

auði borðinn



20. úrg., 31. blað
1. des. 2009

Veldu þann sem að þér þykir bestur...



Fetherlite:
Extra þunnur



Performa:
Eykur úthald



Pleasuremax:
Doppur og Rífflur



Tingle:
Kítla og kæli



Select flavours:
4 gerðir, bragð og litur



Extra safe:
Meira smurður



Elite:
Þunnur og vel smurður



Pleasuremax warming:
Doppur og rífflur,
sleipur og heitur



Avanti: Hentugur
gegn latexofnæmi



Play mix:
8 mismunandi smokkar
og 4 sleipiefnabréf



Love:
Er þú í þér....



Comfort XL:
20% stærri en aðrir....



Sensation:
Upphleypar doppur



Play sensations:
Sleipiefnabréf -
mismunandi bragð



Play massage Gel:
Nuddolla



Play vibration:
Gleðihringurinn



Sleipiefni kryddar

Heat:
Blástu svölutið
til að auka á
hitatilfinninguna.



Sleipiefni kryddar

Tingle:
Kítlandi
sleipiefni sem
eykur nautnina.



Sleipiefni kryddar

Feel:
Létt, silkennt
sleipiefni.

durex
gaman saman

HIV ÍSLAND

ALNÆMISSAMTÖKIN Á ÍSLANDI

Efnisyfirlit

Alþjóðlegi alnæmisdagurinn 1. des. 4

Að bera rauða borðann 4

Hugleiðingar formanns 4
Gunnlaugur I. Grétarsson

Frá framkvæmdastjóra 6
Einar Þór Jónsson

Muskolía og meik 8
Kristlaug María Sigurðardóttir/Kikka

Embracing Faith 9
Birna Þórðardóttir

hugsandi - um eitt og annað 10
Birna Þórðardóttir

Alnæmissjóður MAC 11
Lísa Einarsdóttir

HIV-Ísland tuttugu ára 12

Úganda breytti heimssýn minni 14
Sigurlaug Hauksdóttir

Erlent samstarf 21
Einar Þór Jónsson

Ljóð til blaðsins/Réttlætiskrafa 21

Malaví: Stuðningshópur hiv-jákvæðra 22
Hólmfríður Garðarsdóttir

Fjöldi hiv-smitaðra og alnæmissjúkra 24

Erlendir fréttamolar 26
Guðni Baldursson

Krossgáta 29
Asdís Bergþórssdóttir

rauði borðinn

HIV-Ísland
Alnæmissamtökin á Íslandi

Rauði borðinn

Tímarit HIV-Íslandi / Alnæmissamtakanna á Íslandi

20. árg., 31. blað

Útgáfudagur: 1. desember 2009

Ritstjóri og ábyrgðarmaður:

Birna Þórðardóttir

Ritnefnd:

Einar Þór Jónsson, Guðni

Baldursson, Gunnlaugur I.

Grétarsson, Ingi Rafn Hauksson

Umbrot:

Steinþór Rafn Matthíasson

Ljósmynd á forsiðu:

Þorgerður Gunnarsdóttir

Aðrar ljósmyndir: Sjá blað

Prentun: Prentsmiðjan Oddi ehf.

Dreifing: Íslandspóstur

Upplag: 4.000 eintök

ISSN 1670-2751

HIV-Ísland/Alnæmissamtökin á Íslandi starfa í þágu hiv-jákvæðra og aðstandenda þeirra. Í húsnæði samtakanna er unnt að leita upplýsinga, boðið er upp á fræðslu til félagasamtaka, fyrirtækja og annarra, auk skipulagðrar fræðslu sem fram fer í grunnskólum landsins.

Skrifstofa samtakanna er að Hverfisgötu 69.

Opnunartími: Mánudaga-fimmtudaga, frá kl. 13.00-16.00.

Stjórn skipa: Gunnlaugur I. Grétarsson formaður, Svavar G. Jónsson varaformaður, Guðni Baldursson gjaldkeri, meðstjórnendur Ingi Rafn Hauksson og Björk Bjarkadóttir, varamenn Gígja Skúladóttir og Guðmundur Arnarson.

Framkvæmdastjóri: Einar Þór Jónsson

Netfang: aids@aids.is og hiv@hiv-island.is

Heimasíða: www.hiv-island.is

Símanúmer: 552 8586

Kennitala: 541288-1129

Bankanúmer: 513-26-603485. Styrkur er alltaf vel þeginn, margt smátt gerir oft á tíðum eitthvað stórt!



Alþjóðlegi alnæmisdagurinn 1. desember

Dagur rauða borðans

Alþjóðlegi alnæmisdagurinn - þriðjudaginn 1. desember næstkomandi.

Að Hverfisgötu 69 verður opið hús, boðið upp á kaffihlaðborð og miklar hnallþórir milli kl. 16.00 og 19.00.

Listamenn koma í heimsókn, með söng og upplestur.
Ungliðahreyfing Samtakanna 78 verður með gjörning í tilefni dagsins.

Yfirskrift dagsins í ár er:
Jafnt aðgengi og jöfn mannréttindi um allan heim
Universal Access and Human Rights



Alþýðusamband Íslands



Að bera **rauða borðann** er táknmynd samúðar og stuðnings við hiv-jákvæða og alnæmissjúka.

Rauði borðinn er ekki einungis stuðningsyfirlýsing, heldur krafa um umræðu og forvarnir, ósk um framfarir í rannsóknum og von um lækningu.

Rauði borðinn er einnig leið til þess að draga hiv-smit og alnæmi fram í dagsljósið.

Upphaf **rauða borðans** má rekja til listamannahópsins *Visual AIDS* í Bandaríkjunum, samtaka listamanna, listfræðinga og forstöðumanna listasafna. Inntakið er: hiv og alnæmi kemur okkur öllum við!

Hugleiðingar formanns

Að þessu sinni langar mig að fjalla um hlutverk aðstandandans. Það er ekki auðvelt hlutverk, síst af öllu þegar maður lendir fyrst í þessu hlutskipti. Það venst þó með tímanum og mörgum eða flestum tekst vel til þegar á líður. En fyrst getur þetta verið ansi flókið. Hvernig bregst maður við þegar einhver manni nákominn deilir því með manni að hann eða hún sé hiv-jákvæð(ur)?

Hiv-jákvæður einstaklingur á fullt í fangi með að eiga við sína eigin fordóma gegn sjúkdómnum þegar hann kemst að því að hann er smitaður. Flestir nýsmitaðir setja sig í flokk með sprautufýklum og lauslætisliði. Nýsmitaðir upplifa sig sem óhreina og skítuga smitbera sem fæstir vilji umgangast. Þú getur því rétt ímyndað þér hversu erfitt það er að deila því með einhverjum að maður sé hiv-jákvæður.

Þú gætir því átt von á því, að vilji einhver þér nákominn deila því með þér að hann eða hún sé hiv-jákvæð(ur), þá gerist það jafnvel ekki fyrr en eftir að hinn smitaði er búinn að hafa vitneskju um það í einhvern tíma. Líklega er viðkomandi búinn að hugsa lengi um að segja þér frá þessu og jafnvel búinn að velta því fyrir sér hvernig þú munt bregðast við. Þegar hann/hún svo loksins kemur sér að því, getur verið að það verði allt öðruvísi en hann/hún ætlaði. Hvernig segir maður annars einhverjum sér nákomnum að maður sé hiv-jákvæð(ur)?

Það eru einhverjar líkur á því að þú svarir með spurningunni: *hvernig fékkstu það?* og það jafnvel áður en þú spyrð þann sem þér þykir vænt um: *hvernig hefurðu það?*

Einhverstaðar þar liggur munurinn á hiv og öðrum alvarlegum sjúkdómum. En það er heldur ekkert auðvelt að bregðast rétt við þegar einhver manni nákominn velur að deila því með manni að hann/hún sé hiv-jákvæð.

Öll erum við bara af holdi og blóði og erfitt að gera allt rétt í þessu lífi. Það er ansi hætt við því, sem betur fer, að þeir sem lenda í ofangreindum aðstæðum geri það ekki oft á ævinni og því erfitt að ætlast til að allir geri það af fullkomnun.

Þín vegna vona ég að þú komist fljótlega að því að vinur þinn, vinkona, mágur, mágkona, frændi, frænka, systir, bróðir, móðir, faðir, sonur eða dóttir eru ennþá þau sömu þrátt fyrir veikindi sín.

Frá framkvæmdastjóra

Um 33 til 35 milljónir jarðarbúa búa við þá staðreynd að vera smitaðir af hiv samkvæmt ársskýrslu *Unaid*s og þar af eru 2,5 milljónir enn á barnsaldri. Tala nýsmitaðra í heiminum á liðnu ári var talin vera um 2,5 milljónir manna. Helmingur allra þeirra sem smitast af hiv-veirunni eru innan við 25 ára og aðeins helmingur þeirra nær 35 ára aldri. Slagorð alþjóðlega alnæmisdagsins í ár á því mjög vel við: „*Universal Access and Human Rights*” sem mætti útleggja sem „*Jafnt aðgengi og jöfn mannréttindi um heim allan*”. Válegar tölur smitaðra minna okkur sannarlega á að hiv er enn til staðar og verkefnið framundan hérlandis og á veraldarvísu gegn vágæstinum eru óþrjótandi.

Við erum heppin með aðgengi okkar að heilbrigðisþjónustu. Einnig eru mannréttindamál í betra farvegi á Íslandi en víða annars staðar. Slíkt er ekki sjálfsgefið og hefur kostað talsverða vinnu í gegnum árin. Að þessu sögðu er rétt að hnykkja á mikilvægi þess, að við verjum þessi lífsgæði, þegar við göngum í gegnum efnahagslegar þrengingar eins og á þessu ári. Kreppuárinu 2009 er að ljúka, þessu stórskrífna ári sem hefur einkennst af almennri óvissu í þjóðfélaginu. Slík óvissa hefur áhrif á félagið okkar sem er háð velvild og skilningi stjórnvalda sem og fyrirtækja. Þegar þessi orð eru skrifuð er ekki ljóst hvernig starfsemi félagsins verður fjármögnuð næstu misserin. Von mín er sú að okkur auðnist að halda starfinu áfram með svipuðum hætti og verið hefur, enda brýnt að viðhalda reynslu og þekkingu á hiv og alnæmi sem orðið hefur til innan félagsins. Í rúm 20 ár hefur félagið unnið mikið starf í formi fræðslu, forvarna og stuðnings við hiv-jákvæða. Undanfarið ár hefur starfsemi félagsins verið eins og lagt var upp með.

Fræðslu- og forvarnarstarfsemi hiv-Ísland er umfangsmikil. Með stuðningi Landlæknisembættisins, GlaxoSmithCline, Artica MAC og fleiri aðila, hefur félagið á undanförunum árum staðið fyrir fræðslu um hiv og alnæmi til allra 9. og 10. bekklinga í grunnskólum landsins. Verkefni sem þetta er brýnt og þarf stöðugt að vinna að því. Markmið fræðslunnar er tvíþætt. Annars vegar að unglingar sýni sjálfum sér og öðrum fulla virðingu, bæði í kynlífsathöfnum sem öðrum athöfnum. Hins vegar að vinna gegn fordómum. Fordómum gegn ákveðnum sjúkdómum, fordómum sem byggjast á fáfræði. Árangur verkefnis sem þessa er óljós en hvert nýsmit er óafturkræft. Að koma í veg fyrir slíkt er ætíð sigur.

Fjórða umferð þessa forvarnarverkefnis er í burðarliðnum. Alltaf koma nýir nemendur og því þarf stöðug skipulögð fræðsla að eiga sér stað. Stefnt er að þessari yfirferð verði lokið í lok árs 2010. Í ár verður snyrtivörufyrirtækið Artica MAC stærsti styrktaraðili verkefnisins og hefur afhent veglegan styrk sem sagt er frá hér í blaðinu.

Sigurlaug Hauksdóttir félagsráðgjafi kemur vikulega á Hverfisgötu 69 og gefur kost á viðtölum. Hefðbundnar upptækur eiga sér stað í starfi félagsins, svo sem árleg guðsþjónusta í Fríkirkjunni síðasta sunnudaginn í maí, sameiginleg þorablót, grillveislur og skemmtanir fyrir félagsmenn. Árlega er haldið upp á alþjóðlega alnæmisdaginn, 1. desember, með hefðbundnu sniði.

