

RAUÐI BORDINN

30. ÁRG., 41. TÖLUBLAÐ, 1. DESEMBER 2019



Efnisyfirlit

Formannsspjall	3
Hugleiðingar framkvæmdastjóra.....	5
Ég var sleginn út af borðinu	6
Þeir áttu okkur að	11
Þórir Björnsson — minning	15
Svipmyndir frá gleðigöngunni 2019	16
Svipmyndir frá 30 ára afmæli	
HIV Ísland 1. desember 2018	20
Gagnkynhneigðir sem stunda kynlíf með	
öðrum körlum í sérstökum áhættuhópi.....	21
PrEP „On Demand“ viðurkennd leið	22
„Ég elska PrEP“ segir Páll Óskar	24
Norrænt samstarf	25
Fræðslu- og forvarnarverkefni	25
Hugvekja — Minningar- og þakkarstund í	
Fríkirkjunni 26. maí 2019	27
Tölfræði	30



Samtök fyrirtækja
í sjávarútvegi



REYKJANESBÆR



ÍSLENSK ERFÐAGREINING

Tækniskólinn
skóli atvinnulífsins



Rauði borðinn

Að bera **Rauða borðann** er tákmynd 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!**

Alþjóðlegi alnæmisdagurinn
Dagur rauða borðans
sunnudaginn 1. desember

Alþjóðlegi alnæmisdagurinn
sunnudaginn 1. desember næstkomandi
verður haldinn hátíðlegur í félagsheimili
HIV samtakanna að Hverfisgötu 69.

Veitingar og óvæntar upptækur
frá kl. 15.00 til 18.00

Alþjóðleg yfirskrift dagsins í ár er:
Bakland skiptir sköpum

HIV-Ísland starfar í þágu HIV-jákvæðra og aðstandenda þeirra. Í húsnæði samtakanna er unnt að leita upplýsinga, boðið er upp á fræðslu til félagsamtaka, fyrirtæja og annara, auk skipulagðrar fræðslu sem fram fer í grunnskólum landsins

Skrifstofa okkar er að Hverfisgötu 69.

Opnunartími:

Mánudaga til fimmtudaga,
frá kl: 13.00 til 16.00

Stjórn:

Formaður:

Ingi Hans Ágústsson

Gjaldkeri:

Svavar G. Jónsson

Meðstjórnendur:

Árni Friðrik Ólafarson

Fjóla Guðmundsdóttir

Ragnar Erling Hermannsson

Vignir Ljósálfur Jónsson

Framkvæmdastjóri:

Einar Þór Jónsson

Netfang: hiv-island@hiv-island.is

Vefsíða: www.hiv-island.is

Sími: 552-8586.

Kennitala: 541288-1129

Bankanúmer: 513-26-603485

Styrkur er alltaf vel þeginn

Rauði borðinn

Tímarit samtakanna **HIV-Ísland**

30. árgangur, 41. tölublað

Útgáfudagur:

1. desember 2019

Ritstjóri og ábyrgðarmaður:

Einar Þór Jónsson

Ritnefnd:

Gunnhildur Arna Gunnarsdóttir

Vignir Ljósálfur Jónsson

Páll Guðjónsson

Umbrot:

HIV-Ísland

Forsíðumynd:

Gunnhildur Arna Gunnarsdóttir

Prentun: Oddi ehf

Upplag: 4000 eintök

ISSN: 1670-2751

Formannsspjall

Skjótt skipast veður í lofti og eins og gerist verður að bregðast við því.

Fljótlega eftir síðasta aðalfund komu upp þær aðstæður hjá nýendurkjörnum formanni, Sigrúnu Grendal, að af persónulegum ástæðum gat hún ekki sinnt starfinu og sagði sig frá því. Undirritaður sem gegnt hafði varaformennsku í nokkur ár tók við formannsstarfinu. Vil ég nota þetta tækifæri til að þakka Sigrúnu, hennar óeigingjarna framlag til félagsins og baráttunnar fyrir forðmalausum HIV-lífi.



Alþjóðaheilbrigðisstofnunin (WHO) lýsti því yfir fyrir nokkrum árum að hennar markmið, sem kallað var „Getting to Zero“, næðist árið 2015. Segja má að markmiðið hafi náðst og núna er það að fullu viðurkennt af heilbrigðisyfirvöldum og þar á meðal hér á landi að HIV jákvæðir sem sinna sinni meðferð að fullu séu ekki lengur smitandi. Viðurkenningin hefur mikla þýðingu fyrir HIV jákvæða og gjörbreytir lífi þeirra.

Á árinu urðu vendingar í forvörnum gegn HIV, þegar aðgengi að svokölluðum „PREP“ lyfjum varð að veruleika. Félagið hafði lengi barist fyrir því að heilbrigðisyfirvöld opnuðu fyrir aðgengi að lyfjunum. Miklar umræður og samræður hafa átt sér stað við smitsjúkdómadeild embættis landlæknis varðandi aðgengi hér á landi að „hraðgreiningarprófum“ til greiningar á HIV. Félagið telur að þetta sé næsta skref í forvörnum og greiningu á HIV sem gæti farið fram utan sjúkrastofnana.

Sú ágæta heimildarmynd Hrafnhildar Gunnarsdóttur, „Svona fólk“ hefur vakið marga til um umhugsunar um baráttu liðins tíma fyrir mannréttindum. Þar kom kaflinn „Plágan“ ansi sterkt við marga og minningar rifjuðust upp varðandi þann tíma þegar HIV jákvæðir voru útskúfaðir úr samfélaginu og yfirgáfu þetta líf í einsemd og skömm. Skömm sem öll var sprottin af vanþekkingu og fordómum.

Einhver kann að spyrja af hverju er nauðsynlegt að vera með félag eins og HIV Ísland? Svarið er afar einfalt og sést best þegar litið er yfir starfsemi félagsins. Barátta fyrir réttindum félaganna bæði hvað varðar aðgengi að nýjustu lyfjunum og þjónustu heilbrigðiskerfisins svo og fræðslustarf er stór þáttur í starfsemi félagsins.

*Ingi Hans Ágústsson
formaður.*



VIÐ ÞÖKKUM STUÐNINGINN

Reykjavík

A. Margeirsson ehf
Aðalvík ehf
ARGOS ehf-Arkitektastofa
Grétars og Stefáns
Arkís arkitektar ehf
ASK Arkitektar ehf
Auglýsingastofan
ENNEMM
Álfabjarg, garða- og
lóðabjónustan
Álnabær ehf, verslun
Árbæjarapótek ehf
ÁTVR Vínubúðir
Bakameistarin ehf
BG pípulagnir ehf
Bíl - Pro ehf
Bílahöllin-Bílaryðvörn hf
Bílamálun Sigursveins
Sigurðssonar
Bílasmiðurinn hf
Blaðamannafélag Íslands
Bonafide lögmenn
ráðgjöf sf
Borg fasteignasala ehf
Bókabúðin Sjónarlind
Breiðan ehf
Brúskur hársnyrtistofa,
s: 587 7900
BSRB
Danica sjávarafurðir ehf
Drífa efnalaug og þvottahús
Dubliners
Dýralæknastofa Reykja-
víkur ehf
E.T. hf
Efling stéttarfélag
Fasteignasalan Miklaborg
Ferðafélag Íslands
Félag íslenskra hjúkrunar-
fræðinga
Fiskafurðir-umboðssala ehf
Flügger ehf
Fríkirkjan í Reykjavík
Fylgifyskar ehf
Garðs Apótek
GB Tjónviðgerðir ehf
Gilbert úrsmiður-www.
jswatch.com
Gjögur hf
Gleraugnaverslunin
Glæsibæ ehf
Gnýr ehf
Grettir, vatnsskassar ehf
Gullsmiðurinn í Mjódd

Hamborgarabúlla Tómasar -
Við erum öll jöfn
Hákon Bjarnason ehf
Henson sports
Herrafataverslun Birgis ehf
Hjá Guðjón Ó ehf
Hótel Leifur Eiríksson ehf
Hótel Óðinsvé
Húsgögn ehf smíðastofa og
viðgerðir
Höfðakaffi ehf
Innlifun ehf
Innnes ehf
Íbúðagisting.is
Íslensk endurskoðun ehf
Ísloft blikk- og stál-
smíðja ehf
JE Skjanni ehf, bygginga-
verktakar
Keiluhöllin Egilshöll
KOM almannatengsl
Kvika banki hf
Landsnet hf-
www.landsnet.is
Landssamband lögreglu-
manna
Láshúsið ehf
Le Bistro - franskur bistro &
vínbar
LOG lögmennsstofa sf
Lyfjaver ehf
Lögreglufélag Reykjavíkur
Lögreglustjórinn á
höfuðborgarsvæðinu
Matthías ehf
Málameistarar ehf
Mennta- og menningar-
málaráðuneytið
Menntaskólinn við Sund
Móðir Náttúra ehf
Nínukot ehf - Vinna um víða
veröld
Ó. Johnson & Kaaber ehf
Ósal ehf
Pingpong.is
Pizza King ehf
Rafsvið sf
Rannsókn- og háskólanet
Íslands
Reykjavík Residence Hotel
Reykjavíkurborg
RG Lögmenn ehf
Rikki Chan ehf
RK Pípulagnir ehf
Samtals ehf

Samtök starfsmanna fjár-
málafyrirtækja-SSF
Sensa ehf
Sigurraf ehf
SÍBS
Sjúkraliðafélag Íslands
Skilvís ehf
Slökkvilið höfuðborgar-
svæðisins bs
Suzuki á Íslandi
Sýningakerfi hf
Tannheilsa tannlæknastofa
Tannval Kristínar Gígiu
Teiknistofan Tröð ehf
THG Arkitektar ehf
Trackwell hf
Útfarabjónusta Rúnars
Geirmundssonar
Úti og inni sf
Vals tómatsósa ehf
Varma & Vélaverk ehf
VDO ehf
Verslunarskóli Íslands
Verslunartækni ehf
Verslunin Álfheimar
VOOT Beita
Yrki arkitektar ehf
Práinn skóari ehf
Ökumennt ehf
Ölstofa Kormáks og
Skjaldar ehf
Örninn - hjól

Seltjarnarnes

Horn í horn ehf, parketlagnir
Nesskip hf
Rafþing, rafverktaki

Kópavogur

Áberandi ehf
Bílaklæðningar hf
Blikksmiðjan Vík ehf
Cafe Catalina
Fríkirkjan Kefas
goddi.is
Habitat á Íslandi ehf
HL Adventure ehf
Hótel Kríunes
Init ehf
Lín design
Ólafssynir ehf
Suðurverk hf
Tengi ehf
Tækniþjónusta Ragnars G
Gunnarssonar ehf

Útfararstofa Íslands ehf
Vökvatæki ehf

Garðabær

Fjallatindar ehf
Garðabær
Geislataækni ehf -
Laser þjónustan
Hannes Arnórsson ehf
Kerfóðrun ehf
KFC ehf, veitingastaðir
Loftorka Reykjavík ehf
Pípulagnaverktakar ehf
Rope Yoga Setrið
S.S. Gólf ehf
Samhentir
Úranus ehf
Versus bílaréttingar og málun
Vélsmiðja Þorgeirs ehf
Vörukaup ehf, heildverslun
Öryggisgirdingar ehf

Hafnarfjörður

Bergplast ehf
Eldvarnarþjónustan ehf
Guðmundur Arason ehf,
smíðajárn
Gunnars mæjónes ehf
Hafnarfjarðarhöfn
Hagstál ehf
Hagtak hf
Hlaðbær-Colas hf,
malbikunarstöð
Hvalur hf
Ingvar og Kristján ehf
Micro-ryðfrí smíði ehf
Netorka hf
RB rúm
SIGN ehf, skartgripaverkstæði
Smyril Line Ísland ehf
Stólpi Gámar
Strendingur ehf
Tannlæknastofa Harðar V
Sigmarssonar sf
Verkþing ehf
Vélsmiðja Guðmundar ehf
Viðir og Alda ehf
Álftanes
GO múrverk ehf

Reykjanesbær

DMM Lausnir ehf
Reiknistofa fiskmarkaða hf
Rörlagningamaðurinn ehf
SB Trésmíði ehf
Skólamatúr ehf

Hugleiðingar framkvæmdastjóra

Einar Þór Jónsson, framkvæmdastjóri HIV Ísland skrifar:

Alþjóðlega alnæmisdeginum 1. desember er fagnað um allan heim ár hvert.

Yfirskrift alþjóðlega dagsins í ár er „**Communities make the difference**“ sem felur í sér áminningu um hvernig baklandið í samfélaginu skiptir sköpum um hvernig baráttan gegn HIV tekst til.

38 einstaklingar voru skráðir með HIV árið 2018 og eru í þjónustu á göngudeild smitsjúkdóma LSH í Fossvogi. Íslendingar eiga því miður háar tölur HIV og annarra kynsjúkdóma. Sprenging hefur orðið meðal HIV skráðra síðustu þrjú árin og að stórum hluta eru tilfelli eldri smit einstaklinga sem hafa flutt til landsins. Fjöldi HIV smitaðra einstaklinga á Íslandi frá upphafi eru um 500. Margir telja að það skekki myndina að þeir sem koma erlendis frá og eru með svo nefnd eldri smit flokkist sem nýgreindir á Íslandi en um helmingur allra í ár eru með „þekkt eldra smit“. Eða um 11 einstaklingar af 21 skráðu tilfelli það sem af er ári.

