát í Danmörku að ári!!!!!!

Björgvin Gíslason



NordPol - Helsinki 2002

Stjórnin

NordPol - sem er samstarfsvettvangur hiv-jákvæðra á Norðurlöndum - hélt bæði stjórnarfund og aðalfund í tengslum við NordAll-ráðstefnuna í Finnlandi 9.-11. ágúst í sumar.

Í stjórninni eru tveir fulltrúar frá hverju landi. Á fundinum var einkum rætt um aðalfundinn framundan en einnig voru undirbúnir stjórnarfundir fram í ágúst á næsta ári. Næsti stjórnarfundur verður í Reykjavík 14.-17. mars 2003. Þá á meðal annars að ræða um forvarnir, þar á meðal hvað hiv-jákvæðir og -neikvæðir gera til að forðast frekari útbreiðslu smits.

Starf stjórnarinnar felst í því að við setjum saman verkefnalista fyrir komandi ár. Þar er ákveðið hvar skuli halda fundi og hvaða mál efnum sé mikilvægt að starfa saman að á norrænum vettvangi, þá með það í huga að hafa áhrif til sameiginlegs skilnings meðal stjórnálmanna og þeirra sem taka ákvarðanir varðandi okkur. Meðal þess sem við fáumst við fyrst og fremst nú eru málefni sem varða hiv-jákvæða og vinnumarkaðinn, tannlæknaþjónustu og réttarstöðu. Í Svíþjóð eru til dæmis allmörg dæmi um hiv-jákvæða karlmenn sem eru ekki sænskir ríkisborgarar og hafa verið dæmdir til langrar fangelsisvistar - í fjögur ár og lengur - og síðan til að vera vísað úr landi. Þeir hafa átt kynmök við konur án þess að nota smokk en þær þó ekki smitast. Sænskur maður, sem sannað er að

dreifði smiti, var hins vegar dæmdur til „einungis“ tveggja ára fangelsisvistar og hans bíður auðvitað ekki brottvísun.

Aðalfundur

Á aðalfundinn má senda fjóra fulltrúa frá hverju landi og eiga tveir þeirra að vera kjör-gengir í næstu stjórn. Ef þannig stendur á að færri eru sendir, jafnvel aðeins einn, til dæmis vegna kostnaðar, hefur það land engu að síður fjögur atkvæði ef viðkomandi fulltrúi er hiv-jákvæður. Hér á landi var ákveðið að stjórnarmennirnir tveir skyldu vera fulltrúar á aðalfundinum. Málefni sem komu til umræðu á aðalfundinum voru meðal annars þessi: læknisþjónusta og lyfjagjöf fyrir ólöglega innflytjendur og aðflutta útlendinga, brottvísun „hiv-manna“, samnotkun á sprautum og sæðisþvottur. Samþykkt var ályktun sem var beint til yfirvalda í Svíþjóð varðandi rétt að fá sæði þvegið þegar karlinn er hiv-jákvæður en konan -neikvæð. Ennfremur að allir eigi að hafa rétt til sams konar aðstoðar vegna frjósemisvandræða án tillits til þess hvort þeir eru hiv-jákvæðir eða ekki. Fleiri málefni komu á dagskrá sem stjórnin mun fjalla frekar um.

Á aðalfundinum lét undirritaður af störfum sem formaður NordPol eftir sex ár. Við tók Per Miljeteig frá PLUSS-LMA í Noregi.

Stig A. Wadentoft



Við þökkum eftirtöldum veittan stuðning

Reykjavík

Vélamíðstöð ehf, Gylfaflöt 9
Vélar og skip ehf, Hólmaslóð 4
Vélar og verkfæri ehf, Skútuvogi 1c
Vélvík ehf, Höfðabakka 1
Við og Við sf, Gylfaflöt 3
Við Tjörnina ehf, veitingahús, Templarasundi 3
Viðskiptanetið hf, Siðumúla 27
VSÓ Ráðgjöf ehf, Borgartúni 20
Yggdrasill ehf, Kárástíg 1
P. Þorgrímsson og Co, Ármúla 29
Þingvallaleið ehf, Skógarhlíð 10
Þrír Frakkar hjá Úlfari, veitingahús, Baldursgötu 14
Ögurvík hf, Týsgötu 1
Örninn-Hjól hf, reiðhjólaverslun, Skeifunni 11
Öryrkjabandalag Íslands, Hátúni 10
Össur hf, Grjóthálsi 5

Seltjarnarnes

Tónika ehf, umboðs- og heildverslun, Melabraut 35
Vökvatæki ehf, Byggvöðrum 5

Kópavogur

ALARK arkitektar ehf, Hamraborg 7
Bifreiðaverkstæði Friðriks Ólafssonar ehf, Smiðjuv. 14
Bílaleiga J & S, Lækjasmára 6
Bókasafn Kópavogs, Hamraborg 6a
Ferli ehf, Hlíðasmára 8
Fjárfestingamiðlun Íslands ehf, Hlíðasmára 8
Fjölföldun, Melaheiði 17
Frostmark ehf, Smiðjuvegi 70
G.T. Óskarsson ehf, Borgarholtsbraut 53
Garðyrkja ehf, Sunnubraut 22
GK heildverslun ehf, Smiðjuvegi 4
Godði ehf, Auðbrekku 19
Gullsmiðir Bjarni og Þórarinn ehf, Engihjalla 8
Gæðavörur ehf, Skemmuvegi 32
Íslenskir söfnunarkassar sf, Smiðjuvegi 11a
Jármsmiðja Óðins ehf, Smiðjuvegi 4b
K. Á. Lagnir ehf, Vatnsendabletti 20
Kópavogsbær, Fannborg 2
Lagnatækni ehf, Hamraborg 12
Lindabakarí ehf, Bæjarlínd 1-3
Ljósvakinn ehf, Bakkabraut 16
Pípulagnaverktakar ehf, Hlíðasmára 8
Radíóhúsið ehf, Dalvegi 16a
Rafvirkni ehf, Fjallalind 137
Sandey ehf, Hlíðarhjalla 69
Slökkvitækjapjónustan Prófun ehf, Bakkabraut 16
Smurstöðin Stórahjalla ehf, Stórahjalla 2
Stálbær ehf, Smiðjuvegi 9a
Tannlæknastofa Jóns Ólafssonar, Hlíðarvegi 30
Tannlæknastofa Sifjar Matthíasdóttur, Hamraborg 11
Tekk ehf vöruhús - Company, Bæjarlínd 14-16
Tengi ehf, Smiðjuvegi 11a
Timbur og stál ehf, Smiðjuvegi 11
Toyota - P. Samúelsson hf, Nýbýlavegi 4-8
Tréfrag ehf, Ísalind 4
Ungmennafélagið Breiðablik, Dalsmára 5

Garðabær og Álftanes

Bessastadasókn, Norðurtúni 1, Álftanesi
Erlendur Björnsson ehf, Hvoli, Álftanesi
Garðasteinn ehf, Blikastíg 10, Álftanesi
Héðinn Schindler lyftur hf, Lyngási 8
Kompan, Skeiðarási 12
Múrklaðning ehf, Smiðsbúð 3

Norðurstál ehf, Suðurhrauni 12c
Suðurtún ehf, Suðurtúni 6, Álftanesi
Valurinn ehf, Eskiholti 6
Verkhönnun - Tæknisalan ehf, Kirkjulundi 13

Hafnarfjörður

Ás, fasteignasala ehf, Fjarðargötu 17
Dalakofinn sf, Fjarðargötu 13-15
Endurskoðun - reikningsskil ehf, Fjarðargötu 11
Filmur og Framköllun, Fjarðargötu 13-15
Fiskbúðin, Reykjavíkurvegi 3
Fínþússning sf, Íshelli 2
Flensborgarskólinn, Brekkugötu 19
Hafnarfjarðarkirkja, Strandgötu
Haglind hf, Reykjavíkurvegi 66
Hagvagnar hf, Melabraut 18
Hársnyrtistofan Nína ehf, Fjarðargötu 19
Hella ehf, málmsteypa, Kaplahrauni 5
Hraunhamar ehf, Bæjarhrauni 10
H-Vertinn ehf, Ölduslóð 40
Höfn öldrunarmiðstöð, Sólvangsvegi 1
Hörður V. Sigmundsson tannlæknastofa sf, Reykjavíkurvegi 60
Ísboltar hf, heildverslun, Strandgötu 75
Jón I. Garðarsson ehf, Klausturhammi 13
Kjarnavörur hf, Bæjarhrauni 4
Mardís ehf, Hrauntungu 18
Músík og sport ehf, Reykjavíkurvegi 60
Nýsir hf, Flatahrauni 5a
Pace Ísland ehf, Lækjargötu 34c
Rafrún ehf, Gjótuhrauni 8
Síld og fiskur ehf, Dalshrauni 9b
Síldey ehf, Skútuhrauni 2
Spennubreytar, Trönuhrauni 5
Suðurverk hf, Drangahrauni 7
Tannlæknastofa Ágúst J. Gunnarssonar sf, Reykjavíkurvegi 66
Tempra hf, Kaplahrauni 2-4
Veidibúðin við Lækinn, Strandgötu 49
Vélsmiðja Konráðs Jónssonar sf, Helluhrauni 20
Vörumerking ehf, Bæjarhrauni 20

Grindavík

Grindavíkurkaupstaður, Víkurbraut 62
Hóp ehf, Ægisgötu 1
Raffjónusta Birgis ehf, Hafnargötu 21
Selhálshélf, Ásabraut 8
Þorbjörn Fiskanes hf, Hafnargötu 12

Garður

Gerðahreppur, Melbraut 3

Keflavík og Keflavíkurflugvöllur

Fasteignasalan Ásberg ehf, Hafnargötu 27
Geimsteinn ehf, Skólavegi 12
Húsagerðin ehf, trésmiðja, Hólmgarði 2c
Ísfoss ehf, Hafnargötu 60
Íslandsbanki hf, Hafnargötu 60
Íslenskur markaður hf, Leifsstöð
J. Stefánsson ehf, Hafnargötu 30
Keflavíkirkirkja, Kirkjuvegi 25
Málningarþjónusta Magnúsar Daðasonar ehf, Heiðarbraut 10
Umbrot ehf, Víkurbraut 13
Verkfæðistofa Suðumesja ehf, Víkurbraut 13
Ökuleiðir svf, Hafnargötu 56

Njarðvík

Biðskýlið Njarðvík ehf, Hólárgötu 20
Happi ehf, Kjarmóa 22
Hitaveita Suðurnesja, Brekkustíg 36
Kaffitár, Holtsgötu 52
Toyotasalurinn, Njarðarbraut 19

Mosfellsbær

Flugfélagið Atlanta hf, Álafossvegi 40a
Holtakjúklingur, Álafossvegi 40
Ísfugl ehf, Reykjavegi 36
Vatnsverk ehf, Engjavegi 6

Akranes

Barbró ehf, Kirkjubraut 11
Fasteignasalan Hákat ehf, Kirkjubraut 28
Haraldur Böðvarsson hf, útgerð, Báragötu 8-10
Íþróttabandalag Akraness, Höfðabraut 5
Mozart ehf, Kirkjubraut 11
Nínúska ehf, Vesturgötu 24b
Penninn - Bókabúð Andrésar, Kirkjubraut 54
Runólfur Hallfreðsson ehf, Krókatúni 9
Sementsverksmiðjan hf, Mánabraut 20
Straumnes ehf, rafverktakar, Krókatúni 22-24
Tannlækningsstofan sf, Laugarbraut 11
Verslunin Axel Sveinbjörnsson ehf, Suðurgötu 7-9
Vélsmiðja Ólafs R. Guðjónssonar, Smiðjuvöllum 6
Vignir G. Jónsson hf, Smiðjuvöllum 4

Borgarnes og nærsveitir

Borgarbyggð, Borgarbraut 11
Bókhalds- og tölvuþjónustan sf, Böðvarsgötu 11
Dvalarheimili aldraðra Borgarnesi, Borgarbraut 65
Framköllunarþjónustan ehf, Brúartorgi 4
Hvítársíðuhreppur, Sámsstöðum
Jörvi hf, vinnuvélar, Hvanneyri
Meðferðarheimilið Hvítárakka, Hvítárakka
Skorradalshreppur, Grund
Sparisjóður Mýrasýslu, Borgarbraut 14
Vegamót, þjónustumiðstöð, Vegamótum
Vélaverkstæði Kristjáns ehf, Brákarbraut 20

Grundarfjörður

Pétur Konn ehf, Grundargötu 29
Soffanias Cecilsson hf, Borgarbraut 1

Snæfellsbær

KG Fiskverkun ehf, Hafnargötu 6

Stykkishólmur

Gísli Gunnarsson ehf, Lágholt 20
Sólborg ehf, Nesvegi 13
Sæfell ehf, Nesvegi 13

Patreksfjörður

Heilbrigðisstofnunin Patreksfirði, Stekkum 1
Vöruafgreiðslan Patreksfirði ehf, Hafnarsvæði

Tálknafjörður

Annes ehf, Strandgötu 27
Eik ehf, trésmiðja, Strandgötu 37
Hraðfrystihús Tálknafjarðar hf, Miðtúni 3
Útmaust ehf, Strandgötu 40

Að vera á lyfjum



Viramune, Videx, Ritonavir, Saquinavir, Lamivudine, Zidovudine, Combivir, Stavudine, Zalcitabine, Primazol, Foscavir, Gancyclovir, Procrit.

Pessi skrautlega upptalning er hluti af þeim lyfjum við alnæmi og hliðarkvillum þess sem ég hef þurft að taka í veikindum mínum, sum tímabundið en önnur reglulega og alla daga ársins.

Lyfjataka, þó nauðsynleg sé, getur haft gífurleg áhrif á líkama og sál, maður er stöðugt minntur á veikindi sín þegar svolgra þarf niður lyfjunum, jafnvel nokkrum sinnum á dag. Sú var tíðin að inntaka lyfjanna var mikið feimnis-mál og yfirleitt reyndi maður að leynd henni við hinar ýmsu aðstæður, sem ekki voru alltaf kjöraðstæður. Þar sem nauðsynlegt var að um mjög reglubundna inntöku væri að ræða fór mikill tími í að skipuleggja þær, skjótast inn á klósett hér og þar og gleypa pillurnar í laumi, oft á opinberum stöðum til dæmis veitingahúsum, kvikmyndahúsum og á ferðalögum. Þessir feluleikir reyndu mikið á útsjónarsemi og ekki ímyndaði maður sér annað en að fordómafull augu heimsins væru á manni daginn út og inn. Ekki hafði ég vit á að líta upp úr eigin nafla og

láta viðbrögð annarra, ef einhver voru, sem vind um eyru þjóta, slík var leyndin og skömm-in að vera eitt af alnæmissmituðu og óhreinu börnunum hennar Evu. Mikill var léttirinn þegar ég gat sleppt tókum á þessu hræðilega leyndarmáli og sætt mig við að vera haldinn löggiltum sjúkdómi, þar sem gagnkynhneigðir fóru líka að greinast með hiv, en ekki bara eit-urlyfjasjúklingar, hommar og hórur.

Þegar til baka er litið þá var lengi vitað mál hvernig í stakk var búíð, þar sem ég hafði látið verulega á sjá í veikindum mínum og leyndarmálið því aðeins til í mínu eigin höfði.

Fyrir mig komu lyfin síðan á elleftu stundu, eða um mitt ár 1996, og urðu mér lífsbjörg á haustdögum lífs míns.

Aukaverkanir

Aukaverkanir af lyfjunum eru margvíslegar og eru sum lyfjanna verri en önnur. Aukaverkanirnar eru til dæmis verkir í taugaendum, sérstaklega í höndum og fótum, kvið- og höfuð-verkir, niðurgangur, blóð- og máttleysi, streita, sjónskerðing, svefnleysi og ýmis álagseinkenni önnur. Því má með sanni segja að lífgjöfin í formi lyfjanna hafi verið dýru verði keypt fyrir marga einstaklinga.

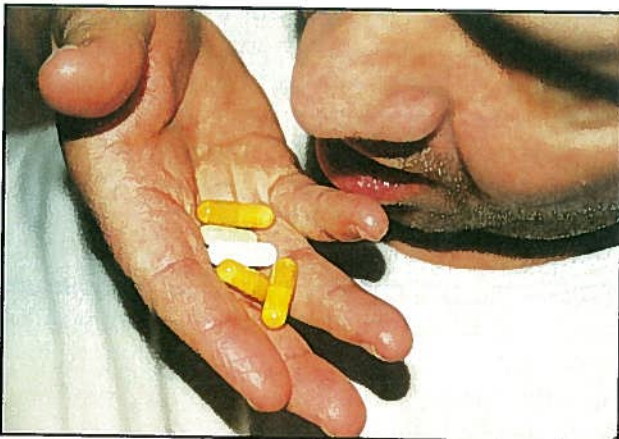
Ég sagði einhvern tímann í Morgunblaðsviðtali þar sem lyfin voru til umræðu, að ég myndi nú ekki halda karneval strax, ég treysti ekki betur á lækningarmátt þessara nýju lyfja. Í dag hefur mér tekist þetta með traustið en ég hef bara ekki haft orku, aukaverkananna vegna, að halda almennilegt karneval ennþá – kemur að því í nánustu framtíð, vonandi.

Í lokin

Ég vil ekki hljóma vanþakklátur eða of sjálfsvorkunnsamur, en það er bara meira en að segja það að þurfa kannski að taka 30-40 pillur á dag, sem var sá skammtur sem ég þurfti að taka lengi vel. Í dag hins vegar eru komnar samþjappaðar blöndur lyfja sem taka má í minni skömmtum. Því miður hefur þó ekki tekist að losna við margar fyrrgreindar aukaverkanir en framþróun alnæmislyfja er þó stöðug.

