

HIV OG DEPRESSION

Af Morten Eiersted, redaktør VI&HIV

Hiv-smittede kan opleve en påvirkning af deres mentale sundhed. Forskere har identificeret en biologisk påvirkning af neuronerne (nervecellerne i hjernen) som mulig forklaring.

En del undersøgelser har gennem tiden påpeget, at hiv-smittede kan opleve en større grad af psykisk skrøbelighed. Undersøgelser i Vestdanmark om depression har tidligere påpeget, at depression på den ene side er hyppigere forekommende blandt gruppen af hiv-smittede samtidig med, at det på den anden side også er underdiagnosticeret blandt hiv-smittede. Det vil med andre ord sige, at man formoder, at en stor del hiv-smittede herhjemme ikke er opmærksomme på, om de kan have en form for depression.

En af forklaringerne til dette er, at humørforandringen måske sker over en længere periode, så man ikke selv bliver opmærksom på det.

Depression

Årsagerne til den forhøjede forekomst af depression har været diskuteret ud fra mange forskellige perspektiver. Det har været nærliggende at forstå depression ud fra psykosociale problemstillinger om lukkethed, smitsomhed, tabu og stigma, men forskere har også interesseret sig for, om en del af depressionen skal ses som et udtryk for en biologisk påvirkning af hjernen hos den enkelte hiv-smittede.

I en amerikansk undersøgelse har man set en påvirkning af neuronerne i hjernen, som kan forklare, hvorfor hiv-smittede i behandling uden en AIDS-diagnose, kan udvikle en alvorlig depression og ikke mindst få problemer med hukommelse, læring og motorisk funktion.

Til medierne udtaler forskerne:
– Vi mener, at vi har opdaget hvorfor antallet af nerveceller kan aftage, som kan forklare, hvad der sker hos nogle ældre mennesker, siger undersøgelsens ledende efterforsker, Italo Mocchetti, der er Ph.D. og professor og næstformand for Institut for Neurovidenskab ved Georgetown University Medical center, USA. Han uddyber:
– Når vi har set på hiv-smittede, der udvikler denne tilstand, er de normalt ganske unge, men deres hjerner reagerer som en ældre hjerne.

Den interessante viden, som er kommet frem via deres forskning er, at virus ikke trænger ind i selve nervecellen, men derimod hæmmer produktionen af et særligt protein i hjernen, som nervecellerne bruger til at oprette forbindelse til hinanden. Forskerne forklarer, at over tid medvirker den manglende produktion af proteinet også til at "udsulte" nervecellerne, der på denne måde øger tabet af nerveceller hos nogle hiv-smittede.

HAND

De samme forskere skønner, at mellem 2-3% af hiv-smittede i behandling og 30% blandt dem uden behandling får en hiv-associeret neurologisk dysfunktion (HAND) som følge af denne påvirkning af neuronerne.

I Norden skønner man dog, at problemet er mindre udbredt. Meget få procent af velbehandlede er påvirket af denne dysfunktion, mens det skønnes at berøre lidt flere af dem, som ikke er i behandling. – En væsentlig udfordring er dog, at der ikke er konsensus om diagnosekriteriet, hvilket gør, at resultater fra forskellige undersøgelser kan være svære at sammenligne.

Tidligere har forskere spekuleret på, om brug af stoffer som kokain eller andre livsstilsfaktorer kunne være en forklaring. De amerikanske undersøgelser blandt brede grupper af hiv-smittede har tilbagevist dette som en hovedårsag til en biologisk påvirkning af den mentale sundhed.

Et af de mere interessante perspektiver på denne nye viden har været, at den reducerede mængde af protein også har været foreslået som en medvirkende årsag i kroniske sygdomsforløb som Parkinsons og Huntingtons. Inden for disse sygdomme har man kunnet påvise en gavnlig effekt af en behandling, hvor man forsøger at indkapsle og derved beskytte nervecellerne i hjernen, når proteinet mangler.

Hiv-Danmark er blevet opfordret af et medlem til at skrive denne artikel.

Vores medlem ønsker at mødes og diskutere dette emne med andre hiv-smittede. Er du interesseret i at være med i denne gruppe, så skriv til morten@hiv-danmark.dk

Læs mere på <http://www.sciencedaily.com/releases/2012/07/120710171737.htm> samt Bachic A et al.: [Human Immunodeficiency Virus Type 1 Alters Brain-Derived Neurotrophic Factor Processing in Neurons](#), J. Neurosci., July 11, 2012 • 32(28):9477-9484

KYSLIVET.NU

Et nyt site på vej med information til hiv-smittede!