Árleg minningarguðsþjónusta fór að vanda fram í Fríkirkjunni í lok maí. Minningarstund þessi er alþjóðleg og heitir hún á ensku *Candlelight Memorial Day*. Bryndís Valbjörnsdóttir guðfræðingur stjórnaði athöfninni, en Margrét Pálmadóttir annaðist tónlistarflutning ásamt Vox Feminae og Stúlknakór Reykjavíkur. Ilmur Kristjánsdóttir leikkona og guðfræðinemi flutti hugvekju en hún er jafnframt verndari hiv-Ísland og er það félaginu mikill styrkur.

Þann 5. desember í fyrra minntumst við þess að 20 ár voru liðin frá stofnun félagsins. Móttaka var haldin í Þjóðmenningarhúsi og var góð mæting félagsmanna, heilbrigðisstarfsfólks og fulltrúa annarra félagasamtaka. Afmælið var hið veglegasta, margir tóku til máls og flutt voru tónlistaratriði. Guðlaugur Þór Þórðarson þáverandi heilbrigðisráðherra opnaði formlega nýju heimasíðuna: www.hiv-island.is

Samstarf við systursamtök á Norðurlöndum er í formi sameiginlegra funda, þar sem reynt er að móta sameiginlega stefnu. Fundir sem þessir eru mjög mikilvægir til þess að bera saman bækur og efla innri samstöðu og styrk.



Hópur hiv-jákvæðra á Íslandi stækkar og verður stöðugt margbreytilegri en fólk veikist og deyr í minna mæli en áður - sem betur fer! Einstaklingum af erlendum uppruna hefur fjölgað sem og sprautufíklum meðal hiv-jákvæðra. Innra starf félagsins verður því stöðugt umfangsmeira og flóknara. Áhættan innan þessara hópa er mikil og bregðast verður við með fræðslu en einnig beinum gagnaðgerðum. Þar kemur til kasta HIV-Ísland. Markmið félagsins er að standa fyrir reglulegum fræðslukvöldum og umræðum um afmörkuð málefni. Á framkvæmdalistanum er helgarráðstefna jákvæða hópisins á næsta ári, ef fjárráð leyfa.

Margir hafa lagt félaginu lið á árinu sem er að líða. Félagsmenn, einstaklingar, fyrirtæki og stofnanir. Eru þeim færðar bestu þakkir fyrir þeirra framlag.

Muskolía og meik

Ég var að aka eftir Lækjagötunni í norður einn sólríkan dag í haust. Gulir og rauðir haustlitirnir voru komnir í tré og runna og himininn var með þessa sérstöku birtu sem aðeins finnst á Íslandi. Þetta er birtan sem segir okkur að haustið sé besti tíminn, sem er allt öðruvísi birta en sú sem segir okkur að vorið sé besti tíminn. Nema hvað, þessi hugleiðing mín átti nú ekki að vera nein náttúrulýsing... eða hvað?

Þegar ég kom að gatnamótunum við Bankastætið lenti ég á rauðu ljósi og á meðan ég beið eftir að það yrði aftur grænt leit ég upp eftir Bankastrætinu og sá þrjá unga menn ganga hlið við hlið niður brekkuna og það gustaði af þeim. Ég gat ekki annað en brosað með sjálfri mér og hugsað til baka.

Fyrir tæplega þrjátíu árum var ég á nánast nákvæmlega sama stað, eða á horni Lækjargötu og Austurstrætis þar sem eru brunarústir núna og horfði upp eftir Bankastrætinu og sá þrjá aðra menn koma marserandi niður þessa sömu brekku.

Það gustaði ekki síður af þeim. Hárið á þeim haggðist ekki, þó það andaði léttilega af suðri með einstaka hviðu sem gat sett jafnvel stífasta hár úr lagi. Enda gel og hársprey ekki sparað í þá daga, það var enginn að hugsa um ósonlagið. Það glumdi í kúrekastígvélunum þegar þau smullu í gangstéttinni, herðapúðarnir, á síðum frökkunum sem sveifluðust aftur fyrir þá eins og jóreykur kúrekans, voru svo breiðir að það var ekki nokkur leið fyrir fólk að mæta þeim öðruvísi en að fara út á götu. Maskarinn var kolsvartur og augnlínan líka, það glampaði á glossið í sólskininu og þeir litu hvorki til hægri né vinstri þegar þeir stikuðu yfir Lækjargötuna, fram hjá mér á horninu, inn eftir Austurstrætinu og inn í Hressingarskálann. Þetta voru fallegustu menn sem ég hafði séð og ég missti andlitið þegar ég sá þá svona nálægt mér og áttaði mig á því að þeir voru ekki sólbrúnr eins og mér hafði sýnst úr fjarlægð, heldur voru þeir óaðfinnalega vel meikaðir og fyrir vikið líka, óskaplega fríðir.

Ég fann daufa angan af muskolíunni sem hékk í loftinu skamma stund eftir að þeir voru farnir framhjá mér og enn þann dag í dag, þegar ég finnst þessa lykt, þá sé ég þá þrjá ljóslifandi fyrir mér.

Það er yndislegt að eiga þessa minnigu því aðeins einn af þeim er eftir, það gustar af hinum tveimur á öðrum stað núna.

Þennan dag elti ég þá inn á Hressó og fékk mér kaffi og settist á næsta borð. Ég var ekki búin með fyrsta kaffibollann þegar við vorum farin að spjalla saman og þetta var upphafið að dásamlega skemmtilegri vináttu sem innihélt einmitt mikla kaffidrykkju, sigarettureykingar, Camparídrykkju (bjórinn var bannaður), kökuát, dans, hlátur, gleði, sorgir og svo margt annað sem gerði mig að þeirri manneskju sem ég er í dag.

Þegar ljósið varð grænt á gatnamótunum kom ég til sjálfrar mín aftur og horfði á eftir hinum, ungu mönnunum, ganga inn eftir Austurstrætinu og velti því fyrir mér hvort einhver ung stúlka myndi elta þá inn á Hressó eða eitthvert annað kaffihús þennan dag. Ég vonaði það.

Á forsiðu Rauða borðans í ár er mynd af armbandi eftir Brynju Sverrisdóttur. Armbandið er hluti af hönnunarlínu Brynju í skartgripum, þar sem hún færir saman hin margbreytilegustu trúartákn og skapar úr þeim eina heild.

Brynja færði HIV-Íslandi/Alnæmissamtökunum rautt armband að gjöf og má því líta á þetta rauða armband sem *verndargrip samtakanna*.

Í litlu kveri, er Brynja gaf út fyrir tveimur árum, má lesa að grunnhugmynd verkanna sé sú að gefa færi á sameiningu fremur en sundrun, á táknrænan hátt.

Að baki býr löngunin til skilnings í stað afneitunar. Vitneskjan um andstæður í menningu og lífsmáta, sem þó á að vera unnt að umbera - gagnkvæmt. Virðing í stað fordæmingar. Friður gegn ófriði. Viðurkenning þess að ást okkar hvers til annars felst í því hve ólík við erum.

Annars væri nú lítið gaman að lifa!

Í rauninni mætti nefna verk Brynju: **Alltumlykjandi ást!**

Brynja virðist sækja margt til langafa síns, Erlings Filippussonar, grasalæknis og græðara. Erlingur fæddist 1873 og dó 1967. Hann var um margt á undan sinni samtíð, en um leið hafði hann í farteskinu kunnáttu þeirra er á undan höfðu gengið. Skildi og skynjaði. Þekkti mátt grasanna og vissi að betra er að hafa augun opin en loka þeim fyrirfram fyrir möguleikunum, mátti reyndar hljóta bágð fyrir.

Svipað má segja um Brynju og hönnun hennar. Hún lokar ekki augunum fyrir möguleikum sameiningar og kærleika. Henni hugnast það betur en afmarka sig á einum bletti og telja hann öðrum betri - eða jafnvel bestan, eins og mörgum hættir til.

Eiginmaður Brynju, Brian Griffin ljósmyndari, segir í bók sinni BRIANGRIFFINFLUENCES, sem hann tileinkar Brynju og Erlingi langafa hennar: *Í náttúrunni er enginn valdapírámídi, allt er samtvinnað og tengt.*

Já, allt er samtvinnað og tengt, við mannfólkið, í öllum okkar margbreytileika, hvað varðar skoðanir og langanir, lífsviðhorf, trú eða trúleysi, hvað þá útlit og athafnir. En eins og grös jarðar ættum við kannski að gera okkur betur grein fyrir því, hve líf okkar er samtvinnað og tengt. Við erum hvert öðru háð og ættum því í auðmýkt að skynja að ekkert okkar er öðru ofar.

Brynja Sverrisdóttir
Fyrir neðan: *Embracing Faith*-armbönd Brynju
Ljósmyndir: Brian Griffin
Texti: Birna Þórðardóttir





hvað gerist
ef
ég segi
frá

segi ekki
segi frá

elskar hann mig
elskar hann mig
ekki

krónublöðin fjúka af

verður eitthvað eftir
af mér
handa þér
eða mér

Birna Þórðardóttir
Ljós.: Geir Ólafsson

FRÉTTIR

Krónan óinnuleysi eykst

Gengi krónunnar féll um 25,6 prósent við opnun gjaldeyrismarkaða í dag og rauk gengisvísitalan upp í 259,6 stig. Vísitalan stóð í 205,7 stigum á miðvikudag.

Flugslysæfing á Þingeyri

Deildir Rauða krossins á Vestfjörðum tóku þátt í flugslysæfingu á Þingeyri á laugardaginn. Æft var slys þar sem farþegaflugvél með 24 farþegum fórst í landingu á flugvælinum.

Sjálfbóðaliðar Dýrafjarðardeildar sinntu slósuðum á svokölluðu söfnunarsvæði slasaðra sem sett var upp í flugstöðinni.



Útreikningar í gær bentu til að krónan hefði fallið í það minnsta um fimmtung. Heimildir eru fyrir því að áhugi erlendra fjárfesta á krónum hafi verið litill sem enginn, krónur voru því seldar með riflegum afslætti og því fór sem fór.

Bandaríkjadalur kostaði á miðvikudag 113 krónur en kostar í dag 141,8 krónur. Ein evra kostar í dag 194,7 krónur en kostaði á miðvikudag 158,9 krónur. Þá kostar ein dönsk króna 24,8 íslenskar krónur. Hún kostaði á föstudag 19,9 krónur.

Þegar fjöldi atvinnuleysis eykst eru uggaðar búa sig um. Ýmis starfsmenn eru nú til að um næsta gjaldþrotu til muna. Fræðingur gir mega árum ná Íslandi á vissu.



innuleysis í þróuðum ríkjum hagfræðingar hafa spáð allt 70% verðbólgu í landinu. Þarsten segir

Hinn heimskunni friðar Yoko Ono afhenti Ólafi Ragnarari Grímssyni, forseta Íslands, og dr. Vandana Shiva, umhverfissinna, friðarviðurkenningu ársins 2008

Yoko Ono afhenti Ólafi Ragnarari Grímssyni, forseta Íslands, og dr. Vandana Shiva, umhverfissinna, friðarviðurkenningu ársins 2008

Hinn heimskunni friðar Yoko Ono afhenti Ólafi Ragnarari Grímssyni, forseta Íslands, og dr. Vandana Shiva, umhverfissinna, friðarviðurkenningu ársins 2008

Hinn heimskunni friðar Yoko Ono afhenti Ólafi Ragnarari Grímssyni, forseta Íslands, og dr. Vandana Shiva, umhverfissinna, friðarviðurkenningu ársins 2008

Hinn heimskunni friðar Yoko Ono afhenti Ólafi Ragnarari Grímssyni, forseta Íslands, og dr. Vandana Shiva, umhverfissinna, friðarviðurkenningu ársins 2008



VIVA GLAM

Styrkir fræðslustarf HIV-Íslands/Alnæmissamtakanna

Alnæmissjóður MAC var stofnaður árið 1994 af Frank Angelo og Frank Toskan, stofnendum *MAC Cosmetics*. Sjóðurinn er hjartað og sálin í MAC. Tilgangur hans er að styðja karla, konur og börn um allan heim sem þjást af hiv eða alnæmi. Sjóðurinn styrkir einnig fræðslu- og forvarnaráætlanir sem beinast að því fólki á hverjum stað sem eru í mestri hættu að smitast af hiv eða fá alnæmi.