Ekki er vitað um langtímavirkni alnæmislyfjanna, sumir mynda ónæmi fyrir þeim og þurfa stöðugt á nýjum blöndum að halda, aðrir hafa hreinlega þurft að hætta lyfjatöku út af aukaverkunum og ekki er vitað hvaða mögulega skaða langtímanotkun getur haft.

Ég ákvað að setja þessar línur á blað, ekki síst þar sem heyrst hefur að fólk sé orðið kærulaus-



ara í kynlífi þar sem möguleg lækning hafi fundist við alnæmi með tilkomu lyfjanna – sem alls ekki er rétt. Ekki óska ég nokkrum þess að þurfa að taka inn öll þessi lyf, sem mörg hver eru ekkert annað en á tilraunastigi þegar horft er til framtíðar. Fólk ætti því ekki að taka neina áhættu í þessum efnum.

Að greinast hiv-jákvæður er ekki áhættunnar virði!

Jón Helgi Gíslason

Pillunum hefur fækkað úr 40 í 10 á dag. Það eru: Stocrin 3 hylki tvisvar sinnum á dag. Videx eitt hylki tvisvar sinnum á dag og Ziagen ein tafla tvisvar á dag.



Videx®EC

er eitt af svokölluðum veirueyðandi lyfjum sem draga úr aukningu alnæmisveirunnar.

Algengar aukaverkanir eru niðurgangur, vanlíðan, uppköst, munnþurrkur, höfuðverkur, máttleysistilfinning, ofnæmi t.d. útbrot og kláði, sykursýki og áhrif á lifrina. Alvarlegri aukaverkanir eru bólgur í kvið, munnvatnskirtli og áhrif á úttaugakerfið.

Sjaldséðar aukaverkanir eru sjóntruflanir, alvarlegir lifrarskaðar, breytingar á fjölda hvíttra og rauðra blóðkorna og blóðflagna.

Ziagen™

tilheyrir flokki veirueyðandi lyfja.

Þessi lyf eru notuð til að meðhöndla sýkingu orsakaða af alnæmisveirunni. Það hjálpar til við að hægja á alnæmisveirunni en lækna ekki og dregur ekki úr smithættu.



Aukaverkanir af því geta verið vanlíðan, uppköst, sljóleiki og þreyta, lystarleysi, hiti, höfuðverkur, niðurgangur og ofnæmi. Sjaldséðar aukaverkanir eru lifrarstækkun og ástand sem kallast „laktacidosis“.

Stocrin®

verkar á móti framgangi hivveirunnar með því að minnka veirumagnid í blóðinu. Það er ekki lækning við hiv-smiti og hægt er að þróa sjúkdóminn eða aðra sjúkdóma tengda hiv.



Aukaverkanir geta verið útbrot, vanlíðan, höfuðverkur, truflanir á miðtaugakerfinu s.s. svimi, þreyta, sljóleiki, svefntruflanir, einbeitingarerfiðleikar, óeðlilegir draumar. Sjaldgæfari aukaverkanir eru krampaköst og sjóntruflanir.

Heimild: www.fass.se

Hugleiðing flutt á fundi með aðstandendum hiv-jákvæðra 16. mars 2002

Mig langar að byrja á að segja að þó að þessi samkoma sé þess eðlis, að ég vildi helst að enginn ætti hingað erindi, þá gleður það mig að sjá hér svona marga saman komna. Því það er nú svo, að þó ég vildi óska að alnæmisvandinn væri ekki til þá er hann nú samt staðreynd. Mér finnst líka gott að sjá að hiv-smit er hætt að hitta eingöngu þau eingetnu. Ég sé að þau hafa líka eignast feður eða aðra karlkyns aðstandendur. Frá því að ég kom fyrst á fund með aðstandendum smitaðra og nánast fram á þennan dag, hef ég svo til eingöngu hitt konur. Mæður, systur, dætur, vin-konur. En sem betur fer virðist þetta vera að breytast og er það vel. Ég býst við að frábært fræðslustarf Alnæmissamtakanna eigi þar sinn þátt.

Ég ætla að reyna að segja ykkur svona undan og ofan af minni reynslu sem móðir alnæmis-sjúklings. Ég veit ekki hversu mikið gagn það gerir ykkur, en ég vona að ég geti sagt eitthvað af viti eða svarað einhverri spurningu, sem brennur á ykkur.

Sonur minn er nýorðinn 36 ára og hefur lík-lega verið smitaður í ein 14 ár. Hann er einn af þeim heppnu úr hópi þeirra sem komust svona snemma í tæri við þennan vágast. Margir sem smituðust á svipuðum tíma eru dánir.

Milli mín og sonar míns hefur alltaf verið afskaplega náð og gott samband. Það kom mér þess vegna gjörsamlega í opna skjöldu þegar ég komst að því að hann hafði leynt mig þeim ósköpum að hann væri með banvænan sjúkdóm, í líklega ein 3 ár.

Þið takið kannske eftir því að ég veit ekki nákvæmlega hve langt er síðan hann smitaðist. Ég hef aldrei spurt hann að því. Þegar þetta kom í ljós þá skipti það ekki öllu máli hve lengi hann var búinn að bera vitneskjuna einn, heldur að reyna að styðja við hann af öllum mætti í þeirri framtíð, sem honum væri búinn. Þetta var áður en þau lyf, sem nú standa hiv-jákvæðum til boða, komu á markað.

Ég gleymi aldrei þessu reiðarslagi. Svo gömul verð ég ekki. Ég vissi ofur vel um að hann væri samkynhneigður og fyrir 1990 datt fæstum í hug að aðrir en hommar smituðust. Ég spurði

hann rétt fyrir jólin 1989 hvort hann hefði farið í test. Eftir á að hyggja finnst mér eins og hann hafi verið nokkuð skjóttur til svars. Já, já, auðvitað, sagði hann. Og..., sagði ég. Það er allt í lagi með mig svaraði hann.

En hann sagði ekki satt. Hann hafði þá vitað þetta í töluverðan tíma, en hafði ekki kjark til að segja mér það. Ennþá finnst mér nánast óbærilegt að hugsa um þetta. Barnungur maður, sýktur af banvænni veiru og hann gat ekki talað um það við sína allra nánustu.

Svo loksins þegar hann sagði mér þetta og við foreldrar hans vorum komin yfir mesta áfallið þá kom að því að segja fjölskyldunni þetta. Það voru afi og amma, yngri bróðir, frænkur og frændur eins og gengur í venju-legri fjölskyldu.

Ég ráðlegg flestum aðstandendum að segja frá þessu sem fyrst. Svo fremi að sá smitaði kæri sig um það. Í mínu tilfelli lét hann það algörlega í mínar hendur hvort og þá hverjum ég segði frá að hann væri smitaður. Hann var einfaldlega orðinn dauðþreyttur á að fela. Og það varð reyndar svo að mér fannst það mikill léttir þegar ég var búin að segja fjölskyldunni frá þessu. Það er óskaplega erfitt að fela sorgina.

Þetta með sorgina. Þetta er sorgarferli, sem við aðstandendur göngum í gegnum. Við missum pínulítið þennan ættingja eða ástvin okkar, sem við álitum jafnvel feigan. Þetta sorgarferli er auðvitað eins misjafnt hjá okkur og við erum mörg. Það er ekkert öðruvísi með þennan sjúkdóm en aðra. Allir bregðast við á sinn hátt. Það sem mér þykir nauðsynlegt er öðrum kannske ómögulegt.

Þó eigum við það öll sameiginlegt að einhver sem okkur þykir vænt um er smitaður af veiki sem er strangt til tekið ólæknandi kynsjúkdómur. Það hvílir ákveðin skömm á honum. Sá smitaði skammast sín fyrir að hafa smitast og fæst okkar, allavega af minni kynslóð, eru svo frjálslýnd að hafa ekki svona hálfgerða skömm á þessari tegund sjúkdóma. Ég hef þó ekki liðið mikið fyrir þetta. Ég á svona nokkuð gott með að sætta mig við orðinn hlut og velti mér ekki mikið uppúr umtali eða slíku.

Ég átti heima úti á landi á þeim tíma, sem

minn sonur smitaðist. Hann er reyndar alinn upp úti á landi. Hann hafði svo sem fengið sinn skammt af stríðni og jafnvel einelti fyrir að vera svona stelpustrákur. Kannske að það hafi verið búið að herða okkur svolítið. Allavega lét ég mér það í nokkuð léttu rúmi liggja hvað fólk var að spjalla. En ég tók fljótt eftir því að þegar það fór að kvisast, að hann væri smitaður, að fólk sniðgekk mig. Ekki af því að það vildi vera vont, heldur af því að það var feimið. Sumu fólki er svo illa við óþægindi að það verður feimið við sorgina. Það heldur að það segi eitthvað óviðeigandi. Það vill ekki særa en það er líka og ekki síst að hlífa sjálfu sér. Það er svo óþægilegt að tala um andstyggilega sjúkdóma, feigð, dauða og annað í þeim dúr.

En sem betur fer er hiv-smit ekki sami óhugnaðurinn og var. Nóg er nú samt. En það breytir því ekki að líf þess smitaða tekur algjörum breytingum. Þetta hefur áhrif á alla ástvini. Við gerum okkur grein fyrir að sé til dæmis um fólk í föstu sambandi að ræða, að þetta breytir miklu. Horfur á hjónabandi hjá þeim, sem eru einhleypir, hvort sem um sam- eða gagnkynhneigða er að ræða, eru ekki þær sömu og áður. Auðvitað viljum við öll að ástvinir okkar fái að njóta ástar. Alveg eins og við viljum það sjálf. Það liggur í augum uppi að möguleikar á hjónabandi eða sambandi eru hverfandi fyrir þann smitaða, nema þá með öðrum smituðum aðila. Mér finnst þetta sárt. Ég segi það alveg satt. Ég hugsa stundum um þetta. Ætli aumingja strákurinn minn verði alltaf einn? Þá vor-kenni ég honum, það geri ég reyndar oft.

En ég er líka þakklát, þakklát fyrir að öll þessi hjálp skuli vera til núorðið. Þakklát fyrir öll nýju lyfin. Þakklát fyrir frábært heilbrigðiskerfi, því það eigum við, þakklát fyrir frábæra starfsmenn eins og hana Sillu hérna. Þakklát fyrir að við skulum hafa fæðst á Íslandi, en ekki einhverju fátæku þróunarlandi. Ef svo hefði viljað til, ætti ég í mesta lagi einn son núna, í staðinn fyrir að vera svo heppin að eiga tvo.

Lífið hefur vissulega upp á margt að bjóða og kannske metum við heilsuna ekki að verðleikum fyrr en við höfum kynnst óttanum við að deyja eða að missa.

Ég held að ég fari nú að hætta þessu, enda finnst ykkur líklega komið nóg. En ef ykkur dettur eitthvað í hug, sem ykkur langar að ræða frekar, þá er ég tilbúin að leggja orð belg sé ég þess umkomin.

Ólöf Markúsdóttir

Fræðslufundur fyrir aðstandendur

Þann 16. mars síðastliðinn var haldin þriggja tíma fræðsla um hiv og alnæmi fyrir aðstandendur hiv-smitaðra. Fræðslan var haldin í húsi Rauða krossins að Efstaleiti 9. Um það bil 40 aðstandendur, aðallega foreldrar, systkini, börn og nánir vinir, sóttu fræðsluna. Sigurlaug Hauksdóttir félagsráðgjafi sá um skipulagningu og fundarstjórn.

Haldnir voru fimm 20 mínútna fyrirlestrar og var gefið færi á spurningum við lok hvers þeirra.

Birna Þórðardóttir, formaður Alnæmissamtakanna, var fyrst á mælendaskrá og sagði frá starfsemi Alnæmissamtakanna. Á eftir henni hélt Sigurður B. Þorsteinsson smitsjúkdómalæknir fyrirlestur um stöðu sjúkdómsins í dag og hver framtíðarsýnin væri. Því næst talaði Sigurlaug Hauksdóttir félagsráðgjafi um félagslegar afleiðingar hiv og alnæmis. Að því loknu buðu Alnæmissamtökin upp á yndislega súpu, brauð, kaffi og kökur. Eftir kaffihlé sagði hiv-jákvæð kona frá reynslu sinni sem smituð og að lokum hélt aðstandandi hiv-smitaðs og alnæmisjúks manns fyrirlestur um reynslu sína sem aðstandandi. Í umræðunum sem á eftir fylgdu kom fram áhugi hjá aðstandanda látins ættingja að hitta aðra í sömu stöðu.

Sigurlaug Hauksdóttir varð við þeirri ósk og hefur haldið fjóra kvöldfundi með hópi aðstandenda sem eiga ástvini sem látist hafa úr alnæmi. Hist hefur verið í húsnæði Alnæmissamtakanna og hafa samtökin boðið upp á veitingar. Núna hyggst hópurinn hittast til þess búa til búið í minningarteppi, sem er til minningar um þá sem látist hafa úr alnæmi. Öll þau sem áhuga hafa að útbúa slíkan búið til minningar um ástvin og langar til þess að gera það með öðrum aðstandendum, eru hjartanlega velkomin í hópinn. Áhugasamir eru beðnir um að hafa samband við Sigurlaugu í síma 543 1000 á mánudögum og miðvikudögum eða eftir hádegi á föstudögum, eða við skrifstofu Alnæmissamtakanna í síma 552 8586, frá kl. 12-16 mánudaga til fimmtudaga.

Aukin hættu á kynsjúkdómum á Kúbu



A Kúbu býr 18 ára stúlka í höfuðborginni Havana, hún hefur stundað kynlíf með erlendum ferðamönnum í tvö ár. Hún segir að þeir hafi notað smokk „í mesta lagi í fjögur skipti“.

„Vinum hennar“ frá Ítalíu, Spáni og Mexíkó væri misboðið með því að nefna smokk, segir hún. Hún neitar því hreint út að þeir séu viðskiptavinir hennar.

„Hvernig gæti ég farið að biðja þá um að nota smokk? Þeir myndu halda að ég treysti þeim ekki. Ég gæti það aldrei“, segir Aloyma, en svo nefnir hún sig, sem gengur fram og til baka um Obispo-stræti í miðbæ gömlu Havana dag hvern í leit að kynnum við erlenda ferðamenn.

„Ég er bara að leita að manni sem á peninga og vill giftast mér. Þangað til að það gerist verð ég að lifa af“, segir hún til að útskýra hvers vegna hún hegðar sér eins og hún gerir. Aloyma lítur ekki á sig sem vændiskonu. „Ég er baráttukona“, segir hún.

Það hefur komið í ljós í könnun meðal lítills hóps vændiskonu á Kúbu frá því upp úr 1990 að yfirgnæfandi meirihluti þeirra krefst þess ekki að viðskipamennirnir noti smokk. Þetta liggur í því hve að-



stæður fyrir vændi eru sérstakar í sósíalistaríkinu Kúbu og andúð á smokknum vegna þess að hann hamli ánægju.

Flestar vændiskonur á Kúbu bjóða hvaða ferðamanni sem er ómælda blíðu og félagsskap en ekki aðeins kynmök í tiltekinn tíma fyrir fastákveðið verð eins og tíðkast í

flestum öðrum löndum. Fyrir vændiskonu á Kúbu táknar hver ferðamaður með dollara á sér möguleika á varanlegu sambandi sem getur enst allan tímann sem hann dvelst á eyggi, haldið svo áfram með bréfaskriftum og jafnvel opnað leið til þess að komast úr landi.

Vændi var svo að segja upprætt á Kúbu á sjöunda áratugnum, eftir byltinguna 1959, en fór að skjóta upp kollinum um 1990, þegar versta efnahagskreppa í valdatíð Fidels Castro skall á og landið opnaðist fyrir erlendum ferðamönnum. Engar opinberar tölur eru til um fjölda þeirra sem stunda vændi á Kúbu.

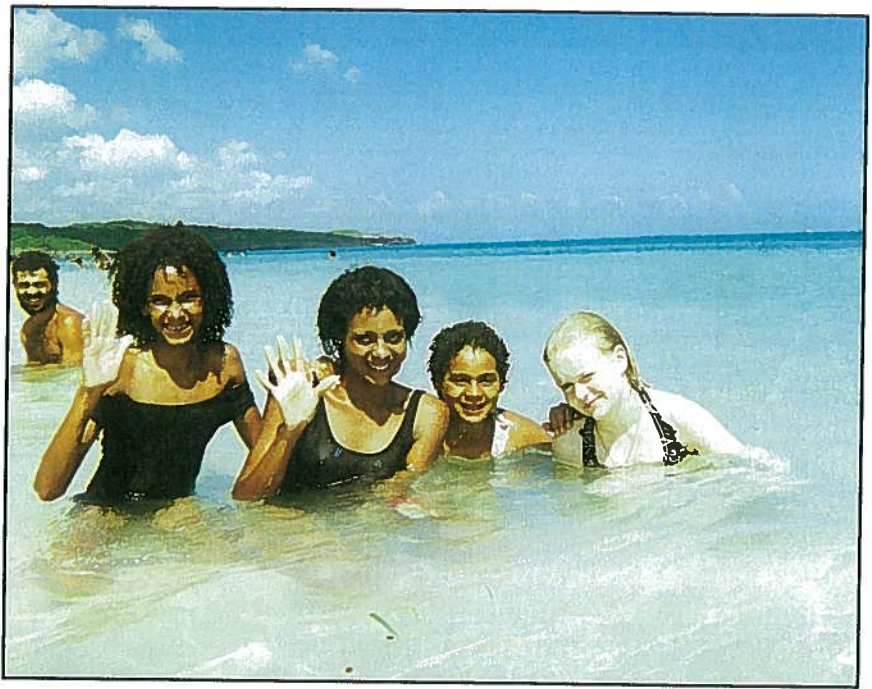
Í könnun sem lauk í nóvember 2000 og fór fram í gömlu Havana var athygli beint að 17 vændiskonum og voru 41% þeirra á aldrinum 15-19 ára. Kom í ljós að sjö kvennanna höfðu einhvern tímann smitast af kynsjúkdómi og ein þeirra var smituð af hiv, alnæmisveirunni.