Gott aðgengi að prófum er lykillinn að viðurkenningu á því að sjúkdómarnir eru til staðar og eru jafnframt verkfæri til að stemma stigu við HIV. Það er nauðsynlegt að geta komist í hraðgreiningarpróf á óháðum stað í borginni og megi það verða sem fyrst. Hraðgreiningarprófin gera skimanir auðveldari í öllu samfélaginu, ekki bara meðal lykilhópa. Greiningarstöðvar sem þessar gera fólki ábyrgara og því líður eins og það hafi val. Þessi kostur virkar hvetjandi á fólki til að mæta reglubundið í skoðun og er gríðarlegur sparnaður fyrir heilbrigðiskerfið.

Það voru vatnaskil í forvörnum gegn HIV á síðasta ári þegar yfirvöld hófu að greiða að fullu fyrir samheitalyf Truvada til að fyrirbyggja ný HIV-smit meðal karla sem stunda kynlíf sín á milli. Hátt í 200 hafa farið í gegnum áhættumat á Landspítala og fengið forvarnarlyf gegn HIV í hendur.

Störf HIV samtakanna eru sérstök, viðkvæm og frábrugðin öðrum félögum að því leyti að stór hópur félagsmanna vill ekki láta aðra í samfélaginu vita af sér. Þessi hópur kemur ekki fram nema undir algjörum trúnaði og ekki á opinberum viðburðum sem félagið stendur fyrir. Umræðuhópar meðal grasrót-arinnar eru starfandi og félagar og almenningur getur gengið að ráðgjöf og upplýsingum um allt það sem málefnið HIV stendur fyrir.

Við skulum ekki gleyma hvers vegna HIV jákvæðir um veröld alla hafa búið við ótta, mismunun, fordóma og útskúfun í gegnum árin. Gæti það verið vegna þess hve dugleg við vorum og erum að skilgreina og flokka HIV jákvæða í áhættuhópa og eftir áhættuhegðun, hommana, sprautufíklana, innflytjendurna og vændisfólkið. Það er tími til kominn að afglæpavæða HIV sjúkdóminn um víða veröld og skila skömm HIV smitaðra.

Við sem höfum lifað af sjúkdóminn höfum svo margt að þakka fyrir og ekki síst við Íslendingar fyrir að hafa notið heilbrigðisþjónustu af bestu gerð. Hér er hugað að mannréttindum. Þessir þættir hafa líklega átt sinn þátt í því að lífsskilyrði HIV jákvæðra er með besta móti hér á landi og eftirsótt að flytja hingað. Áfallasaga, fíknivandi og félagslegir



erfiðleikar er miklar hindranir í tilveru margra og styttr líf þeirra.

Þrátt fyrir erfiðleika við að ná endum saman í rekstri HIV Ísland, en félagið byggir afkomu sína á styrkjum, hefur fræðslu- og forvarnarstarf átt sér stað í grunnskólum landsins líkt og fyrri ár. Einnig hjá meðferðarstofnunum, góðgerðarsamtökum, Samtökunum 78, fangelsi og læknaeild svo eitthvað sé nefnt. Dreift er smokkum í miklum mæli til einstaklinga og hópa um allt land sem þess þurfa.

Á alþjóðlega alnæmisdeginum horfum við fram á veginn. Við erum þakklát fyrir allan stuðninginn og minnumst fallinna félaga með virðingu. Við gleðjumst yfir því að veruleiki og framtíðarhorfur HIV-jákvæðra eru allt aðrar og betri í dag en á árum alnæmis.

Hugrekki, samstaða og virðing er svo augljós og tímans tákn þegar félagsmenn og stuðningsfólk HIV Ísland ganga stolt í litadýrð, gleði og sýnileika á Hinsegin dögum síðustu árin.

HIV-jákvæðir á lyfjum smita ekki!

ÉG VAR SLEGINN ÚT AF BORÐINU

Jón Helgi Gíslason, Donni, hefði dáið úr alnæmi ef ekki hefði verið fyrir hugrekki læknis sem ákvað þvert ofan í ákvörðun kollega að hann fengi nýjustu alnæmislyfin á markaðnum. Hann hafði áður fengið að heyra að hann væri of langt genginn með sjúkdóminn fyrir þau. Hann væri að deyja.

Eftir Gunnhildi Örne Gunnarsdóttur





Donni hefur í rúma þrjá áratugi glímt við HIV. Hann háði dauðastríð og fékk annað álit læknis sem varð honum til lífs á lokametrum alnæmis. Mynd/gag

„Ég spyr lækninn hvort ég eigi ekki að fara á þetta lyf? Hún segir: Þú hefur ekkert við þetta að gera, þú ert allt of langt genginn með sjúkdóminn,“ lýsir Jón Helgi Gíslason, Donni, sögu sinni á síðustu metrum alnæmis þegar við setjumst niður í húsakynnum HIV Íslands og ræðum reynslu hans. Ónæmiskerfið var hrunið. Þessi meðalmaður á hæð var orðinn 55 kíló með 2T frumur í stað þeirra 500 til 1.000 sem eru í heilbrigðum einstaklingi.

Donni lýsir því þegar hann, rúmliggjandi á A7 smitsjúkdómadeildinni á Landspítalanum í Fossvogi, hafi fengið sinn dauðadóm. „Ég fór grátandi inn í helgina því ég sá lyf sem var búið að vera í pípunum lengi slegið út af borðinu,“ segir hann og lýsir því hvernig honum hafi verið lofað því þegar það kæmi.

„Síðan kemur bjargvætturinn minn, Anna Þórisdóttir smitsjúkdóma- og lyfjalæknir,“ segir hann. Kallað hafi verið í hana á laugardegi eftir dóminn. „Til mín kemur þessi kona sem hefur verið HIV læknir á Nýja Sjálandi og í Ástralíu og hún segir: Við hlustum ekki á þetta. Þú ferð á þetta

” Ég man að ég þurfti að vera 6 klukkutíma á dag heima með lyfið í æð til að bjarga sjóninni. Ég var farinn að gera þetta sjálfur

lyf í dag. Hún tók fram fyrir hendurnar á lækninum mínum. Ég hef alltaf litið svo á að hún hafi bjargað lífi mínu,“ segir Donni. Hún hafi síðar orðið læknirinn hans.

Komið að haustdögum lífsins

Hann segir frá því að á þessu tímabili hafði hann verið undirbúinn af fagfólki fyrir dauðann. „Það kom félagsráðgjafi til mín. Hún segir fyrst: Jæja Jón Helgi, nú er komið að haustdögum lífs þíns. Eigum við að teikna upp tengslanet þitt? Ég er ekki að segja þessa hluti af því að ég er reiður. Ég er aðeins að segja hlutina eins og þeir voru,“ segir hann og að hann hafi ekki kveikt á stöðu sinni. „Ég hugsaði: Heldur hún að ég sé að deyja?“

Hér stendur Donni enn. Þrjátíu

árum síðar. „Ég heyrði manneskju segja mér að ég væri að deyja. Ég trúði því ekki,“ segir hann.

„Búið var að halda fjölskyldufund fyrir fjölskyldu mína. Þau höfðu verið boðuð upp á spítala og þeim sagt að ég ætti líklega um þrjá mánuði eftir ólifaða. Ég var þá ennþá heima, hvort sem þið trúðið því eða ekki, þá var ég að mála eldhúsið,“ segir Donni og gerir lítið úr ástandinu fyrir þessa spítalainnlögn en hann hafði fram að því notið heimahlynnningar.

Með lyf í æð lungann úr deginum

„Mamma var hjá mér í tæpt ár sem umönnunaraðili. Svo komu hjúkrunarfræðingar og læknar. Allt svefnherbergið mitt var fullt af lækningadóti,“ segir Donni sem glímdi við augnvírus eins og svo margir alnæmissjúklingar.

„Ég man að ég þurfti að vera 6 klukkutíma á dag heima með lyfið í æð til að bjarga sjóninni. Ég var farinn að gera þetta sjálfur,“ segir Donni sem var með lyfjabrunn græddan í bláæð í brjóstakassanum. Staðan hafi verið hrikaleg.

„Aðeins skinn og bein. Öllum sem sáu mig var brugðið. Vinum mínum brá að sjá mig. Ég var eitthvað á ferðinni, þótt minna en áður og oft lá ég á Borgarspítalanum, inni á A7,“ segir hann.

„Ég horfði upp á strákana sem komu inn með húðkrabbamein, heilabilun og alvarlegar lungnabólgu. Margir þeirra áttu ekki afturkvæmt af deildinni. Þá kom upp í hugann hvort maður ætti ekki að grípa í taumana og enda eigið líf í stað þess að bíða eftir því að veikjast og verða ósjálfbjarga, fárveikur. Þetta var svo hrikalegt. Ónæmiskerfið var hrunið og greið leið fyrir ýmsa sjúkdóma.“ Hann hafi hugsað til gluggans á klósettinu frammi á gangi.

„Er hægt að troða sér í gegnum hann og stökkva út?“ Honum finnst miðað við stöðuna á þessum ungu drengjum að hugsunin hafi verið auðskilin.

Rótleysi og eldgos

Donni er úr Vestmannaeyjum, fæddur 1959 og bjó þar til níu ára aldurs. Þá flutti fjölskyldan til Ástralíu. Mikil kreppa hafi verið á Íslandi og fá ef nokkur atvinnutækifæri fyrir föður hans „Þetta var á þeim tíma sem fólk fór niður á bryggju í von um að þeir fengju einhverja vinnu,“ segir hann. „Ég bjó í Ástralíu í fjögur ár.“

Þau systkinin voru sjö og höfðu komið sér ágætlega fyrir í Ástralíu og farin að tala saman á ensku þegar pabbi þeirra dreif fjölskylduna aftur heim. „Við segjum oft í gríni að pabbi saknaði lundans og úteyjálífsins í Vestmannaeyjum og þess vegna fluttum við öll til baka.“ Ekki hafi liðið nema fimm mánuðir þar til gaus í Vestmannaeyjum. Þau hafi hrökklast upp á land.

„Það var þvælingur á okkur. Við bjuggum á Kjarnesi, Hafnarfirði og Hornafirði. Skólagangan fór út og suður hjá okkur systkinunum vegna þessara hrakninga.“

Donni var 26 ára þegar hann greindist með HIV. „Einhver ár liðu þar til ég fann fyrir einkennum, eins og stækkuðum eitlum sem voru þau fyrstu hjá okkur mörgum,“ segir hann og að hann hafi líklega verið 28 ára þegar hann tók fyrstu lyfin. „En ég verð að viðurkenna að ég tek ekki svona hluti saman í hausnum á mér. Mér finnst stundum sem ég hafi lifað mörg líf og því erfitt að negla minningar niður á ártöl, tíma, lengd.“

Sagan sögð í Svona fólki

Það hreyfði við mörgum að sjá Donna segja sögu sína á ólíkum æviskeiðum í sjónvarpsþáttaröð Hrafnhildar Gunnarsdóttur, *Svona fólk*. „Ég hef verið um þrítugt þegar Hrafnhildur tekur fyrsta viðtalið við mig í gamla sjónvarpshúsinu,“ segir Donni. „Hún bjó og var í námi í San Fransisco og kom annað slagið til Íslands. En hún kemur þegar alnæmið er sem mest í umræðunni.“ Þriðji þátturinn, Plágan, var hryggjarstykkið í þáttaröðinni, sem sýnd var í Ríkissjónvarpinu.

Donni bendir á að í þættinum Svona fólk, þar sem hann flokki pillurnar, sé stór hluti þeirra vegna augnvírussins. „Ég segi það ekki í



myndinni en af þeim þrjátíu töflum sem ég tók voru tólf vegna vírussins sem var að eyðileggja sjónina í mér. Ég er lögblindur í dag, því ég missti sjónina á vinstra auga og er með um 16% sjón á því hægra. Ég hef lært að lifa með því. Við sem börðumst við alnæmi erum með svarta beltið í áföllum.“

En hvernig var að finna að sjónin væri að minnka. „Það var mikið áfall,“ segir Donni. „Ég átti eftir að eiga í því í mörg ár eftir að lyfin komu.“ Hann finni fyrir trega yfir því að hafa verið of lengi á lyfjunum við augnsýkingunni sem hafi orsakað skaðann.

„Ég spurði Önnu Þóris hvort þessi CMV-vírus hefði eyðilagt sjónina mína? Mér brá þegar hún sagði mér



Donni sagði sögu sína í þáttum Hrafnhildar Gunnarsdóttur, Svona fólk, með um þrjátíu ára millibili. Mynd/gag



að meðal ástæðna væri að ég hefði verið of lengi á CMV-töflunum eftir að ég byrjaði á alnæmislyfjunum. Augun hafi ekki þolað álagið,“ lýsir Donni. „Á meðan lyfin voru að bjarga ónæmiskerfinu voru þau að eyðileggja sjónina.“ Hann hafi forðast að hugsa um of um þessa hluti.

Blendnar tilfinningar í upprifjuninni

Donni segir að það hafi vakið hjá sér blendnar tilfinningar að þessi myndskreið í þáttunum væru sýnd alþjóð. „Ég var hættur að horfa á þennan tíma í baksýnispeglinum. Farinn að lifa öðru lífi. Búinn að vinna töluvert mikið í sjálfum mér. Þetta eru mörg áföll og ég hef unnið úr áfallastreitu og áfallastreituröskun,“ segir hann.