Alnæmissjóður MAC er frumkvöðull í vinnu á svæðum sem hafa til þessa notið lítills stuðnings. Sjóðurinn styður mörg ólík samtök um allan heim, sem bjóða upp á margs konar þjónustu til þeirra sem þjást af sjúkdóminum. Með þessu reynir hann að brúa bil fátæktar og sjálfsagðra mannréttinda.

Alnæmissjóður MAC er sá þriðji stærsti sjóðurinn í heiminum sem leggur þessum málaflokki liðsinni sitt. Tveir stærstu sjóðirnir eru lyfjarisar. Til þessa hafa safnast yfir 148 milljónir bandaríkjadala eingöngu með sölu á MAC Viva Glam varalitum og glossum.

Allt söluandvirði Viva Glam varalita og glossa rennur til sjóðsins. Hingað til hafa verið framleiddar sex tegundir varalita og þrjár tegundir glossa. Hver ný Viva Glam herferð byggir á stuðningi fræga fólksins úr heimi lista- og tónlistarfólks sem leikur lykilhlutverk í að fræða almenning um hiv-smit og alnæmi. Þar má nefna Elton John, RuPaul, K.d. Lang, Lil' Kim, Mary J. Blige, Christina Aguilera, Missy Elliot, Linda Evangelista, Chloe Sevigny, Boy George, Pamela Anderson, Dita Von Teese, Fergie og nú í ár Cindy Lauper og Lady Gaga.

Framlag MAC á Íslandi hefur verið eyrnamerkt fræðsluverkefni íslensku Alnæmis-samtakanna, þar sem farið hefur verið í alla grunnskóla landsins með fræðslu. Forvarnarstarf þetta miðar að því að kenna börnunum okkar að þau hafi val um öruggt kynlíf. Allir fræðslufulltrúar Alnæmissamtakanna sem sinna þessu forvarnarstarfi eru sjálfir smitaðir af hiv-veirunni eða nákomnir einhverjum er smitast hefur og tala því út frá eigin reynslu.

Haraldur Briem sóttvarnalæknir hjá Landlæknisembættinu tók til máls.



Hólmfríður Gísladóttir, fyrrum starfsmaður Rauða kross Íslands, átti stóran þátt í stofnun Alnæmissamtakanna á sínum tíma og er heiðursfélagi samtakanna.



Ingi Rafn Hauksson og Gunnlaugur Grétarsson, fyrrverandi og núverandi formaður samtakanna.



Bryndís Sigurðardóttir smitsjúkdómalæknir flutti erindi í afmælishófinu.



Smitsjúkdómalæknarnir sem stóðu vaktina frá upphafi, nefndir frá vinstri: Sigurður Guðmundsson, Sigurður B. Þorsteinsson, Haraldur Briem og Kristján Erlendsson.



HIV-Ísland/Alnæmissamtökin tuttugu ára



Afmælishátíð í Þjóðmenningarhúsi

Þann 5. desember í fyrra var þess minnst að 20 ár voru liðinn frá stofnun félagsins. Í tilefni dagsins var móttaka í Þjóðmenningarhúsi og var góð mæting félagsmanna, heilbrigðisstarfsfólks og fulltrúa annarra félagasamtaka. Afmælið var hið veglegasta og lögðu margir lóð á vogarskálar, með orðræðum og söng.

Guðlaugur Þór Þórðarson, þáverandi heilbrigðisráðherra, opnaði nýja heimasíðu samtakanna, Lay Low flutti ljúfa tónlist, auk fleiri fluttu sóttvarnalæknir og heiðursfélagi samtakanna ávörp.



Ilmur Kristjánsdóttir tók til máls, en hún hefur tekið að sér að vera verndari HIV-Ísland.



Nokkrir gestanna á afmælisfagnaðinum.

Úganda breytti heimssýn minni

Ég var svo heppin að fá að heimsækja Úganda, sem Winston Churchill kallaði Perlu Afríku, í þrjár vikur í fyrra. Loks rættist langþráður draumur að heimsækja þessa fjarlægu heimsálfu. Stéttarfélagið mitt, Félagsráðgjafafélag Íslands, styrkti mig til ferðarinnar með því skilyrði að ég myndi skrifa ritrýnda grein og halda fyrirlestra að lokinni ferð. Þetta var því ekki beint ævintýraferð djúpt inn í frumskóga og þjóðgarða, en þess í stað lánaðist mér með eigindlegri rannsókn að fá áhugaverða innsýn inn í heim ungra stúlkna sem höfðu orðið fyrir barðinu á alnæmisfaraldrinum. Stúlkurnar dvöldu á Candle Light Foundation (CLF) í höfuðborginni Kampala.

Rannsóknin

Stúlkurnar á CLF urðu fyrir valinu í rannsókn minni því ég sit í stjórn félagsins Alnæmisbörn, sem er einn af meginstuðningsaðilum CLF. CLF var komið á fót árið 2001 af íslenskri konu, Erlu Halldórsdóttur, sem var helsti tengiliður við starfsemina þar til hún lést árið 2004. Haustið 2008 ákváðu þrír stjórnarmenn Alnæmisbarna að fara til Úganda og kanna hvernig gengi, hvort starfsemi CLF væri enn í samræmi við þau markmið og þær væntingar sem Alnæmisbörn hefðu til starfseminnar, sem er að styðja ungar stúlkur, sem eiga um sárt að binda vegna alnæmisfaraldursins, til betra lífs. Auk mín fóru þær Ingibjörg R. Guðlaugsdóttir og María J. Gunnarsdóttir.

Þar sem ég hef lengi fengist við málefni sem snerta hiv og alnæmi hér á landi langaði mig til að leggja sérstaka áherslu á þann þátt starfseminnar í rannsókn minni. Ég vildi kynnast því hvernig alnæmisfaraldurinn hafði haft áhrif á líf stúlkanna, skoða bakgrunn þeirra og hvort dvölin á CLF hafði skipt máli í lífi þeirra og væntingum til framtíðar.

Ég tók viðtöl við fimmtán stúlkur á aldrinum 13-24 ára, sem sóttu stutta starfsþjálfun á CLF, í hárgreiðslu, saumum, þjálfun á tölvur og við ýmist handverk, einnig tók ég viðtöl við þrjá stjórnendur staðarins. Að auki talaði ég við nokkrar stúlkur sem sóttu nám í almennum skólum, sem stutt var af CLF. Árlega hafa tæplega 150 stúlkur fengið starfsþjálfun, hver í fjóra mánuði, og rúmlega 20 stúlkur til viðbótar hafa fengið aðstoð við að ganga í almenna skóla. Mikið samræmi reyndist á milli þess sem stúlkurnar greindu frá um bakgrunn sinn og starfsemi CLF og þess sem stjórnendur sögðu.

Dauðföll og skilnaðir foreldra

Tveir þriðju stúlkanna höfðu misst annað foreldri eða bæði, hinar átta foreldra sem höfðu skilið eða yfirgefið þær. Helmingurinn sagði foreldra sína hafa dáið úr alnæmi, ein sem hafði bæði hafði misst foreldra sína og ömmu sem hún hafði flutt til á eftir, var ekki viss en taldi þó líklegt að þau hefðu dáið úr alnæmi. Einhverjar sögðu að foreldrarir hefðu dáið úr lungnasjúkdómum, vegna illra anda og berkla eða banvænnar sprautu sem lækni hafði gefið föðurnum þar sem honum mislíkaði hvað hann reykti mikið.

Stúlkurnar voru allar mjög ungar þegar dauðsföll eða skilnaðir áttu sér stað og varð það til þess að þær bjuggu allar hjá stjúpjölskyldum, eldri systur, ættingjum eða öðrum vandamönnum. Oftast höfðu þær búið á þremur stöðum, en það kom fyrir að staðirnir voru fimm.

Ofbeldi

Aðbúnaður stúlkanna á þeim stöðum þar sem þær höfðu búið var afar misjafn og hafði oft á tíðum verið hræðilegur. Um þriðjungur hafði til dæmis verið beittur ofbeldi. Tvær höfðu verið beittar kynferðislegu ofbeldi, önnur af hálfu föður, eftir að móðir hennar dó frá henni mjög ungri, og hin af eiginmanni frænku sem hún bjó hjá í sex til sjö ár.

Hinar stúlkurnar höfðu verið beittar andlegu og líkamlegu ofbeldi stundum vegna þess að foreldrar þeirra höfðu dáið úr alnæmi og gengið var út frá því að þær væru hiv-smitaðar. Það var síðan ýmist hvort þær reyndust smitaðar eða ekki þegar þær fóru sjálfar í hiv-próf á unglingsárum. Þegar þær greindust ekki smitaðar sögðust þær samt hafa fengið áfall, vegna erfiðleikanna sem þær höfðu þurft að þola vegna staðhæfinganna um að þær væru smitaðar. Það var samt ekki öruggt að ofbeldinu linnti við þær upplýsingar. Ofbeldið kom meðal annars fram í því að ættingjar og börnin sem þær bjuggu hjá, kenndu þeim um að foreldrar þeirra hefðu dáið úr alnæmi. Þær fengu ekki sama mat og hinir, máttu alls ekki snerta mat eiginmannsins eða koma við hin börnin á heimilinu. Þær sögðu að þær hefðu jafnframt verið ásakaðar um allt mögulegt sem ómögulegt sem enginn fótur var fyrir. Líkamlega ofbeldið var af margvíslegum toga og fyrir smávægilegustu sakir. Í stað umhyggju og verndar vegna dauðfalls foreldra eða skilnaðar mætti stúlkunum oftast en ekki mikill kuldi, skelfing og óöryggi á heimilum ættingjanna.





„Selja sig“ vegna fátæktar

Stúlkurnar áttu það allar sammerkt að hafa lifað í mikilli fátækt á uppvaxtarárum sínum. Þrjár þeirra voru svo fátækar að það má segja að þær hafi á unglingsárum „selt sig“ sér eldri karlmönnum fyrir nauðþurftir. Tvær þjuggu þá hjá feðrum sínum og sú þriðja hjá stjúpföður sem hafði flust til móður hennar en hundsáði allar hennar þarfir. Engin þeirra fékk að borða eins og hinir á heimilinu. Ein sagðist framan af hafa verið æði háð eldri bræðrum sínum, en þeir höfðu reynt að öngla saman fyrir mat handa þeim systkinum með „skrítnum störfum“ hjá eldri mönnum.

Þær voru 14, 16 og 17 ára þegar samband þeirra við þessa menn hófst, en þeir voru allir mun eldri en þær. Vinur einnar fann handa henni kærasta þegar hún var 14 ára. Þegar tvær þeirra urðu barnshafandi 15 og 17 ára, voru karlmennirnir fljótir að láta sig hverfa og rak faðir annarrar þeirra hana jafnframt strax að heiman. Maðurinn yfirgaf þá þriðju til að finna sér nýja þegar hún vildi ekki stunda meira kynlíf.

Stopul skólaganga

Aðstæður stúlkanna á uppvaxtarárunum höfðu orðið til þess að skólaganga þeirra fór gjarnan úr skorðum. Flestum hafði þó tekist að ljúka sjö ára grunnnámi sem er ekki skyldunám í Úganda. Einstaka höfðu byrjað í framhaldsnámi, en það er sex ár eftir grunnnámið. Tvær höfðu litla sem enga skólagöngu, önnur hafði gengið fjögur ár í skóla, hin ekkert.

Sú fyrri hafði þurft að hætta í námi vegna fjárskorts en í fjölskyldunni voru 10 börn. Hin hafði búið í fátækrahverfi Kampala, þegar faðir hennar slasaðist alvarlega flutti móðir hennar að heiman. Stúlkan hugsaði því um pabba sinn og fjögur yngri systkini sem öll gengu í skóla. Er móðirin greindist með alnæmi yfirgaf nýi eiginmaðurinn hana og stúlkan þurfti þá einnig að aðstoða hana. Stúlkan eignaðist síðar tvö börn. Hún skildi við barnsföður sinn sem krafðist þess að fá bæði börnin. Henni þótti afar dapurlegt að sjá þau líta verr og verr út þegar hún heimsótti þau einu sinni í mánuði.