Lekandi var algengastur, þá sárasótt og síðan kynfæravörtur. Konurnar „þekktu ekkert til hættunnar sem fylgir því að smitast af þessum sjúkdómum“, og hefja kynlífssamband „án þess að vita hið minnsta um nauðsyn þess að verja sig“, bæði hvað varðar þær sjálfar og hinn aðilann, segi í skýrslu um könnunina.

Sérfræðingar telja að flestar vændiskonur á Kúbu noti smokk afar sjaldan og þegar þær geri það sé það að kröfu ferðamannsins en ekki að þeirra eigin frumkvæði.

Árbók heilbrigðismála fyrir árið 2000 sýnir að 19.067 tilvik lekanda hafi verið tilkynnt það ár og 9.199 tilvik sárasóttar, sem svarar til 170 og 82 tilvika á 100.000 íbúa.

Nýleg könnun á Sanatorio de Santiago de Las Vegas, sem er heilbrigðisstofnun sem sérhæfir sig í meðferð fólks með hiv og alnæmi, bendir hins vegar til þess að vændiskonur gæti þess að verja sig, þrátt fyrir almenna skoðun að svo sé ekki. Endurvakningu vændisins „hefur ekki fylgt að fjöldi kvenna greinist með hiv“, segir dr. Jorge Perez, forstjóri hitabeltissjúkdóma-



stofnunar sem kennd er við Pedro Kuri. Hann segir að fundist hafi á tímabilinu frá janúar til nóvember 2001 um 30 manns sem störfuðu við vændi. „Í þessum hópi voru miklu fleiri karlar en konur smitadír af hiv“, bætir hann við.

Í nóvember 2001 hafði verið tilkynnt um 3.775 einstaklinga með hiv eða alnæmi en um 11 milljónir manna búa á eyggi, sem er sú stærsta í Karíbahafinu. Þá höfðu 1.460 fengið alnæmi og 998 dáið, þar af 57 af öðrum orsökum en alnæmi. Af þeim 2.777 sem voru á lífi með hiv voru 78% karlar. Algengasta smitleið hiv á Kúbu eru mök samkynhneigðra eða tvíkynhneigðra karla.

Yfirvöld höfðu áhyggjur af útbreiðslu hiv-smits meðal vændisfólks og homma og í ágúst 1997 var tilkynnt um forvarnaáætlun sem beinist að þessum tveimur hópum. Maria Isabel Dominguez, sem vinnur við rannsóknir á vegum sálfræði- og félagsfræðirannsóknastofnunar ríkisins, segir að á fyrri hluta árs 1997 hafi 116 vændiskonur og karlar greinst með hiv. Nú fimm árum seinna hefur myndast góð samvinna milli kynsjúkdómavarna ríkisins og samfélags homma í Havana. Miklu verr hefur reynst að

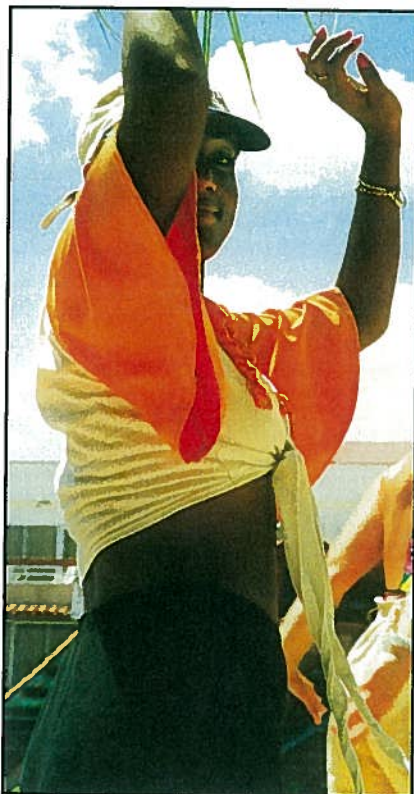
koma á samvinnu við vændiskonurnar.

„Það hefur reynst erfitt“, segir einn sérfræðinganna á stofnuninni, Maria Julia Fernandez. „Þær leynast, þær óttast að vera taldar tilheyra miklum áhættuhópi og að það verði fylgst með þeim og haft með þeim eftirlit.“ Þó að vændi sé ekki refsivert á Kúbu eiga konur sem stunda það á hættu að vera þvingaðar til að fara á „endurhæfingarstöð.“ Ríkisstjórnin lítur svo á að þær sér „hættulegir aðilar“ sem séu líklegar til að hafa tengsl við glæpaheiminn, til dæmis vímuefnasölu og klám. Í hegningarlögum eru „hættulegir aðilar“ skilgreindir sem þeir sem hneigjast til glæpastarfsemi eða „andfélagslegs“ framferðis sem stangist á við sósíalískt siðferði og raski jafnvægi í samfélaginu.

Við þessar aðstæður eru fá úrræði tiltæk fyrir heilbrigðisyfirvöld að ná til vændiskvenna. Þær njóta samt nákvæmlega sama aðgangs að ókeypis heilbrigðisþjónustu og aðrir íbúar landsins.

Heimild: sexwork.healthdev.net
nóvember 2002.

Þýðing: Guðni Baldursson.
Myndir: Birna Þórðardóttir 1996.



Verkir og verkjameðferð hiv-jákvæðra á Íslandi

Á tímabilinu janúar til maí árið 2002 fór fram rannsókn á verkjum og verkjameðferð hiv-jákvæðra á Íslandi. Rannsóknin var hluti af M.Sc. verkefni Jónu Valdisar Ólafsdóttur sem þá var fimmta árs nemi í lyfjafræði við Háskóla Íslands. Rannsóknin var unnin í samráði við Má Kristjánsson, yfirlækni smitsjúkdómadeildar Landspítalaháskólasjúkrahúss, Sigurð B. Þorsteinsson yfirlækni, dósent við læknadeild Háskóla Íslands og Sveinbjörn Gizurarson, prófessor við lyfjafræðideild Háskóla Íslands.

Um er að ræða þversniðsrannsókn (cross-sectional study) sem er þöruð sjúklingaviðmiðarannsókn (matched case-control study) að hluta til. Markmið rannsóknarinnar er tvíþætt.

Í fyrsta lagi var kannað hvort hiv-jákvæðir einstaklingar á Íslandi væru almennt með verki, það er umfang verkja var athugað og áhrif þeirra á daglegt líf. Algengi verkja og alvarleiki meðal hiv-jákvæðra var svo borið saman við samanburðarhóp sem samanstóð af hiv-neikvæðum blóðgjöfum. Einnig var kannað hvort munur væri á viðhorfum þessara tveggja hópa til verkjalyfjanotkunar.

Til þess að kanna umfang og alvarleika verkja, áhrif á lífsgæði og fleira, var spurningalisti sem innihélt 15 fjölvalsspurningar, lagður fyrir tvo hópa, sjúklingahóp og samanburðarhóp, alls 195 einstaklinga. Samanburðareinstaklingar voru paraðir við sjúklinga eftir kyni og aldri (+/-5 ár) og voru helmingi fleiri, það er tveir á móti hverjum einum sjúklingi. Úrtak samanburðarhóps var 130 hiv-neikvæðir einstaklingar, 34 konur (26,2%) og 96 karlar (73,8%). Úrtak sjúklingahóps var 65 hiv-jákvæðir einstaklingar, 17 konur (26,2%) og 48 karlar (73,8%).

Í öðru lagi var lyfjameðferð hiv-jákvæðra skoðuð. Gerð var úttekt á verkjalyfjagjöf ásamt veirulyfjameðferð og hvort um mögulegar



milliverkanir þessara lyfja væri að ræða, ásamt því hvort verkir gætu verið möguleg aukaverkun veirulyfja eða annarra lyfja sem einstaklingur var að taka. Upplýsingar um lyfjanotkun hiv-jákvæðra á tímabilinu október 2001 til febrúar 2002 voru fengnar úr

gagnagrunni sjúkrahús-apótekanna. Einnig voru gerðar athuganir á hvort fylgni væri milli verkja og veirumagns og/eða magns CD4+ frumna í blóðvökva. Sóttar voru í sjúkraskýrslur síðustu skráðar upplýsingar um fjölda CD4+ frumna og veirumagn í blóðvökva þeirra hiv-jákvæðu einstaklinga sem svöruðu spurningalistanum.

Niðurstöður rannsóknarinnar gefa til kynna að 22,2% hiv-jákvæðra á Íslandi eru með verki en 20,0% hiv-neikvæðra blóðgjafa og að styrkur eða alvarleiki verkja og áhrif á daglegt líf eru mun meiri meðal hiv-jákvæðra. Rannsóknin sýnir einnig að viðhorf hiv-jákvæðra til verkjameðferðar eru mismunandi og menn eru mis-sáttir við verkjameðferðina. Lyfjameðferð við verkjum virðist ekki vera nógu skilvirk. Erfitt reyndist að tengja verki við magn CD4+ frumna í blóðvökva, veirumagn eða ákveðin veirulyf þar sem svarshlutfall innan sjúklingahóps var ekki nógu hátt og fjöldi verkjasjúklinga því of lítill til að gefa óyggjandi niðurstöður.

Í stuttu máli má segja að rannsóknin gefi ákveðnar vísbendingar um að verkir hjá hiv-jákvæðum á Íslandi séu til staðar og að betri og virkari meðferð þurfi að koma til ef bæta á lífsgæði þessara einstaklinga.

Ritgerðina má nálgast í heild sinni á skrifstofu Alnæmissamtakanna eða á Landsbókasafni Íslands, Háskólabókasafni.

Við þökkum eftirtöldum veittan stuðning

Suðureyri

Klofningur ehf, Aðalgötu 59

Bolungarvík

Bolungarvíkurkaupstaður, Aðalstræti 12

Gná hf, Aðalstræti 21

Sparisjóður Bolungarvíkur, Aðalstræti 14

Verkalyðs- og sjómannafélag Bolungarvíkur, Hafnargötu 37

Ísafjörður

Ametyst, há- og förðunarstofa ehf, Mánagötu 2

Brattur ehf, Góuholti 8

Bylgjan, skipstjóra- og stýrimannafélag, pósthólf 144

Félag opinberra starfsmanna á Vestfjörðum,

Hafnarstræti 6

Fjórðungssamband Vestfirðinga, Ámagötu 2-4

Heilbrigðisstofnunin Ísafjarðarbæ, Torfnesi

Ísafjarðarbær, Stjómssýsluhúsinu

Ísafang hf, útlutningur sjávarafurða, Suðurgötu 12

Kjölr ehf, Urðarvegi 37

Krossnes ehf, Króki 2

Lögsýn ehf, Aðalstræti 24

Orkubú Vestfjarða hf, Stakkanesi 1

Tækniþjónusta Vestfjarða ehf, Aðalstræti 26

Vestfiskur ehf, Hnífsdalsvegi 29

Hólmavík og Strandir

Árneshreppur, Norðurfirði

Broddaneshreppur, Stóra-Fjarðarhorni

Sparisjóður Strandamanna, Hafnarbraut 19

Hólmavíkurhreppur, Hafnarbraut 19

Hrútafjörður

Kvenfélagið lðunn, Guðlaugsvík

Staðarskáli ehf, Stað Hrútafirði

Hvammstangi

Heilbrigðisstofnunin Hvammstanga, Spítalastíg 1

Blönduós og nærsveitir

Blönduósbaer, Húnabraut 6

Kvenfélag Svinavatnshrepps, Ytri-Löngumýri

Sveinsstaðahreppur, Hólabaki

Skagatrönd og nærsveitir

Kvenfélagið Hekla, Steinmýjarstöðum

Skagabyggð, Örlýgsstöðum II

Skagafjörður

Akrahreppur, Miklabæ

Heilbrigðisstofnunin Sauðárkróki, Sauðárhæðum

Hvít og svart ehf, Borgarfjöt 1

Kvenfélag Skefilstaðahrepps, Ketu á Skaga

Vörumiðlun ehf, Borgarfjöt 5

Siglufjörður

Egilsöld ehf, Gránugötu 27

Heilbrigðisstofnunin Siglufirði, Hvanneyrarbr. 37-39

Rafbær sf, Aðalgötu 32

Siglufjarðarkaupstaður, Gránugötu 24

Grimsey

Grimseyjarhreppur, Eyvík

Sigurbjörn ehf, útgerð, Öldugötu 4

Sæbjörg ehf, Öldutúni 3

Ólafsfjörður

Garðar Guðmundsson hf, Brekkugötu 25

Hjúkrunar- og dvalarheimilið Hornbrekka, Ólafsfjarðarvegi

Sparisjóður Ólafsfjarðar, Aðalgötu 14

Vélsmiðja Ólafsfjarðar hf, Múlavegi 3

Dalvík

Gunnar Nielsson sf, Aðalgötu 15

Hafnasamlag Eyjafjarðar bs, Ráðhúsinu

Vélvirki ehf, verkstæði, Sandskeiði 21

Akureyri og nærsveitir

Akureyrarkaupstaður, Geislagötu 9

Amarneshreppur, Möðruvöllum 2, Hörgárdal

Bautinn og Smiðjan, veitingasala, Hafnarstræti 92

Bitra ehf, Viðilundi 6h

Björn málarí ehf, Austurbyggð 10

Bókautgáfan Hólar ehf, Byggðavegi 101b

Egill Jónsson hf, tannlæknastofa, Hofsbót 4

Endurskoðun Norðurlands hf, Glerárgötu 28

Fjórðungssjúkrahúsið á Akureyri, Eyrarlandsvegi

G.V. Gröfur ehf, Óseyri 2

Hagþjónustan ehf, Skipagötu 14

Hártiskan sf, Kaupangi við Mýrarveg

Höldur ehf, Tryggvabraut 12

Knattspymufélag Akureyrar, KA-heimilinu Dalsbraut

Kvenfélagið Baldursbrá, Amarsíðu 10b

LAB ehf, Þórunnarstræti 114

Lostæti ehf, Naustatanga 1

Möl og sandur hf, Súluvegi 1

Pallaleigan ehf, Espilundi 14

Raf & Tækni ehf, Kaldbaksgötu 4

Rafeyri ehf, Hjalteyrargötu 20

Samherji hf, Glérárgötu 30

Sparisjóður Norðlendinga, Skipagötu 9

Tannlæknahúsið sf, Kaupangi við Mýrarveg

Tannlæknastofa Árna Páls Halldórssonar, Mýrarvegi

Teiknistofa H.Á., Furuvöllum 13

Vaxtaræktin Akureyri, Íþróttahöllinni við Skólastíg

Vélsmiðjan Ásverk ehf, Gránufélagsgötu 47

Ösp sf, trésmiðja, Gránufélagsgötu 45

Grenivík

Sparisjóður Höfðhverfinga, Ægissíðu 7

Húsavík og nærsveitir

Ferðaþjónustan Narfastöðum ehf, Narfastöðum,

Reykjadal

Húsavíkurkaupstaður, Ketilsbraut 9

Hvammur, heimili aldraðra, Vallholtsvegi 15

Norðurpóll ehf, Laugabrekku, Reykjadal

Sigurjón Benediktsson, tannlæknir, Kaldbaki

Skóbúð Húsavíkur, Garðarsbraut 13

Trésmiðjan Rein ehf, Rein, Reykjahverfi

Mývatn

Kísiliðjan hf, Reykjahlíð

Kópasker og nærsveitir

Kelduneshreppur, Lindarbrekku

Silfurstjarnan hf, Núpsmýri

Öxarfjarðahreppur, Bakkagötu 10

Raufarhöfn

Jökull ehf, Aðalbraut 4-6

Þórshöfn

Geir ehf, Sunnuvegi 3

Hraðfrystistöð Þórshafnar hf, Eyrarvegi 16

Þórshafnarhreppur, Langanesvegi 2

Vopnafjörður

Rafverkstæði Árna Magnússonar, Hafnarbyggð 1

Vopnafjarðahreppur, Hamrahlíð 15

Egilsstaðir og nærsveitir

Bókás ehf, Koltröð 4

Egilsstaðakirkja, Laugavöllum 19

Hitaveita Egilsstaða og Fella, Einhleypingi 1, Fellabæ

Jón Hlíðdal ehf, Reynivöllum 3

Jón Sigfússon, Lagarfélli 14, Fellabæ

Malarvinnslan hf, steinefnaíðnaður, Miðási 33-35

Snarvirki ehf, rafvelaverkstæði, Miðási 4

Trésmiðja Guðna Þórarinssonar, Másseli, Jökulsárhlíð

Verkfræðistofa Austurlands ehf, Selási 15

Reyðarfjörður

Gáma- og tækjaleiga Austurlands ehf, Búðareyri 15

Heilbrigðisstofnun Austurlands, Austurvegi 20

Eskifjörður

Hafnir Fjarðabyggðar, Strandgötu 49

Djúpvogur

Víðir og Alda ehf, Mörk 8a

Höfn og nærsveitir

Farfuglaheimilið Nýibær ehf, Hafnarbraut 8

Ferðaþjónusta bænda Stafafelli, Lóni

Nesjaskóli, Nesjum

Þjónustumiðstöðin SKG ehf, Höfðavegi 4

Kirkjubæjarklaustur

Heilsugæslustöð Kirkjubæjarklausturs, Skriðuvöllum 13

Kvenfélagið Hvöt, Teygingalæk, Fljótshverfi

Vík

Mýrdælingur ehf, Suðurvíkurvegi 2

Vestmannaeyjar

Frár ehf, Hásteinsvegi 49

Karl Kristmanns, umboðs- og heildverslun,

Ofanleitisvegi 15-19

Miðstöðin ehf, Strandvegi 65

Ós ehf, Illugagötu 44

Reynistaður ehf, Vesturvegi 10

Útgerðarfélagið Sæhamar ehf, Flötum 31

Vestmannaeyjabær, Ráðhúsinu

Hvolsvöllur og nærsveitir

Kvenfélagið Freyja, Austur-Landeyjum

Hella og nærsveitir

Kvenfélag Oddakirkju, Odda, Rangárvöllum

Lífeyrissjóður Rangæinga, Suðurlandsvegi 3

Dökkt útlit í alnæmismálum

Sigurlaug Hauksdóttir, félagsráðgjafi og Sigurður B. Þorsteinsson, smitsjúkdómalæknir, bæði starfandi á Landspítala Háskólasjúkrahúsi, tóku þátt í 14. alþjóðlegu alnæmisráðstefnunni sem haldin var í Barcelona á Spáni í júlí á þessu ári. Þarna á ráðstefnunni voru um 15.000 manns með ólíkan bakgrunn úr öllum heimsálfum. Þetta var fólk sem vinnur að grunnvísindum um alnæmisveiruna, lyfjameðferð og þróun lyfja, fólk sem fæst við almennar forvarnir og einnig tengjast þessu faraldsfræðilegir og félagslegir þættir. Umfjöllunarefnið voru afar fjölbreytileg.