„Rykið var sest þegar þættirnir voru sýndir og ég farinn að leyfa mér að lifa hefðbundnu lífi, allskonar lífi, lífi sem ég hafði ekki endilega reiknað með að fá. Ég fann fyrir sársauka aftur og sorg við sýningu þáttarins,“ segir hann. Plástur hafi verið rifinn af sárinu og tregafullt að sjá vini sína, strákana sem lutu í lægra haldi fyrir sjúkdómnum.

„Þetta endurlit var mér samt hollt,“ segir hann. „Ég held líka að það hafi verið hollt fyrir þjóðarsálina að horfa til baka til þessa tíma. Reyndar held ég að þessir þættir hafi komið fram á hárréttum tíma og

„Var ég ekki búinn að gráta nóg? Ég horfði fyrst á þáttinn ásamt 100 öðrum í Bíó Paradís. Mér fannst berskjöldunin meiri þegar ég sá þetta í sjónvarpinu og fannst ég ekki þurfa að ræða sjúkdóminn frekar“

viðbrögð fólks hafa verið afar góð og jákvæð,“ segir hann. Hrafnhildur eigi miklar þakkir skildar.

„Daga og vikur eftir að ég sá þáttinn skoðaði ég hvort og þá hvaða tilfinningar væru enn á kreiki, hvort það væri eitthvað mögulega óupp-gert. Ég fann það ekki. Alnæmið hefur þroskað mann gífurlega. Ég segi oft að maður bognaði en brotnaði ekki,“ segir þessi heilsteypni maður sem lifði alnæmið af og stendur nú á sextugu.

„Maður nær að nota reynsluna, þessa erfiðleika og áföll sem næstum því gengu frá mér, til að þroska lífið.“

Tjaslaði sjálfum sér saman

Donni hefur stundað jóga og hugleiðslu. „Ég þurfti að takast á við streituna og púsla brotinni sjálfsmynd minni saman,“ segir hann. „Margt brotnar inni í manni þegar maður lendir svona ungur í áföllum.

HIV stigmað, sem margir kannast við, varð til þess að ég óttaðist nánd og vissi ekki hvenær ég myndi leyfa sjálfum mér að fara í sambönd. Mér fannst ég lengi óhrein. Það þarf ekki aðra utan frá til þess. Það var upplifun mín í samfélaginu,“ segir hann.

„Allar þessar fyrirsagnir og viðmót höfðu áhrif,“ segir hann. Kynvillingasjúkdómur. „Ég hef tjaslað sjálfum mér saman og hef náð í ýmis bjargráð. Hugleiðslu, 12 spora samtök; það gerði mikið fyrir mig,“ segir hann. Með þáttunum hafi hann dokað við um stund í lífi sínu.

„Var ég ekki búinn að gráta nóg? Ég horfði fyrst á þáttinn ásamt 100 öðrum í Bíó Paradís. Mér fannst berskjöldunin meiri þegar ég sá þetta í sjónvarpinu og fannst ég ekki þurfa að ræða sjúkdóminn frekar,“ segir hann hugs.

„Ég bjóst ekki við neikvæðum viðbrögðum en í allri sjálfsvinnu minni var mér farið að þykja vænna um einkalíf mitt, þar sem ég var áður sem opin bók. Mér þótti orðið vænt um að tala þegar það á við,“ segir Donni sem hafi á endanum snúið þessu viðhorfi sínu á hvolf.

„Ég ákvað að eiga þetta bara – own it, eins og sagt er á ensku og gera þættina að sögunni minni,“ segir hann ánægður með uppskeruna eftir opinberunina.

„Þetta gerðist. Við háðum dauðastrið við HIV og lifðum það af. Þetta er sagan mín. Þetta var rétti tími uppgjörs alnæmisfársins.“





Bergþóra, Hildur og Arndís hafa allar mikla reynslu af því að hjúkra alnæmissmituðum. Þær segja áhugaverða sögu frá sjónarhorni heilbrigðisstarfsmanna. Mynd/gag

ÞEIR ÁTTU OKKUR AÐ

Hjúkrunarfræðingarnir á Landspítala þekktu ekki hvernig bæri að hjúkra fyrstu alnæmissmituðu einstaklingunum sem lögðust inn á spítalann. Þekkingin jókst hratt og vel og sérhæfði ein sig í hjúkrun alnæmissmitaðra á erlendri grundu

Gunnhildur Arna Gunnarsdóttir

Óhreinu börnin. Hvítblæðissjúklingar á A7 áttu alla samúð skylda, voru hinir hreinu, en alnæmissjúklingarnir, sem einnig börðust við bælingu ónæmiskerfisins, enga. Þeir þóttu óhreinir. Fólk skyldi ekki hvers vegna þær vildu hjúkra þeim. Þannig lýsa þær Hildur Helgadóttir og Arndís Jónsdóttir fyrstu árum alnæmis á Landspítalanum.

Rauði borðinn settist niður með þeim ásamt Bergþóru Karlsdóttur á köldum laugardegi í nóvember. Þær hafa allar unnið um lengri tíma með

HIV-smituðum. Arndís og Hildur á fyrstu árum sjúkdómsins en Bergþóra á þeim seinni.

„Á deildinni fengu þeir samúð okkar en ekki frá samfélaginu,“ segir Arndís. Fordómar og ótti hafi verið svo miklir og viðhorfin að þeir hafi kallað þetta yfir sig með líferninu. Ættu ekkert betra skilið. Þeir hafi margir upplifað skömm.

Yfirgefnir af sínum

Þær lýsa því hvernig sumir pabbarnir hafi yfirgefið syni sína, setið frammi á gangi, á meðan mæður

þeirra sátu hjá veikum sonum sínum. Ástandið hafi verið skelfilegt. Á 25 manna deild hafi um tíma helmingurinn verið HIV smitaður. Allt ungir menn. Ein kona hafi dáið á deildinni.

Ungir menn hafi komið heim frá útlöndum til að deyja. Þeir hafi þá jafnvel ekki sagt fjölskyldu sinni frá samkynhneigð sinni eða veikindum. „Þeir voru einir og áttu bara okkur að,“ segir Arndís. Þær voru ungar þegar alnæmisfaraldurinn reið yfir og tóku sér stöðu meðal þeirra smitðu.



Bergþóra hér til vinstri segir fordóma enn finnast gagnvart HIV, bæði í samfélaginu og meðal heilbrigðisstarfsfólks. Stöðugt þurfi að fræða. Mynd/gag

Enn bóli á fordómum gegn HIV

„Ég hugsaði. Ég kem aldrei til með að sjá neinn með alnæmi,“ segir Bergþóra Karlsdóttir sem kom inn í HIV-teymi hjúkrunarfræðinga árið 2004. Á sama tíma hafi hún hitt marga sem báru merki eftir lyfjainntökuna í gegnum árin. Menn hafi verið með skrítna fitudreifingu, svokallaða Buffalo Hump sem er fitusöfnun á baki neðan háls, og taugaskaða í fótleggjum. „Þetta eru afleiðingar gömlu lyfjanna.“

En ólíkt því sem hún hélt hafi hún átt eftir að sjá alnæmið hjá gagnkynhneigðum einstaklingum sem engum datt í hug að væru smitaðir af HIV. „Það var fólk á aldrinum 60-70 ára. Margir þessara einstaklinga eru látnir. Fólkið var orðið svo veikt þegar smitið uppgötvaðist,“ segir hún. Það hafi legið á ýmsum deildum vegna augnsýkinga, lungnabólgu og annarra kvilla.

Svo hafi komið upp faraldur í fíkniefnahópi. „Það var áskorun en við höfum haft víðsýna lækna hérna og meðhöndluðum þá sýktu. Svíar gáfu fíklum lengi vel ekki HIV-lyf, hugsuðu að þeir tækju þau hvort eð er ekki,“ segir hún.

Veruleiki HIV smitaðra í dag sé allt annar en áður var. Lífslíkurnar ekki minni en ósmiðra og litlar sem engar aukaverkanir af lyfjunum sem verði stöðugt betri og betri. Enn séu fordómarnir þó til staðar. Fólk hafi enn áhyggjur af því að segja frá stöðu sinni.

„Ennþá segir fólk: Ég get ekki sagt mömmu frá þessu en rannsóknir hafa sýnt að þeim vegnar best sem eru opnir. Margir lýsa því að þeir myndu enn þann dag í dag ekki geta sagt frá þessu á vinnustað sínum. Það myndi hindra þá í starfsframa. Það er sorglegt,“ segir Bergþóra. Þá megi enn greina fordóma heilbrigðisstarfsmanna.

„Það er ekki nema þrjú ár síðan ég var hundskömmuð af heilbrigðisstarfsmanni sem átti að setja upp miðlægan æðarlegg hjá HIV-smituðum. Viðkomandi var hins vegar veirufrír og því þurfti ekki að segja frá því.“

Mikil fræðsla hafi verið á kvennasviðinu þar sem HIV-smiðar konur hafi upplifað fordóma við fæðingu barna sinna. „Við þurfum stöðugt að fræða,“ segir hún.

„Maður lagði eyrun við þegar upp kom kvittur um dularfullan sjúkdóm úti í heimi,“ segir Hildur sem eftir ár á A7 þar sem alnæmissjúkir lögðust inn fór út í sérnám til Kanada að læra að vera klínískur hjúkrunarfræðingur. „Ég lærði hjúkrun í kringum HIV og alnæmi. Mörgum fannst það skrítið val. Þetta var glæný áskorun og mjög ógnvekjandi,“ segir Hildur. Öttinn hafi kveikt hjá henni áhuga.

Hver öðrum yndislegri

„Nýir og nýir sjúkdómar dúkk-uðu upp, ný og ný einkenni og við stóðum á gati,“ segir Hildur. „Ég las mikið um sjúkdóminn í námi mínu og pældi í honum. Þá fékk ég tækifæri til að fara til Bandaríkjanna og vinna á alnæmisdeild í smá tíma,“ segir Hildur sem kom heim úr námi árið 1989 eftir að hafa unnið á A7 á sumrin, á tímanum sem alnæmið stóð sem hæst.

Þær lýsa því hversu erfitt andrúmsloftið í samfélaginu hafi verið í kringum veikindin. „Rosalegir fordómar, mikil hræðsla og fyrir mig, venjulega unga konu úr Laugardalnum var þetta skríttinn heimur að kynnst. Kynnst þessum strákum og heimi hommanna,“ segir Hildur um tímann þegar samkynhneigð var falin í samfélaginu. „Ég var rosalega bláeygð,“ segir hún hreinskilnislega.

„Svo allt í einu kynnist ég þessum strákum, hver öðrum yndislegri og dásamlegri, en í þessari hroðalegu stöðu að vera fárveikir af einhverjum sjúkdómi sem enginn vissi almennilega neitt um og engin lækning var við.“

Samstaða í hópnum

Þær lýsa því hvernig þeir stóðu saman. Þeir hafi hjálpað hver öðrum. Það hafi verið ungu mönnunum erfitt að vera smiðir og fylgja vinum sínum í gegnum sjúkdóminn og missa þá og fara í hverja jarðaförina á eftir annarri vitandi að sömu örlög biðu þeirra. „Þessi tími var súrrealískur,“ segir Hildur.



Birtingamynd sjúkdómsins fyrir lyf hafi verið hræðileg. „Þeir fengu hverja sýkinguna á fætur annarri. Langflestir fengu lungnabólgu sem er hrikalegt að eiga við. Þeir fengu svo mikið af sjálfssýkingum. Ónæmiskerfið hrundi,“ segir Hildur. „Ég man alltaf eftir því þegar sá fyrsti varð heilabílaður.“

Þær segja frá því hvernig fáir ef nokkur skildi áhuga þeirra á að sinna þeim eða vera nálægt þeim sjúku. „Það var rosaleg hræðsla við að smitast,“ segir Hildur og nefnir að henni sárni að heyra að það að þær hafi klæðst hlífðarfátnaði á fyrstu árum sjúkdómsins hafi verið af kulda eða fordómum frekar en af hreinni fagmennsku og ábyrgð.

Fagmennskan í hlífðarfátnaði

„Ég á erfitt með að heyra talað um að við höfum verið eins og geimverur og að þetta hafi verið eins og að koma inn í geimskip, allt svo kuldalegt, ömurlegt og hræðilegt. Við vorum þarna að hugsa um smitað fólk af mikilli umhyggju,“ segir hún. Arndís tekur undir. „Við vissum aðeins á þeim tíma að HIV væri smitandi en ekki hvernig.“

Hildur segir að eftir að þekkingin jókst og smitleiðir urðu þekktar hafi búningarnir aðeins verið notaðir þegar þær drógu blóð eða við miklum vessum. „Aðeins þegar fólki var að blæða eða með mikinn niðurgang, sem var stór partur af þessum veikindum.“

Lokaðar kistur, lík í plastpoka. „Við vissum ekki betur,“ segir Hildur. „Það er svo auðvelt að vera vitur eftirá. Horfa í baksýnispegilinn en



það er manns ábyrgð að verja sig; koma lifandi heim og bera hvorki sjúkdóma í þá eða annað fólk.“

Neitað um krufningu

Þær rifja upp hversu eitt heilbrigðisfólkið sem sinnti alnæmissjúkum stóð á þessum tíma. „Við vorum í ofboðslega erfiðri og flókinni stöðu. Heilbrigðisstarfsfólk sem stóð fjær, til dæmis rannsóknarfólk, neitaði að koma og draga blóð. Við urðum að draga allt blóð sjálf. Það var mjög erfitt að fá röntgenmyndir, fá eitt-hvað gert fyrir þá sjúku. Það voru allir svo hræddir. Við gerðum þetta sjálf.“

„Ég á erfitt með að heyra talað um að við höfum verið eins og geimverur og að þetta hafi verið eins og að koma inn í geimskip, allt svo kuldalegt, ömurlegt og hræðilegt. Við vorum þarna að hugsa um smitað fólk af mikilli umhyggju“

Hildur segir sérfræðinga einnig hafa neitað að gera krufningu á alnæmissjúkum. „Smitsjúkdómalæknarnir fengu ekki neinn til að kryfja einstaklingana og gerðu það sjálfir. Þeir gerðu það í það minnsta tvisvar sjálfir,“ segir Hildur sem var með þeim við eina krufninguna.