Ábyrgð á börnum

Rúmlega helmingur stúlkanna bar höfuðábyrgð á eigin barni, yngri systkinum eða börnum systkina foreldra sinna vegna dauðsfalla foreldranna. Auk þess aðstoðuðu tvær móður og ömmu með yngri systkini sín og jafnvel munaðarlaus börn sem þjuggu líka inn á heimilinu. Aðeins ein stúlka var ennþá í sambandi við barnsföður sinn, en hún var ekki hrifin af honum lengur því hann hafði greinst hiv-jákvæður eftir að barnið fæddist. Hún var að vinna að því að geta staðið á eigin fótum og var búin að fá lán fyrir saumavél hjá CLF.

Hvorki barnsfeðurnir né ríkið studdu við stúlkurnar þegar þær urðu einstæðar mæður. Lífið var þeim því afar erfitt, þær lifðu við sára fátækt, og höfðu að sama skapi miklar væntingar til CLF að hjálpa þeim til að standa á eigin fótum eftir dvölinna á CLF.

CLF og hiv

Í landi þar sem alnæmi er faraldur, eins og í Úganda, þarf fólk að geta varist hiv-smiti eða tekist á við sjúkdóminn með því að vera upplýst, þekkja smitleiðir og fara í hiv-próf.

Stúlkurnar á CLF sögðust hafa fengið upplýsingar um sjúkdóminn áður en þær komu þangað, en þær sögðust allar hafa lært meira um hann, þótt það væri einstaklingsbundið og misjafnt hvað hver þeirra hafði lært. Félagsráðgjafi CLF heldur vikulega fundi þar sem ýmis málefni á borð við hiv eru rædd, auk þess sem fleiri koma að fræðslustarfinu.

Fáeinar stúlkur óttuðust smitun eða smitað fólk. Sumar höfðu horft upp á nána ættingja deyja úr alnæmi og langaði ekki til að upplífa hið sama. Aðrar báru ábyrgð á yngri systkinum sem þær sögðust ekki mega deyja frá, að minnsta kosti ekki næstu árin á meðan börnin væru lítil, það gæti orðið endalok þeirra alla.

Stúlkurnar höfðu einnig tök á að ræða persónuleg vandamál við félagsráðgjafa CLF einar eða tvær saman og gera má ráð fyrir að þau hafi verið ærin miðað við aðstæður þeirra. Ekki virtust þær samt treysta félagsráðgjafanum fyrir alveg öllu af ótta við að upplýsingarnar gætu borist til þeirra nánustu sem mögulega gæti haft áhrif á áframhaldandi búsetu hjá þeim.



CLF og hiv-próf

Allar nema tvær höfðu farið í hiv-próf og sumar oftast en einu sinni. Einhverjar sögðu að Rauði krossinn hefði hvatt þær til að fara þrisvar sinnum í próf með þriggja mánaða millibili til að tryggja rétta greiningu. Flestar höfðu farið í próf í tengslum við kærasta, til dæmis áður en þær byrjuðu að stunda kynlíf með þeim, giftu sig, eignuðust barn eða þegar þær töldu hann hafa haldið fram hjá. Aðrar höfðu farið vegna langvarandi veikinda, ásakana um að vera hiv-smitaðar, kynferðislegar misnotkunar eða af ótta við að hafa fæðst smitaðar. Einhverjar höfðu farið í hiv-próf á meðan þær voru á CLF, en tvær höfðu aldrei farið, önnur vegna þess að hún óttaðist að láta stinga sig.

Íbúar Úganda eru um 30 milljónir.

Árið 2005 bjó helmingur íbúa undir alþjóðlegum fátækramörkum, með innan við 1,25 dollara á dag.

Af íbúum 15-49 ára eru 6,7% hiv-jákvæðir eða með alnæmi. 7,3% stúlkna og 2,5% drengja á aldrinum 15-24 ára eru smituð af hiv, þetta endurspeglar veika stöðu ungra stúlkna.

Um tvær milljónir barna undir 18 ára aldri eru munaðarlaus.

Um þriðjungur ungmenna hefur ekki nægilega þekkingu til að geta varist hiv-smiti.

Kærastar og börn

Margar stúlkanna höfðu átt kærasta og langaði til að eignast nýjan. Helmingur þeirra vildi setja kærastunum skilyrði að fara í hiv-próf áður en þau hæfu kynlíf saman. Þær sögðust ætla að slíta sambandinu ef þeir vildu það ekki því þá væru þeir pottþétt smitaðir.

Nokkrar stúlkanna höfðu alls enga löngun til að ná sér í mann. Þær höfðu slæma reynslu af þeim og gátu ekki treyst þeim. Þetta voru stúlkur sem höfðu til dæmis átt drykkfellda feður sem eignuðust börn utan hjónabands; átt feður eða stjúpfeður sem vanræktu þær; kærasta sem gáfu þeim gjafir en yfirgáfu þær þegar þær urðu barnshafandi eða barnsfeður sem reyndust giftir. Sumum fannst einnig að vinkonur í samböndum ættu oft í miklum erfiðleikum með eiginmennina vegna framhjáhalds og vanrækslu á börnunum. Oftast höfðu þær upplifað röð áfalla í tengslum við karlmenn.

Stúlkurnar sögðust nota ýmsar aðferðir til þess að passa sig á því að smitast ekki, halda sig til dæmis sem mest heima og umgangast stráka sem minnst. Ein sagðist ganga með hring og dygði það ekki segði hún að illa stæði á eða að hún ætti kærasta. Ef þeir teldu hana ljúga léti hún sig hverfa hið snarasta.

Þær sem minnstust á barneignir ætluðu sér að eignast tvö til fjögur börn, mun minna en meðaltalið í Úganda sem er sjö börn. Mæðra- og ungubarnadauði í landinu er um 12 sinnum hærri en á Vesturlöndum.



Vinna eftir dvöl á CLF

Allar stúlkurnar voru ánægðar með dvölinni á CLF, þær höfðu fengið mat, eignast góða vini, fræðst um ýmislegt, eins og hiv, og náð að ganga í skóla eða fengið þjálfun í einhverju sem þær vonuðust til að geta nýtt sér eftir dvölinni. Stúlkurnar langaði allar til að halda áfram í námi og fá vinnu. Þær sem báru ábyrgð á börnum, hvort heldur eigin eða öðrum innan fjölskyldunnar, höfðu yfirleitt hug á því að hjálpa börnunum fyrst til mennta áður en þær sjálfar héldu áfram í námi. Margar vildu því byrja á því að fá sér vinnu og höfðu gjarnan hug á því að koma sér upp eigin rekstri. Þær voru því að kanna lán úr smálánasjóðnum sem CLF býður upp á og voru flestar bjartsýnar á að það gengi upp.

Aðstæður hiv-jákvæðu stúlkanna

Þrjár stúlkanna höfðu greinst hiv-jákvæðar við fæðingu eða eftir brjóstgjöf. Engin þeirra átti foreldra á lífi nema ein 13 ára sem átti föður, en hann hafði misnotað hana kynferðislega frá barnæsku, eftir að móðir hennar dó. Þessi stúlka var lögð í einelti í barnaskóla vegna sjúkdómsins. Hin börnin vildu ekki umgangast hana og kvörtuðu yfir því að hún gæti smitað þau. Hún var því látin sitja ein við borð. Þessi stúlka, eins og hinar tvær, var samt afar ánægð með að geta gengið í skóla og dreymir um að verða lækni og vinna með hiv-jákvæðum. Önnur 17 ára gömul hiv-jákvæð stúlka ætlar að verða blaðamaður og skrifa um hiv og alnæmi til þess að upplýsa fólk. Sú þriðja, einnig 13 ára og hiv-jákvæð, ætlar einnig að verða lækni.

Þessar stúlkur greindust allar á unglingsaldri. Þær höfðu allar verið mjög veikar frá því þær mundu eftir sér, en fóru ekki í hiv-próf fyrr en á unglingsárum. Þeim leið miklu betur eftir að þær fengu lyf og sögðust ekki verða eins oft veikar. Ein hafði jafnframt verið sett á berklalyf en sagðist samt hósta mikið ennþá.

Allar töluðu þær um verki við inntöku lyfjanna, sérstaklega á morgnana og á kvöldin, því þá tækju þær lyfin gjarnan á fastandi maga. Þriðja inntakan sem var í hádeginu gengi miklu betur, því þá gætu þær tekið lyfið með mat sem þær fengu í skólanum. Þær kvörtuðu allar yfir því að eiga stundum erfitt með að einbeita sér í skólanum sökum svengdar. Ein sagði frænda sinn, sem hún byggir hjá, drekka svo mikið að oftast væri enginn peningur eftir fyrir mat. Önnur fékk lyfin ekki alltaf samfellt vegna erfiðleika við að nálgast þau.

Engin þeirra þekkir aðra krakka sem eru hiv-jákvæðir, oftast höfðu þær ekki einu sinni hugleitt að aðrir krakkar gætu líka verið smitaðir. Þeim finnst hugmyndin um að hitta aðra í sömu stöðu góð.

Þótt bakgrunnur og aðstæður þessara hiv-jákvæðu stúlkna hafi hreint út sagt verið skelfileg var ótrúlegt að upplifa hvað skólagangan var þeim mikils virði og hvað þær áttu sér stóra drauma um framtíðina. Elsta stúlkan, sem átti sex ár eftir til þess að verða blaðamaður, sagðist geta náð því marki, fengi hún bara mat og tækifæri til að halda áfram í námi. Allar töldu samt ólíklegt að þær eignuðust mann og börn í framtíðinni, þótt þær langaði til þess, því enginn elskaði manneskju sem væri með alnæmi. Þannig væri það nú bara í Úganda. Þær reyndu því að forðast kynlíf og stráka.



Hugleiðingar að leiðarlökum

Það kom mér skemmtilega á óvart hvað stúlkurnar á CLF sýndu mikla einlægni og traust í viðtölunum og hvað þær bjuggu yfir mikilli réttisni og ábyrgð. Einnig sterkri löngun til að takast á við lífið, ótrúlegri eljusemi og væntingum til betra lífs. En veruleiki stúlkanna var svo sannarlega grimmar en mig hafði órað fyrir. Þær höfðu ungar að árum misst foreldrana úr lífi sínu, flutt til ættingja og oftast lifað þar við sára fátækt og mikla erfiðleika. Mér er minnisstætt hvað það var sumum stúlkunum erfitt að rifja upp ákveðna þætti úr bernskunni, eins og andlát foreldra. Þá runnu gjarnan tár niður kinnarnar, en þær sem á annað borð mundu eftir foreldrum sínum áttu jafnan ljúfar minningar um þá.

Segja má að alnæmisfaraldurinn hafi á margvíslegan hátt svipt stúlkurnar á CLF æsku sinni, þeirri vernd, öryggi og fegurð sem ætti að einkenna uppvaxtarár barna. Það var svo sannanlega tvennt ólíkt að hlusta á stúlkurnar sjálfar segja frá veruleika sínum og sjá hann í reynd, en að lesa um rannsóknir á aðstæðum ungs fólks í Úganda hér heima á Fróni.

Pú skiptir máli!

Vegna veikingar íslensku krónunnar á þessu ári hafa Alnæmisbörn átt erfiðara með að standa við allar þær skuldbindingar sem félagið hefur sett sér með fjárframlögum til CLF og óvíst hvað gerist þegar stofnfé félagsins, sem varð til við dauðsfall Erlu, verður uppuríð í lok ársins 2010, ef fram heldur sem horfir.