Þessi ráðstefna er sérstök af því leyti að auk vísindamanna, lækna og félagsráðgjafa sækja hana ýmsir áhugamannahópar og sjúklingsamtök sem eru að berjast fyrir réttindum sínum. Ýmsir þessara hópa voru mjög sýnilegir á ráðstefnunni og þeir höfðu mjög ákveðnar skoðanir á sumum ræðumönnunum. Meðal annars var heilbrigðisráðherra Bandaríkjanna púaður niður og fékk ekki að segja eitt einasta orð, en hann átti að halda hálf tíma erindi á ráðstefnunni. Það var verið að mótmæla því hversu lágar upphæðir Bandaríkjamenn veita hlutfallslega til baráttunnar gegn útbreiðslu alnæmis, en mörg önnur lönd, til að mynda Danmörk, verja hlutfallslega 7 til 10 sinnum hærrí upphæðum til þessara mála en Bandaríkin. Mikil mótmæli voru við suma kynningarbása lyfjafyrirtækja á ráðstefnunni.

Um 40 milljónir manna í heiminum sýktar af hivveirunni

Það kom fram á ráðstefnunni að útlit alnæmismála í heiminum er dökkt, einkum í þróunarlöndunum, en nú eru um 40 milljónir manna sýktar af hiv. Fimm milljónir smituðust af sjúkdómnum í fyrra og þrjár milljónir manna létust úr alnæmi. Dánartíðni í Afríku fer enn beina leið upp á við og verða nú tvöfalt fleiri dauðsföll þar á ári en árið 1995. Í Vestur-Evrópu hef-



Greinarhöfundur í Barcelona ásamt Sigurði B. Þorsteinssyni sem er til vinstri á myndinni.

ur dánartíðni á sama tíma lækkað um 80%. Langt yfir 90% þeirra sem smitast af alnæmi og látast úr því eru íbúar þriðja heimsins, frá Afríku, suðurhluta Kína, Taílandi og einnig breiðist alnæmi hratt út í fyrrverandi Sovétríkjunum.

Samkvæmt yfirskrift ráðstefnunnar í ár var lögð áhersla á að tímabært væri að hefja aðgerðir gegn sjúkdómnum. Þegar Gro Harlem Brundtland varð yfirmaður Alþjóðaheilbrigðisstofnunarinnar, fyrir tveimur árum, sagði hún að hún vildi hætta að tala einungis um forvarnir og auka áherslu á aðgerðir. Nauðsynlegt væri að íbúar þriðja heimsins gæti átt kost á að kaupa sér ódýrari lyf. En lyfjafyrirtæki hafa áhyggjur af því að lyf sem seld eru ódýrt í þriðja heiminum fari bakdyramegin til Vesturlanda. Þetta dregur úr möguleikum þróunarlöndanna til að fá lyf á viðráðanlegu verði.

Það ríkja greinilega miklu meiri fordómar gegn alnæmi í Afríku en á Vesturlöndum. Sjúkdómurinn virðist almennt ekki ræddur þar, en á síðustu alnæmisráðstefnu sem haldin var í Afríku var kjörorðið „rjúfum þögnina“. Í sjö Afríkulöndum eru yfir 20% landsmanna sýktir af alnæmi og í þremur þeirra er hlutfallið yfir

30%. Þetta hefur orðið til þess að heilar kynslóðir vinnandi fólks hafa þurrkast út og eftir standa gamalmenni og börn.

Á ráðstefnunni kom fram að ekki væri rétt að horfa einungis á alnæmi sem heilbrigðisvandamál heldur einnig sem pólitískt mál. Það er hvers ríkis að taka ákvarðanir um hvort það vill loka augunum fyrir vandanum eða hvort það vill taka á honum með krafti og reyna að uppræta hann. Ljóst er að kostnaður við það yrði gríðarlega hár. Það myndi auk þess kosta mikla samvinnu meðal allra þjóða, en ljóst er að ef ekkert verður að gert eiga 45 milljónir manna til viðbótar þeim sem nú hafa sjúkdóminn eftir að smitast fyrir 2010.

Bóluefni gegn alnæmi ekki í sjónmáli

Ákveðinn hluti ráðstefnunnar var helgaður lyfjameðferð. Mörg lyf eru í þróun og var giskað á að a.m.k. 21 lyf væri ýmist farið í klínískar rannsóknir eða komið langleiðina. Nýtt lyf, sem nefnist T-20, vakti mikla athygli en það hindrar veiruna í að bindast yfirborði CD4-frumna sem er fyrsta skrefið í að fruman sýkist. Þetta er lyf sem þarf að sprautast undir húð tvisvar á dag og virðist hafa litlar aukaverkanir. Aukaverkanir af notkun þeirra alnæmislyfja sem nú eru á markaðnum eru margar og nýlega hefur komið fram rannsóknir sem benda til þess að tíðni snemmbærs kransæðasjúkdóms aukist við alnæmismeðferð.

Þau tíðindi bárust í íslenskum fjölmiðlum að fram hafi komið á ráðstefnunni að bóluefni gegn alnæmi væri á næsta leiti. Hér var mjög frjálsglega farið með staðreyndir. Umrædda frétt mátti rekja til blaðamannafundar sem maður að nafni Donald Francis hélt, en hann er forstjóri fyrirtækis sem heitir VaxGen. Að baki þessu er bóluefni sem samsett er úr tveimur mótefnavökum. Það hefur verið reynt á dýrum og veitir einhverja vörn, en mjög er deilt um yfirfærslugildi mótefnavakanna á menn. Engar niðurstöður eru komnar og þeirra er í raun ekki að vænta fyrr en eftir nokkur ár. Fullyrðingar um að virkt bóluefni verði komið á markað eftir tvö til þrjú ár eru því úr lausu lofti gripnar og það sem eftir var ráðstefnunnar var sífellt verið að draga úr þessari yfirlýsingu.

Robert Gallo, annar þeirra sem fundu veiruna fyrstir, var ómyrkur í máli á ráðstefnunni og sagði að allar hugmyndir sem byggðust á mótefnamyndun og jafnvel virkjun frumubundins ónæmis væru dæmdar til að mistakast. Hann sagðist hinsvegar vera með nýja hugmynd um myndun bóluefnis sem kæmi í veg fyrir að veiran kæmist inn í frumurnar. Þetta bóluefni yrði virkt gegn flestum stökkbreyttum hiv-stofnum og mætti nota bæði sem fyrirbyggjandi og í meðferð sýkingarinnar. Enn á eftir að koma í ljós hvort Gallo getur staðið við þessi orð. Það er mjög langt síðan fyrst var rætt á ráðstefnum að nú væru sjö ár þangað til tækist að finna lausn á vandanum og síðan hafa menn talað um önnur sjö ár, en engin varanleg lækning er enn í sjónmáli.

Ferðahömlur gagnvart hiv-smituðum í mörgum ríkjum

Í rannsókn á 185 ríkjum heims kom fram að flest þeirra hafa ferðahömlur gagnvart hiv-jákvæðum og sum leggja algert bann við að veita þeim landvistarleyfi. Einungis 63 lönd eru algerlega opin og er Ísland þar á meðal. Þetta sýnir anga þeirrar fordæmingar sem ríkir gegn hiv-smituðum.

Sum lönd sem hafa verið talin mjög frjálsslynd eru nýlega farin að setja hömlur á landvistarleyfi fyrir hiv-smitaða. Sem dæmi má nefna Kanada og í Svíþjóð eru menn jafnvel farnir að herða á reglum varðandi þetta. Heilbrigðisráðherra Spánar, kona sem átti að halda erindi á ráðstefnunni, var þúuð niður. Gekk sá orðrómur á ráðstefnunni að ástæða þess hafi verið sú að hluti smitaðs fólks sem kom á ráðstefnuna frá Asíuríkjum hefði ekki fengið landvistarleyfi á Spáni af hræðslu við að það myndi ekki fara aftur frá landinu.

Margir gagnkynhneigðir hafa smitast á undanförunum árum

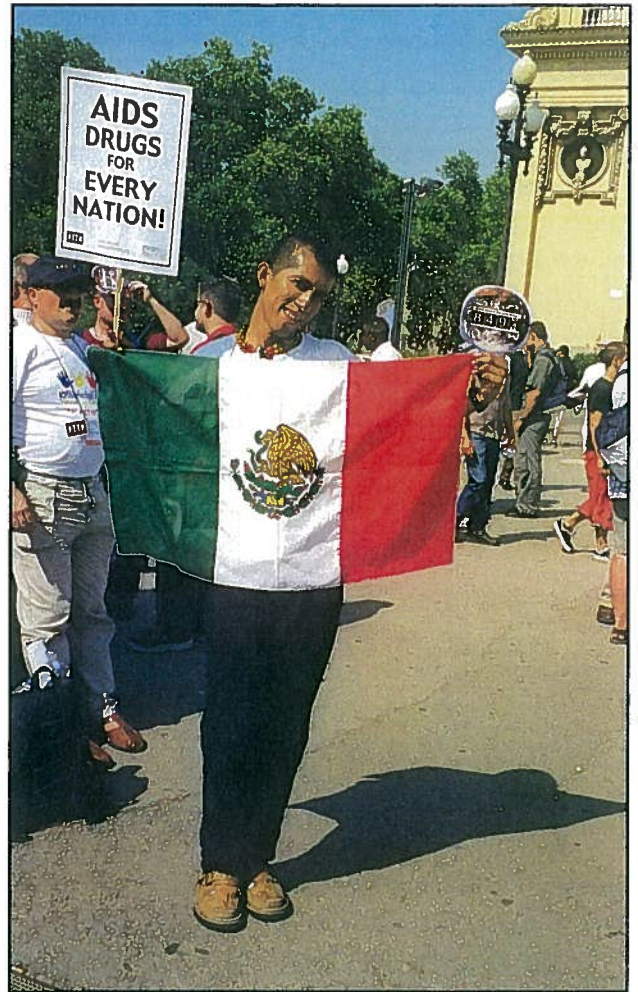
Í mörgum löndum í Evrópu greinast nú fleiri gagnkynhneigðir hiv-jákvæðir en áður. Það hafa fáar herferðir verið í gangi, einnig hér á landi, síðan þessi breyting varð á og þarf að upplýsa þetta fólk betur um hættuna. Herferð-

ir virðast auka þekkingu fólks, en þær skila sér ekkert endilega í ábyrgari kynlífshegðun. Það er því mikilvægt að finna leiðir sem geta breytt hegðun fólks. Á þessari ráðstefnu var bent á fjölmargar rannsóknir þar sem kynfræðsla meðal ungs fólks hefur sýnt sig að hafa jákvæð áhrif á hegðun þeirra. Það byrjaði meðal annars seinna að stunda kynlíf og þegar það byrjaði notuði það frekar getnaðarvarnir. Það er mikilvægt að kynna sér þessar rannsóknir betur og sjá hvort ekki sé hægt að nýta þær hér heima.

Á Íslandi eru tveir þriðju hlutar þeirra sem hafa greinst með alnæmi frá 1999 gagnkynhneigt fólk og flestir sem greinast eru á aldrinum 25-30 ára. Á heimsvísu er helmingur þeirra sem greinast ungt fólk á aldrinum 15-24 ára og það er nú þriðjungur hinna smituðu í heiminum. Á ráðstefnunni kom fram gagnrýni á að það vantaði talsmann þessa hóps, en það voru einungis 200 af 15.000 ráðstefnugestum á þessum aldri. Þrátt fyrir að meðferð fyrir alla alnæmissjúka á jörðinni sé réttlát og eðlileg, því líf og heilsa allra ætti að vera jafnmikils virði, þá eru forvarnir það líka. Þau u.þ.b. 99% jarðarbúa sem ekki eru smituð þurfa líka að fá upplýsingar um sjúkdóminn.

Meðferðarbjartsýni ríkjandi

Á undanförnum árum hefur farið að gæta svokallaðrar meðferðarbjartsýni á Vesturlöndum. Hún felur í sér hugarfarsbreytingu hjá ungu fólki sem sé farið að líta á hiv-sýkingu sem hvert annað óhapp sem hægt sé að ráða við með viðeigandi meðferð, en fáar rannsóknir hafi verið gerðar á gagnsemi hiv-meðferðar varðandi smithættu. Í nokkrum vestrænum borgum hefur tala þeirra sem greinst hafa með sjúkdóminn tvöfaldast á síðustu sjö árum. Þetta tengist greinilega ákveðnu áhættulífni sem var algengt í upphafi alnæmisfaraldursins en lognaðist út af þegar umræða um sjúkdóminn komst í há mæli. Það er því að mörgu að huga, enda ekki gott ef góður meðferðarárangur er hvetjandi fyrir smit. Það er alls staðar í heiminum mikið áfall að greinast með hiv og afleiðingar þess geta verið töluverðar, tilfinningalega og félagslega. Fordómar sem tengjast sjúkdómnum verða oft til þess að fólk stendur mjög eitt í að takast á við hann. Einnig eru alltaf einhverjir sem þola ekki lyfin, stöðugt



Einn þeirra sem tók þátt utan ráðstefnusalár.

fleiri hætta að þola þau eða fólk hættir meðferð vegna mikilla aukaverkana. Þetta gerir það einnig að verkum að hiv-jákvætt fólk sem upplifir sig líkamlega frískt lifir oft í viðvarandi andlegu kreppuástandi vegna óryggis um framvindu sjúkdómsins.

Sigurlaug Hauksdótti, félagsráðgjafi, vann þessa grein upp úr viðtali við hana og Sigurð B. Þorsteinsson, smitsjúkdómalækni, sem birtist í Morgunblaðinu 27. júlí 2002.

SMITH & NORLAND

Umræður um alnæmi í Suðursveit

Ingi Rafn Hauksson, forvarnarfulltrúi Alnæmissamtakanna, heimsótti alþjóðlegar samarbúðir Rauða krossins á Hrollaugstöðum í Suðursveit dagana 27. júní - 2. júlí síðasta sumar, en þar komu saman 75 ungmenni á aldrinum 15-25 ára frá 12 löndum.

Þátttakendur í samarbúðunum eru allir sjálfbóðaliðar Rauða krossins eða Rauða hálfmánans og komu frá Bandaríkjunum, Danmörku, Finnlandi, Þýskalandi, Sviss, Júgóslavíu, Albaníu, Suður-Afríku, Lesóto, Burma, Palestínu og Íslandi. Töluð er enska í samarbúðunum. Búðir af þessum toga eru góður vettvangur fyrir ungt fólk af ólíku þjóðerni til að kynnst og samþætta ólíka reynslu sína og hugmyndir um verkefni sem þau eru að vinna að hvert í sínu landi.

Ingvi Rafn fræddi viðstadda með tölulegum upplýsingum um útbreiðslu alnæmis og smitleiðir en lagði megináherslu á persónulega reynslu og hvernig sjúkdómurinn hefur haft áhrif á hann og hans nánustu. Hann hafði óskipta athygli allra viðstaddra og voru allir sammála um að einlæg fásögn hans hefði verið áhrifarík.

Fulltrúar suður-afríska Rauða krossins flutt einnig erindi um stöðuna í sínu heimalandi og sögðu meðal annars frá óeigingjörnu starfi sjálfbóðaliða Rauða krossins í þágu þeirra fjölmörgu sem eru komnir með alnæmi.

Í kjölfarið skiptu þátttakendur sér í hópa sem unnu að tillögum að forvarnarverkefnum. Margar áhugaverðar hugmyndir fæddust í

hópvinnunni sem nýtast örugglega í áframhaldandi forvarnarstarfi ungmennahreyfinga Rauða krossins í þeim löndum sem áttu fulltrúa á samarbúðunum.



Ungmennahreyfing Rauða kross Íslands hefur síðustu ár unnið að verkefnum með það að markmiði að fræða jafnaldra sína um alnæmi og kynsjúkóma með ýmsum hætti. Á þessu ári hefur hreyfingin til dæmis dreift veggspjaldi víða um land og afhent smokkalyklakippur og póstkort fyrir verlsunarmannahegina með áróðri um notkun smokkins. Þess má einnig geta að þann 8. maí síðastliðinn hóf alþjóðasamband Rauða krossins og Rauða hálfmánans alheimsátak undir yfirskriftinni: Sannleikurinn um alnæmi

*Konráð Kristjánsson
starfsmaður Rauða kross Íslands*


NÓI SÍRÍUS



Róbert G. Róbertsson
SKRÚÐGARÐYRKJUMEISTARI

Fræðslu- og forvarnarverkefni Alnæmissamtakanna á Íslandi

Umræðan hér á landi um hiv og alnæmi, smit og smitleiðir hefur legið í dvala um langan tíma. Margir tengja þetta við þau lyf sem komu fram í febrúar 1996 og að þá hafi mest öll umræða fallið niður. En hiv-veiran hvarf ekki með komu lyfjana og enn er fólk að smitast og deyja úr alnæmi og lækning er engin. Hiv-veiran fer ekki í manngreinarálit og kynhneigð er henni óviðkomandi.