AIDS-linien søger frivillige rådgivere

Har du mod på – og tid til – at være med til at oplyse om hiv og andre seksuelt overførte sygdomme, så er AIDS-Linien måske noget for dig. Kontakt os inden den 5/2-2014 hvis du vil høre mere på erik@aidsfondet.dk!

OM AT GENVINDE INTIMITETEN

Af Morten Eiersted, redaktør VI&HIV

På Hiv-Danmark Dagen fik foreningen sat fokus på forskellige temaer og fulgt op på diskussioner blandt bestyrelse, ansatte og frivillige.

Et af temaerne var sex!

Christian Graugaard indledte dagen med et oplæg om seksualitet som en raskhedsfremmende faktor.

Christian Graugaard er professor i sexologi og har i en årrække også været kendt i rollen som formand for Sex og Samfund. Seksualitet har også været et emne, der har optaget ham som læge. Han er sammen med andre i Danmark fortaler for en mere sexpositivistisk tilgang, der handler om at tilskynde os seksuelt til at være den man vil være i respekt over for andre. Det handler om at vende blikket væk fra tidens diskussioner om at tolerere forskelle til at omfavne og fremelske forskellighederne mellem folk, som gør, at vi bedre kan leve vores sexliv ud med plads til forskellighed og med en mangfoldighed. Med mangfoldigheden bliver vi mere ærlige over for os selv.

Gennem tiderne har seksualiteten forandret sig, og den har altid været i bevægelse. Seksualmoralen og skikke har ændret sig. De seneste 100 år har vi nærmest gennemgået en kønslig nivellering, forstået på den måde, at der næsten ikke er forskel mellem mænd og kvinder i forhold til seksuel debut og antallet af partnere. Det er dog ikke ensbetydende med, at man kan forvente at denne lighed vil fortsætte. Det er noget, som vi må værne om.

Siden verdenssundhedsorganisationen WHO i 2002 formulerede deres positive seksualbegreb, har det affødt en række interessante diskussioner. Definitionen udvider sundhedsbegrebet om seksuel sundhed fra at se på det, som mangler eller er sygt, til også at rumme det, som er og som fungerer. Denne begrebsnuancering er ikke slået fuldt igennem i sundhedsvæsenet, hvor der er meget lidt fokus på at sikre og understøtte seksuel trivsel og et meget større fokus på at behandle seksuelle sygdomme og dysfunktioner.

Seksualitet tiltrækker sig stadig større opmærksomhed, også inden for kro-

nisk sygdom. I forskningen i livskvalitet har man undret sig over, at mellem 10-20% med kronisk sygdom rapporterer, at deres liv er forbedret efter den kroniske sygdom. – En af markørerne er seksuallivet.

Det er med til at give et mere nuanceret billede af diskussionen om sygdom og påvirkningen af seksualiteten. Fra en kvalitativ undersøgelse om sygdom og livskvalitet, som Christian Graugaard havde været med til at gennemføre, nævnte han citatet fra en kvinde om, at ”Brystkræft var den bedste gave, hun havde fået, men hold kæft hvor var den grimt pakket ind”. Sygdommen havde skabt en forandring for vedkommende, som kom ud på den anden side af sygdommen mere intens og reflekteret.

Man kan derfor ikke kun sige, at kronisk sygdom forringer livskvaliteten. Der er faktisk også personer, hvor den kroniske sygdom har en gavnlig effekt for deres livskvalitet, som også udtrykkes gennem deres seksualitet. I hvor stor udstrækning dette kan overføres på hiv, afhænger igen af andre faktorer som åbenhed, stigma og tabu.