Þeir sem vilja og geta lagt hönd á plóg til að hjálpa CLF að halda áfram starfsemi sinni eru hvattir til að gerast félagsmenn Alnæmisbarna. Árgjaldið er 3.000 kr., en einnig er hægt að gerast styrktarmeðlimur og greiða ákveðna upphæð, 1.000 eða 2.000 kr. á mánuði til að styðja einhverja ákveðna stúlku eða stúlkurnar almennt til mennta í almennu grunnnámi. Hægt er að senda ósk um þátttöku inn á heimasíðu Alnæmisbarna, <http://www.hiv-born.is>, undir hafa samband. Fólki þarf alls ekki að óttast að styrkjum til CLF sé illa varið, þess í stað geta þeir gjörbylt lífi bágstaddra stúlkna í fjarlægri heimsálfu, Afríku. Það leiddi ferð okkar í ljós.

Við getum öll gert kraftaverk!



Viðtöl mín og heimsóknir okkar stjórnarmanna Alnæmisbarna til CLF á síðastliðnu ári leiddi í ljós að CLF væri að vinna í samræmi við þau markmið og væntingar sem Alnæmisbörn höfðu haft til starfseminnar. CLF var svo sannarlega að styðja við ungar, bágstaddar stúlkur vegna alnæmisfaraldursins og reyna að hjálpa þeim til betra lífs. Það var ánægjulegt að upplifa hvað dvölin á CLF reyndist þeim jákvæð og gefandi og voru væntingar stúlkunnanna til lífsins og framtíðarinnar ögrandi áskorun fyrir Alnæmisbörn að reyna að standa sig sem best í framtíðarfjárveitingum til CLF. Ég komst að því að styrkir Alnæmisbarna skipta sköpum í lífi þessara stúlkna, þeir gáfu þeim styrkari stoðir til að standa á, aukna þekkingu, menntun og þjálfun sem getur veitt þeim lífsnauðsynlegt fjárhaglegt sjálfstæði og sjálfræði í lífinu.

Ég held að dvöl mín í Úganda hafi bylt heimssýn minni og geri mér ómögulegt að líta heiminn sömu augum aftur. Á stuttri ferð minni um landið var margt sem kom mér verulega á óvart og hafði djúpstæð áhrif á mig. Það var til dæmis sérkennilegt að horfa á þetta fallega, frjósama land hvert sem augað eygði, þessa Perlu Afríku, og bera það saman við grannvaxið fólkið allt um kring og fátæklegar vistarverur sem langoftast voru hjallar og strákofar.

Gætum við hugsað okkur að lifa við þau lífskjör og aðstæður sem Úgandamönnum er boðið upp á? Nei, ég held ekki. Ég er því ófeimin að viðurkenna að á meðan ég dvaldi í Úganda fann ég oft innra með mér til mikillar reiði gagnvart stjórnvöldum, já og Vesturlöndum líka, fyrir að hafa ekki sýnt íbúum Úganda meiri virðingu og kærleik í verki en raun bar vitni. Ég var reið yfir því að enginn gripi inn í til að stoppa þessa kúgun og þjakandi aðstæður sem hinn almenni borgari virtist þurfa að lifa við.

Sigurlaug Hauksdóttir
félagsráðgjafi hiv-jákvæðra á Landspítalanum og
yfirfélagsráðgjafi hjá Landlæknisembættinu



HEFUR ÞÚ SÉÐ SKAMMDEGIS- ÞUNGLYNDI?

Ef vetrardrugginn dregur þig niður þá
getur hjálpað að auka hreyfingu og nýta
alla birtu sem gefst. Gönguferð í hádeginu
margborgar sig.



LÝÐHEILSUSTÖÐ
- lífið heil



Hiv-Norden er samstarfsvettvangur hiv-jákvæðra á Norðurlöndum með aðsetur í Stokkhólmi. Formaður er Kimmo Karsikas frá Finnlandi. Öll landssamtök hiv-hópa á Norðurlöndunum hafa nú breytt nafni sínu og heita: **Hiv-Sverige** www.hiv-sverige.se, **Hiv-Danmark** www.hiv-danmark.dk, **Hiv-Norge** www.hivnorge.no, **HivFinland** www.positiiviset.fi og **HIV-Ísland** www.hiv-island.is.

Fundir eru haldnir tvisvar eða þrisvar á ári, þar af einn aðalfundur. Þar er rætt um ástandið í hverju landi og reynt að móta sameiginlega stefnu. Fyrsti fundur ársins var haldinn í Stokkhólmi í mars og aðalfundur í Helsinki í september. Tveir fulltrúar frá hverju Norðurlandanna sitja fundina.

Áherslan í samstarfi Hiv-Norden snýr að mannréttindum hiv-jákvæðra, forvörnum og upplýsingum almennt út í samfélagið en undanfarin misseri hefur áhersla verið aukin á fræðslu og stuðning meðal hiv-jákvæðra. Því er nauðsynlegt að ná til sem flestra með upplýsingar, ráðgjöf, samveru og styrkingu á lífsstíl og því umhverfi sem þeir búa við.

Í tengslum við þessar áherslur ákvað stjórn Hiv-Norden að hefja samstarf við lyfjarsóknafyrirtækið Gilead. Það felur í sér námskeið fyrir hiv-jákvæða og aðstandendur um heilsu, aukaverkanir lyfja og heilsuefningu, sjá heimasíðuna: www.hivandyourbody.com. Gilead ætlar að bera allan kostnað af námskeiðunum sem verða haldin í nokkur skipti á Norðurlöndunum á næstu tveimur árum. HIV-Íslandi gefst kostur á að senda fimm fulltrúa á þessi námskeið.

HIV-Europe

HIV-Ísland er aðildarfélag að bandalagi hiv-hópa í Evrópu. Markmiðið er að halda árlegan fund með fulltrúum allra aðildarfélaga, ekki hefur það tekist á hverju ári vegna fjárskorts en í ár tókst það og komu fulltrúar aðildarfélaganna saman í Kaupmannahöfn í apríl. Erfitt hefur reynst að fjármagna þetta starf. Félögin eru dugleg að halda sambandi sín á milli með tölvupósti. Heimasíða HIV-Europe er: www.hiveurope.org

Alþjóðlega ráðstefnan í Vínarborg

Alþjóðleg ráðstefna um hiv og alnæmi verður haldin í Vínarborg í júlí 2010. Alþjóðlegar ráðstefnur eru haldnar annað hvert ár og var sú síðasta í Mexíkóborg sumarið 2008. Hiv-jákvæðir og aðrir, sem áhuga kunna að hafa, geta sótt um styrk til ráðstefnufarar á heimasíðunni. Til þess opnast hlekkur þann 8. desember næstkomandi, sjá: <http://www.aids2010.org/>

Einar Þór Jónsson

Lyfjameðferð fer misjafnlega með einstaklinginn, eins og gengur og gerist. Rauða borðanum barst eftirfarandi hugleiðing í ljóðaformi. Það er margt mannanna bölið - eins og þar stendur!

Réttlætiskrafa

Viagra og Cialis verða verðin, um að nást sátt.
Duglausan drenginn herða dinglandi, vonlaus um drátt.
Þrátt fyrir fjölda ferða og fimleika út á nátt,
vont er vífin að serða verðið er allt of hátt.



Rauði kross Íslands hefur stutt alnæmisverkefni malavíska Rauða krossins í Nkalo í Chiradzulu héraði í suðurhluta Malaví í nokkur ár. Þar búa um 290.000 manns. Rúmlega 90% af íbúum Chiradzulu búa við sárustu fátækt sem jafngildir því að þeir hafi minna en 100 krónur á dag sér til lífsviðurværis. Héraðið er þéttbýlt og nánast allt land er notað til ræktunar en þó hefur mikill meirihluti íbúa minna en hálfan hektara til eigin umráða, aðgangur að vatni er takmarkaður.

Líkt og annars staðar í sunnanverðri Afríku er hiv-smit og alnæmi mikið vandamál og talið er að 15,1% af íbúum Chiradzulu héraði séu sýktir af hiv-veirunni. Fjöldi munaðarlausra barna hefur vaxið á undanföllum árum og samkvæmt tölum frá yfirvöldum frá árinu 2008 hafa rúmlega 27.000 börn í héraðinu misst annað hvort eða bæði foreldri, oftast vegna alnæmis. Helstu smitleiðir hiv í Malaví eru með óvörðum kynmökum. Nýleg könnun Rauða krossins leiddi í ljós að almenningur telur að alnæmi sé stórt vandmál í samfélaginu, flestir þekkja sjúkdóminn og smitleiðir hans, en lítil smokkanotkun, áhættukynlíf, það hve unglingar byrja ungir að stunda kynlíf, ýmsir menningarlegir þættir, fátækt og ójafnrétti kynjanna leiðir til hárrar tíðni sjúkdómsins.

Alnæmisverkefni Rauði krossins í Chiradzulu felst í forvörnum og fræðslu til að koma í veg fyrir hiv-smit, til dæmis með jafningjafraeðslu, opnum dögum og íþróttadögum. Í samstarfi við heilbrigðisyfirvöld er skipulögð heimahlynning og annar stuðningur við alnæmissjúka og börn sem misst hafa foreldra úr alnæmi. Verkefnið felur einnig í sér einskonar málsvörn fyrir hiv-jákvæða og alnæmissjúka til að draga úr fordómum, smán og mismunun gagnvart smituðum. Auk þess er lögð áhersla á að styðja og styrkja malavíska Rauða krossinn við framkvæmd verkefnisins. Sjálfbóðaliðar Rauða krossins eru hornsteinn verkefnisins og eru hluti af því samfélagi sem þeir veita þjónustu til. Sjálfbóðaliðarnir fá þjálfun og kennslu til að framkvæma ofantalda verkefnispætti.

Þróun í rétta átt

Þegar verkefnið hófst var mikil þörf á að veita alnæmissjúkum heimahlynningu, meðferð við sjúkdómnum var ekki fyrir hendi og margir smitaðir einstaklingar voru rúmfastir og nutu umönnunar sjálfbóðaliða Rauða krossins. Nú á síðustu árum hefur aðgengi að meðferð við alnæmi aukist og í Chiradzulu geta hiv-jákvæðir og alnæmissjúkir fengið meðferð innan heilbrigðiskerfisins. Þetta þýðir að hiv-jákvæðir, sem fá meðferð, geta tekið þátt í daglegu lífi, eru sjálfbjarga og mun færri eru rúmliggjandi vegna sjúkdómsins. Þeir og aðstandendur þeirra horfast þó oft í augu við ýmsa erfiðleika í tengslum við heilsufar, meðferðina, fjárhag, mat og næringu, samskipti, sambönd og kynlíf. Auk þess sem smán og mismunun gagnvart sjúkdómnum hefur neikvæð áhrif á þá sem lifa með hiv-veiruna og aðstandendur þeirra.

Nú eru fimm stuðningshópar hiv-jákvæðra og alnæmissjúkra starfandi í Chiradzulu og taka þar þátt rúmlega 400 manns. Konur eru í miklum meirihluta en meðlimir hópanna eru hiv-jákvæðir og aðstandendur þeirra sem sjálfviljugir taka þátt. Mörg þeirra er þátt taka höfðu áður notið heimahlynningar Rauða krossins, en eru nú hressari og vilja leggja sitt af mörkum til að lifa jákvætt með sjúkdóminn.



Barmmerki, leiðrofnar og matjurtir

Hóparnir urðu til vegna þess að hiv-jákvæðir fundu þörf til að hittast, ræða málin og deila reynslu. Hóparnir fá stuðning og ráðgjöf frá alnæmisverkefninu en starfa að öðru leyti sjálfstætt og hafa eigin lög og reglur. Ýmis þjálfun er veitt til hópanna, svo sem hópefli, samvinna og gerð áætlana. Lögð er áhersla á mikilvægi málsvarnarstarfs hiv-jákvæðra og alnæmissjúkra og framlag þeirra til að að minnka mismunun og fordóma gagnvart sjúkdómnum í samfélaginu. Einnig hafa hóparnir verið studdir til að koma á legg verkefnum sem miða að því að afla tekna.

Dæmi um slík verkefni eru: framleiðsla barm-alnæmismerkja sem Rauði kross Íslands hefur fest kaup á og ætlar til dæmis að selja þann 1. desember, á alþjóðlega alnæmisdaginn. Framleiðsla á leiðrofnum sem notaðir eru við matreiðslu og eru umhverfisvænir og spara eldivið. Ræktun sameiginlegra matjurtagarða, þeir eru alls orðnir fimm og er þar ræktað grænmeti, ákvextir og jurtir en uppskeran nýtist meðlimum hópanna og afgangsuppskera er seld til ágóða fyrir hópunum. Meðlimir stuðningshópana sem rækta þessa garða fá einnig kennslu og leiðbeiningar þar sem lögð er áhersla á að efla neyslu á fleiri fæðutegundum, sem eru næringarríkar og nauðsynlegar fyrir þá einstaklinga sem eru hiv-jákvæðir eða komnir með alnæmi.