Alnæmissamtökin á Íslandi ákváðu í samráði og samvinnu við Landlæknisembættið að hrinda af stað fræðslu- og forvarnarverkefni fyrir nemendur í 9. og 10. bekk grunnskóla. Verkefnið er svo styrkt af Landlæknisembættinu og Hjálparstarfi kirkjunnar.

Undirritaður fór í ferðalag um Norðausturland og heimsótti grunnskólana á því svæði. Ferðin hófst á Vopnafirði þar sem ósvikið norðlenskt veður með snjó og sólskini tók á móti okkur og gerði það ferðina mun ánægjulegri.

Farið var í grunnskóla á Norðurlandi austanverðu, byrjað á Vopnafirði og endað tveimur vikum seinna á Ólafsfirði. Heimsóttir voru 26 grunnskólar þar sem um 770 nemendur í 8., 9. og 10. bekk auk kennara hlýddu á fræðsluna. Fæstir voru nemendurnir þrír og flestir 125. Skólarnir voru á eftirtöldum stöðum: Vopnafirði, Þórshöfn, Raufarhöfn, Öxarfirði, Húsavík, Hafnalæk, Laugum, Reykjahlíð, Grenivík, Svalbarðseyri, Dalvík, Svarfaðardal, Árskógsströnd, Hrísey, Pelamörk, Ljósavatnsskarði, Hrafnagili og Ólafsfirði og svo sjö skólar á Akureyri og nágrenni.

Móttökurnar voru alls staðar mjög góðar og nemendur til fyrirmyndar. Nemendurnir hlustuðu af athygli og á flestum stöðum voru spurningar bornar fram. Ýmist um persónulega reynslu undirritaðs eða almennar spurningar um smit og smitleiðir.

Spurningar voru af ýmsum toga og hér eru nokkrar þeirra:

Hvernig líður þér núna, hafa lyfin byggt upp ónæmiskerfið, eftir hve langan tíma fer sjúkdómurinn af stað, getur þú smitað aðra á meðan þú ert á lyfjunum, hvað er það versta við að vera hiv-smitaður, tekur þú lyf á hverjum degi, er smokkurinn eina vörnin, er í lagi að vera með hiv-smituðum og nota smokkinn, er ekki hægt að skylda ákveðna aldurshópa í mótefnaþælingu, læknastrá þú aldrei, hvað geri ég ef ég smitast, eru ekki einhver einkenni sem gefa til kynna að ég er smitaður, er engin vörn í því að vera á pillunni, hvað með þá sem þola ekki lyfin, afhverju eru svona miklu fleiri

karlmenn smitaðir, byrjar lyfjameðferð um leið og maður greinist, hvernig er hiv greint?

Það kom fljótlega í ljós að þekking var frá því að vera engin til lágmarksþekkingar á smitleiðum. Erfitt fyrir flesta að skynja alvarleika þess að lifa óábyrgu kynlífi og þar af leiðandi skelfilegum afleiðingum þess að greinast hiv-jákvæður. Það var eins og allt þetta væri langt frá þeim og óraunverulegt. „Þetta gerist ekki hjá mér.“ Þekking var alloft til staðar en áberandi skortur á getu til að tengja þetta við þau sjálf og kynlíf almennt.

Spurningarnar bentu til þess að nemendur væru fúsir til að fræðast um þessi mál. Þrátt fyrir góðan vilja hefur þögnin sem ríkt hefur um hiv og sjarlægð sjúkdómsins í umfjöllun gert það að verkum að greinilegt var að óttinn við að þau (nemendurnir) eða einhver þeim skyldur gætu smitast var afar sjarlægur. Áður fyrr var þetta sjúkdómur homma, í dag er hann í Afríku! Það kom þessvegna nemendum og mörgum kennurum á óvart að gagnkynhneigðir væru að smitast í þeim mæli sem raun er. Sérstaklega þó hvað fjölgun smitaðra er áberandi hjá ungum konum í dag.



Greinarhöfundur í Húsavíkurskóla 23. október.



Nemendur Dalvíkurskóla sóttir heim,
25. október ...



... og Litlulaugaskóla 23. október.

Framtaksleysi stjórnvalda hefur orðið til þess að fjarlægð hefur aukist milli fólks og sjúkdómsins og falskt öryggi myndast smátt og smátt. Mikilvægi stöðugar fræðslu er augljóst og öll forvarnarstarfsemi nauðsynlegri en orð fá lýst. Til lengdar er það gæfuríkara fyrir samfélagið, að leggja fé í forvarnavinnu en að kaupa dýr lyf og byggja sjúkrahús yfir þegar veikt fólk. Er ekki betra að „bygja brunninn áður en barnið er döttið ofan í“? Til þess að þetta verði að raunveruleika verður að koma til hugarfarsbreyting hjá þeim er ráða yfir fjármagni okkar. Það þarf hugrekki og þolinmæði til að framkvæma. Breyta um stefnu og þora að hafa hugsjónir sem ná fram yfir næsta kjörtímabil. Forvarnarstarfsemi sem langtímamarkmið er eina leiðin til að breyta um stefnu og taka ábyrgð á heilbrigðismálum okkar.

Ferð þessi var afar ánægjuleg og fróðleg og sagði margt um stöðu forvarnarmála í dag. Ungu fólkið er fallett og efnilegt en þarf leiðsögn okkar eldri til að þroskast og taka ábyrgð á lífi sínu. Þögn um alvarleg málefni gefur ranga mynd af hlutunum og er hættuleg!

Niðurstaða ferðarinnar er að aldrei er of oft undirstríkað mikilvægi þess að ræða saman, eyða vanþekkingu og fordómum og opna fyrir almenna og eðlilega umræðu um kynlíf og allt sem því fylgir. Látum ekki vanþekkingu fortíðarinnar eyðileggja framtíð okkar!!

Percy B. Stefánsson

Forvarnarverkefnið

Stutt af Landlæknisembættinu og Hjúparstarfi kirkjunnar

Umræða hér á landi um hiv og alnæmi, smit og smitleiðir hefur legið í láginni í langan tíma. Álit margra virðist að lyfjameðferðin nýja, sem hófst hér 1996, hafi leyst allan vanda. En því miður er ekki svo og enn er fólk að deyja hér á landi úr alnæmi.

Alnæmissamtökin hafa allengi haft í undirbúningi að skipuleggja fræðslu- og forvarnarverkefni fyrir nemendur efstu bekkja grunnskóla landsins og er markmiðið að heimsækja alla grunnskóla. Til þessa hefur þó skort fjármagn. Nú hefur ræst úr þannig að unnt hefur verið að hefjast handa.

Landlæknisembættið ákvað að styrkja þetta verkefni með fjárframlagi og einnig með beinni þátttöku. Hjúparstarf kirkjunnar ákvað ennfremur að láta hluta af árlegri páskaöfnun ganga til þessa verkefnis og hefur stuðningur þessara aðila gert kleift að hrinda verkefninu í framkvæmd.

Ljóst var í upphafi að ekki myndi þessi stuðningur þó nægja til þess að ljúka yfirferð um allt land og var ákveðið að láta landsbyggðina hafa forgang og reyna þá síðar að herja út fjárframlög til þess að ljúka suðvesturhorninu. Leitað hefur verið eftir stuðningi frá fjárlaganefnd Alþingis, en það á eftir að koma á daginn hvort við því verður orðið.

Verkefnið hófst þann 21. október síðastliðinn. Þegar þetta er ritað hafa skólar á Vestfjörðum, Austfjörðum og Norðurlandi verið sóttir heim, alls hátt í 2000 nemendur í efstu bekkjum skólanna. Undirtektir, bæði nemenda og kennara, hafa verið afar góðar og greinilegt að þörfin fyrir fræðslu sem þessa er mikil. Allir skólar eru sóttir heim, án tillits til þess hve margir nemendurnir eru, vegna þess einfaldlega að hver og einn skiptir máli.

Þótt fræðslan snúist einkum um hiv og alnæmi varðar hún varnir gegn kynsjúkdómum almennt og miðar að því að uppfæða unglingana um mikilvægi þess að sýna ábyrgð í eigin athöfnum. Það er nú einu sinni þannig að enginn á nema eitt líf.

Birna Þórðardóttir



Jónas P. Þórisson framkvæmdastjóri Hjúparstarfs kirkjunnar afhendir framkvæmdastjóra Alnæmissamtakanna ávísun að upphæð 1.000.000 króna. Formaður Alnæmissamtakanna stendur hjá.

Frá Evrópsku alnæmis meðferðarsamtökunum

Hver eru þau, hvað gera þau, hvernig og hvers vegna?

Hver eru þau?

Evrópsku alnæmis meðferðarsamtökin (EATG - European Aids Treatment Group) stofnuð 1991, eru samtök fólks sem hafa orðið fyrir barðinu á hiv og alnæmi og hafa áhuga á meðferðarmálum. Rúmlega 100 manns frá 20 löndum eru félagar, sem einstaklingar, og flestir vinna þeir fyrir þjónustustofnanir tengdar alnæmi í heimalöndum sínum. Sérfræðipækning okkar er til komin af eigin reynslu sem hiv-jákvætt og neikvætt fólk, þjónustustarfsmenn og/eða aðilar í samfélögum sem berjast við alnæmi. Sum okkar hafa vísindalegan eða læknisfræðilegan bakgrunn en önnur hafa öðlast sérfræðipækningu með mikilli vinnu að eigin frumkvæði.

EATG er skráð líknarfélag samkvæmt þýskum lögum. Skrifstofan er í Düsseldorf í Þýskalandi.

Hvað gera þau?

Tilgangur EATG er:

- Að tryggja að hámarksfjöldi fólks með hiv og alnæmi í Evrópu hafi skjótan aðgang að bestu mögulegu meðferð á hverjum tíma, þar með talið meðferðartilraunum og eftirlitsprófum.
- Að bæta aðgengi að fánlegum upplýsingum um nýja meðferðarmöguleika með nýtingu margs konar miðla.
- Að gera hiv-jákvæðum og málsvörum þeirra kleift að leggja eins mikið af mörkum og framast er unnt í ferli lyfjaprófunar og viðurkenningar, sem og til ferla sem ráða aðgengi að lyfjum í hverju landi. Til að ná þessum tilgangi hefur EATG skilgreint eftirfarandi markmið:
- Að vinna að því að viðtækum aðgengisáætlunum fyrir vænleg tilraunalyf verði komið skjótt í framkvæmd í eins mörgum Evrópulöndum og mögulegt er.
- Að stuðla að almennum umönnunar- og meðferðarstaðli fyrir alla sem lifa við hiv, byggðum á skjótri nýtingu nýjustu framfara á sviði hiv- og alnæmisumönnunar.
- Að bæta skilvirkni og hraða lyfjaprófunar og viðurkenningarkerfa og efla réttindi hiv-jákvæðra og málsvara þeirra til að taka þátt í hönnun og stjórn lyfjaprófana.

Hvers vegna?

Nú er rösklega tylft lyfja í ýmsum samsetningum notuð gegn hiv í Evrópu. Allmörg fleiri lyf eru í þróun. Meðferð með lyfjasamsetningum er erfið og hefur tilteknar hættur í för með sér. Ein hættan er sú að upp

komi lyfjaónæmir hiv-stofnar sem geta orðið að almennum heilbrigðisvanda. EATG-samtökin voru stofnuð sem vettvangur til að stuðla að aukinni vitund um þessi mál og veita þátttakendum í meðferðarbaráttu tækifæri til að skiptast á upplýsingum og sérfræðipækningu um þau. Til að ná þeim markmiðum vinnur EATG með lykilaðilum á sviði hiv og alnæmis, svo sem óháðum félagasamtökum, læknum, embættismönnum einstakra landa og Evrópusambandsins og lyfjafyrirtækjum.

Hvernig?

Við höfum komið á fót virku sambandi við embættismenn Evrópsku lyfjamatsstofnunarinnar (European Medicines Evaluation Agency eða EMEA) til að tryggja viðtækara og réttmætara aðgengi að meðferð.

Við stofnuðum Evrópuráðgjafarnefnd (European Community Advisory Board eða ECAB) þar sem fólk úr samfélögum sem glíma við hiv og alnæmi starfar með lyfjafræðifyrirtækjum að því að endurskoða hönnun klínískra tilrauna og síðfræði þeirra, stuðla að bestu aðferðum við framkvæmd þeirra, fylgjast með tilraunum sem standa yfir og hafa gagnverandi áhrif á rannsóknarmenn og einnig á samfélag hvernar þjóðar.

Við höfum þjálfað meira en 200 meðferðarbaráttumenn á fjórum þjálfunarráðstefnum í Suður- og Austur-Evrópu.

Við höfum útbúið fræðsluefni á allmörgum tungumálum, svo sem ensku, frönsku, ítölsku, portúgölsku og spænsku. Þar á meðal er myndband um meðferðarstjórn og tímarit, Evrópskar alnæmis meðferðarfréttir (European AIDS Treatment News eða EATN), sem er kostað af framkvæmdastjórn Evrópusambandsins.

Við höfum komið á stöðugu sambandi við framkvæmdastjórnardeildir Evrópusambandsins sem sjá um lyfjamál, heilbrigðismál, rannsóknir og neytendamál og hjá okkur hefur verið leitað umsagnar um ýmsar aðgerðir framkvæmdastjórnarinnar.

Við höfum skipulagt hiv-meðferðarnámskeið með þátttöku þingmanna á ráðgjafarþingi Evrópuráðsins. Við eigum aðild að sérfræðingahópi sem skilgreinir bestu aðferðir við hiv-meðferð hjá Evrópsku alnæmislækningasamtökunum (European AIDS Clinicians Society).

EATG-samtökin sjá til þess að rödd samfélags þeirra sem glíma við hiv og alnæmi heyrist á alþjóðlegum ráðstefnum um hiv og alnæmi, síðast á heimsráðstefnunni um alnæmi í Barcelona 2002 og á sjöttu alþjóðlegu ráðstefnunni um lyfjameðferð gegn hiv-smiti í Glasgow 2002.

Úr kynningarbæklingi



Elsa Friðfinnsdóttir aðstoðarmaður heilbrigðisráðherra afhenti Alnæmissamtökunum peningagjöf í tilefni af opnun nýrrar heimasíðu samtakanna. Birna Þórðardóttir, formaður samtakanna, tók við gjöfinni.

Góðir gestir á 1. desember og fleiri dögum

Þann 1. desember síðastliðinn, á alþjóðlegum baráttudegi gegn alnæmi, var opnuð ný heimasíða Alnæmissamtakanna. Í tilefni þess var gestum boðið í húsnæði samtakanna að Hverfisgötu 69, félagsmönnum og velunnurum öllum, auk blaðamanna og fulltrúa ýmissa samtaka og stofnana.

Haraldur Briem sóttvarnalæknir Landlæknisembættisins veitti Alnæmissamtökunum þann heiður að opna síðuna formlega og fórst honum það vel úr hendi sem vænta mátti.

Elsa Friðfinnsdóttir aðstoðarmaður Jóns Kristjánssonar heilbrigðisráðherra mætti fyrir hönd ráðherra og færði samtökunum peningagjöf frá ráðuneytinu sem var góður styrkur til að standa straum af kostnaði við heimasíðuna nýju.

Heilbrigðisráðherra kom síðar í heimsókn til samtakanna ásamt aðstoðarmanni sínum og þáði léttan hádegisverð. Tækifærið var notað til að útskýra þau margvíslegu verkefni sem Alnæmissamtökin sinna.

-bp-

HÓPSTARF MEÐ GAGNKYN- HNEIGÐUM HIV-JÁKVÆÐUM

Í fjögur ár hafa gagnkynhneigðir hiv-jákvæðir hist eina kvöldstund í mánuði í húsnæði Alnæmissamtakanna. Sigurlaug Hauksdóttir félagsráðgjafi hefur haft umsjón með þessum kvöldum. Þarna er ýmislegt rætt sem tengist hiv, utanaðkomandi gestir/sérfræðingar koma í heimsókn og oft er slegið á léttu strengi. Hópurinn samanstendur núna af 14 konum og körlum á öllum aldri, en allir gagnkynhneigðir hiv-jákvæðir eru velkomnir að vera með. Þau sem vilja fá nánari upplýsingar eða vera með í hópnum eru beðin að hafa samband við Sigurlaugu í síma 543 9131/1000 á Landspítala Fossvogi.

FÉLAGSRÁÐGJAFI HIV-JÁ- KVÆÐRA OG AÐSTANDENDA



Sigurlaug Hauksdóttir félagsráðgjafi er til viðtals mánudaga, miðvikudaga og eftir hádegi föstudaga á Landspítala Fossvogi, í síma 543 9131/1000. Á miðvikudögum kl. 14-16 eru viðtalstímar hjá Alnæmissamtökunum á

Íslandi í síma 552 8586. Sigurlaug leiðir hópstarf fyrir hiv-jákvæða og einnig fyrir aðstandendur hiv-jákvæðra. Starfið fer fram á kvöldin í húsi Alnæmissamtakanna. Einnig sér hún um kynningu og fræðslu fyrir félög, faghópa, stofnanir, skóla og aðra þá sem áhuga hafa á að fræðast um hiv hjá börnum, unglingum og fullorðnum.

MINNINGARGUÐSPJÓNUSTA

Alnæmissamtökin hafa árlega staðið að minningarguðspjónustu um þá sem látist hafa úr alnæmi. Er hún haldin síðasta sunnudag í maí sem ber ekki upp á hvítasunnudag og hefur stundum verið útvarpað á Rás 1.

