

Positieve start!

Een handreiking voor n=n
in de spreekkamer



Inhoudsopgave

• Inleiding	3
• Tips om n=n uit te dragen in de spreekkamer	7
• De boodschap achter n=n	
– Microniveau	13
– Mesoniveau	14
– Macroniveau	14
• De wetenschap achter n=n	15
• De kracht van onderling contact	18
• Bronnen	22
• Colofon	23

Deze handreiking wordt ondersteund door de Nederlandse Vereniging van HIV behandelaren (NVHB) en de beroepsvereniging Verpleegkundigen en Verzorgenden Nederland – Verpleegkundig Consulenten HIV (V&VN VCH).



Inleiding

De ontwikkelingen rondom hiv zijn de afgelopen jaren in een stroomversnelling geraakt. Sinds de introductie van antiretrovirale therapie is veel vooruitgang geboekt. Vooral de wetenschap dat hiv bij een onderdrukt virus niet overdraagbaar is via seks (niet meetbaar = niet overdraagbaar) is een grote stap voorwaarts. In 2008 werd het Zwitsers standpunt gepubliceerd, waarin deze boodschap voor het eerst aan een groot publiek bekend werd gemaakt. Dit was zeer groot nieuws voor mensen met hiv. De afgelopen jaren zijn er verschillende onderzoeken gedaan die bevestigen dat mensen met hiv die een onderdrukt virus hebben, hiv niet via seks kunnen overdragen.

Ook wordt aangenomen dat hiv niet overgedragen wordt via een spat-, snij- of prikaccident als het virus onderdrukt is. Meer informatie over de wetenschap achter de n=n-boodschap vind je in hoofdstuk 3 op pagina 15.

In 2016 begon de internationale U=U-campagne van de Prevention Access Campaign die het U=U-consensusstatement heeft opgesteld [1]. De Hiv Vereniging sloot zich hierbij aan en startte de uitrol van de n=n-campagne in Nederland. *Niet meetbaar = niet overdraagbaar*, kortweg n=n, geeft in één zin weer wat het hebben van een onderdrukte viral load betekent voor mensen met hiv.



De term n=n is afgeleid van de Engelse variant Undetectable = *Untransmittable* (U=U). n=n staat voor de vertaling van de wetenschappelijke informatie voor het algemeen publiek. In november 2017 heeft de Hiv Vereniging een statement naar buiten gebracht waarin wordt gepleit voor omarming van de n=n-boodschap ter bevordering van de emancipatie van mensen met hiv.

De Hiv Vereniging signaleert dat de n=n-boodschap een enorme impact heeft op het leven van mensen met hiv. n=n draagt bij aan zelfvertrouwen, vermindert angst voor overdracht en geeft regie over de eigen gezondheid. De Hiv Vereniging ziet voor het uitdragen van de n=n-boodschap een rol weggelegd voor zorgprofessionals binnen het hiv-werkveld. Dit geldt voor zowel het informeren van hun patiënten en cliënten als voor het informeren van hun collega's binnen en buiten de hiv-zorg. Sinds de start van de campagne heeft de Hiv Vereniging samengewerkt met zorgprofessionals om de n=n-boodschap te verspreiden. Tijdens dit proces zijn er verschillende bevindingen gedaan die beschreven staan in deze handreiking.

Zorgprofessionals hebben bijgedragen aan deze handreiking door hun kennis, kritische feedback en ervaringen met ons te delen.

Deze handreiking voor n=n in de spreekkamer is opgesteld als handvat voor zorgprofessionals binnen en buiten het hiv-veld. In dit document staat uitleg over de n=n-boodschap en de medische onderbouwing hiervan, en het geeft informatie over de individuele en maatschappelijke impact van n=n. Ook wordt beschreven hoe de n=n-boodschap op verschillende manieren kan worden uitgedragen in het contact met de cliënt. Dit document is opgesteld met als doel zorgprofessionals een compact én wetenschappelijk overzicht te bieden van de kennis over n=n. Ook worden voorbeelden gegeven van wat n=n betekent in de praktijk.

Let op: in deze handreiking wordt voornamelijk gesproken over cliënten, hieronder vallen zowel mensen met hiv als mensen zonder hiv. Maar allemaal komen ze in aanraking met zorg waar hiv eventueel een rol kan spelen.

niet meetbaar

n = n

niet overdraagbaar

Als het virus
niet meetbaar is,
draag je hiv niet over.

hivvereniging.nl/n-is-n



Tips om n=n uit te dragen in de spreekkamer

De Hiv Vereniging heeft als rol het perspectief van mensen met hiv onder de aandacht te brengen. Als vereniging geloven we dat met onze expertise over leven met hiv, en de expertise van zorgprofessionals over de behandeling en preventie van hiv, we samen kunnen komen tot een effectief en compleet zorgaanbod. Het perspectief van mensen met hiv speelt een belangrijke rol en wij hopen met deze handreiking wat meer inzicht te kunnen geven in het belang van de n=n-boodschap.