Seksualitet og sundhed

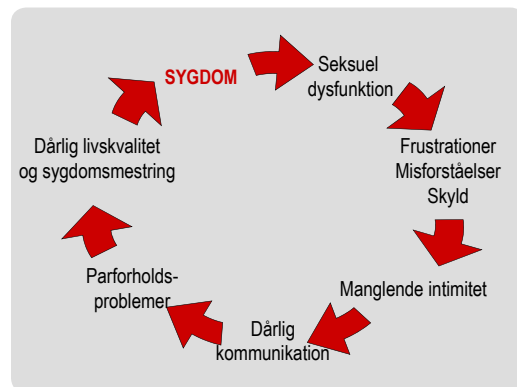
I en rapport, som Christian Graugaard har udarbejdet sammen med Morten Frisch og Bente Klarlund Pedersen, diskuterer de sammenhængen mellem seksualitet og sundhed. De ser fire forskellige forhold: Påvirkningen af den almene trivsel og sundhed kan fremme eller hæmme seksualitet, og omvendt kan seksualitet påvirke den almene sundhed positivt som negativt. Seksualiteten er med andre ord uløseligt forbundet med den almene trivsel og sundhed. I befolkningsundersøgelser bekræfter 90% af de 16-95 årige da også, at en velfungerende seksualitet er et centralt element for ens livskvalitet. Næsten samme høje tal fås ved at spørge til vigtigheden af en velfungerende intim relation.

Der er derfor ingen tvivl om, at seksualiteten er lige så vigtig en livstilsfaktor som kost, rygning, alkohol og motion (KRAM). Det er faktisk interessant, at motivationen til en sundere KRAM-livsstil måske meget simpelt

kanne markedsføres som muligheden for at få en forbedret seksualitet. F.eks. kan noget af impotensen afhjælpes ved hjælp af rygestop, reduceret indtag af alkohol samt en motions- og kostomlægning.

Seksualitet og intimitet

Christian Graugaard beskrev en række elementer ved seksualproblemer, som kan sætte en ond spiral igang, når sygdom medfører en seksuel dysfunktion. Det behøves ikke at være et problem, med mindre det medvirker til at skabe en frustration, misforståelser og fremme skyld. Den manglende sexlyst kan medvirke til en manglende intimitet, som medfører en dårlig kommunikation. Den manglende kommunikation giver parforholdsproblemer. Christian Graugaard nævnte eksempler på par, som han havde talt med, der helt var holdt op med at turde røre ved hinanden. Dette problem påvirker den enkelte og giver forringet livskvalitet og dårligere sygdomsmestring, som igen fremskynder sygdommen. Et sådant mønster så Christian Graugaard gentage sig hos en gruppe diabetikere, der med dårlige parrelationer også rapporterede om et dårligere kontrolleret blodsukker.



Problemet i sundhedssektoren er, at sundhedspersonalet og patienterne ikke tør bringe spørgsmål om seksualitet op. Når sundhedsfaglige ikke bringer det op, efterlades patienter med indtrykket af, at det ikke er et væsentligt spørgsmål. Hvilket ikke kunne være mere forkert, hvis det påvirker livskvalitet og evnen til at passe behandlingen.

Det glade budskab i USA

Den forventede levealder for hiv-smittede i USA anslås nu til at være tilnærmelsesvis normal. I USA er over 1 mio. personer hiv-smittede. I 2009 var estimatet, at hiv-smittede i gennemsnit kunne forvente at leve 21 år kortere end deres hiv-negative jævnaldrende.

I dag vil den forventede levealder endda være længere for nogle hiv-smittede end den gennemsnitlige levetid for hele den amerikanske befolkning.

Blandt afroamerikanske, asiatiske, mellem- og sydamerikanske hiv-smittede finder man dog stadig en laverede forventet levetid end deres respektive baggrundsbefolkninger, ligesom injicering af stoffer forårsager en markant reduceret levetid i forhold til den almindelige befolkning.

På tværs af grupperne har det betydning, at behandling iværksættes før CD4-celletal når under 350. Det er derfor bekymrende, at kun 28% af undersøgelsens deltagere havde påbegyndt hiv-behandling efter at deres CD4-celletal var faldet til under 350. Ikke alle dødsfald blandt hiv-smittede har hiv-relaterede årsager. Andre faktorer såsom rygning, depression og forhøjet blodtryk øger risikoen for at dø, de væsentligste risikofaktorer er dog co-infektion med hepatitis B eller C.

Personer, der er døde af aids-relateret sygdomme har en tendens til at gøre det i en yngre alder, og mange af de AIDS-relaterede dødsfald var tilbøjelig til at være resultatet af mindre effektiv behandling.