Fordómar og útskúfun

Tveggja ára áætlun Alþjóðaheilbrigðisstofnunarinnar í baráttunni gegn alnæmi 2002-2003

A vegum Sameinuðu þjóðanna vinna margar alþjóðlegar stofnanir saman að alnæmismálum í heiminum undir heitinu UNAIDS. Alþjóðlegi alnæmisdagurinn hefur verið haldinn 1. desember ár hvert síðan 1988. Viðfangsefni dagsins í ár er: *Fordómar og útskúfun*. Efnt er til tveggja ára alþjóðlegs átaks undir þessu heiti árin 2002 og 2003.

Fordómar og útskúfun eru aðaltálmargagnlegra forvarna gegn hiv og alnæmi, fordómar og ótti koma í veg fyrir að fólk með hiv og al-

næmi viðurkenni stöðu sína opinberlega. Fólk sem er hiv-jákvætt eða er grunað um að vera með hiv eða alnæmi á að hætta að fá ekki almenna heilsugæslu, vera neitað um húsaskjól og atvinnu, verða hafnað af vinum og samstarfsfólki, fá ekki líftryggingu og verða neitað um landvistarleyfi í ýmsum löndum. Í öðrum tilfellum er fólk látið yfirgefa fjölskyldu sína og heimili, er af maka sínum eða verður fyrir andlegu og líkamlegu ofbeldi, stundum jafnvel myrt. Fordæmingin sem tengd er hiv og al-

Tala hiv-smitaðra og alnæmissjúkra í heiminum miðað við árslok 2001

Dálfyrirsagnir:

- I Upphaf faraldursins
- II Fullorðnir og börn á lífi með hiv eða alnæmi
- III Fullorðnir og börn sem smituðust af hiv á árinu 2001
- IV Tíðni hiv og alnæmis meðal fullorðinna (15-49 ára), %
- V Hlutfall kvenna meðal fullorðinna með hiv eða alnæmi, %
- VI Helstu smitleiðir: G = kynmök karls og konu, S = kynmök karla, V = vímuefnanotkun með sprautu

	I	II	III	IV	V	VI
Afríka sunnan Sahara	Um 1980	28.100.000	3.400.000	8,4	55	G
Norður-Afríka og Miðausturlönd	Fyrir 1990	440.000	80.000	0,2	40	G, V
Suður- og Suðaustur-Asía	Fyrir 1990	6.100.000	800.000	0,6	35	G, V
Austur-Asía og Kyrrahafslönd	Fyrir 1990	1.000.000	270.000	0,1	20	V, G, S
Mið- og Suður-Ameríka	Um 1980	1.400.000	130.000	0,5	30	S, V, G
Karíbahaf	Um 1980	420.000	60.000	2,2	50	G, S
Austur-Evrópa og Mið-Asía	Eftir 1990	1.000.000	250.000	0,5	20	V
Vestur-Evrópa	Um 1980	560.000	30.000	0,3	25	S, G
Norður-Ameríka	Um 1980	940.000	45.000	0,6	20	S, V, G
Ástralía og Nýja-Sjáland	Um 1980	15.000	500	0,1	10	S
Alls		40.000.000	5.100.000	1,2	48	



næmi erfist oft kynslóða á milli, með því tilfinningalega álagi sem leggst á börn, sem jafnvel hafa misst foreldra sína úr sjúkdómnum, sem ekki má tala um.

Með þessu átaki Alþjóðaheilbrigðisstofnunarinnar er ætlunin að vekja athygli á fordómum og útskýfun, hvetja fólk til að brjótast í gegnum múra þagnarinnar svo að forvarnir, umönnun sjúkra og fræðsla um hiv og alnæmi megi verða áhrifameiri. Aðeins með því að horfast í augu við fáfræði og fordóma mun takast að sigra í baráttunni við alnæmi.

Málefni alþjóðlega alnæmisdagsins hafa verið þessi frá upphafi:

- 1988 Veröldin sameinuð gegn alnæmi
- 1989 Okkar líf og okkar heimur - látum okkur annt hverju um annað
- 1990 Konur og alnæmi
- 1991 Deilum ábyrgðinni
- 1992 Alnæmi - ábyrgð samfélagsins
- 1993 Kominn tími til athafna
- 1994 Alnæmi og fjölskyldan
- 1995 Sameiginleg réttindi, sameiginleg ábyrgð
- 1996 Einn heimur - ein von
- 1997 Börn í heimi alnæmis
- 1998 Afl til breytinga - heimsátak meðal ungmenna gegn alnæmi
- 1999 Hlustum, lærum, lifum - heimsátak meðal barna og ungmenna gegn alnæmi
- 2000 Alnæmi - afstaða karla skiptir máli
- 2001 Snertir mig - en þig?
- 2002 Fordómar og útskýfun

Tala hiv-smitaðra og alnæmissjúkra á Íslandi frá upphafi miðað við 30. júní 2002

Tafla 1.

Dreifing hiv-smitaðra eftir smitleiðum og áhættuhegðun

Hópar einstaklinga	Karlar	Konur	Alls	%
1. Hommar/tvíkynhneigðir (kynmök)	81	-	81	52
2. Fikniefnaneytendur (í æð)	16	2	18	11
3. Gagnkynhneigðir (kynmök)	24	25	49	31
4. Blóðþegar	-	4	4	3
5. Móðir til barns	-	1	1	1
6. Annað og óþekkt	2	1	3	2
Alls	123	33	156	100

Tafla 2.

Aldur hiv-smitaðra við greiningu

Aldur	Karlar	Konur	Alls	%
0-9 ára	-	1	1	1
10-19 ára	1	3	4	3
20-29 ára	44	16	60	38
30-39 ára	45	7	52	33
40-49 ára	24	1	25	16
50-59 ára	9	2	11	7
60 ára og eldri	-	3	3	2
Alls	123	33	156	100

Tafla 3.

Aldur alnæmissjúkra 30. júní 2002 eða við dauða

Aldur	Karlar	Konur	Alls	%
0-9 ára	-	-	-	-
10-19 ára	1	-	1	2
20-29 ára	5	2	7	13
30-39 ára	25	1	26	50
40-49 ára	12	-	12	23
50-59 ára	3	2	5	10
60 ára og eldri	-	1	1	2
Alls	46	6	52	100

Tafla 4.

Einstaklingar greindir með hiv-smit og alnæmi og dánir af alnæmi

Ár	Með hiv-smit			Með alnæmi			Dánir		
	Karlar	Konur	Alls	Karlar	Konur	Alls	Karlar	Konur	Alls
1983	1	-	1	-	-	-	-	-	-
1984	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1985	15	1	16	1	-	1	1	-	1
1986	11	2	13	3	-	3	-	-	-
1987	4	1	5	1	-	1	2	-	2
1988	10	3	13	3	2	5	1	1	2
1989	5	1	6	3	-	3	-	-	-
1990	5	-	5	3	-	3	4	1	5
1991	8	2	10	6	2	8	2	-	2
1992	10	1	11	3	-	3	2	-	2
1993	2	1	3	6	1	7	7	1	8
1994	6	2	8	5	1	6	4	1	5
1995	5	2	7	4	-	4	3	-	3
1996	4	2	6	3	-	3	1	-	1
1997	8	1	9	1	-	1	1	-	1
1998	5	3	8	2	-	2	-	-	-
1999	7	5	12	-	-	-	1	-	1
2000	7	3	10	1	-	1	1	-	1
2001	9	2	11	1	-	1	-	1	1
2002*	1	1	2	1	-	1	-	-	-
Alls	123	33	156	46	6	52	30	5	35

*Til 30. júní

Heimild: Sóttvarnalæknir, landlæknir

Spurningar fyrir unglinga um hiv og alnæmi

Krossaðu við rétt eða rangt svar

1. Ég get smitast af hiv í sundlaug, heitum potti eða við að snerta hiv-jákvæðan einstakling.	Rétt <input type="checkbox"/>	Rangt <input type="checkbox"/>
2. Fólk sem er smitað af hiv lítur öðruvísi út en aðrir.	Rétt <input type="checkbox"/>	Rangt <input type="checkbox"/>
3. Ef ég væri smitaður(uð) af hiv, þá myndi ég vita það, því ég væri veik(ur).	Rétt <input type="checkbox"/>	Rangt <input type="checkbox"/>
4. Einungis fíkniefnaneytendur sem nota óhreinar sprautur og sprautunálar þurfa að fara í blóðprufu til þess að athuga hvort þeir eru smitaðir af hiv.	Rétt <input type="checkbox"/>	Rangt <input type="checkbox"/>
5. Konur smitast ekki af hiv með því að hafa samfarir án smokks í leggöng við hiv-jákvæðan einstakling.	Rétt <input type="checkbox"/>	Rangt <input type="checkbox"/>
6. Ef þú ert hiv-jákvæð kona og ófrísk, þá eru til lyf sem draga verulega úr líkum á því að barnið þitt smitist af hiv.	Rétt <input type="checkbox"/>	Rangt <input type="checkbox"/>
7. Ég smitast ekki af hiv ef ég nota pilluna eða hettuna.	Rétt <input type="checkbox"/>	Rangt <input type="checkbox"/>
8. Ef ég er tvíkynhneigður þá aukast líkurnar um helming á því að smitast af hiv.	Rétt <input type="checkbox"/>	Rangt <input type="checkbox"/>
9. Hiv-/alnæmisfaraldurinn er ekki eins ógnandi og hann var áður, því það er komin lækning við sjúkdómnum.	Rétt <input type="checkbox"/>	Rangt <input type="checkbox"/>
10. Ég og kærastinn minn höfðum bæði haft samfarir við þrjá aðra einstaklinga áður en við byrjuðum saman. En þar sem við höfum verið trú hvort öðru í tvö ár og ég er alltaf á pillunni, þá þurfum við ekki að fara í hiv-mótefna-greiningu.	Rétt <input type="checkbox"/>	Rangt <input type="checkbox"/>
11. Hiv/alnæmi er ólæknandi smitsjúkdómur.	Rétt <input type="checkbox"/>	Rangt <input type="checkbox"/>
12. Það hefur dregið verulega úr hiv-smitun í heiminum vegna góðra lyfja við sjúkdómnum.	Rétt <input type="checkbox"/>	Rangt <input type="checkbox"/>
13. Hiv er að finna í sæði og blóði smitaðra karlmannna.	Rétt <input type="checkbox"/>	Rangt <input type="checkbox"/>
14. Hiv er að finna í leggangaslími, blóði og móðurmjólk smitaðra kvenna.	Rétt <input type="checkbox"/>	Rangt <input type="checkbox"/>
15. Tveir þriðju þeirra sem greindust á Íslandi 1999-2002 voru gagnkynhneigðir.	Rétt <input type="checkbox"/>	Rangt <input type="checkbox"/>
16. Það er allt í lagi fyrir hiv-jákvæða konu að gefa barni sínu brjóst því að það er svo náttúrulegt.	Rétt <input type="checkbox"/>	Rangt <input type="checkbox"/>
17. Það stafar mikil hættu á smiti þegar sam- og tvíkynhneigðir menn hafa óvarðar samfarir í endaparm, slík smithætta er ekki eins mikil fyrir konur.	Rétt <input type="checkbox"/>	Rangt <input type="checkbox"/>

18. Það er í góðu lagi að kynnst hiv-jákvæðu ungu fólki og umgangast það

Rétt Rangt

19. Á Vesturlöndum hafa nýleg lyf við hiv verulega dregið úr því að fólk fái alnæmi og deyi úr sjúkdómnum.

Rétt Rangt

20. Tæplega 40% þeirra sem hafa greinst með hiv á Íslandi eru á aldrinum 20-30 ára.

Rétt Rangt

21. Það er talið að aðeins einn af hverjum 10 í heiminum sem eru smitaðir af hiv viti um smit sitt.

Rétt Rangt

22. Langalgengasta smitleið hiv er kynlíf.

Rétt Rangt

23. Smokkurinn er ennþá langbesta forvörnin gegn hiv-smiti.

Rétt Rangt

24. Áfengisneysla og aðrir kynsjúkdómar auka líkurnar á því að smit geti átt sér stað við samfarir.

Rétt Rangt

25. Hiv smitast ekki með hnerra, hori, svita, tárur, faðmlögum og kossum.

Rétt Rangt

Þessum spurningalista, sem útbúinn var af félagsráðgjafa Landlæknisembættisins, hefur verið dreift til kennara í lífsleikni í tengslum við forvarnar- og fræðsluverkefni Alnæmissamtakanna í grunnskólunum. Svörin er að finna á blaðsíðu 35.

Hólmstokk 2002



Enn einu sinni efndu unglingarnir í Hólmasei til tónleika undir heitinu Hólmstokk. Er þetta í fjórða skiptið sem tónleikar af þessu tagi hafa verið haldnir. Hugmyndin að baki er að gefa nýjum hljómsveitum færi á að koma fram og kynna sig. Áheyrendur þurfa að borga sig inn á Hólmstokk og á hverju ári hafa unglingarnir látið andvirði innkomu renna til Alnæmissamtakanna. Þau brugðust ekki í ár fremur en fyrr og buðu formanni og framkvæmdastjóra samtakanna í pizzu um leið og þau létu fé af hendi rakna. Ekki amalegir unglingarnir í Hólmasei og mættu fleiri taka sér þá til fyrirmyndar.

RADÍÓ X 103,7

Margrét Valdimarsdóttir, dagskrárstjóri Radió X afhendir framkvæmdastjóra Alnæmissamtakanna söfnunarfé útvarpsstöðvarinnar. Radió X hefur efnt til tónleikahalds, X-mas, um hver jól þar sem rokkaðdáendur koma saman. Alnæ-



issamtökin hafa ætíð notið góðs af þessari söfnun Radió X og eru forsvarsmönnum stöðvarinnar færðar bestu þakkir. Næg eru verkefni sem fyrir liggja.



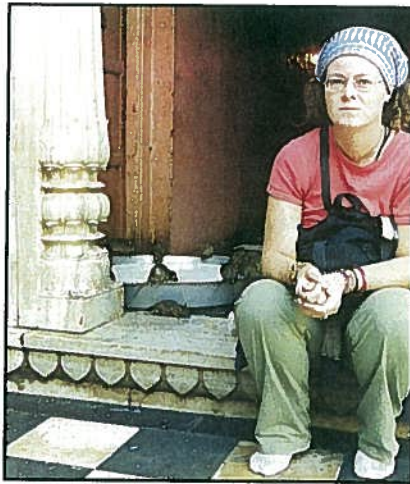
TOMBÓLUSÖFNUN

Þessir hressu krakkar, Ásta, Hildur, Elísabet og Geir bönkuðu upp á einn daginn og afhentu Alnæmissamtökunum afrakstur einnar tombólu. Finir krakkar!!

Danmörk - Delhi - Dhaka og Bangladesh

Í desember í fyrra lagði ég af stað frá Kaupmannahöfn í hálfgerða óvissuferð til Indlands. Við vorum fjögur saman en höfðum öll unnið saman í Angóla fyrr á árinu. Draumurinn var að heimsækja eitthvert af mörgum heimilum móður Teresu og jafnvel reyna að komast þar í vinnu í nokkra mánuði.

Eftir rúmlega 14 klukkutíma ferðalag vorum við loksins komin til Delhi, höfuðborgar Indlands. Fyrsti dagurinn fór í að sofa af sér tímamismuninn og skoða sig lítillega um í nágrenni gistiheimilisins. En svo tók alvaran við. Hvað eigum við að gera? Hvert eigum við að fara? Það var ráðist í að svara þessum spurningum og áður en langt um leið vorum við komin á eitt um að reyna að komast í samband við samtök sem vinna með götubörnum og fræðast um starfsemi þeirra. Þetta var nú ekki alveg út í loftið þar sem ég og ein önnur úr hópnum höfðum verið að vinna í skóla fyrir götubörn í Angóla. Nú var tekið til við að leita að samtökum í Delhi sem hugsanlega féllu undir þessa skilgreiningu og með hjálp internetsins komumst við fljótlega í samband við ein slík og var teningnum þar með kastað. Allir voru fúsir að fræða okkur um starfsemi sína og koma okkur í sambönd við önnur samtök og áður en við vissum af vorum við komin með heljarinnar áætlun sem starfsmaður Barnahjálparstofnunar Sameinuðu þjóðanna, UNICEF, hjálpaði okkur að skipuleggja. Í tæpa tvo mánuði ferðuðumst við um Indland og heimsóttum hin ýmsu samtök þangað til við komum loks til Kalkúttu. Í Kalkúttu heimsóttum við heimili móður Teresu fyrir munaðarlaus, fötluð börn.



En þegar hér var komið vorum við ekkert á því að stoppa á ferðalaginu og þegar eitthvert okkar fékk þá flugu í höfuðið að kíkja aðeins yfir til Bangladesh vorum við ekki lengi að slá til og sækja um vegabréfsáritun.

Algengi hiv/aids

Asía kemur næst á eftir Afríku yfir þau svæði með hæsta hiv-smit og alnæmi í heiminum. Í Asíu allri saman var áætlað í lok síðast árs að um 6,6 milljónir manna væru smitaðar af hiv. En það ár voru skráð um ein milljón nýrra tilfella. Í Kína er talið að ein milljón manna sé smituð og á Indlandi tæpar fjórar milljónir.