Ýmsar aðferðir eru kenndar til að geyma matvæli, með það að markmiði að varðveita næringarinnihald og lögð er áhersla á nýtni með því að þurrka grænmeti og ávexti. Á matreiðslunámskeiðunum eru leiðrofnarnir, sem stuðningshóparnir framleiða, notaðir. Með matjurtargörðum stuðningshópanna er vonast til að bæta daglegt líf og vellíðan þeirra og í leiðinni stuðla að sjálfstæði þessa hóps.

Reynsla þátttakenda nýtt

Þess má geta að lokum að hver stuðningshópur hefur stofnað bankareikning þar sem tekjur eru færðar inn og ákveður hópurinn á reglulegum fundum hvernig nota skal það fé sem aflað er.

Hóparnir hittast vikulega og eru þá ýmis málefni rædd eins og til dæmis; að lifa jákvætt með hiv og alnæmi, mismunun og smán sem fylgir sjúkdómnum í samfélaginu, vandamál sem aðrir fjölskyldumeðlimir upplifa, fjárhagsáhyggjur, áhyggjur af framtíðinni, meðferðarheldni, andleg vandamál og hvernig hægt er að nýta reynslu meðlima til að miðla fyrirbyggjandi upplýsingum um alnæmi til annarra í samfélaginu. Fjöldi þátttakenda stuðningshópanna eykst í Chiradzulu en allir eru skráðir í landssamtök einstaklinga sem lifa með alnæmi í Malaví (MANET+).

Tafla 1.

Dreifing hiv-smiðaðra eftir smitleiðum og áhættuhegðun, frá upphafi til 31. desember 2008.

Hópar einstaklinga	Karlar	Konur	Alls	%
1. Hommar og tvíkynhneigðir (kynmök)	99	–	99	46
2. Fíkniefnaneytendur (í æð)	21	6	27	12
3. Gagnkynhneigðir (kynmök)	39	42	81	37
4. Blóðþegar	–	4	4	2
5. Móðir til barns	–	1	1	0
6. Annað og óþekkt	4	2	6	3
Alls	163	55	218	100

Tafla 2.

Aldur hiv-smiðaðra við greiningu, frá upphafi til 31. desember 2008.

Aldur	Karlar	Konur	Alls	%
0–9 ára	–	1	1	0
10–19 ára	1	3	4	2
20–29 ára	49	22	71	33
30–39 ára	58	19	77	35
40–49 ára	41	4	45	21
50–59 ára	13	3	16	7
60 ára og eldri	1	3	4	2
Alls	163	55	218	100

Tafla 3.

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

Árslok	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	5	2	7	–	–	–	–	–	–
2003	6	4	10	1	–	1	–	–	–
2004	4	1	5	2	1	3	1	–	1
2005	5	3	8	1	–	1	–	–	–
2006	8	3	11	2	1	3	1	–	1
2007	6	7	13	–	–	–	–	–	–
2008	7	3	10	...	...	...	...	...	...
2009, 1. nóv.	...	...	7	...	...	...	...	...	...
Alls	* 163	* 55	225	* 52	* 8	* 60	* 32	* 5	* 37

Heimild: Sóttvarnalæknir, landlæknir

Athugasemdir:

... : Liggur ekki fyrir

* : Frá upphafi til 31. desember 2008

Tala hiv-smitaðra og alnæmissjúkra í heiminum miðað við árslok 2007

Dálkfyrirsagnir:

- I Upphaf faraldursins
- II Fullorðnir og börn á lífi með hiv eða alnæmi
- III Fullorðnir og börn sem smituðust af hiv á árinu
- IV Tíðni hiv og alnæmis meðal fullorðinna (15-49 ára), %
- V Hlutfall kvenna meðal fullorðinna með hiv eða alnæmi, % (árið 2006)
- VI Dánir úr alnæmi á árinu
- VII Helstu smitleiðir: G = kynmök karls og konu, S = kynmök karla, V = vímuefnanotkun með sprautu
Tölurnar eru meðaláætlun UNAIDS. Þær hafa lækkað frá fyrri tölum vegna nýrrar aðferðar við áætlun.
Mest lækka tölurnar fyrir Suður-Asíu (Indland).

	I	II	III	IV	V	VI	VII
Afríka sunnan Sahara	Um 1980	22.500.000	700.000	5,0	59	1.600.000	G
Norður-Afríka og Miðausturlönd	Fyrir 1990	380.000	35.000	0,3	48	25.000	G, V
Suður- og Suðaustur-Asía	Fyrir 1990	4.000.000	340.000	0,3	29	270.000	G, V
Austur-Asía	Fyrir 1990	800.000	92.000	0,1	28	32.000	V, G, S
Mið- og Suður-Ameríka	Um 1980	1.600.000	100.000	0,5	31	58.000	S, V, G
Karíbahaf	Um 1980	230.000	17.000	1,0	50	11.000	S, G
Austur-Evrópa og Mið-Asía	Eftir 1990	1.600.000	150.000	0,9	30	55.000	V
Vestur-Evrópa og Mið-Evrópa	Um 1980	760.000	31.000	0,3	28	12.000	S, G
Norður-Ameríka	Um 1980	1.300.000	46.000	0,6	26	21.000	S, V, G
Eyjaálfa	Um 1980	75.000	14.000	0,4	47	1.200	S, G
Alls		33.200.000	2.500.000	0,8	48	2.100.000	

Endurreiknaðar tölur með nýju áætlunaraðferðinni (milljónir):

	1990	1991	1992	1993	1994	1995	1996	1997	1998
Á lífi	8	10	12	14	16	18	20	22	24
Smitaðir á árinu	2,0	2,3	5,5	2,7	2,9	3,0	3,2	3,3	3,4
Dánir á árinu	0,2	0,3	0,4	0,5	0,7	0,8	0,9	1,0	1,2
	1999	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007
Á lífi	26	27	29	30	31	32	32	32	33
Smitaðir á árinu	3,3	3,2	3,1	3,1	3,0	2,9	2,9	2,7	2,5
Dánir á árinu	1,4	1,6	1,7	1,9	2,0	2,1	2,2	2,2	2,1

Baráttan við alnæmisfaraldurinn

Sameinuðu þjóðirnar samþykktu árið 2006 að stefnt yrði að því að veita öllum aðgang að hiv-vörnum, hiv-meðferð og umönnun ekki síðar en árið 2010. Í 111 löndum hefur verið ákveðið að leitast við að fylgja þessu. Lítum á hvernig hefur gengið.

Brasilía

Stefna heilbrigðisfyrvalda í alnæmismálum hefur hlotið lof

Sonia er einstæð móðir í Brasilíu og smituð af hiv-veirunni. Hún leggur á sig fjögurra klukkustunda ferð til að komast á heilbrigðisstofnun á vegum ríkisins þar sem hún fær ókeypis lyfjameðferð.

Ferðin er löng, segir hún, en lítið ómak til þess að fá lyfin sem hafa haldið henni utan sjúkrahúsa í ellefu ár.

Sonia er ein fjölmargra Brasilíumanna sem njóta þess að í landinu hefur verið unnið eftir nýstárlegri stefnu í málefnum hiv-smits og alnæmis. Það kom heilbrigðisfyrvöldum annars staðar á óvart þegar öllum sem höfðu hiv-smit eða alnæmi var tryggð ókeypis lyfjameðferð árið 1996. Sonia þarf að taka 20 lyfjatöflur á dag og það hefur haldið hiv-smitinu í skefjum. Aðferð Brasilíumanna, þar sem saman fara forvarnir á vegum hins opinbera og áberandi upplýsinga- og fræðslustarf til almennings, þykir mikil fyrirmynd fyrir þróunarþjóðir. Forvarnaáráðrður þar sem er ekki skafið utan af hlutunum hefur leitt til þess að þekking á útbreiðslu hiv-veirunnar er almenn: *Stattu þig í rúminu, notaðu smokk!*

Nýleg rannsókn heilbrigðisráðuneytisins í Brasilíu sýnir að þekking almennings á útbreiðslu hiv-smits og hvernig á að forðast það er meiri en víðast hvar annars staðar. Það var í Brasilíu sem menn gerðu sér fyrst grein fyrir því það er ekki hægt að skilja á milli forvarna og meðferðar, segir prófessor við háskóla í Rio de Janeiro. Hann hefur fengist við rannsóknir á hiv og alnæmi frá 1989 og segir að annars staðar hafi tekið um fimmtán ár að skilja þetta samhengi.

Skilningur almennings á málinu hefur lengt ævi tugþúsunda Brasilíumanna og sparað ríkisvaldinu milljarða í útgjöldum. Auk þess hafa milljarðar sparast vegna þess að Brasilíumenn hafa framleitt eigin lyf og samið um lækkað verð á lyfjum frá erlendum framleiðendum. Auk þess er talið að sjúkrahúskostnaður hafi orðið 250 milljörðum króna minni en ella á árunum 1996-2004.

Árangur Brasilíu í alnæmismálum hefur hlotið lof á alþjóðavettvangi en hann hefur fært þjóðinni nýtt verkefni. Þegar ókeypis lyfjagjöf hófst voru um tíu þúsund manns sem nutu hennar og reiknað var með að það yrði um tiltölulega skamman tíma hjá hverjum og einum. En sjúklingar lifa lengur en áður, þökk sé betri lyfjum og lyfjasamsetningum, og þurfa þá lyfjagjöf lengur.

Enn fremur hlýst það af því að hiv-smit hefur breyst úr bráðum sjúkdómi í langvinnan að sjúklingar búa við hættu á öðrum sjúkdómum. Einkum eru það hjartasjúkdómar sem lækarnir sjá. Komandi hefur verið á kerfi til að fást við hiv-smit og alnæmi, en þá verða fyrirbyggjanlegir sjúkdómar eins og hjartasjúkdómar sjúklingum að aldurtíla.

Tölur um hiv og alnæmi í Brasilíu:

90% vita að enn er engin lækning til við alnæmi.

45,7% Brasilíumanna nota smokk við skyndikynmök.

4,4 milljónir hiv-prófa voru tekin árið 2006.

38 milljarðar króna (á gengi 2009) voru notaðir til kaupa á hiv- og alnæmislyfjum árið 2006.

Yfirvöld greiddu fyrir einn milljarð smokka árið 2007.

Hondúras

Næst á eftir Afríku sunnan Sahara er útbreiðsla hiv-smits mest í löndum við Karíbahafið. Landsáætlun um hiv-varnir var samþykkt árið 2002 en það á eftir að koma í ljós hvort tekst að framfylgja henni. Skömmun sem fylgir hiv-smiti og ójafnræði kynjanna standa helst í vegi fyrir árangri. Konum sem smitast af hiv heldur áfram að fjölga sem og þeim sem fá alnæmi.