HIV weekly, 8 January 2014, NAM

Announce fra Rigshospitalet og Hvidovre Hospital

Kvinder & HIV

Torsdag d.13. marts 2014 kl. 16.00 – 21.00

Program

- 16.00 – 16.30 Kaffe/Thé + kage
- 16.30 – 16.35 **Velkomst**
Anne-Mette Lebech, Læge
Infektionsmedicinsk afd., Hvidovre Hospital
- 16.35 – 17.00 **Nyt om HIV**
Terese Katzenstein, Læge
Epidemiklinikken, Rigshospitalet
- 17.00 – 17.45 **Emotional wellbeing of women living with HIV**
Ophelia Ørum
- 17.45 – 18.00 Pause (Frukt/vand)
- 18.00 – 18.30 **Gruppediskussion omkring HIV-medicin**
- 18.30 – 19.00 **Panel diskussion**
Nina Weis, læge
Infektionsmedicinsk afd., Hvidovre Hospital
- 19.00 – 19.15 **Om at leve med HIV – spørgeskema undersøgelse**
Maria Wesmann, Læge
Infektionsmedicinsk afd., Hvidovre Hospital
- 19.15 Middag i restauranten

Sted:
First Hotel Skt Petri

Krystalgade 22
1172 København
(Lige ved Nørreport)

Tilmelding til:

- Ambulatoriet, Epidemiklinikken, Rigshospitalet
Tlf. 35455112 / epiamb@rh.regionh.dk
- Infektionsmedicinsk ambulatorium, Hvidovre Hospital
Tlf. 38623016 / sussie.m.villars.joergensen@regionh.dk

Mødet er arrangeret af:

- Epidemiklinikken, Rigshospitalet
- Infektionsmedicinsk afdeling, Hvidovre Hospital

Mødet er sponsoreret af:

- Gilead, Danmark
- Bristol-Myers Squibb, Danmark



Eventkalenderen 2014

14. februar (Valentinsdag): Kys livet nu
1. april: Humor mod aids
26. april: Årsmøde i Århus
10. maj: Melodi Grand Prix
25. maj: Århus Pride
8.-10. august: Hiv-Forum
August: Copenhagen Pride
Oktober: Kulturnatten i København
September/Oktober: Orienteringsaften
1. december: World AIDS Dag

Tjek www.hiv-danmark.dk og se vores caféarrangementer og andre aktiviteter!

ET LIV I FORANDRING – DELTAG PÅ ÅRETS HIV-FORUM

Kom med på Hiv-Forum den 8.-10. august 2014 på Saxild Strandhotel i Odder, syd for Århus. En weekend kun for hiv-positive med ca. 40-50 deltagere.

Læs mere på www.hiv-danmark.dk
Tilmeld dig på info@hiv-danmark.dk
Tlf. 3332 5868



Hiv-Forum arrangeres i samarbejde med Positivgruppen

- nyt om din behandling
- spændende workshops
- fysiske og kreative tilbud
- sjov, leg og samvær
- nye venskaber og netværk
- massage/healing
- særlig velkomst til nye
- naturskønne omgivelser
- ene- eller dobbeltværelse
- fuld forplejning
- din pris ca. 400 kr.
- mulighed for friplads
- tavshedspligt

Vi ses i hjertet af Jylland!

VI & HIV – ISSN 1902-7346 – Hiv-Danmark
Vestergade 18E, 4., 1456 Kbh. V, T 33 32 58 68
info@hiv-danmark.dk – www.hiv-danmark.dk

DEADLINES 2014 – hver den 15. i måneden
Februar, April, Juni, September & November

REDAKTION
Bent Hansen, ansvarshavende redaktør
Morten Eiersted, redaktør, foto, ill. & layout

TRYK: 1.000 eksemplarer 1. oplag

Hiv-Danmark udgiver VI & HIV. Hiv-Danmark er en patientforening og paraplyorganisation i Danmark for hiv-smittede, pårørende, efterladte og andre berørt af hiv uanset køn, alder, seksualitet, politisk tilhørsforhold eller etnisk baggrund. – Støt os med 200 kr.: Bliv medlem på medlem@hiv-danmark.dk

AT LEVE MED HIV

Af Morten Eiersted, redaktør VI&HIV

I marts måned er Kafe Knud vært for en ny omgang "at leve med hiv".

At leve med hiv er en caféaften med undervisning, dialog og erfaringsudveksling for hiv-smittede om emner, som berører almen sundhed og trivsel, medicin, behandling med mere.

Vi inviterer typisk en oplægsholder, som har et godt kendskab til hiv-miljøet. Den seneste oplægsholder var Tina Bruun. Hun tog forsamlingen igennem blodprøverne ved årskontrollen, og forklarede hvorfor lægerne f.eks. er interesseret i at se tal for blodsukker, kolesterol, lever og nyrer ved årsprøverne.