Í Bangladesh búa rúmlega 140 milljónir manna, við oft á tíðum erfiðar aðstæður. Árlega ríða yfir landið mikil flóð sem oft taka stóran toll. En þrátt fyrir þá eyðilegg-

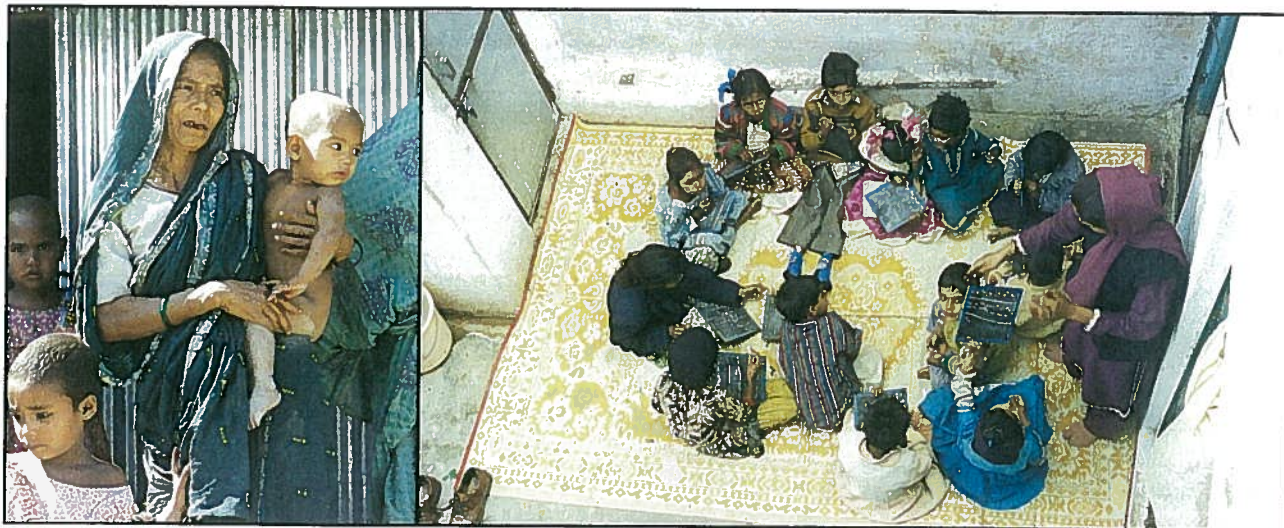
ingu sem flóðin hafa í för með sér þá eru þau fólkinu lífsnauðsynleg.

Í Bangladesh eru 13.000 skráð tilfelli hiv og alnæmis. Fyrstu tilfellin voru greind við lok níunda og byrjun tíunda áratugar síðustu aldar. Þessi tilfelli voru annað hvort erlendir ferðamenn eða innfæddir sem að voru að koma heim eftir ferðalög um heiminn. Í dag eru allir áhættuþættir fyrir hendi og er útbreiðslan á alnæmi alltaf að verða meiri og meiri.

Í Bangladesh heimsóttum við líka UNICEF en þar var okkur komið í samband við nokkur samtök og það endaði með því að við dvöldum í landinu í tvær vikur.

Barnavændi

Bangladesh er ekki síður þekkt fyrir barnaþrælkun en flóð og víða sem við fórum hittum við krakka sem höfðu flúið að heiman eða misst foreldra sín og farið að vinna. Þessir krakkar leituðu oft til athvarfa fyrir götubörn eftir hjálp og var þeim alltaf vel tekið. Störfin sem þessir krakkar taka sér fyrir hendur eru erfið og lágt launuð og taka þau því oft upp á margvíslegri iðju til þess að drýgja tekjur sínar. Það sem vakti athygli okkar var sá fjöldi ungra stúlkna sem stundar vændi í Dhaka, höfuðborginni, annað hvort með annarri vinnu eða þá einungis. Það eru stúlkur alveg niður í 12 til 13 ára sem stunda götuna, en það er hægt að hafa góðan pening upp



úr því hvort sem þær vinna fyrir einhvern annan eða ekki.

Í skýrslu sem gefin er út af UNICEF í Bangladesh kemur fram að flestum þessarra stúlkna líkar ekki það sem þær eru að gera en halda samt áfram vegna peninganna. Nokkuð er um þunganir hjá þessum hópi og töluvert um kynsjúkdóma en algengt er að „yfirmenn“ stúlkanna sjái þeim fyrir getnaðarvarnarpillum og lækniþjónustu. Í þessu sambandi er ekki minnst á að þeim sé séð fyrir smokkum en það vekur athygli að samkvæmt stúlkunum, þá notar stór hluti viðskiptavina þeirra smokka.

Öll samtökin sem við heimsóttum eru rekin af infæddum en mörg þeirra eru fjármöggnuð af Sameinuðu þjóðunum, ríkinu og einkaað-

ilum að einhverjum hluta. Þau eru flest með öflugt fræðslustarf fyrir bæði börn og fullorðna og er hiv og alnæmi alltaf ofarlega á blaðinu. Við einbeittum okkar einkum að því að skoða þann hluta samtakanna sem að sneri að krökkum og heimsóttum ýmsa skóla og athvörf bæði í höfuborginni og úti á landsbyggðinni.

Mörg athvarfanna í höfuðborginni sem við fórum í eru með sér sérstakt fræðslustarf fyrir ungar stúlkur sem stunda vandi. Í flestum tilfellum fara starfsmenn út á götuna og leita þær uppi og bjóða þeim kynlífs- og heilbrigðisfræðslu. Að sjálfsgöðu er reynt að fá þær til þess að hætta þessari iðju en það er ekki auðvelt og því er fræðsla um hiv og alnæmi og predikun

smokkanotkunar oft eina ráðið. Vitundin um sjúkdóminn á meðal stúlkanna er ekki mikil en svo virðist sem að hún sé að vakna sem og á meðal almennings.

Mikil þörf er á aukinni fræðslu og forvarnarstarfi í Bangladesh ef takast á að halda útbreiðslu smitsins niðri. Menn eru þó ekki bjartsýnir, en áætlað er að árleg ný tilfelli verði komin úr 1.100 árið 2000 upp í 1.700 árið 2005.

Erla Ísafold Sigurðardóttir

*Heimildir: www.unaids.org
Daily lives of working children,
case study of Bangladesh.
Skýrsla gefin út af UNICEF í
Bangladesh.*



Óttinn - Ógnin - Alnæmið

Það líður að því að það fylli tvo áratugi, tímabilið sem alnæmi hefur verið blákaldu veruleiki á Íslandi. Lítil þjóð og lítið samfélag samkynheigðra eru þau sem fyrst taka við þessu stóra máli. Ekki renndi nokkurt okkar grun í hversu alvarlegt málið var í upphafi. Einhverslags ótilgreind veikindi voru á ferðinni, sumir voru óttalegnir, aðrir afneituðu og einhverjir horfðust strax í augu við málið - góðu heilli. Ekki datt neinu okkar í hug að þessi óljósi sjúkdómur myndi breyta lífi manns og viðhorfum varanlega og það án þess að vera haldinn honum.

Staðreyndin er nefnilega sú að það eru ekki bara hinir smituðu sem sitja eftir sárir og brotnir, heldur einnig þeir sem hafa verið svo lánsamir að smitast ekki. En þar með er ekki sjálfgefið að menn séu lausir við fylgifyska alnæmis, því fer viðs fjarri.

Allt breyttist við þennan nýja veruleika. Hið litla fjölskyldusamfélag hommanna breyttist hratt. Skyndilega fóru góðir vinir og kunningjar að veikjast. Áður óþekktar tilfinningar beiskju og tortryggni fóru að bæra á sér. Hræðslan við að smitast heltók marga á þessum tíma og sumir hafa allar götur síðan lifað í skugga þess ótta og dæmi eru um að einhverjir hafi kosið að lifa á svig við langbráða sátt við sjálfa sig, sem hafði fengist með mikilli baráttu og því andlega sliti sem því fylgdi, skellt aftur skápahurðunum og haldið á vit lífs feluleiks og afneitunar.

Ekki þurfti að bíða lengi eftir viðbrögðunum. Hinir hreinkristnu þustu fram á völlinn og sögðu að Guð almáttugur væri að refsast hommum og „eiturfjaskjúklingum“ fyrir fyrirlitlegt lífferni. Þetta var salt í þau sár sem rétt voru að byrja að gróa á skinni þeirra sem höfðu lagt

fram sitt til baráttu fyrir sanngirni og réttýni í viðhorfum til sín, sem snerust um það sem er hjartanu næst, að fá að elska án fyrirlitningar.

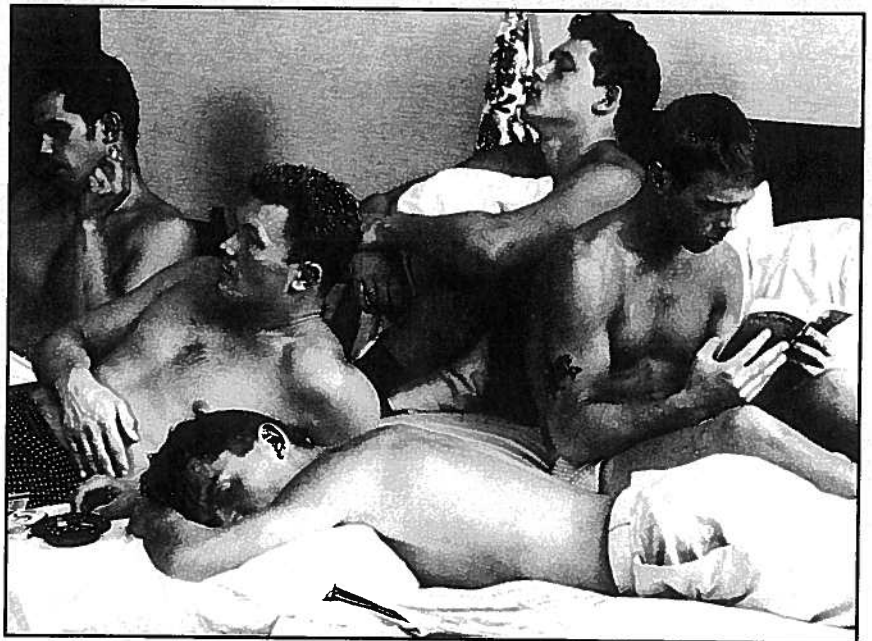
Þessi sjúkdómur hefur svo mikla sérstöðu meðal sjúkdómanna að þótt sjúklingarnir deyi, þá eru áhrif sjúkdóms þeirra enn að verki í hugum eftirlifandi vina og aðstandenda. Alls konar tilfinningar sem fólk situr uppi með eftir þá helför sem þessi sjúkdómur var vissulega í upphafi.

Ég hef persónulega setið uppi með sektarkennd nokkrum sinnum yfir því að vera ekki smitaður, í stað góðra og náinna vina sem hafa veikst af sjúkdómnum. Þetta er tilfinning sem er dálítið erfitt að deila með fólki sem ekki hefur verið í þeim sporum sjálft. Að vera að heimsækja vini á sjúkrahæði varð hálfgerður feluleikur fyrir suma. Það kom fyrir að maður mætti einhverjum kunningjum á göngum eða utan við sjúkrastofnanir og eftir að hafa skipst á kveðjum, þá barst

stundum í tal erindi manns sjálfs, og voru þá viðbrögðin oftast en ekki eitt „Ó“ ellegar þá þögnin ein. Það að rækta tengsl sín við alnæmissjúklinga sem lágu á sjúkrahæði var nánast tabú. Ég hef reynt af því að heimsækja mér nána á sjúkrahæði og banabæði sem ekki hafa verið með alnæmi og skilningur á því er allt annar, sá veruleiki hlýtur meira samþykki og skilning.

Góðu heilli þá hafa þessir hlutir breyst eitthvað á þessum áratugum, en allt of lítið samt. Hin veika innkoma Þjóðkirkjunnar árið 1987 þegar pretastefnan í Borgarnesi gat tekið sér orðið alnæmi í munn, er þó orðin að því að Hjálparstarf kirkjunnar lagði fræðslustarfi Alnæmissamtakanna lið nú á dögum og á sú stofnunin bestu þakkir skyldar þar fyrir.

Eftir standa óunnar tilfinningar þeirra sem hafa staðið andspænis hinum blákalda veruleika alnæmisins, jafnt þeirra hiv-smituðu og þeirra ósmituðu. Öll berum við sár sem hafa gróið misvel. Ég hef kast-



Meðan allt lék í lyndi: Í frii á Waikiki. Póstkort gefið út á Hawaii árið 1982.

að fram þeirri hugmynd undanfarnar vikur, að það væri tímabært að hinir jákvæðu og hinir „neikvæðu“ hittust ásamt aðstandendum og þeim öðrum sem telja sig bera slík sár, og ræddu saman og reyndu að ryðja úr vegi gömlum ranghugmyndum og tortryggni. Einskonar samræða um veruleikann og hvernig við getum reynt að setta okkur við þessa staðreynd sem hluta af lífi okkar og eins hvernig við getum lagt baráttunni gegn þessum sjúkdómi lið. Nóg hafa þeir samt að bera sem ganga með þennan sjúkdóm.

Alnæmi er ekki lengur sjúkdómur hinna útskúfuðu, hommanna og dópistanna. Heldur mál okkar allra. Það er nóturleg staðreynd að alnæmið varð eitt besta vopn samtaka samkynhneigðra á Vesturlöndum um leið að það var mesti óvinur þeirra. Fórnarkostnaðurinn var mikill og enn eru menn að færa fórnir, fórnir fortíðarinnar, fórnir tortryggni, fórnir fordóma og fórnir skoðana og óuppperðra mála. Það var ekki fyrr en fólk fór að veikjast og deyta að samfélagið fór að viður-

kenna tilvist hinna samkynhneigðu og rétt þeirra til að hafa forræði yfir eigin tilfinningum.

Nú á tímum hefur skilningur og þekking á tengslum andlegrar líðanar við líkamlega heilsu aukist til muna. Óttinn, vanmetakenndin, gremjan og allar hinar neikvæðu hugsanir éta fólk að innan. Þunglyndið nærast á þeim og hið lamandi ástand þess virkar á allt umhverfi þess sem við það glímir. Flóttinn á vit skynbreytandi efna sem breyta veruleikanum eitt augnablik verður valkostur og einn vítahringurinn enn verður við það að veruleika. Samræða eins og ég nefndi hér að ofan gæti eitthvað létt á einangruðum og innilokuðum hugsunum. Hugsunum sem bærast með okkur flestum en við höldum að við sitjum ein uppi með.

Ég hef sagt það áður og segi það enn. Þegar samfélagið tekur á málum á forsendum samfélagsins, en ekki óskyggju, þá er von á varanlegri lausn. Sú tilhneiging að hugsá allt út frá því samfélagi sem við viljum hafa, í stað þess raunverulega samfélags sem er þarna úti er því

miður allt of rík í þeim sem hafa völdin. Alnæmi er ekki einhverslags tískufyrirbæri sem meðhöndlað er með skyndilausnum, heldur blákalduð veruleiki sem er kominn til að vera. allavega enn um sinn, með þeim margþættu og margslungnu afleiðingum sem hafa áhrif á fjölda fólks. Víst er að við fáum ekki öllu breytt, en mörgu getum við breytt með tiltölulega lítilli fyrirhöfn. Skilningur ráðamanna fer vaxandi og vonandi verður hinn mannslegi auður sem felst í góðri líðan og sátt við eigin aðstæður og annarra, í forgangi fyrir arðsemiskröfunni, sem gengur fyrir öllu nú á dögum.

Ég vona að við höldum öll áfram og reynum að fyrirbyggja fordóma framtíðarinnar og minnum á veruleika þessa sjúkdóms sem blundar þarna úti. Það veldur mér áhyggjum hversu lítið ungt fólk notar verjur og varúðarráðstafanir og víst er það að alnæmið fer ekki í manngreinaralit og enginn er óhultur, ef varúðar og öryggis er ekki gætt. Hinir „venjulegu“ þurfa að varast sem aldrei fyrr.

Einar Örn Einarsson



Pharmacc

Room with a view

SAMSKIP



ROLF JOHANSEN & CO.



TRYGGINGAMÍÐSTÖÐIN HF

Aðalstræti 6-8 • 101 Reykjavík • Sími 515 2000 • www.tmhf.is

Svör við spurningalistanum fyrir unglinga um hiv og alnæmi

1. Rangt 2. Rangt 3. Rangt 4. Rangt 5. Rangt 6. Rétt 7. Rangt 8. Rangt 9. Rangt 10. Rangt 11. Rétt 12. Rangt 13. Rétt 14. Rétt 15. Rétt 16. Rangt 17. Rangt 18. Rétt 19. Rétt 20. Rétt 21. Rétt 22. Rétt 23. Rétt 24. Rétt 25. Rétt

Predikun flutt á minningardegi um þá sem látist hafa af völdum alnæmis 26. maí 2002

Krossinn og lifandi von í lífi og dauða

Í eftirfarandi predikun er meðal annars lagt út frá Jóhannesarguðspjalli 15. kafla, vers:11-15, en þar segir Kristur:

„Þetta hef ég talað til yðar, til þess að fögnuður minn sé í yður og fögnuður yðar sé fullkominn. ¹²Þetta er mitt boðorð, að þér elskið hver annan, eins og ég hef elskað yður. ¹³Enginn á meiri kærleik en þann að leggja líf sitt í sölurnar fyrir vini sína. ¹⁴Þér eruð vinir mínir, ef þér gjörðið það, sem ég býð yður. ¹⁵Ég kalla yður ekki framar þjóna, því þjónninn veit ekki, hvað herra hans gjörir. En ég kalla yður vini, því ég hef kunngjört yður allt, sem ég heyrði af föður mínum.“

Kirkjan á að bera Kristi vitni með því að elska. Það er boðskapur Krists samkvæmt Jóhannesarguðspjalli „Þetta er mitt boðorð, að þið elskið hver annan, eins og ég hef elskað ykkur. ...Þið eruð mínir vinir, ef þið gjörðið það sem ég býð ykkur.“

Lifandi von og lifandi kærleikur er það sem á að einkenna kirkjuna fyrst og fremst, kærleikurinn á að vera ofar öllu.

En þannig hefur það alls ekki alltaf verið í sögu kirkjustofnunarinnar og það vitum við öll.

Krossinn er eitt helsta tákni kirkjunnar. Þó hefur það tákni hefur verið notað til að leiða heri til orustu, - þar sem kirkjustofnunin er fengin til að réttlæta ódæðisverk, til að hræða fólk til fylgis og undirgefni og til fjárhagslegrar og samfélagslegrar kúgunnar.