Tailand

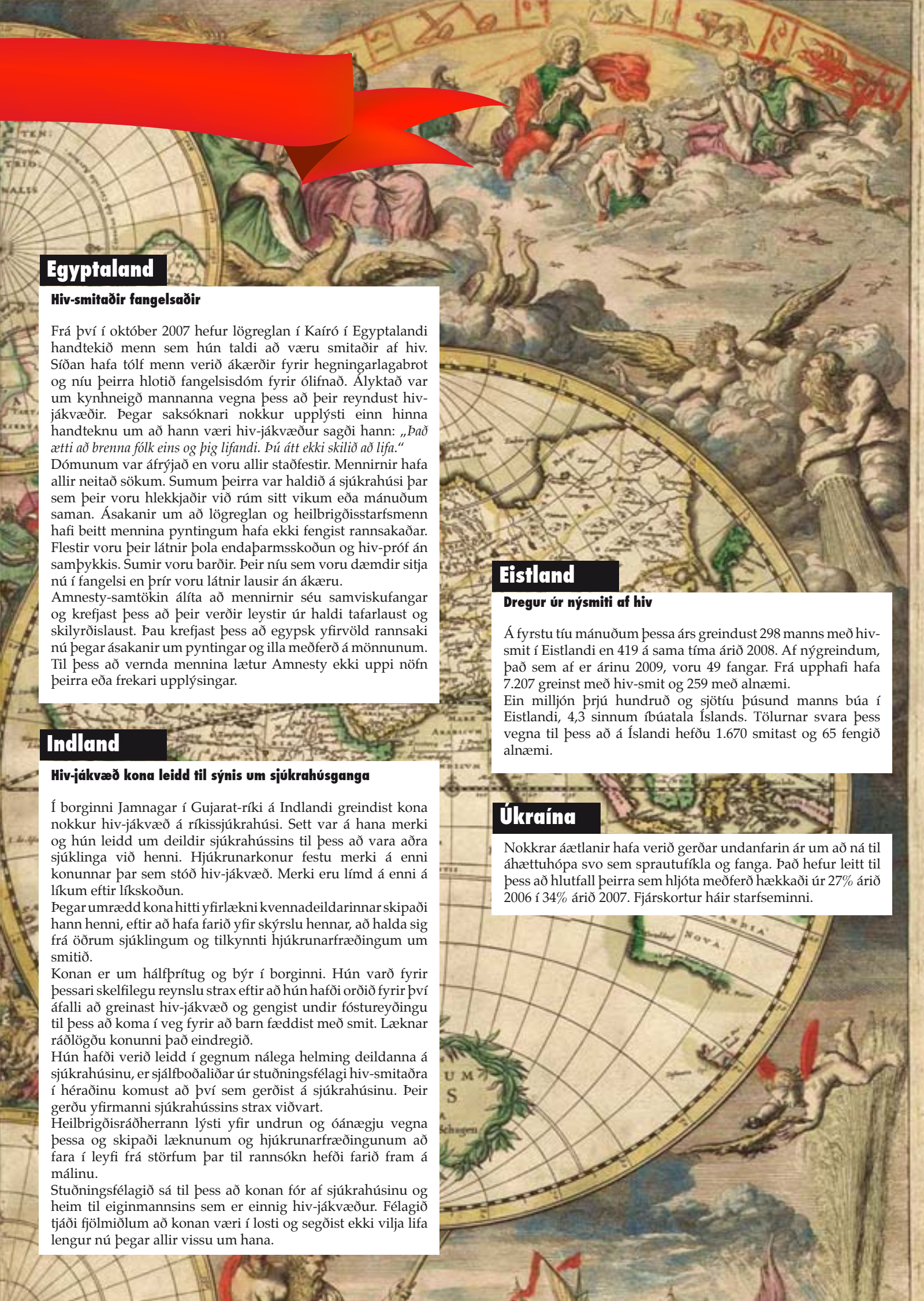
Meðferð vegna hiv-smits og alnæmis fellur undir sjúkratryggingalög sem voru samþykkt árið 2006. Helsta vandamál sem við er að etja er smit meðal þeirra sem starfa við kynlífsþjónustu, karla og kvenna. Ríkissjóður stendur undir um 80% af kostnaðinum en um 20% koma utanlands frá. Um 2,7% af útgjöldum til heilbrigðismála er varið til meðferðar við hiv og alnæmi.

Kína

Aðgengi að lækni-meðferð hefur batnað frá því hafist var handa á vegum ríkisins árið 2003. Rúmlega 42.000 manns nutu meðferðar í lok árs 2007. Alnæmi er enn mikið feimnismál og erfitt að leita sér aðstoðar, sérstaklega fyrir þjóðfélagshópa í erfiðri stöðu, svo sem þá sem hafa flust án leyfis og þá sem sinna kynlífsþjónustu. Ríkisstjórnin hefur hafið áróður fyrir opinni umræðu og upplýsingum.

Botswana

Landið var meðal þeirra fyrstu í Afríku til að setja á fót landsáætlun um hiv-varnir. Áætlunin var sett á laggirnar árið 2002 og hefur þróast hratt síðan. Starfið nær til 93.000 einstaklinga eða um 85% þeirra 110.000 sem er talið að eigi að hljóta meðferð.

The background of the entire page is a detailed historical map, likely a celestial or geographical chart from the 17th or 18th century. It features various allegorical figures, including a woman in a green and red dress on the left, a man in a red and green outfit on the right, and a winged figure at the bottom right. The map includes a grid of lines and labels in Latin, such as 'TEN', 'TRID', 'NALLS', 'TART', 'KERRY', 'ASIA', 'AFRICA', 'EUROPA', 'AMERICA', 'NOVA', 'SCHAGEN'.

Egyptaland

Hiv-smitaðir fangelsaðir

Frá því í október 2007 hefur lögreglan í Kaíró í Egyptalandi handtekið menn sem hún taldi að væru smitaðir af hiv. Síðan hafa tólf menn verið ákærðir fyrir hegningarlagabrot og níu þeirra hlotið fangelsisdóm fyrir ólífnað. Ályktað var um kynhneigð mannanna vegna þess að þeir reyndust hiv-jákvæðir. Þegar saksóknari nokkur upplýsti einn hinna handteknu um að hann væri hiv-jákvæður sagði hann: „Það ætti að brenna fólk eins og þig lifandi. Þú átt ekki skilið að lifa.“ Dómunum var áfrýjað en voru allir staðfestir. Mennirnir hafa allir neitað sökum. Sumum þeirra var haldið á sjúkrahúsi þar sem þeir voru hlekkjaðir við rúm sitt vikum eða mánuðum saman. Ásakanir um að lögreglan og heilbrigðisstarfsmenn hafi beitt mennina pyntingum hafa ekki fengist rannsakaðar. Flestir voru þeir látnir þola endabarmsskoðun og hiv-próf án samþykkis. Sumir voru barðir. Þeir níu sem voru dæmdir sitja nú í fangelsi en þrír voru látnir lausir án ákæru. Amnesty-samtökin álíta að mennirnir séu samviskufangar og krefjast þess að þeir verðir leystir úr haldi tafarlaust og skilyrðislaust. Þau krefjast þess að egypsk yfirvöld rannsaki nú þegar ásakanir um pyntingar og illa meðferð á mönnunum. Til þess að vernda mennina lætur Amnesty ekki uppi nöfn þeirra eða frekari upplýsingar.

Indland

Hiv-jákvæð kona leidd til sýnis um sjúkrahúsganga

Í borginni Jamnagar í Gujarat-ríki á Indlandi greindist kona nokkur hiv-jákvæð á ríkissjúkrahúsi. Sett var á hana merki og hún leidd um deildir sjúkrahússins til þess að vara aðra sjúklinga við henni. Hjúkrunarkonur festu merki á enni konunnar þar sem stóð hiv-jákvæð. Merki eru límd á enni á líkum eftir líkskoðun.

Þegar umrædd kona hitti yfirlækni kvennadeildarinnar skipaði hann henni, eftir að hafa farið yfir skýrslu hennar, að halda sig frá öðrum sjúklingum og tilkynnti hjúkrunarfræðingum um smitið.

Konan er um hálfþrítug og býr í borginni. Hún varð fyrir þessari skelfilegu reynslu strax eftir að hún hafði orðið fyrir því áfalli að greinast hiv-jákvæð og gengist undir fóstureyðingu til þess að koma í veg fyrir að barn fæddist með smit. Læknar ráðlögðu konunni það eindregið.

Hún hafði verið leidd í gegnum nálega helming deildanna á sjúkrahúsinu, er sjálfbodaðliðar úr stuðningsfélagi hiv-smitaðra í héraðinu komust að því sem gerðist á sjúkrahúsinu. Þeir gerðu yfirmanni sjúkrahússins strax viðvart.

Heilbrigðisráðherrann lýsti yfir undrun og óánægju vegna þessa og skipaði læknum og hjúkrunarfræðingunum að fara í leyfi frá störfum þar til rannsókn hefði farið fram á málinu.

Stuðningsfélagið sá til þess að konan fór af sjúkrahúsinu og heim til eiginmannsins sem er einnig hiv-jákvæður. Félagið tjáði fjölmiðlum að konan væri í losti og segðist ekki vilja lifa lengur nú þegar allir vissu um hana.

Eistland

Dregur úr nýsmíti af hiv

Á fyrstu tíu mánuðum þessa árs greindust 298 manns með hiv-smit í Eistlandi en 419 á sama tíma árið 2008. Af nýgreindum, það sem af er árinu 2009, voru 49 fangar. Frá upphafi hafa 7.207 greinst með hiv-smit og 259 með alnæmi.

Ein milljón þrjú hundruð og sjöttíu þúsund manns búa í Eistlandi, 4,3 sinnum íbúatala Íslands. Tölurnar svara þess vegna til þess að á Íslandi hefðu 1.670 smitast og 65 fengið alnæmi.

Úkraína

Nokkrar áætlanir hafa verið gerðar undanfarin ár um að ná til áhættuhópa svo sem sprautufíkla og fanga. Það hefur leitt til þess að hlutfall þeirra sem hljóta meðferð hækkaði úr 27% árið 2006 í 34% árið 2007. Fjárskortur háir starfseminni.

Loksins - loksins

Banni við komu hiv-smitaðra til Bandaríkjanna aflétt

Bandaríkastjórn hefur ákveðið að bann við komu hiv-smitaðra til landsins verði afnumið, en bann þetta hefur gilt í 22 ár.

Fljótlega eftir að alnæmi kom upp var hiv-smit sett á lista yfir smitsjúkdóma sem hafði það í för með sér að ekki væri leyfilegt fyrir hiv-smitaða útlendinga að koma til Bandaríkjanna. Lögum samkvæmt þurfa ferðamenn að upplýsa við komu til Bandaríkjanna, hvort þeir eru með einhvern smitsjúkdóm.

Alþjóðstofnanir sem vinna að alnæmismálum, margar ríkisstjórnir og samtök hiv-smitaðra víðs vegar um heim hafa gagnrýnt þessa reglu. Nú hefur ríkisstjórnin sagt sem svo að reglan þjóni engum tilgangi, sem máli skipti, fyrir almannaheilbrigði. Auk þess sé hún í andstöðu við alþjóðlegar heilbrigðisreglur. Í henni felist mismunur og hún leiði til útskýfunar hiv-smitaðra.

Ryan White-lögin

Þessi breytta stefna var kynnt samtímis því að Barack Obama forseti undirritaði lög um viðbætur við svokölluð Ryan White-lög frá árinu 1990 um meðferð hiv-smits og alnæmis. Þau fela í sér viðtæka aðstoð og meðferð fyrir þá sem eru hiv-smitaðir í Bandaríkjunum.

Ryan White, unglingur í Indiana-ríki, var með dreyrasýki og smitaðist af hiv-veirunni við blóðgjöf. Hann barðist af hugrekki gegn mismunun vegna alnæmis og stuðlaði mjög að aukinni þekkingu almennings í Bandaríkjunum á alnæmissjúkdómnum.