Arndís segir samstöðu starfsmanna á deildinni hafa verið mikla. „Blaðamenn mættu og vildu sjá þetta fólk. Við urðum að standa saman og gerðum það svo sannarlega.“ Umræðan hafi verið



svo neikvæð. Fólk neitað að fara í sjúkrabíla sem hefðu flutt HIV-smitaða. Aðrir sjúklingar hafi síður viljað vera á sömu deild.

Tóku að sér fræðslu

Þær segjast hafa séð sig knúnar til að tala opinberlega, í ýmsum skólum og stofnunum. „Allt gert af algjörrri hugsjón,“ segir Arndís. „Það var svo áriðandi að hemja þessa fordóma og normalísera hegðunina.“ Smokkaplakatið landsfræga hafi verið bylting í rétta átt. „Allt í einu stóð maður og talaði um smitleiðir, kynlíf hinna og þessara og sprautur,“ segir Hildur.

Eftir að AZT-lyfið hafi komið á markað hafi veruleiki HIV-smitaðra breyst mikið. Sjúklingarnir orðið hressari, farið heim og komið inn ef þeir veiktust. „Þá var ekki hægt að sjá mun á þeim og öðrum sjúklingum á deildinni. Við vorum ekki með neina sérstaka varúð utan þess að það var vandræðagangur gagnvart rannsóknum, hvernig ætti að draga blóð og hvernig ætti að merkja sýnin,“ segir Hildur.

En voru þær aldrei hræddar um eigin heilsu? „Nei,“ svara þær. Þær hafi haft þekkinguna og staðið nógu nálægt til að skilja ástandið. Hildur nefnir þó ótta þegar hún stakk sig á nál.

„Við vorum með lélegar græjur og að draga blóð án öryggis á nálunum. Box undir nálar og gler var úr pappa. Ég lokaði svona boxi sem var svo fullt að ég þrýsti því saman og blóðugar nálar stungust út og í handarbakið á mér. Þá varð ég hrædd,“ segir Hildur sem fór í rannsóknir og var ósmituð.



Akureyrarbær



Fóru í jarðarfarir

Þær minnst ákveðinna einstaklinga. „Margir þessara stráka voru vinir mínir og ég fór í jarðarfarir margra þeirra,“ segir Hildur. „Ég fer enn að leiði eins þeirra þegar ég á leið um það bæjarfélag.“ Hún sitji eftir stolt af starfi sínu. Þær hafi mótað það í takti við þekkinguna.

„Við stóðum þétt saman og fengum frelsi til að prófa allt mögulegt,“ segir Hildur. Þær hafi meðal annars fengið leyfi til að nota kannabis til að stöðva margra vikna ógleði eins þeirra.

„Við reyndum allskonar lyfjakokteila, dáleiddslu, allt í bókunum og á endanum fengum við að flytja inn tetrahydrocannabinol í hylkjum til að gefa honum,“ segir hún. „Það virkaði. Hann stóð upp og labbaði fram á gang. Hann hafði ekki staðið upp í nokkrar vikur.“

En hvernig hafa þær Arndís og Hildur gert upp þennan tíma? „Reynslan er mjög dýrmæt. Þetta var sérstakur tími, svo margt gerðist, líka gott. Á sama tíma dóu fjölmargir ungir menn. Fjölskyldur sátu eftir með óleyfilega sorg. Þetta var mikill skóli, lærdómsríkt,“ segir Arndís.

Unnu sem ein manneskja

„Ef eitthvað finnst mér það hafa styrkt mig í að horfa á manngildið.“

Við erum fyrst og fremst mann-
eskjur. Ég hef haldið í það og horft
framhá umbúðunum,“ segir hún og
að reynslan hafi verið gefandi og á
margan hátt gleðileg.

„Allt sem gerðist. Að vinna í svona
þéttum hópi þar sem við vorum
sem ein manneskja. Öll þessi þróun.
Það var ánægjulegt,“ segir hún og
Hildur tekur í sama streng.

**” Þetta var samfélag.
Við vorum hluti af
samfélagi**

„Ég sit ekki eftir með eftirsjá en ég
finn að ég verð viðkvæm þegar mér
finnst að okkur vegið. Mér finnst
við hafa lagt okkur mikið fram,“
segir Hildur. Hún hafi grátið þegar
myndirnar af þeim látnu birtust í
lok þriðja þáttar Hrafnhildar Gunn-
arsdóttur, Svona fólk, um alnæmis-
faraldurinn.

„Ég kom sjálfri mér á óvart. Ég hélt
að þetta væri uppgert. Eftir 35 ár í
hjúkrun hafa margir dáið og erfiðir
tímar verið en þessi stóð upp úr. Það
var gefandi að skapa nýja nálgun,
brjóta niður fordóma og fá aðra til
að bera fyrir þeim virðingu sem
manskjóm.“

Arndís tekur við orðinu: „Þetta
var samfélag. Við vorum hluti af
samfélagi.“



Bjartey Ingibergsdóttir er nýlega
komin til starfa sem hjúkrunar-
fræðingur á Göngudeild Smit-
sjúkdóma A-3.

Bjartey hefur síðustu 5 árin unnið
á Smitsjúkdómadeild A-7 í Foss-
vogi samhliða námi og einnig
eftir útskrift.

Ég er ótrúlega spennt fyrir nýjum
starfsvettvangi og hlakka til að
kynnast skjólstaðingum okkar
betur í náinni framtíð segir
Bjartey.

Minning:

ÞÓRIR BJÖRNSSON

Fæddur 28. apríl 1926 – Dáinn 27. apríl 2019

Þórir Björnsson vinur minn og einn af stofnfélögum HIV Ísland lést 27. apríl. Við kynntumst árið 1984 í London þar sem hann bjó hjá vinum sínum. Hann bauð mér í te-boð með þeim. Þórir klæddist leðri og fór á klúbba. Vinir hans voru heldri herra menn í London, þar á meðal þjónar drottningamóðurinnar, en drottningin sjálf fæddist nokkrum dögum á undan honum.

Þórir vinur minn ólst upp á Framnesveginum og átti sitt athvarf þar alla ævi. Hann varði mörgum árum í London og einhverjum í Kanada. Hann var í ástandinu á stríðsárunum. Braggabúðirnar voru fyrir neðan Framnesveginn og dátarnir gáfu mömmu hans súkkulaði en honum kossa. Í framhaldinu hófst líf hans í útlöndum.

Hann átti engin systkini og ekki börn, var aldrei í sambúð og alltaf einstæðingur en þó aldrei einn. Hann var alltaf svo ungur í anda og hress. Hann var með strákahóp í kringum sig, stráka sem voru ungir



og sætir fyrir nokkrum áratugum, en eru nú komnir af léttasta skeiði ef ekki látnir.

Það var mikill lífskraftur í honum. Hann var gestrisinn, mikið partyljón og aldrei var lognmolla hjá honum. Hann bauð upp á drykk sem við strákarnir kölluðum Arsenik, því hann var svo varhugaverður. Arsenik-kokteillinn samanstendur af 80% gini og 20% sætu vermont. Þessu sturtaði Björnsson-familían í sig, sem vorum við strákahópurnin.

Margir okkar byltust niður stigann á Framnesveginum. Alltaf hringdi Þórir daginn eftir og sagðist ekki hafa séð eins mikið áfengi fara í einu partyi, og þetta versnaði með árunum, fannst honum. Alltaf bauð hann liðinu aftur og var virkur félagslega og áhugasamur um tilveruna.

Líf Þóris er stórmerkileg saga. Það er dýrmætt að hafa kynnst honum og heyra hann segja frá lífinu á stríðsárunum. Þórir var 33 árum

eldri en ég og á þeim aldri sem ég er á í dag þegar við kynnumst. Hann var svo áhugaverður og talaði um hernámsárin eins og ég tala um alnæmistímann. Ár sem eru svo langt í burtu en þó svo nálægt í fólki eins og honum.

Hann var tryggur vinur og gaf góð ráð. „Kurteisi kostar ekki peninga“ sagði hann við strákana á veitingastaðnum 22 þegar allt ætlaði um koll að keyra í baráttu- og áfallastreitu níunda og tíunda áratuga. Hann kom að stofnun samtakanna '78 og HIV Ísland. Hann sá á eftir mörgum félögum í gegnum tíðina. Það var styrkur í Þóri og í huga mínum er einkunnarorð hans þrautseigja.

Aldrei kvartaði hann yfir hlutskipti sínu og lagði ekki árar í bát. Hann barðist fyrir lífi sínu fram á síðustu stundu. Hann dó degi fyrir 93ja ára afmælið sitt. Þessi lágvaxni, þrjóski herramaður var óhræddur við að segja meiningu sína umbúðalaust.

Hann var skarpgreindur, notaði Facebook og tölvur og tileinkaði sér nýjungar. Hann fylgdist vel með. Þórir fékk sér *nightcap* eins og drottningamóðirin fram yfir áttætt. Þá fékk hann sykursýki og hætti.

Þórir hafði áhrif á mig. Hann var heimilisvinur heima hjá okkur Stigmanni mínum. Ég dáðist að honum á margan hátt. Hann hélt reisn sinni og dampi allt fram á síðasta dag. Ég mun sakna þessa litríka vinar míns og minnast um ókomin ár.

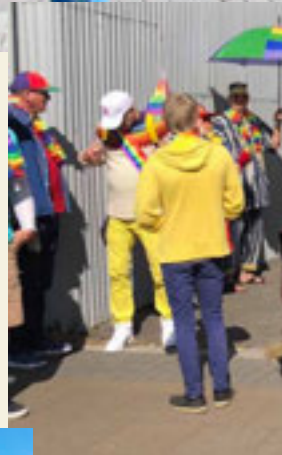
Einar Þór Jónsson

GLEÐIGAN

Í þriðja sinn tók HIV Ísland þátt í gleðigöngum

Mikil litadýrð fylgdi fjölmenningu

Hugrekki, sýnileiki, v



IGAN 2019

ni og var það gert með gleði, pomp og prakt.

ennum hópi félaga og vina

virðing og samstaða



M·A·C VIVA GLAM GÓÐGERÐAR-SJÓÐURINN FAGNAR 25 ÁRA AFMÆLI!

M·A·C GÓÐGERÐARSJÓÐURINN HEFUR BARIST GEGN HIV/AIDS UM ALLAN HEIM Í 25 ÁR



SAGA VIVA GLAM

VIVA GLAM var stofnað árið 1994 þegar HIV faraldurinn var sem hæstur í heiminum en tilgangur VIVA GLAM var að létta undir með þeim sem smitast höfðu af veirunni. Með því að sameina glæsileika og strangar fjármögnunaraðferðir hefur M·A·C Cosmetics unnið með Stórstjörnum á borð við Sia, Miley Cyrus, Elton John, Mary J. Blige og Ricky Martin til að auka sölu á VIVA GLAM varavörum, en allur ágóði sölunnar rennur óskiptur til HIV/AIDS samtaka um allan heim.

25 árum síðar hefur VIVA GLAM safnað 500 milljónum dollara um heim allan til að berjast gegn HIV/AIDS og þar af leiðandi hjálpað milljónum manna. Þetta eru því 9,713 styrkir til yfir 1800 byltinga-kenndra samtaka um allan heim.

„VIVA GLAM er hjarta og sál M·A·C Cosmetics en allt byrjaði þetta með einum varalit og áherslu á að enda HIV/AIDS,“ segir John Demsey, formaður M·A·C AIDS FUND og framkvæmdastjóri Estée Lauder Companies.

ÁFRAMHALDANDI STARF

Í dag hefur almnæmi sem tengist dauðsföllum lækkað um 50%, yfir

21,7 milljónir manna hafa aðgang að lyfjum og eru nú 47% færri sem greinast með HIV, en árið 1994 þegar MAC hóf VIVA GLAM herferðirnar sínar.

M·A·C Cosmetics mun að sjálf-sögðu halda þessari vegferð sinni áfram og leggja þeim stofnunum lið sem sérhæfa sig í að aðstoða þá einstaklinga sem smitast hafa af veirunni.