"At leve med hiv"-arrangementerne er tænkt som en mulighed for at skabe dialog mellem oplægsholder og caféens gæster, derfor lægger vi vægt på, at tonen er afslappet og uformel med plads til personlige oplevelser.

Vi håber i dette forår på at se så mange som muligt, når vi på udvalgte mandage afholder en række forskellige interessante oplæg.

Alle er velkomne, vi vil dog gerne have din tilmelding på e-mail morten@hiv-danmark.dk

NB: Læg også vejen forbi Kafe Knud onsdag den 26. februar kl. 18.00 og mød personerne bag Café Mensch fra www.humanistisksamfund.dk, der benytter Kafe Knuds lokaler til deres møder om onsdagen!

At leve med hiv

Mandag den 10. marts 2014

Kl. 17.00 Cafeen åbner m/kaffe og te
Kl. 18.00 Vi byder på et gratis måltid mad
Kl. 19.00 Hvordan er det med hiv og sexlivet?
Ved psykosocial rådgiver Solveig Roth

Mandag den 24. marts 2014

Kl. 17.00 Cafeen åbner m/kaffe og te
Kl. 18.00 Vi byder på et gratis måltid mad
Kl. 19.00 Hvad er et sundt måltid mad?
Ved Carsten H, Humanernæring

KAFE KNUD

Skindergade 21, kld
1159 København K

HUSK: ÅRSMØDE I ÅRHUS!

Af Morten Eiersted, redaktør VI&HIV

Lørdag den 26. april 2014 kl. 14.30-17.30 afholder Hiv-Danmark årsmøde i AIDS-Fondet, Østergade 9, 4. 8000 Århus C.

Før årsmødet afholdes formøde for pårørendemedlemmer for at fordele stemmer inden selve årsmødet.

Hiv-Danmark dækker ikke rejseudgifter for enkeltmedlemmer, pårørendemedlemmer og støttemedlemmer.

Udgifter ved overnatning mellem lørdag og søndag dækkes for afgående og nyvalgte bestyrelsesmedlemmer og suppleanter.

Stemmeberettigede

Medlemmer, der har betalt kontingent for 2014, er stemmeberettigede. Er dit medlemskab først fornyet fra marts måned eller senere, husk da at medbringe din kvittering til årsmødet.

Tilmelding

Af hensyn til planlægning af årsmødet bedes du tilmelde dig inden tors-

dag den 17. april 2014 på T 33 32 58 68 (hverdag kl. 11.00-15.00) eller på info@hiv-danmark.dk. – Tilmelding er ikke en forudsætning for at kunne deltage i årsmødet. Ønsker du at deltage i den efterfølgende middag, er tilmelding dog nødvendigt af hensyn til planlægningen. Middagen er gratis.

Vil du spare penge på transport, så se f.eks. mere på rødbillet.dk!

Kandidatur

Ønsker du at stille op til bestyrelsen, har du mulighed for at blive præsenteret i medlemsbladet i april måned forud for årsmødet. Du skal sende dit indlæg senest fredag den 15. marts til VI&HIV, mærket 'kandidatur', til morten@hiv-danmark.dk. – Det er dog ikke en forudsætning for at opstille til valg.

Regnskab og beretning

Regnskab for 2013 godkendt af revisor kan rekvireres i sekretariatet fra slutningen af

marts 2014. Årsberetning 2013 udkommer i april 2014.

Forslag

Forslag, som ønskes behandlet på årsmødet, skal i følge vedtægterne være foreningen i hænde senest 14 dage før årsmødet. Sekretariatet modtager derfor forslag til behandling ved årsmødet senest fredag den 10. april 2013.

Program for årsmødet

13.30-14.15

Oplæg af foredragsholder, åbent for alle

14.15-14.30

Pause, pårørendemedlemmer fordele stemmer

14.30-17.30

Årsmøde (med to indlagte pauser)

1. Valg af dirigent
2. Godkendelse af stemmeberettigede medlemmer
3. Bestyrelsens beretning
4. Godkendelse af revideret regnskab 2013
5. Fastsættelse af kontingent
6. Indkomne forslag
7. Fremlæggelse af budget til orientering
8. Valg af bestyrelsesmedlemmer for 2014-16
9. Valg af suppleanter
10. Valg af registreret/statsautoriseret revisor
11. Eventuelt

18:00-

Middag (tilmelding til info@hiv-danmark.dk)