Ryan var 13 ára gamall þegar hann greindist með alnæmi. Hann og móðir hans, Jeanne White-Ginder, börðust fyrir því að hann fengi að halda áfram skólanámi og vakti barátta þeirra heimsathygli. Hann kom fram í fjöldamörgum sjónvarpsþáttum og blöðum og gerð var sjónvarpsvikmynd um líf hans. Ryan White dó í apríl 1990, 18 ára, nokkrum mánuðum áður en Bandaríkjaþing samþykkti lögin sem eru kennd við hann. [<http://hab.hrsa.gov/about/ryanwhite.htm>]



Lárétt

7. Höfuðborg Úrúgvæ. (10)
9. Golfari af kínverskum, tælenskum, afrískum amerískum, hollenskum og indjánaættum. (5,5)
10. Mat á eðli, ástandi og verði fasteignar eða lausafjäreignar. (6)
11. "Tóta litla _____ tók þann arf úr föðurætt að vilja lífsins njóta". (10)
12. Það minnsta af fimm úthöfum jarðar. (13)
13. Tæki sem er notað við veðurathuganir til að mæla loftþrýsting. (7)
14. Japanskt djúpsteikingardeig. (7)
16. Íslenskt heiti yfir selló. (8)
18. Höfuðborg St. Vincent og Grenadine-eyja. (9)
21. Risavaxið ský af gasi og ryki þar sem nýjar stjörnur verða til. (8)
22. Gjaldmiðill Nepals. (5)
27. Íslensk trjátegund, Sorbus aucuparia. (6)
29. Enskur leikari sem lék Captain Jean-Luc Picard í Star Trek. (7,7)
30. Skrautplöntur einnig kallaðar drottningarblóm. (8)
31. Fylki í Bandaríkjunum. Stærsta borgin er Nevada. (4)
32. "Svona gerum við er við göngum _____ snemma á sunnudagsmorgni". (10)
35. Teiknimyndapersóna sem Jim Davis teiknar. (8)
36. "Þetta er ekki lyktin sem er alltaf af þér." "Nei þessi nýja er alveg fyrirtak." "Hvað er hún kölluð?" "_____!" (8)
37. Blýríkt, skorið og slípað gler. (8)

Lóðrétt

1. "_____ á hesti." (4,4)
2. Fyrirtæki sem gerir út skip. (6)
3. Þorgerður brák, ambátt Skallagríms og _____ Egils. (6)
4. Þunn plata með munstri til að bera lit á við skreytingu. (8)
5. _____ dýr, fylking dýra sem skiptist í möttuldýr, tálmunna og hryggdýr. (4)
6. Lítið himinfyrirbæri, venjulega úr bergi og járn eða eingöngu úr járn sem aðdráttarafl jarðar dregur með miklum hraða um lofthjúpin. (10)
8. Sjófuglar og góðir kafar sem finnast einna helst á Breiðafirði. (11)
13. "_____ er síðan sá eg hann,; sannlega fríður var hann." (5)
15. Afgangur láns. (12)
17. Drykkur sem var búinn til af John Pemberton. (4,4)
19. Hérað í norðvesturhluta Frakklands. (8)
20. Soðkraftur mótaður í form. (12)
23. _____ Schwartzenegger, kvikmyndaleikari. (8)
24. Síðasta vika lönguföstu. (10)
25. Fyrsta geimfar sögunnar. (7)
26. Vökvi sem hefur verið eimaður úr jarðolíu við 150-300° hita, notaður á olíulampa og til húshitunar. (9)
28. _____ þéttis er mælikvarði á hversu mikla raforku hann getur geymt og er mæld með SI-mælieiningunni farad. (7)
33. _____ Jong-il leiðtogi Norður-Kóreu frá 1994. (3)
34. Sá hluti af DNA sameind sem afritast í eina RNA sameind. (3)

Krossgáta Rauða borðans

Höfundur: Ásdís Bergþórsdóttir

Lausnir skal senda fyrir 15. desember á heimilisfangið:

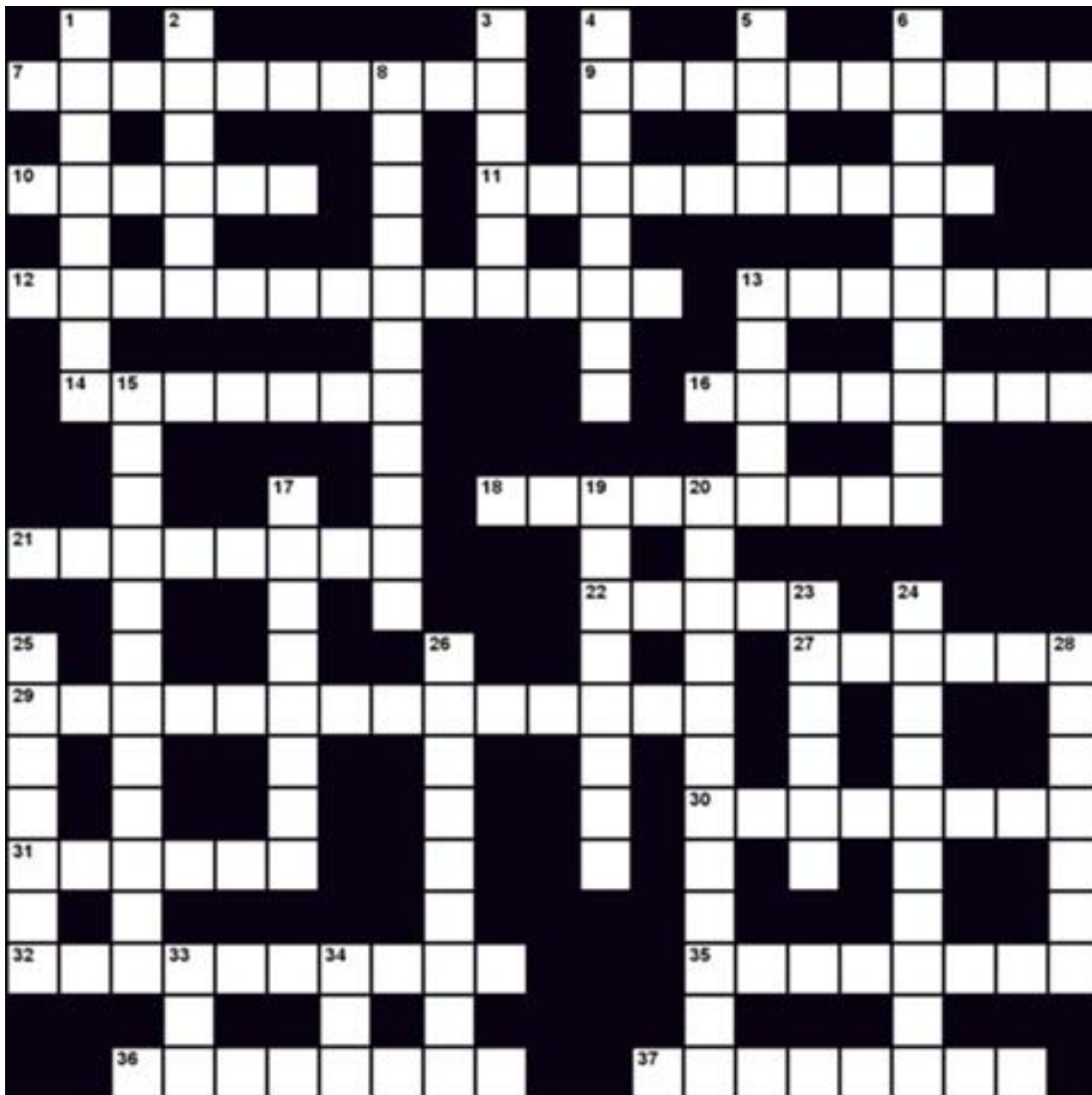
HIV-Ísland/Alnæmissamtökin á Íslandi

Hverfisgötu 69

101 Reykjavík

Dregið verður úr réttum lausnum. **Vegleg** bókaverðlaun í boði.

Lausn krossgátu verður birt á heimasíðunni: hiv-island.is



Við styðjum starf HIV-Ísland/ Alnæmissamtakanna á Íslandi

10-11 búðirnar

A. Wendel ehf., Tangarhöfða 1, Reykjavík

Akrahreppur

Allianz Ísland hf., Digranesvegi 1, Kópavogi

Bautinn, Hafnarstræti 92, Akureyri

Betra líf, Kringlunni 8-12, Reykjavík

Birkitré sf., Lyngási 12, Egilsstöðum

Blaðamannafélag Íslands, Síðumúla 23, Reykjavík

Bónus verslanirnar

Brimrún, Hólmaslóð 4, Reykjavík

BSRB, Grettisgötu 89, Reykjavík

Bændasamtök Íslands

DMM Lausnir ehf., Iðavöllum 9b, Reykjanesbæ

Efling stéttarfélag, Sætúni 1, Reykjavík

Egilssíld ehf., Gránugötu 27, Siglufirði

Eignamiðlunin ehf., Reykjavík og Mosfellsbæ

Eldhestar ehf., Völlum, Hveragerði

Endurskoðun Vestfjarða, Aðalstræti 19, Bolungarvík

Endurvinnslan, Knarrarvogi 4, Reykjavík

Faxaflóahafnir

Félag málmíðnaðarmanna á Akureyri

Garðabær

Garðplöntusalan Gróandi ehf., Mosfellsbæ

Gjögur hf., Kringlunni 7, Reykjavík

Guðmundur Tyrfingsson, Fossnesi C, Selfossi

Gunnar Eggertsson hf., Sundagörðum 6, Reykjavík

Hagall - Árni Reynisson ehf., Laugavegi 163, Reykjavík

Hamraborg ehf., Hafnarstræti 7, Ísafirði

Hársnyrtistofan Klippótek, Eddufelli 2, Reykjavík

Heilsubrunnurinn ehf., Kirkjuteigi 21, Reykjavík

Heyrn, Hlíðasmára 11, Kópavogi

Hitaveita Egilsstaða og Fella, Einhleypingi, Egilsstöðum

Hreyfimyndasmiðjan ehf., Garðsenda 21, Reykjavík

Humarhúsið, Amtmannsstíg 1, Reykjavík

Hvíta húsið, Brautarholti 8, Reykjavík

Höfðakaffi, Vagnhöfða 11, Reykjavík

Ísafjarðarbær

Ísfugl, Reykjavegi 36, Mosfellsbæ

Íslandsspil sf., Smiðjuvegi 11, Kópavogi

Jeppasmiðjan ehf., Ljónsstöðum, Selfossi

Kaupfélag Skagfirðinga, Sauðárkróki

Kjarnafæði, Fjölnisgötu 16, Akureyri

Kjósarhreppur, www.kjos.is

Kjölur ehf., Urðarvegi 37, Ísafirði

KOM almannatengsl ehf., Borgartúni 20, Reykjavík

Kópavogsbær

Lífstykkiabúðin ehf., Laugarvegi 82, Reykjavík

Löndun ehf., Kjalarvogi 21, Reykjavík

Malbikunarstöðin Hlaðbær - Colas hf., Hringhellu 6, Hafnarfirði

Mýrdalshreppur

Nesey ehf., Suðurbraut 7, Selfossi

Raförnninn ehf., Suðurhlíð 35, Reykjavík

RARIK, Bíldshöfða 9, Reykjavík

Rauði kross Íslands, Seyðisfjarðardeild

Reykjanesbær

Runólfur Hallfreðsson ehf., Álmskógum 1, Akranesi

Ræktunarsamband Flóa og Skeiða, Gagnheiði 35, Selfossi

Seljakirkja

Set, Eyraarvegi 41, Selfossi

Seyðisfjarðarkaupstaður

SFR, Stéttarfélag í almannajónustu, Grettisgötu 89, Reykjavík

SÍBS, Síðumúla 6, Reykjavík

Síldarvinnslan hf., Hafnarbraut 6, Neskaupstað

Skinney - Þinganes, Höfn

Skorradalshreppur

Slökkvilið höfuðborgarsvæðisins

Starfsmannafélag Garðabæjar, Garðatorgi 7, Garðabæ

Suzuki bílar, Skeifunni 17, Reykjavík

Súðavíkurbær

Sveitarfélagið Garður

Sveitarfélagið Skagafjörður

Tannlæknahúsið, Kaupvangi, Mýrarvegi, Akureyri

Tannlæknastofa Harðar V. Sigmarssonar, Reykjavíkurvegi 60,

Hafnarfirði

Útfararstofa kirkjugarðanna, Vesturhlíð 2, Reykjavík

Verkalýðsfélagið Hlíf, Hafnarfirði

Verkfræðistofa Austurlands ehf., Selási 15, Egilsstöðum

Verslunarmannafélag Suðurnesja

Vísir hf., Hafnargötu 16, Grindavík

VR, Kringlunni 7, Reykjavík

Þorbjörn hf., Hafnargötu 12, Grindavík



Apótekið þitt

í gamla Héðinshúsinu við Seljaveg 2.



Reykjavíkur Apótek er sjálfstætt starfandi apótek sem leggur áherslu á persónulega þjónustu og hagstætt verð. Apótekið er í gamla Héðinshúsinu við Seljaveg 2.

Frí heimsendingarþjónusta til eldri borgara og öryrkja.

AFGREIÐSLUTÍMI
9–18:30 virka daga
10–16:00 laugardaga

Reykjavíkur  **Apótek**