„Síðan 1984, hefur M·A·C og okkar ótrúlegu listamenn sett hinum venjulegum viðmiðum áskoranir og farið út fyrir normið. Vinnan sem M·A·C hefur gert er alþjóðleg framkvæmd á þessari sýn,“ sagði Nancy Mahon, framkvæmdastjóri M·A·C AIDS Fund og framkvæmdarstjóri Sameiginlegrar ríkisborgararéttar og sjálfbærni hjá Estée Lauder Companies. „Við höfum nú próf og meðferðir sem geta hjálpað okkur að enda þessa veiru – núna þurfum við að tækla þennan ójöfnuð sem kemur í veg fyrir því að ungar stúlk-

ur, konur og LGBTQ samfélög leiti að meðferðarúrræðum. Í ár mun M·A·C auka áherslu á þessa sýn með því að þróa áfram verkefnið til að endurspegla aðferðina sem þarf til að ljúka þessum faraldri.

Hver einasta króna af seldum VIVA GLAM II, VIVA GLAM III og af nýja limited-edition 25th afmælis-útgáfunni VIVA GLAM 25 sem er í innblásinn af litnum í hinum upprunalega VIVA GLAM I, fer til stofnanna sem styðja heilsu og réttindi fyrir alla aldurshópa, kynþátta og kynja.

UM M·A·C COSMETICS

Kanadíska snyrtivöruyfyrirtækið MAC Cosmetics var stofnað árið 1984 og hefur verið alla tíð síðan óttalaust og hreinskilið. MAC fagnar fjölbreytileikanum og það er þeirra sérstaða. Slagorð MAC eru: All Ages, All Races, All Genders (Allur Aldur, Allir Kynþættir, Öll Kyn) sem var og verður alltaf yfirskriftin og hjarta og sál félagsins. VIVA GLAM er þar engin undantekning en skilaboðin hafa alltaf verið hávær og skýr – og endurspeglast það meðal annars í talsmönnum VIVA GLAM sem öll eiga það sameiginlegt að eiga sér einstaka sögu, eru ögrandi og áhrifamikil og endurspegla fjölbreytileika samfélagsins. Þetta eru hetjur sem við lítum upp til vegna persónulegra sigrar þeirra. Þetta er fólk sem hefur fundið sig og fólk sem lætur í sér heyra.

FRÁ 1994 HEFUR HVER EINASTA KRÓNA AF SÖLU VIVA GLAM VARALITUM OG GLOSSUM FARIÐ Í AÐ HJÁLPA KONUM, MÖNNUM OG BÖRNUM SEM ÞJÁST BEINT EÐA ÓBEINT AF VÖLDUM HIV/AIDS.
MACCOSMETICS.COM/GLAM

Fylgstu með MAC á Íslandi á
@mac_kringlan og @macsmaralind
og lærðu meira um VIVA GLAM

Um VIVA GLAM

Góðgerðarsamtök M·A·C Cosmetics, VIVA GLAM, hefur safnað yfir 500 milljónum bandaríkjadala frá upphafi þess árið 1994, eingöngu með sölu á M·A·C VIVA GLAM varavörum. VIVA GLAM sjóðurinn styður heilbrigða framtíð og jafnrétti kvenna, stúlkna og LGBTQ samfélaga og þeirra sem þurfa að lifa við HIV/AIDS. Hingað til hefur sala á VIVA GLAM vörum hjálpað 1.800 samtökum um heim allan.

Samtökin eru frumkvöðull í vinnu á svæðum sem hafa til þessa notið lítils stuðnings. Sjóðurinn styður mörg ólík samtök um allan heim, sem bjóða upp á margskonar þjónustu til þeirra sem þjást af sjúkdómnum. Hér heima hefur MAC fengið þann heiður að færa HIV samtökunum á Íslandi nokkrum sinnum styrki en hann hefur gert félaginu kleyft að vinna óeigingjarnt forvarnarstarf hjá unglingum í 9. og 10. bekkjum í öllum skólum á landinu, sem er mikilvægur hlekkur í því að vekja unga fólkið til umhugsunar, koma í veg fyrir útbreiðslu sjúkdómsins og eyða fordómum.

Viva Glam herferðir hafa verið:

- Viva Glam I – Ru Paul
- Viva Glam II – Kd Lang
- Viva Glam III – Mary J. Blige & Lil' Kim
- Viva Glam IV – Sir Elton John, Mary J. Blige, Shirley Manson
- Viva Glam V – Pamela Anderson & Christina Aguilera
- Viva Glam VI – Eve & Dita Von Teese
- Viva Glam VI – Special Edition – Fergie
- Viva Glam Lady Gaga & Cyndi Lauper
- Viva Glam Lady Gaga
- Viva Glam Ricky Martin & Nicki Minaj
- Viva Glam Nicki Minaj
- Viva Glam – Rihanna 2 tímabil



Svipmyndir frá 30 ára afmæli HIV Ísland 1. desember 2018



Gagnkynhneigðir sem stunda kynlíf með öðrum körlum í sérstökum áhættuhópi

Karlmenn í gagnkynhneigðum samböndum sem stunda kynlíf endrum og eins með körlum telja sig ekki í hættu á að fá HIV en eru hins vegar í sérstökum áhættuhópi, segja læknar á Landspítalanum

Gunnhildur Arna Gunnarsdóttir

Það sem af er ári eru tveir af þeim fjórum sem hafa smitast af HIV hér á landi í hópi gagnkynhneigðra manna sem sofa endrum og eins hjá öðrum körlum. Einn af fimm í fyrra. Þessir karlar telji sig gagnkynhneigða og séu í sérstökum áhættuhópi á að smitast af HIV veirunni. Þetta segja þau Bryndís Sigurðardóttir smitsjúkdómalæknir og Már Kristjánsson, yfirlæknir smitsjúkdóma á Landspítala.

Þau segja að frá því að einhleypum samkynhneigðum mönnum bauðst að fá forvarnarlyf gegn HIV veirunni megi ætla að tekist hafi að forða tíu þeirra frá því að smitast.

„Menn sem sofa hjá mönnum eru mjög meðvitaðir um PrEP ólíkt þeim sem eru almennt með konum en annað slagið karlmönnum. Þá getur svona gerst,“ segir Bryndís. Már segir ógnina sem að þeim stafi dulin.

„Bæði hafa þessir menn ekki horfst í augu við hvað þeir eru og svo getum við í heilbrigðiskerfinu ekki auðkennt þá. Þessir menn falla ekki í hóp samkynhneigðra eða gagnkynhneigðra og eru ekki fíkniefna-neytendur. Við eigum því erfitt með að ná til þeirra,“ segir Már.

„Það er ein af áskorunum okkar sem samfélags að nálgast þessa einstaklinga með einhverjum hætti og fræða þá,“ segir hann. Már bendir þó á að þótt þetta sé staðan hér á landi sé HIV almennt ekki sjúk-



Bryndís Sigurðardóttir og Már Kristjánsson smitsjúkdómalæknar á Landspítala standa vaktina gagnvart HIV hér á landi.

dómur samkynhneigðra karlmanna. Í Afríku séu kynjahlutföllin jöfn, en horfa verði til þess að útbreiðslan á Vesturlöndum hafi verið mest milli homma.

Þau segja stöðu HIV breytast hratt og bendir Bryndís á að hér áður hafi mátt búast við að um fjórar milljónir á ári smituðust af HIV. Nú sé sú tala komin niður í 1,8 milljón á ári. „Smitum fækkar í heiminum sem er frábært. Með rétttri meðhöndlun hefur tekist að minnka líkurnar á að fólk smiti aðra,“ segir Bryndís. „PrEP hefur fengið það jákvæðar móttökur,“ segir hún. „Það er orðin sprenging í almenntri kunnáttu og vitund um þessa forvörn.“

Þeir sem smitast hafa í ár og í fyrra eru í hópi þeirra 21 sem hefur verið skráður nýr með HIV hér á landi í ár en þeir voru 38 í fyrra. Meginþorrinn kemur með þekkt smit að utan en eru í fyrsta sinn skráðir hér á landi.

Stutt í sprautur sem virka í margar vikur

Töflur sem gefnar eru einu sinni í viku og langvinn lyfjameðferð sem gefin er undir húð eða í vöðva eru meðal lyfja sem eru í þróun sem meðferð fyrir þá sem eru smitaðir af HIV-veirunni. Þau síðarnefndu virki í fjórar til átta vikur í senn.

„Þessi lyf eru í klínískum rannsóknunum,“ segir Bryndís Sigurðardóttir smitsjúkdómalæknir. Þær hafi gefist vel. Fólk komi á tveggja mánaða fresti á göngudeild.

„Þeir sem hafa tekið þátt í þessum rannsóknum segja að þær breyti öllu.“ Þeir þurfi ekki að taka lyf daglega og finnst sem þeir séu ekki minntir á það daglega að vera smitaðir af HIV.

„Ég vænti þess að á næstu tveimur árum verði þessi lyf komin í notkun í Evrópu,“ segir Bryndís. Svo verði þegar þau fáist samþykkt í Evrópu.

Már Kristjánsson og Bryndís Sigurðardóttir smitsjúkdómalæknar hafa verið í forsvari fyrir þjónustu við HIV smitaða til margra ára. Mynd/gag



PrEP „On Demand“ viðurkennd leið

Alþjóða heilbrigðismálastofnunin, WHO, hefur veitt blessun sína fyrir því að nýta forvarnarlyf við HIV eftir þörfum, eða PrEP On Demand. „Það hefur breytt notkun lyfsins hér á landi sem annars staðar,“ segir Bryndís Sigurðardóttir, smitsjúkdómalæknir á Landspítala.

„On Demand 2-1-1 er bæði mælt með og samþykkt af Alþjóðaheilbrigðismálastofnuninni WHO og bandarísku heilbrigðisstofnuninni CDC. Komnar eru nýjar leiðbein-

ingar,“ segir Bryndís. Einstaklingar séu því að taka færri töflur en áður.

„2-1-1 þýðir að einstaklingurinn tekur 2 töflur 2-24 klukkustundum fyrir kynlíf, svo tekur hann eina töflu daginn eftir og aðra þann næsta,“ segir Bryndís og bendir á að einstaklingarnir þurfi því annað hvort að skipuleggja hvenær þeir ætli að stunda kynlíf eða bíða í tvo tíma eftir virkninni. Sé kynlíf stundað um nokkurra daga skeið þurfi að taka töfluna daglega og í 48 klukkustundir eftir að því ljúki.

Már Kristjánsson, yfirmaður smit-



sjúkdómalækninga hjá Landspítala, segir að alls hafi 176 hafið PrEP meðferð hér á landi frá því að hún hófst fyrir rúmu ári síðan. Einungis 5% þeirra hafa hætt á PrEP.

„Það er afar lítið,“ segir Bryndís. Þróunin í lyfjum bæði við HIV og í forvarnarskyni sé afar hröð.

Þau nefna að þrjár leiðir séu helst færar til að taka lyf í forvarnarskyni við HIV. Hægt sé að taka lyf daglega, nýta On Demand meðferðina eða svokallað Holiday PrEP. Þá tekur einstaklingurinn pillu daglega í viku fyrir frí, svo daglega á meðan á því stendur og svo 48 tíma eftir að fríinu lýkur.“

Á þriggja mánaða fresti sé skimað fyrir klamydíu, lekanda og sárásótt hjá þeim sem nýti PrEP. „Við höfum verið að greina kynsjúkdóma og meðhöndla þá.“ En hefur PrEP fjölgað tilfellum kynsjúkdóma? „Við vitum það ekki nákvæmlega,“ segir Már.

Ákveðið hafi verið að rannsaka það sérstaklega. Anna Tómasdóttir hjúkrunarfræðingur muni standa að rannsókninni. „En tilfinningin er sú að ákveðinn hluti hópsins, minnihluti, hafi greinst endurtekið með kynsjúkdóma,“ segir Már. Meginþorri hópsins sé án þeirra.

Bryndís segir marga þá sem noti PrEP lýsa því að þeir upplifi frelsi með því að nota forvarnarlyf við HIV. „Þetta er fólk sem hefur verið bælt niður af áhyggjum af því að smitast af HIV í þrjá áratugi,“ segir hún. „Þessir menn segja að þetta sé sitt frelsi. Þeir finni frelsi. Þetta er sama frelsið og konur fengu á sjöunda áratugnum þegar pillan kom loksins á markað,“ segir hún.



☛ *Hversu margir eru smitaðir af HIV í heiminum?*

Bryndís segir um 38-40 milljónir manna séu smitaðir af HIV. Yfir 20 milljónir séu meðhöndlaðar. „Árið 2003 var markmiðið 3 af 5. Það er að þrjár milljónir væru meðhöndlaðar af fimm,“ segi hún. Nú sé markmiðið 90-90-90. „Það þýðir að af þeim smituðu ættu 90% að vita það, 90% þeirra að vera á lyfjum og 90% þeirra að svara lyfjunum það vel að þeir séu með ómælanlegt veirumagn,“ segir hún.

☛ *Hversu margir hér á landi*

Hér á landi sé talið að 95% viti að þeir séu smitaðir, langflestir þeirra mælist ekki með veiru. „Lyfin eru orðin það góð að 95% þeirra sem taka þau eru með núll í veirumagni og þar með ekki smitandi.“

☛ *Mun Prep útrýma HIV?*

Bryndís segir að talið sé að ein til tvær milljónir manna um allan heim séu á forvarnarlyfi við HIV. Um tíu milljónir þurfi að vera á lyfinu. „Við erum að horfa á að unga fólkið í dag gæti upplifað HIV lausa kynslóð. Það er raunhæft að einhverju leyti,“ segir hún.