Krossinn hefur verið notaður sem veraldlegt valdatákni. Og var það mjög áberandi á nýliðinni 20. öld.

Og oft er krossinn enn notaður af

hrokafullu kirkjufólki sem er svo „stolt af trúarauðmýkt sinni“ að það lítur niður til annarra sem finna ekki til sömu sjálfsréttlættingar.

Ef eitthvað er afneitan á Kristi og hans orði, þá er það þetta. Með þessu breytist krossinn og kirkjan í andstæðu sína - og stríðir gegn Kristi. Þá er hún myrkursins megin í baráttunni við ljósið.

Hinn rétta skilning á krossinum er að finna í orðum Krists, hans eigin orðum, þar sem hann segir í 8. kafla Markúsarguðspjalls, 34. versí:

„Hver sem vill fylgja mér, afneiti sjálfum sér, taki kross sinn og fylgi mér. ³⁵Því að hver sem vill bjarga lífi sínu, mun týna því, og hver sem týnir lífi sínu vegna mín og fagnaðarerindisins, mun bjarga því.“

Vegur krossins er ekki vegur sjálfsréttlættingar og fordóma. Heldur er vegur krossins vegur auðmýktar og umburðarlyndis.

Vegur kirkjunnar á ekki að vera vegur drottunar og veraldlegs valds, heldur vegur þjónustu og fórnar, hins fórnandi náungakærleika.

Kristur skilur þá sem hafa kross að bera, þá sem búa við bölg og andstreymi. Hann tekur sér stöðu með þeim og gengur inn í þeirra hlutskipti. Hann bar sinn eigin kross og þess vegna er hann fær um að hjálpa þeim sem eiga við erfiðleika að glíma.

Þeir sem játa trú á Jesú Krist og vilja njóta samfylgdar hans á sinni vegferð, þeir þurfa alls ekki að setja sig í einhverjar þvingandi trúarstællingar, gangast undir kristinn dóm

trúarstofnunarinnar og samþykkja allt sem gert og sagt hefur verið í hennar nafni.

Nei, alls ekki og það sem betur fer.

Trú á Krist, það að lifa í Kristi, er spennandi vegferð. Trú á Krist er lifandi samfylgd með honum, rétt eins lærisveinarnir tveir upplifðu á leiðinni til Emmaeus forðum (Lúk-asarguðspjall síðasti kafli), við mætum honum á vegferðinni, þar sem við erum stödd, rétt eins og við erum. Trúin á Krist er samfylgd og samband sem dýpkar og skerpist við það að takast sameiginlega á við það sem að höndum ber. Rétt eins og í hverju öðru kærleikssambandi.

Kristur mætir okkur hverju og einu þar sem við erum stödd og býður okkur samfylgd.

Kristur býður lifandi von. Krossinn er tákni lifandi vonar - lifandi trúar. Það er okkar að bregðast við, hver fyrir sig með Kristi.

Eitt sinn predikaði kristinn maður, hann var reyndar prestur og var sjálfur mikið veikur og þjáður vegna alnæmis - hann lagði út frá biblíutexta sem er svohljóðandi:

¹⁶Fyrir því látum vér ekki hugfallast. Jafnvel þótt vor ytri maður hrörni, þá endurnýjast dag frá degi vor innri maður. ¹⁷Þrenging vor er skammvinn og léttbær og aflar oss eilífur dýrðar sem stórum yfirgnæfir allt. ¹⁸Vér horfum ekki á hið sýnilega, heldur hið ósýnilega. Hið sýnilega er stundlegt, en hið ósýnilega eilíft. (Síðara Korintubríf, 4. kafli, vers 16-18).

Það er erfitt að skilja hvernig jafn þjáður maður og hann var, gat talað um að „þrenging hans sé léttbær.“

Hér er alls ekki verið að reyna að fegra eða gera lítið úr þjáningunni. Heldur er verið að benda á að til er sönn trú í raunum. Von gegn óvon og raunveruleg hugarró í ótrúlegu mótlæti.

Þegar alnæmi knýr okkur til að horfast í augu við dauðann þá erum við um leið knúin til að horfast í augu við lífið sjálft. Og það leiðir jafnvel til endurmats. Við lærum að meta það sem við eigum eftir lifað, líkurnar kunna að gefa eitthvað til kynna varðandi lengd þess tíma, en enginn veit í raun hversu langt það er. Við lærum að meta allt hið góða, sem við höfum fengið að njóta, miklu betur, af meiri dýpt og virðingu. Og ef við erum ekki sátt við allt það sem við höfum gert á lífsins vegferð þá gefur þessi vitund okkur möguleika til að sættast við þann eða þá sem við höfum verið ósátt við. Að biðjast fyrirgefningar eða sjálf að fyrirgefa. Nokkuð sem reynist mörgum erfitt, en veitir mikla lausn þegar það hefur verið gert.

Lífið sjálft verður okkur mun dýrmætara, hver stund mikilvæg, hver nýr dagur sem við vöknum upp til er sem dýrmæt gjöf sem við viljum nýta sem best til góðs, til uppbyggingar, til að sá kærleiksfræjum. Við eyðum ekki tímanum til einskis hann er einfaldlega of dýrmætur til þess, við drepum ekki tímann, heldur lifum hann allsgáð og vakandi. Margir hafa vitnað um þá reynslu að þeir hafi fyrst orðið sjáandi eftir að þeir kynntust myrkrinu.

Sá ritningartexti sem hér var lesinn úr Opinberunarbók Jóhannesar, síðasta riti Biblíunnar, tjáir vonir manna og fyrirheit Guðs um líf að loknu þessu lífi. Þar mun hvorki harmur né vein, né kvöl frammar til vera. En í 21. kafla Opinberunarbókar Jóhannesar segir:

¹Og ég sá nýjan himin og nýja jörð, því að hinn fyrri himinn og hin fyrri jörð voru horfin og hafið er ekki frammar til. ²Og ég sá borgina helgu, nýja Jerúsalem, stíga niður af himni



frá Guði, búna sem brúði, er skartar fyrir manni sínum. ³Og ég heyrði raust mikla frá hásetinu, er sagði: „Sjá, tjaldbrúð Guðs er meðal manna og hann mun búa hjá þeim, og þeir munu vera fólk hans og Guð sjálfur mun vera hjá þeim, Guð þeirra. ⁴Og hann mun þerra hvert tár af augum þeirra. Og dauðinn mun ekki frammar til vera, hvorki harmur né vein né kvöl er frammar til. Hið fyrra er farið.“

Vonin um eilíft líf er innbyggð í hjörtu okkar. Guðfræðingurinn Paul Tillich hefur fjallað um eilífðarvonina með einstökum hætti og bent á að rót og grunn þeirrar vonar megi eflaust rekja til viðbragða okkar við því hróplega óréttlæti sem við okkur blasir svo víða.

Sem dæmi um slíkt óréttlæti má nefna það þegar ungt fólk og jafnvel börn eru frá okkur tekin.

Sú djúpa tilvistarvon sem er innbyggð í hjörtu okkar getur tekið á sig ýmsar myndir. Öll eigum við slíka von í hjarta sama hver afstaða okkar til kirkjustofnunarinnar eða Guðs kann að vera.

Pólítísk hugmyndafræði sem gerir ráð fyrir útópísku framtíðarríki, hvort sem það kæmi til fyrir til-

stuðlan alræðis öreiganna eða alræðis hins frjálsa markaðar frjáls-hyggjunnar, þá eru það dæmi um þá sömu von.

Von um að réttlætið muni sigra að lokum. Von um betra líf framundan til handa þeim sem þjást og líða. Von um betra líf í þessari jarðvist eða í eilífðinni.

Ef við eigum ekki von um eitthvað betra en það óréttlæti, þann ójöfnuð og þá þjáningu sem við horfum upp á, þá höfum við gefist upp fyrir örvæntingunni. Þá værum við úr allri von. En það sættum við okkur ekki við. Það viljum við alls ekki.

Guð hefur skapað í okkur löngunina og þrána í hið eilífa, hann hefur gefið okkur réttlætiskennina, hann hefur gefið okkur vonina.

Að lifa í samfélagi við hann er að lifa í lifandi von sem er alger andstæða þeirrar uppgjafar sem sættir sig við óbreytt ástand og óréttlæti. Sú von sem Guð gefur er fullkomin andstæða þeirrar uppgjafar sem gefst upp fyrir örvæntingunni og hyggur að Guð sé víðs fjarri og skeytingarlaus.

Til eru mörg dæmi að menn varðveiti trú sína jafnvel í svartasta myrtri. Eins og ungur gyðingur skrifaði á múrvegg í gyðingahverfinu í Varsjá sem nasistar sátu um, sveltu og geryddu síðan. Ungi gyðingurinn skrifaði:

„Ég trúi á sólina, líka þegar hún skín ekki.

Ég trúi á kærleikann, líka þegar ég verð hans ekki var.

Ég trúi á Guð, líka þegar ég sé hann ekki.“

Án vonar myndi stefna lífsins fram á við, áleiðis til framtíðarinnar hverfa og með henni lífið sjálft. Við myndum lenda í örvæntingu, vera úr allri von, vera hvergi.

Við erum hér saman komin í lok maímánaðar. Á vorin er auðvelt að skynja nærveru þess sem vonað er, þó svo að það sé alls ekki allt sýnilegt.

Í einu litlu trjáfræi eru stofn og blöð þegar fyrir hendi og það gefur okkur rétt til að sá fræinu í von um ávöxt. Við höfum enga tryggingu eða sönnun fyrir því að það muni takast en von okkar er raunveruleg. Í fræinu er þegar fyrir hendi nærvera og upphaf þess, sem vonast er eftir.

Við vonumst eftir varanlegri ást, af því að við skynjum að afl þessarar ástar er nálægt. En aftur, er það ekki víska, heldur von.

Við eigum rétt á að vona. Við höfum rétt til að vonast eftir hinu eilífa. Við höfum rétt til að vonast eftir hinu eilífa vegna þess að við skynjum það þegar, í óljósri mynd, hér og nú! Við skynjum það í fegurð náttúrunnar allt í kring, í einlægu kærleikspeli náungans, elskandans. Við skynjum brot þess eilífa á stundum listrænnar sköpunar, í fögrum söng sem kemur frá hjartanu, í algleymsi og unaði ástarinnar.

Við skynjum hið eilífa í þeim tímanlegu andartökum þegar við skynjum helgi heilags staðar, heilags hlutar eða á stundu uppljómunar og íhugunar.

Látum ekkert taka þetta frá okkur, hvorki vantrú, úrtölur né vonleysi.

Hvernig og hvar sem þetta er skynjað þá er það þekking á hinu eilífa. Þar er þegar hlutdeild í hinu eilífa, þótt sú hlutdeild sé samt sem áður ófullkomin.

Þetta er grundvöllur vonarinnar um eilíft líf. Þetta er réttmæti okkar hinstu vonar.

Þegar kristinn einstaklingur bendir á hinn þjáða en síðan uppreista Jesú Krist sem drottin sinn og kröftugan frelsara þá bendir sá hinn sami einnig á kröftugustu dæmi sömu upprisureynslunnar í sínu eigin lífi. Þegar við sem hér erum, höfum upplifað hið stórkostlegasta í okkar lífi, hver fyrir sig, hvað svo sem það hefur verið, einhver óumræðanleg fegurð, dýpt, algleymsi eða samhljóman, þá skynjum við grundvöll hinna kristnu vonar. Í því felst hin kristna von, í lífi og andspænis dauða.

Þessi guðsþjónusta okkar og samvera í Frikirkjunni er helguð minningu þeirra sem látist hafa af völdum alnæmis.

Alnæmi er alvarlegur sjúkdómur og mikill vágastur sem getur vitjað hvaða fjölskyldu sem er, tengst hverjum sem er, óháð stétt, stöðu, efnahag, kynferði, trúrækni, aldri eða kynhneigð.

Kirkja er samfélag fólks sem er á sameiginlegri vegferð. Á þessari vegferð okkar er margt óljóst, margar eru mótsagnirnar í þessu lífi, bæði innra með okkur og í því sem mætir okkur á vegferðinni. Og engir tveir vegfarendur bregðast við því sem að höndum ber með nákvæmlega sama hætti.

Fæðing okkar og dauði afmarka þessa vegferð okkar og skilgreina upplifun okkar allra.

Á leyndardóms- og dularfullan hátt hefur meðvitundin um eigin

dauðleika og þau takmörk sem dauðinn setur okkur, áhrif á líf og starf, áform okkar og afköst. Séð frá því sjónarhorninu má segja að tal um þau mörk og þau mæri sem lífi okkar eru sett, sé í raun tal um lífið sjálft, því þannig skilgreinist það og við vegfarendurnir áttum okkur aðeins betur.

Ég trúi því að það sé okkur eðlislægt og nauðsynlegt að minnast ástvinna sem látnir eru og þar er kirkjan miðlægur og eðlilegur vettvangur. Þegar kirkjan hefur ekki sinnt því hlutverki sínu að minnast þeirra sem farnir eru á undan, - að biðja fyrir þeim sem látnir eru, - þá finnur sú þörf sér einfaldlega annan farveg og annan vettvang.

Hér munum við að lokinni predikun í sameiningu flytja bænir, bænir fyrir þeim sem látnir eru af völdum alnæmis, aðstandendum og þeim sem glíma við þennan erfiða sjúkdóm, ég hvet ykkur öll sem hér eruð að við í einhug, sameinumst hér á eftir í þeim bænum sem fluttar verða.

Hér hafa einnig verið tendruð bænaljós til minningar um hvern og einn sem látist hefur.

Dýrð sé Guði, föður, syni og heilögum anda svo sem var í upphafi er og verður um aldir alda. Amen.

*Hjörtur Magni Jóhannsson
Frikirkjuprestur í Reykjavík*

Við þökkum eftirtöldum veittan stuðning

Selfoss og nærsveitir

Dýralæknajónusta Suðurlands, sími 482 3060,
Stuðlum, Ölfusi
Fasteignasalan Bakki ehf, Sigtúni 2
Fjölbrotaskóli Suðurlands, Tryggvagötu 25
Halldór Sigþórsson tannlæknir, Austurvegi 44
Hótel Geysir og Söluskálinn ehf, Haukadall,
Biskupstungum
Hraungerðiskirkja, Bankavegi 8
Jeppasmiðjan ehf, Ljónsstöðum, Sandvíkurhreppi
Kvenfélag Þingvallahrepps, Heiðarbæ 1,
Þingvallasveit

Lánasjóður landbúnaðarins, Austurvegi 10

Litla kaffistofan, Svinahrauni

Mjólkurbú Flóamanna, Austurvegi 65

Nesey ehf, Suðurbraut 7, Gnúpverjahreppi

Plastiðjan ehf, Gagnheiði 17

Plastrótun ehf, Læk, Ölfusi

Ræktunarsamband Flóa og Skeiða, Gagnheiði 35

Selfosskirkja, Austurvegi 24

Selfossveitur bs, Austurvegi 67

Set ehf, plastiðnaður, Eyravegi 41-49

Verslunin Grund, Flúðum

Verslunin Hornið ehf, Tryggvagötu 40

Villingaholtshreppur, Mjósýndi, Flóa

Hveragerði og nærsveitir

Eldhestar ehf, Völlum, Ölfusi
Heilsustofnun NLF, Grænumörk 10

Þorlákshöfn

Fagus ehf, Trésmiðja, Unubakka 18-20
Fiskmark ehf, Hafnarskeiði 21
Humarvinnslan ehf, Unubakka 42-44
Portland ehf, Unubakka 21
Sveitarfélagið Ölfus, Hafnarbergi 1

SPOTLIGHT

HAFNARSTRÆTI 17

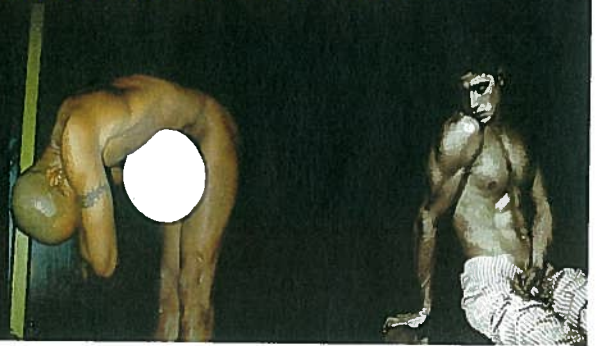
VETRAROPNUN

OPIÐ ALLAR HELGAR FRÁ 21 - 06

OG ALLA FIMMTUDAGA FRÁ 19 - 01

www.spotlight.is

FYRIRSPURNIR UM UPPÁKOMUR & VEISLUHALD
SENDIST Í E-MAIL : spotlight@heimsnet.is



Smurbrauðið á
Jómfrúnni
er engu líkt



Það vita þeir
sem hafa
bragðað það

RESTAURANT
Jómfrúin

EKTA
DANSKT SMURBRAUÐ
SMØRREBRØD

LÆKJARGATA 4 • 101 REYKJAVÍK • SÍMI 55 10 100



Af minnsta tilefni leggjum við okkar af mörkum



Hjá **GlaxoSmithKline** leggja tugþúsundir manna sitt af mörkum í baráttunni við helstu óvini okkar – þá sjúkdóma sem hrjá mannkynið.

Með stöðugum rannsóknum og tilraunum vinnur starfsfólk **GlaxoSmithKline** nýja sigra á hverju ári og finnur upp ný lyf sem vinna á sjúkdómum á borð við berkla, krabbamein, astma, geðsjúkdóma og alnæmi, svo einhverjir séu nefndir.

Starfsfólk **GlaxoSmithKline** vinnur auk þess að ótal verkefnum sem snúa að fræðslustarfi í samvinnu við lækna, lyfjafræðinga, hjúkrunarfólk og aðra aðila sem starfa á heilbrigðissviði.

Markmið **GlaxoSmithKline** er að gera fólki kleift að áorka meiru, líða betur og lifa lengur.