☛ *Geta þör stundað óvarið kynlíf ef annar aðilinn er smitaður?*

„Við þekkjum dæmi um sambönd þar sem annar aðilinn er jákvæður. Þau stunda óvarið kynlíf án þess að smitast,“ segir Már. Ekkert mæli gegn því. Fólk sem sé á lyfjum og sé með 0 í veirumagni þurfi ekki að nota smokka við kynlíf. Það sé ekki smitandi. U=U: Undetectable = Untransmittable

☛ *Er slæmt að fá HIV í dag?*

„Nei,“ segir Már. „Það skiptir ekki máli líkamlega.“ Bryndís bendir þó á að andlegt áfall geti verið mikið við að greinast. „Smit hefur áhrif á andlega heilsu frekar en líkamlega.“ HIV-smit geti haft áhrif á félagslega stöðu. „HIV er ólæknandi sjúkdómur og verður næstu 20-30 árin. Við meðhöndlum þennan lífstíðarsjúkdóm eins og aðra slíka, sykursýki og háþrýsting,“ segir hún. Enn sé það svo að fólk fái ekki sömu samúð í þjófélaginu og aðrir með aðra sjúkdóma. „Það hefur áhrif á marga.“ Ástæðan sé að HIV sé kynsjúkdómur. „Þessu viðhorfi þarf að breyta.“



„Ég elska PrEP“

segir Páll Óskar Hjálmtýsson

Ég elska PrEP. Byrjaði að taka það daglega í júní 2018 og geri enn. Ég hafði heyrt útundan mér að lyfið væri að koma til Íslands, en ég var eins og margir aðrir með hausinn fullan af kjaftasögum og mítum um hvað PrEP raunverulega væri. Ég hélt að PrEP væri galdrapilla sem myndi drepa hiv vírusinn ef ég væri óþekkur einhversstaðar á hommaklúbbi í Berlín.

Ég komst í samband við Önnu Tómasdóttur á lyflækningadeild A3 og mælti mér mót við hana strax. Eftir öll möguleg próf til að kanna hvort ég væri ekki örugglega hiv neikvæð-

ur, sem og skriflegt próf til að kanna áhættuhegðun mína í kynlífi (og hvort PrEP ætti eitthvað erindi inn í líf mitt) þá einfaldlega byrjaði ég að taka lyfið strax í kjölfarið.

Mér skilst að ég sé fyrsti íslenski homminn sem byrja að nota PrEP í gegnum íslenska heilbrigðiskerfið. Ég hafði heyrt að öðrum strákum sem höfðu keypt sér PrEP á netinu, algerlega eftirlitslaust. Þú færð PrEP ókeypis á Íslandi, en snilldin er að þú mátt ekki taka lyfið eftirlitslaust. Ég fer í kynsjúkdómapróf og stöðutékk á ÖLLUM hugsanlegum kynsjúkdómum (ekki bara HIV,

heldur líka sýfillis, gónóreu, klamedíu o.s.frv) á þriggja mánaða fresti, alltaf þegar ég næ í næsta skammt af PrEP.

Ég hef aldrei vitað jafn mikið og lifað í jafn mikilli fullvissu um kynheilbrigði mitt. Ég hef aldrei verið svo fullviss að ég sé ekki að smita bólfélaga mína af einu eða neinu. Hversu oft fór maður í kynsjúkdómatékk af eigin frumkvæði áður en maður byrjaði á PrEP? Fór maður kannski einu sinni á ári - eða loksins þegar einkenni voru að brjótast fram? Það er mun betra að ég fari í tékk á þriggja mánaða fresti, þótt ég sé einkennalaus eða hafi verið svakalega góður strákur síðustu þrjá mánuði. Mér er sama, ég fer bara í tékk. Ef ég skyldi komast í kontakt við sýfillis á þessum þrem mánuðum sem líða milli prófa, þá er mun auðveldara að meðhöndla það á fyrstu stigum sjúkdómsins en annars.

Ég sökkti mér í allt sem ég fann á netinu um PrEP (ég mæli með mjög góðu YouTube videói sem heitir „10 things you need to know about PrEP“). Svo beið ég spenntur eftir aukaverkunum sem áttu að koma fyrstu tvær vikurnar, höfuðverkinum og ógleðinni. Ekkert slíkt gerðist hjá mér. Aukaverkunin reyndist vera andlegs eðlis. Ég fann helvítis óttann bókstaflega leka úr líkama mínum, huga og hjarta. Óttinn, sem hafði svifið yfir hausmótunum á mér síðan ég fór að stunda kynlíf með karlmönnum árið 1987. Óttinn við HIV, óttinn við AIDS, óttinn við verða veikur og deyja. Ég hafði lifað með þessum ótta öll þessi ár og núna loksins er hann ástæðulaus.

Að ótti við HIV sé núna ástæðulaus er ekkert minna en bylting. Byltingin verður ekki bara líkamlegs eðlis, að kynheilbrigði okkar verði betra en nokkru sinni fyrr. Byltingin er líka félagslegs eðlis, því stóri ósýnilegi veggurinn milli „hreinu“ negatívu hommana og „óhreinu“ smituðu HIV hommana á eftir að molna í sundur og hverfa með árunum. Nú þegar eru sprungur

komnar í þennan helvítis vegg. Eftir því sem við vitum meira um hvernig PrEP og HIV lyfin virka á þá sem nota þau, þeim mun meira brotnar veggurinn niður. Óttinn er ástæðulaus.

Síðan ég byrjaði að taka PrEP hef ég hreinlega slakað betur í kynlífi og orðinn mun opnari fyrir sjálfum mér sem kynveru. Ég hef ALDREI verið lokaður fyrir kynlífi fyrir það fyrsta, svo mér líður eins og skilningur minn á því sé einfaldlega að dýpka. Það er svo hrikalega fokking gott að geta verið sultuslakur og fullkomlega áhyggjulaus í kynlífi. Það vita þeir sem prófað hafa.

Ég vil taka Prep einfaldlega til að verja MIG. Ég er búinn að fleygja út gamla hugsunarhættinum um að HANN eigi að passa sig, HANN á að vita hvort hann sé með sjúkdóma, HANN á vera með smokka, HANN á að bera ábyrgðina. Fokk it. Nú sný ég þessu við og ég tek loksins ábyrgð á sjálfum mér og engum öðrum. Ég hef ekki spádómsgáfu, kynsjúkdómar gera ekki boð á undan sér og ég veit ekki klukkan hvað þeir gætu kíkt í heimsókn. Þess vegna kys ég að taka Prep á hverjum degi og fer í tékk á þriggja mánaða fresti. Mæli með að allir sem elska kynlíf og stunda mikið af því með mörgum bólfélögum geri slíkt hið sama.



Kópavogsbær



Alþýðusamband Íslands

SJÓVÁ



Norrænt samstarf

HIV Norden er samstarfsvettvangur hiv-jákvæðra á Norðurlöndum og hefur skrifstofu í Helsinki. Formaður sambandsins er Nonni Mäkilärki frá Finnlandi. Varaformaður er Einar Þór Jónsson frá Íslandi.

Fundir eru haldnir tvisvar á ári (einn þeirra aðalfundur) þar sem rætt er um ástandið í hverju landi og reynt að móta sameiginlega stefnu.

Síðasti fundur var haldinn í Finnlandi í október þar sem unnið var að hönnun samnorrænnar rannsóknar meðal HIV jákvæðra á þjónustu og viðhorfum heibrigðisstarfsfólks. Rannsóknin verður á netinu á næstu mánuðum.

Áherslan í samstarfi HIV-Norden snýr að mannréttindum HIV jákvæðra, forvörnum og upplýsingum almennt út í samfélagið.

Fræðslu- og forvarnarverkefni

Stuðningur MAC og embætti landlæknis undafarin ár hefur verið grundvöllur þess að HIV Ísland hefur tekist að halda úti fræðslu um HIV og alnæmi fyrir 9. og 10. bekkina í grunnskólum landsins undanfarin 19 ár. Verkefni sem þetta er brýnt og þarf stöðugt að vinna að því. Markmið fræðslunnar er annars vegar að unglingar sýni sjálfum sér og öðrum fulla virðingu, bæði í kynlífsathöfnum sem og öðrum athöfnum. Hitt meginmarkmiðið er að vinna gegn fordómum, fordómum gegn ákveðnum sjúkdómum, fordómum sem byggjast á fáfræði. Fræðslan er skólunum að kostnaðarlausu. Félagið hefur auk skólafræðslunnar getað staðið fyrir fræðsluerindum um HIV við deildir Háskólans, fangelsi, meðferðastofnana.



Framlag MAC á Íslandi hefur verið eyrnamerkt fræðsluverkefni HIV Ísland. Alltaf koma nýir nemendur sem betur fer, því þarf stöðug skipulögð fræðsla að eiga sér stað. Einar Þór Jónsson lýðheilsu- og kennslufræðingur er skipuleggjandi þessa verkefnis.

Bankareikningur fyrir verkefnið er á nafni HIV Íslands. Reikningsnúmer: 513-26-603485. Kt.: 541288-1129.

VIÐ ÞÖKKUM STUÐNINGINN

Grindavík

Fannðals Lagnir ehf
Grindavíkurbær
Lagnabjónusta Þorsteins ehf
Ó S fiskverkun ehf
Papas pizza, s: 426 9955

Garður

Lighthouse-innhotel

Mosfellsbær

Fagverk verktakar sf
Gardmenn ehf
Ístak hf
Nonni litli ehf
Nýja bílasmiðjan hf
Sjúkrabjálfun Heilsuefling
Mosfellsbæjar
Ungmenna- og íþróttá-
félagið Afturelding

Akranes

Hvalfjarðarsveit
Silfursmári ehf

Borgarnes

B. Björnsson ehf
Borgarbyggð
Sprautu- og bifreiða-
verkstæðið Borgarness sf

Stykkishólmur

Málflutningsstofa
Snæfellsness
Narfeyri ehf
Þórsnes ehf

Grundarfjörður

Rútuferðir ehf
Þjónustustofan ehf

Ólafsvík

Litlalón ehf

Hellissandur

Esjar ehf
Skarðsvík ehf
Snæfellsbær

Reykholahreppur

Þörungaverksmiðjan hf

Ísafjörður

FishTec ehf
GG málningarþjónusta ehf

Hamraborg ehf
Massi þrif ehf
Orkubú Vestfjarða ohf
Tækniþjónusta Vest-
fjarða ehf

Bolungarvík

Bolungarvíkurkaupstaður

Súðavík

Súðavíkurhreppur

Patreksfjörður

Gróðurstöðin í Moshlíð

Bíldudalur

Hafkalk ehf

Hólmavík

Strandabyggð

Hvammstangi

Húnaþing vestra

Blönduós

Húnavatnshreppur
Vilko ehf

Skagatrönd

Rafmagnsverkstæðið
Neistinn ehf
Sjávarlíftækni-
setrið
BioPol ehf

Sauðárkrúkur

Fjölbrautaskóli Norðurlands
vestra
Sjúkrabjálfun Sigurveigar ehf

Varmahlíð

Akrahreppur Skagafirði

Akureyri

Akureyrarkirkja
Ásco ehf, bílarafragn
Baugsbót ehf,
bifreiðaverkstæði
Enor ehf
Eyjafjarðarsveit
Gróðrarstöðin Réttarhóll ehf-
www.rettarholl.is
Hlíð hf
Kollgáta Arkitektúr
Pípulagningaþjónusta Bjarna
F Jónassonar ehf

Rakara- og hárstofan
Kaupangi
Samvirkni ehf
Sjúkrahúsið á Akureyri
Veitingastaðurinn Krua Siam

Grenivík

Grýtubakkahreppur

Dalvík

Hibýlamálun, málningar-
þjónusta ehf

Húsavík

B11 ehf
Fjallasýn Rúnars Óskarssonar
ehf-www.fjallasyn.is
Steinsteypir ehf
Tjörneshreppur
Vélaverkstæðið Árteigi

Laugar

Kvenfélag Reykdæla

Kópasker

Eyjafjarðar- og Þingeyjar-
prófastsdæmi
Kvenfélag Öxfirðinga

Þórshöfn

B.J. vinnuvélar ehf

Egilsstaðir

Ágúst Bogason ehf
Bókráð, bókhald og
ráðgjöf ehf
Bólholt ehf
Klausturkaffi ehf
Rafey ehf

Seyðisfjörður

Seyðisfjarðarkaupstaður

Reyðarfjörður

Fjarðabyggð
Tærgesen, veitinga- og
gistihús

Eskifjörður

Egersund Ísland ehf
Fjarðarþrif ehf
Lindin fasteignir, Eskifirði

Neskaupstaður

Samvinnufélag útgerða-
manna

Síldarvinnslan hf
Verkmenntaskóli Austur-
lands

Höfn í Hornafirði

Sveitafélagið Hornafjörður

Selfoss

Bíla-leiga Selfoss - Car Rental
Selfoss
Búhnykkur sf
Flóahreppur
Fossvélar ehf
Gesthús Selfossi, gistihús og
tjaldsvæði
Kökugerð H P ehf
Sveitarfélagið Árborg

Hveragerði

Raftaug ehf

Þorlákshöfn

Járnkarlinn ehf
Sveitarfélagið Ölfus
Þorlákshafnarhöfn

Ölfus

Eldhestar ehf

Stokkseyri

Kvenfélag Stokkseyrar

Laugarvatn

Menntaskólinn að
Laugarvatni

Hella

Hestvit ehf
Suðurprófastdæmi

Hvolsvöllur

Rangárþing eystra

Vík

Mýrdælingur ehf

Vestmannaeyjar

Bergur VE44
Bókasafn Vestmannaeyja
Huginn ehf
Íþróttabandalag
Vestmannaeyja
Lífeyrissjóður Vestmannaeyja
Rannsóknarþjónustan V.M.
Vélaverkstæðið Þór ehf

HUGVEKJA

Minningar- og þakkarstund í Fríkirkjunni 26. maí 2019

Á degi sem þessum þegar við minnumst allra þeirra sem látist hafa úr alnæmi, er líka mikilvægt að velta fyrir okkur stöðunni í dag en jafnframt að líta til baka í þeim tilgangi að draga fram hvað hefur breyst síðan fyrstu fréttir af alnæmi fóru að berast um heimsbyggðina á 9. áratug síðustu aldar. Síðan þá hafa 78 milljónir greinst með HIV og 35 milljónir látist af völdum alnæmis samkvæmt upplýsingum af vefsíðu UN AIDS. Samkvæmt sömu heimild er talið að tæpar 37 milljónir einstaklinga séu í dag HIV jákvæðir og þar af vita 75% þeirra um sinn „status“. Faraldurinn hefur komið misjafnt niður á samfélögum og ólíkum hópum sem ég mun ræða aðeins í seinni hluta hugvekjunnar. Hér er hins vegar vert að minnast þess metnaðarfulla markmiðs UN AIDS að binda enda á alnæmisfaraldurinn árið 2030. Liður í því er að árið 2020 verði svokölluðum 90% markmiðum náð en í því felst að 90% allra þeirra sem eru HIV jákvæðir hafi vitneskju um það, að 90% þeirra sem eru HIV jákvæðir fái meðferð og að 90% þeirra sem fá meðferð nái bata í þeim skilningi að vírusmagn sé í lágmarki eða fyrirfinnist ekki í líkamanum. Allt saman eru þetta metnaðarfull markmið og

vonandi munu þau nást að lokum enda má segja að baráttan gegn HIV / alnæmi hafi ávallt einkennst af ákveðinni bjartsýni, vilja og það að gefast ekki upp. Hefur sú hugsun, það hugarfar, og á tíðum fært heilu fjöllin og gefið fjölda einstaklinga von um að halda áfram, finna leiðir og takast á við viðfangsefnið. Í dag höfum við úrræðin: lyf til að halda niður sjúkdómnum en samkvæmt nýjustu rannsóknum smita þeir einstaklingar ekki sem eru á lyfjum, betri HIV próf, aukna þekkingu og forvarnir, og að lokum nýjasta vopnið í baráttunni, TRUVADA eða önnur samheita lyf, svokölluð PrEPs-lyf, þ.e. fyrirbyggjandi lyf gegn HIV veirunni, sem tilteknir áhættuhópar taka. Í ljósi þessa ættum við að ná þessum markmiðum en til þess þurfum við aukna fræðslu og baráttu gegn fordómum í garð þeirra sem eru HIV jákvæðir. En áður en ég kem að fræðslu og baráttunni gegn HIV / alnæmi utan Vesturlanda þá langar mig aðeins að tala um „pláguna“ eða „pestina“, en þannig var oft rætt um sjúkdóminn meðal samkynhneigðra karlmanna hér áður fyrr, út frá persónulegri reynslu, hvernig ég hef þroskast og lært um HIV / alnæmi.

Í nýlegri bók eftir Guðjón Ragnar Jónasson ræðir höfundur um persónulega reynslu sína af „plágunni“, verandi ungur samkynhneigður maður þegar hún tók að breiðast út um heiminn og fyrstu tilvik komu fram á Íslandi. Hann lýsir andrúmsloftinu meðal samkynhneigðra á 9. áratugnum á eftirfarandi hátt:

Þrátt fyrir mikla gleði á kaffihúsinu var allt umhverfið markað Plágunni en svo kölluðu sumir alnæmið sem hingað barst á níunda áratugnum. Tíundi áratugurinn var markaður alnæmisjarðarförum og því ekki að undra að fáir þyrðu út úr skápnunum. Margir ofsatrúarmenn töldu sig hafa himin höndum tekið með tilkomu alnæmisins og staðhæfðu að hér væri refsivöndur guðs mættur í allri sinni dýrð til að hefna fyrir sódómískt lífernir. Í þeirra huga var þetta algjörlega rökrétt. Eftir samlíf tveggja karlmanna gat nefnilega ekki kviknað líf. Þetta var ólíkt því sem átti við hjá Jesúliðinu í öllum sértrúarsöfnunum sem auðveldlega gat fjölgað sér eins og kanínur. Gamanið tók þó að kárna hjá þeim er aðhylltust hinn keipréttu síð þegar í ljós kom að gagnkynhneigðir smituðust einnig af Plágunni.



Dr. Jón Ingvar Kjarran starfar sem dósent á Menntavísindasviði. Hann kennir jafnframt við Jafnréttisskóla Sameinuðu þjóðanna sem er staðsettur við Háskóla Íslands og tengist m.a. RIKK og EDDU-öndvegissetri. Rannsóknir hans hafa einkum verið innan kynja- og hinseginfræða. Jafnframt hefur hann sinnt rannsóknum innan félagsfræði menntunar, margbreytileika og hvers kyns mismununar. Í rannsóknum sínum hefur hann beitt ólíkum nálgunum og aðferðum sem hafa verið þverfræðilegar.

Sjálfur get ég tengt að mörgu leyti við þessa lýsingu Guðjóns. Ég var nýfermdur þegar ég heyrði fyrst um pláguna en frá unga aldri fylgdist ég vel með allri fjölmiðlaumræðu. Faðir minn var áskrifandi að News-Week fréttablaðinu og þar sá ég fyrst ítarlega umfjöllun um sjúkdóm þann sem var farinn að herja á samfélag homma vestur í Ameríku og var nefndur á ensku AIDS, fjórir stafir, ásamt þeim þremur sem stóðu fyrir sjálfan vírusinn (HIV). Þessar



skammstafanir áttu eftir að verða vel þekktar á næstu árum og valda ótta og fordómum, í fyrstu í garð homma og annarra jaðarhópa samfélagsins, en síðar færast almennt yfir á alla þá sem höfðu smitast af plágunni. Ég tók þessa orðræðu til mín enda var ég á þessum tíma að uppgötva sjálfan mig og finna að ég ætti ekki heima innan hins heterónormatífa, gagnkynhneigða samfélags. Þetta olli mér ákveðnum kvíða, tilhugsunin að verða á jaðri samfélagsins vegna minna tilfinninga og hneigðar, en jafnframt að eiga þá á hættu að smitast af plágunni og deyja. Enda var lítið vitað í upphafi um það hvernig plágan smitaðist og mikil hræðsla greip um sig á Vesturlöndum, ekki síst hér á Íslandi. Ég minnst þess að móðir mín sem þá starfaði sem hjúkrunarfræðingur hafði miklar áhyggjur af þessu og taldi að hér væri um heimsfaraldur að ræða. Fjölmíðlar tóku í sama streng og þar voru og á tíðum yfirlýsingar um hvað þyrfti að gera til að sporna við plágunni. Ég gríp nú aftur niður í bók Guðjóns þar sem hann lýsir aðeins viðbrögðum samfélagsins við plágunni:

Margir töldu að hér væri kominn Svartidaudi vorra tíma. Ég dáðist ætíð að því hversu vel talsmenn homma þessa lands stóðu sig í umræðunni. Kjarkurinn og baráttuþrek-ið virtist mér endalaust, altént hefði ég sjálfur bagnað ef ég hefði þurft að

standa í víglínunni á þessum árum. Svo fáránleg var umræðan að sumir framámenn töluðu í fullri alvöru um mikilvægi þess að koma á fót einangrunarstöð fyrir eyðnismitaða homma. Nokkurs konar sóttvarnarbúðum til að einangra þá eyðnisjúklinga sem kynnu vísvitandi að fara ógætílega í samskiptum við annað fólk. Þar átti að vera nóg pláss og auðvelt að koma upp öflugri sóttkví fyrir skítugu börnin hennar Evu. Eitt voru menn með alveg á kristaltæru: hér var um að ræða hommasjúkdóm og sumir fjölmiðlar kölluðu sjúkdóminn einfaldlega kynvillingapláguna.

Eyðni, eins og sjúkdómurinn var einkum kallaður á þessum tíma, orð sem tengist tortímingu og eyðileggingu, kallaði því fram ólík viðbrögð og tilfinningar. Eins og Guðjón lýsir í bók sinni töldu sumir að best væri að einangra þennan „hættulega“ hóp á meðan aðrir, töluðu fyrir öðrum leiðum til að sporna við útbreiðslu sjúkdómsins sem fólust í forvörnum og fræðslu. Hægt og sígandi voru auglýsingar settar upp þar sem kvatt var til smokkanotkunar og voru ýmsir þjóðþekktir einstaklingar, menn og konur, fengnir til að birta mynd af sér með smokk. Sjálfur man ég eftir þessum fyrstu „smokkaplakötum“, Steingrímur Hermannsson þáverandi forsætisráðherra og Laddi, haldandi á smokk og hvetja okkur hin / hina til að nota hann til að verða ekki tortímingunni að bráð. Þessar auglýsingar höfðu þó ekki mikil áhrif á mig enda var ég ekki mikið að velta fyrir mér fýsnum holdsins. Í raun má segja að umræðan um pláguna og svo þá fordóma sem margir skynjuðu í garð homma hafi ýtt mörgum aftur inn í skápinn – þar á meðal mér sjálfum.

Árið er 1996. Má segja að það ár hafi markað ákveðin tímamót: Ný lyf komu á markað sem virkuðu í raun og veru. Einstaklingar sem lágu banaleguna risu upp og náðu bata. Plágan var ekki lengur dauðadómur, a.m.k. ekki fyrir þá sem lifðu á Vesturlöndum. Árið 1996 er

líka mikilvægt þegar kemur að réttindum samkynhneigðra á Íslandi en þá voru lög um staðfesta samvist/sambúð samþykkt. Frá og með þeim tímapunkti hafa réttindi hinsegin fólks orðið meiri og viðhorf samfélagsins til þessa hóps hafa tekið miklum breytingum til hins betra. Hins vegar hafa þessar samfélagsbreytingar ekki yfirfærst í sama mæli á þá sem eru HIV jákvæðir og þar gætir enn fordóma. Jafnvel þó svo að HIV jákvæðir á lyfjum smita ekki og hefur það núna verið staðfest endanlega í umfangsmikilli rannsókn, þá eru í 73 ríkjum gildandi lög sem kveða á um að hægt sé að lögsækja og dæma í fangelsi þá sem ekki upplýsa rekkjunauta sína eða maka um að þeir séu HIV jákvæðir. Þessu til viðbótar má geta þess að talsverður fjöldi ríkja mein-ar HIV jákvæðum um áritun eða að ferðast til viðkomandi ríkis. Við eigum því enn talsvert í land þegar kemur að fordómum og ótta í garð HIV jákvæðra þó svo að staða mála hérlandis og víða í Norður-Evrópu telst vera nokkuð góð.

Þó svo að ég hafi lifað í skugga plágunnar og ávallt haft mikinn áhuga á þessum málaflökk þá hafði ég ekki sjálfur beina reynslu af HIV og fáir eða nær engir í mínum vina- og kunningjahóp voru smitaðir. Það breyttist fyrir um áratug eða svo þegar ég kynntist manni í Kanada sem var HIV jákvæður og við urðum elskendur og par um tíma. Ég man það enn í dag þegar hann sagði mér að hann væri HIV jákvæður hvernig orðræður fortíðarinnar um pláguna, um tæringuna, um eyðni, um hinn sjúka homma, fóru í gegnum huga minn. Ég fann fyrir örlitlum ótta og einhverjar raddir sögðu mér að slíta sambandinu. Ég gerði það ekki og við áttum yndislegan tíma saman og sú staðreynd að hann væri HIV jákvæður skipti ekki lengur máli. Ég var líka nokkuð upplýstur um sjúkdóminn og hafði fylgst mikið með umræðunni, einkum þá erlendis. Þó svo að það var ekki staðfest á þeim tíma að þeir sem væru á lyfjum smituðu ekki

voru það talin vera almenn sannindi meðal homma í Kanada á þessum tíma. Þá voru líka margir hommar í Vesturheimi farnir að taka inn Preps eða fyrirbyggjandi lyf og fór í gang mikil umræða um gildi þess og kosti – sumir með en aðrir á móti. En það að búa með og vera í nánu sambandi við HIV jákvæðan mann jók enn frekar áhuga minn á þessum málaflökki og þá einkum hvað viðkom fræðslu, menntun og stöðu mála utan Vesturlanda og vík ég nú örstutt að þeim verkefnum.

Undanfarin tvö ár hefur hluti minna rannsókna innan félags-, mann- og menntunarfræða tengst HIV / alnæmi. Ég hef einkum beint sjónum mínum að fræðslu / menntun um þennan málaflökk og svo skoðað stöðu HIV jákvæðra homma og annarra jaðarhópa utan Vesturlanda, einkum í Íran og Suðaustur-Asíu. Má segja að þar, í hinum svokallaða „þriðja heimi“, deyja flestir í dag af völdum alnæmis m.a. vegna þess að þeir sækja sér ekki meðferð eða fá hana ekki og/edá hljóta greiningu seint. Inn í þetta fléttast svo aðrir þættir á borð við næringaskort, skort á almennu hreinlæti og svo aðra landlæga sjúkdóma á borð við berkla og malaríu. Á heimsvísu er talið að einungis 59% þeirra sem eru HIV jákvæðir fái meðferð og lyf sem þýðir að rúmlega 40% einstaklinga, einkum þá utan Vesturlanda, fá enga meðferð og bíður þeirra ekkert nema hrörnun og að lokum dauði. Þessar tölur segja ekki allt og oft eru það menningarbundnir þættir, fordómar, skortur á upplýsingum og óttinn við að vera brennimerktur sem gerir það að verkum að einstaklingar leita sér ekki aðstoðar, jafnvel þó að hún sé í boði og án endurgjalds í mörgum ríkjum heims. Mig langar núna að taka eitt dæmi úr mínum rannsóknum, frá Suðaustur-Asíu. Fyrir um hálfu ári síðan tók ég viðtal við ungan pilt frá Filippseyjum, Josh (dulnefni). Þar hefur tíðni HIV ný-smita farið vaxandi og teljast eyjarnar í alþjóðlegum samanburði hafa frekar háa tíðni í þeim efnum.



Þeir sem smitast eru einnig í yngri kantinum og þá einkum karlmenn sem stunda kynlíf með öðrum karlmönnum. Josh greindist þegar hann var 19 ára gamall eftir að hafa unnið sem „money boy“ í Bangkok og á Filippseyjum í einhvern tíma. Má geta þess að taillönsk heilbrigðisfyrirvöld hafa að undanfögnu reynt að sporna við nýsmítum meðal vændiskvenna – og vændiskarla með því að efla eftirlit, stuðla að aukinni fræðslu og skrifa upp áður nefnd Preps lyf til þeirra sem vilja – niðurgreidd tællönsk samheitalyf. Þess háttar prógram hefur ekki verið innleitt á Filippseyjum eða annars staðar í Asíu, hvað þá á Vesturlöndum. Josh fluttist að lokum aftur til Filippseyja en vildi alls ekki sækja sér læknisþjónustu eða fara í meðferð þó svo að hún stæði honum til boða án endurgjalds. Hvers vegna? Jú hann óttaðist að fjölskyldan, nágrannar eða vinir myndu komast að því að hann væri HIV jákvæður. Hér þarf að hafa í huga að fólk lifir nokkuð þétt saman í þessum heimshluta og getur því verið erfitt að halda slíku leyndu – heimsóknir til læknis, lyfjainntaka o.fl. Jafnframt er talsverðir fordómar á Filippseyjum, bæði í garð homma og þá sér í lagi í garð þeirra sem eru HIV jákvæðir, enda fræðsla ekki mikil um HIV eða aðra sjúkdóma í skólum landsins. Sömu sögu er að segja frá Suður-Afríku en þar hafa HIV jákvæðir verið tregir til að sækja sér meðferð m.a. vegna fordóma frá samfélaginu. Rithöfundurinn Jonny Steinberg hefur bent á í bók sinni Þriggja stafa plágan (Three letter plague) að menntun og upplýsing eru í raun mikilvægustu „vopnin“

okkar ef við ætlum að útrýma HIV/alnæmi fyrir 2030. Hér duga ekki lyfin ein og sér til. En víkjum nú aftur að Josh. Hann eins og svo margir sem Steinberg minnst á í bók sinni fór ekki í meðferð fyrr en tæpum 2 árum eftir að hann greindist jákvæður. Þá var CD4 magnið í líkama hans komið langt niður fyrir 200 sem læknar telja til lægri marka. Hann var hins vegar ungur og í ágætlegu líkamlegu formi og var því fljótur að ná sér og þegar ég ræddi við hann þá var nær ekkert veirumagn greinanlegt í blóðinu. Hann óttast þó enn fordóma frá fjölskyldu og samfélaginu og finnur fyrir skömminni á hverjum einasta degi. Þó svo að hann fái lyfin án endurgjalds hefur hann ekki efni á ýmsum rannsóknum á borð við reglulega veirutalningu o.fl. – próf sem auðvelt er að fá á Vesturlöndum í gegnum tryggingarkerfið.

Ég hef í þessari hugveikju rætt um HIV og alnæmi út frá ýmsum hliðum, mína eigin upplifun og annarra. Lykilatriðið er þó menntun og fræðsla til viðbótar við betri meðferðarúrræði og forvarnir ef við ætlum okkur að ná þeim metnaðarfullu markmiðum að útrýma HIV árið 2030. Ég enda því þessa hugveikju á setningu úr sjálfsævisögu Reinaldo Arenas, Áður en nóttin skellur á, en hann var frá Kúbu og lést í New York af völdum alnæmis árið 1990.

„Tré búa yfir töframætti og leyndarmálum sem birtist þeim einum sem þora að klífa upp á toppinn.“ (Trees have a secret life that is only revealed to those willing to climb them).



NÝ HEIMASÍÐA

HIV Ísland hefur látið útbúa nýja heimasíðu.

Páll Guðjónsson hjá fyrirtækinu Hugríki hafði veg og vanda af þeirri vinnu.

Auðveldara verður að nálgast upplýsingar um málefni sem tengist HIV með tilkomu nýju síðunnar.

www.hiv-island.is

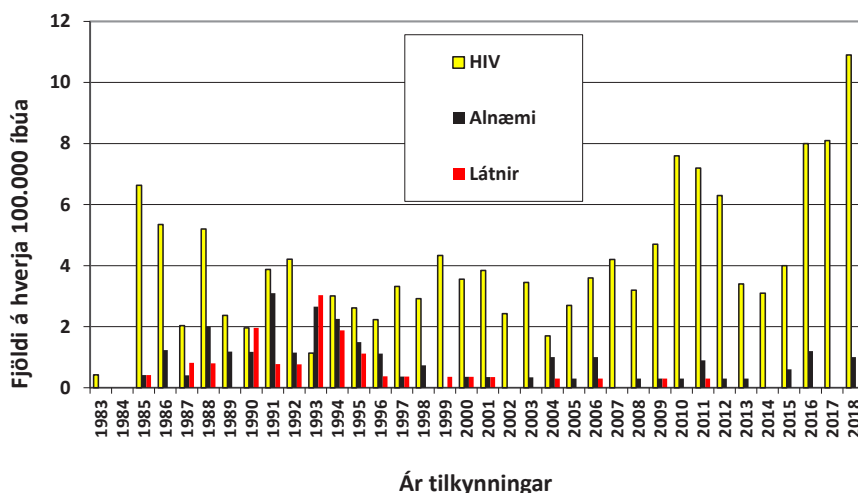


Hópavinna með HIV-jákvæðum

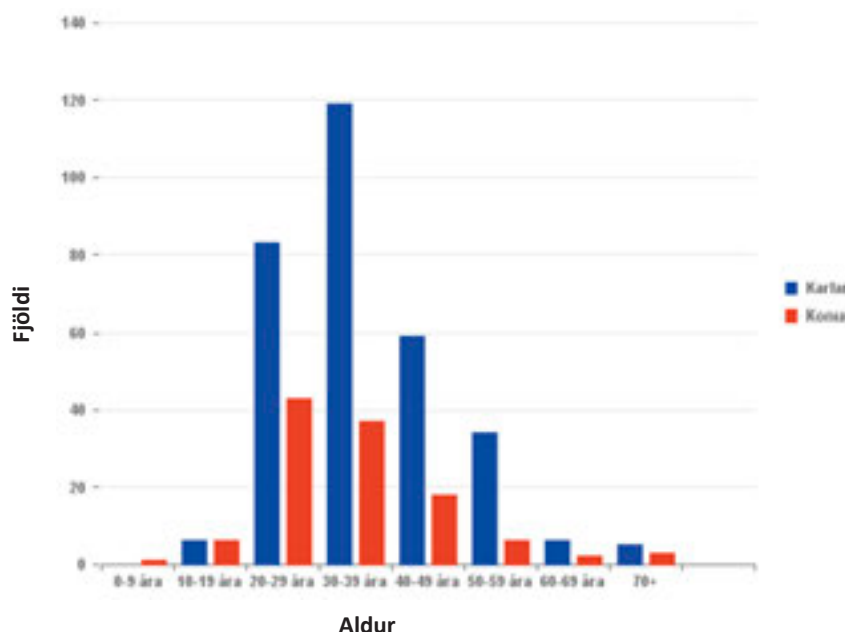
Yfir vetrarmánuðina geta HIV-jákvæðir hist í hópastarfi í húsnaði HIV - Íslands. Markmið þess eru félagslegs og tilfinningalegs eðlis, að geta hitt aðra í sömu stöðu, ræða hjartans mál og læra af reynslu hvers annars. Áhersla er lögð á einlægni og trúnað.

Umsjón með starfinu hefur Sigurlaug Hauksdóttir félagsráðgjafi. Nánari upplýsingar má fá hjá HIV Íslandi í síma 552 8586 og með netpósti sem er sillahauks@gmail.com

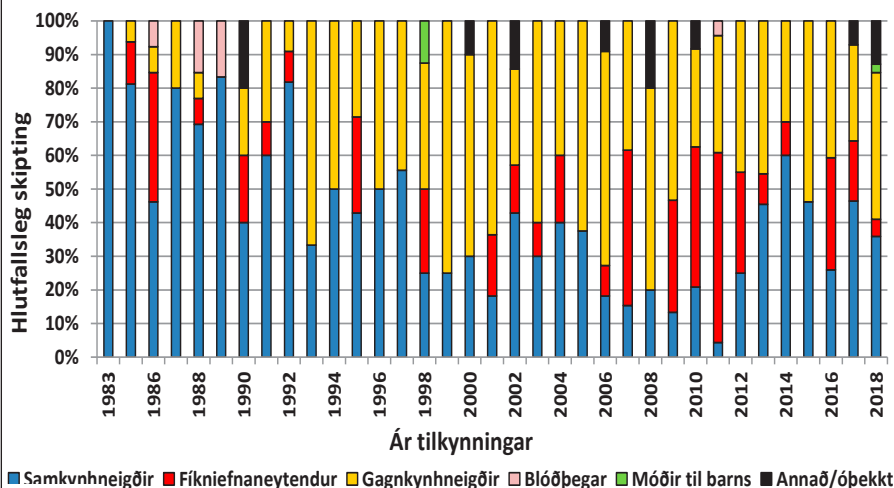
HIV-smit, alnæmi og fjöldi látinna á Íslandi



Aldursskipting HIV-smittaðra sem greinst hafa á Íslandi



Greining HIV-smittaðra eftir árum, smitleiðum og áhættuhegðun



Nýsmit það sem af er ári

1. nóvember 2019 höfðu 21 einstaklingur komið nýir inn í þjónustu með HIV á göngudeild smitsjúkdóma, 10 nýgreindir og 11 með þekkt smit og á meðferð.

Fjöldi tilkynnta einstaklinga með HIV smit miðaður við 1.11.19

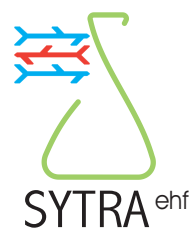
Fjöldi greindra sjúklinga með alnæmi miðaður við 1.11.19

Fjöldi sjúklinga sem látist hafa af völdum alnæmis miðaður við 1.11.19

Ár	Karlar	Konur	Samtals	Karlar	Konur	Samtals	Karlar	Konur	Samtals
1983	1	0	1	0	0	0	0	0	0
1984	0	0	0	0	0	0	0	0	0
1985	15	1	16	1	0	1	1	0	1
1986	11	2	13	3	0	3	0	0	0
1987	4	1	5	1	0	1	2	0	2
1988	10	3	13	3	2	5	1	1	2
1989	5	1	6	3	0	3	0	0	0
1990	5	0	5	3	0	3	4	1	5
1991	8	2	10	6	2	8	2	0	2
1992	10	1	11	3	0	3	2	0	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	0	4	3	0	3
1996	4	2	6	3	0	3	1	0	1
1997	8	1	9	1	0	1	1	0	1
1998	5	3	8	2	0	2	0	0	0
1999	7	5	12	0	0	0	1	0	1
2000	7	3	10	1	0	1	1	0	1
2001	9	2	11	1	0	1	0	1	1
2002	5	2	7	0	0	0	0	0	0
2003	6	4	10	1	0	1	0	0	0
2004	4	1	5	2	1	3	1	0	1
2005	5	3	8	1	0	1	0	0	0
2006	8	3	11	2	1	3	1	0	1
2007	6	7	13	0	0	0	0	0	0
2008	7	3	10	0	0	0	0	0	0
2009	4	11	15	0	1	1	1	0	1
2010	18	6	24	1	0	1	0	0	0
2011	12	11	23	2	1	3	0	1	1
2012	13	7	11	1	0	1	0	0	0
2013	8	3	11	1	0	1	0	0	0
2014	8	2	10	0	0	0	0	0	0
2015	11	2	13	2	0	2	0	0	0
2016	20	7	27	4	0	4	0	0	0
2017	25	3	28	0	0	0	0	0	0
2018	25	13	38	0	0	0	0	0	0
2019	18	3	21*	0	0	0	0	0	0
Samtals	325	123	448	63	10	73	33	6	39

*Ópinberar tölur fyrir fyrstu tíu mánuði ársins

HIV ÍSLAND



Hafnargötu 12 · 240 Grindavík



x love sex

durex®