De n=n-boodschap is menselijk en persoonlijk en sluit goed aan bij ieder spreekuur dat gestoeld is op patiënt- en cliëntgerichte zorg. We hebben tips opgesteld die eventueel kunnen helpen bij het implementeren van de n=n-boodschap in de methodiek van het spreekuur met cliënten. De tips zijn onderverdeeld in algemene tips, tips voorafgaand aan de diagnose en tips voor na de diagnose.

Algemene tips voor het gebruik van de n=n-boodschap

De n=n-boodschap is een krachtig middel wat de kwaliteit van leven van mensen met hiv sterk kan verbeteren. Aan de hand van deze algemene tips kan de n=n-boodschap goed worden overgebracht aan de cliënt.

1. De n=n-boodschap is positief!

Het feit dat mensen met hiv het virus niet meer kunnen overdragen via seks, is enorm goed nieuws. Maar door een diep ingesleten beeld over hiv en de overdraagbaarheid ervan duurt het een tijd voordat het goede nieuws van n=n helemaal wordt omarmd. Het kost tijd om verouderde beelden te vervangen door nieuwe, zowel bij het algemene publiek, bij mensen met hiv als bij zorgprofessionals. Als je jarenlang als zorgprofessional bepaalde preventiemethodes hebt gepromoot, kan de toevoeging van de n=n-boodschap als moeilijk uitlegbaar worden ervaren. De vereniging erkent dit en heeft zelf ook tijd nodig gehad deze boodschap te omarmen. Maar door de n=n-boodschap samen positief naar buiten te brengen kunnen we het

negatieve, verouderde beeld over hiv doorbreken en mensen met hiv makkelijker de boodschap laten accepteren.

Hiv-consulent Hans-Erik Nobel geeft aan in een video van de n=n-campagne: *"Ik kan nu veel meer hoop geven aan de patiënt omdat ik het gelijk heb over een chronische aandoening. Hier ga je oud mee worden, je kunt kinderen krijgen."* Als de eerste kennismaking met de n=n-boodschap positief is, dan zal het omarmen ervan ook sneller gaan.

Ook Eliane Leyten, internist-infectioloog, geeft aan dat het belangrijk is dat mensen met hiv in aanraking komen met de n=n-boodschap. In haar spreekkamer krijgt ze vaak koppels waarmee ze de n=n-boodschap bespreekt. *"Vaak krijg ik als reactie: 'we vinden dit zo fijn om te horen, want er is toch altijd een stemmetje in je achterhoofd dat je degene van wie je houdt besmetten kan.'"* Door de n=n-boodschap wordt die angst weggenomen en als zorgprofessional heb je de positie dat te versterken.

2. Taal als instrument

'Als je een onderdrukt virus hebt kun

je hiv niet meer overdragen, maar ...'. Alles wat voor het woordje maar staat, is meteen teniet gedaan. Het is daarom belangrijk te onthouden dat alles wat je zegt telt, en ook de manier waarop je het zegt. Bij het gebruik van het woordje 'maar' in relatie met de n=n-boodschap, ontkracht je ook direct die n=n-boodschap. Het lijkt misschien een detail, maar gezien het hardnekkige beeld rondom hiv zal een cliënt snel denken *'Zie je wel, er is een maar, het klopt allemaal niet, hiv is nog steeds overdraagbaar.'*

Dit kan natuurlijk ook andersom plaatsvinden: dat de cliënt bepaalde woorden gebruikt waaruit je twijfel kunt afleiden. Benoem de twijfel en weerleg het. Door alert te zijn op taal, toon en houding kun je de communicatie sturen en de boodschap beter (of op een andere manier) overbrengen. Daarnaast is het belangrijk dat bij de n=n-boodschap je duidelijke taal gebruikt. Zinnen als 'het is niet overdraagbaar', 'er is geen risico' of 'geen kans op overdracht' zijn goed te gebruiken. Vermijd zinnen als 'bijna geen risico', 'kans op overdracht is verwaarloosbaar klein' of 'er vindt nauwelijks overdracht plaats' [3].

Voor meer informatie over het belang van taal, bekijk de taalwijzer van de Hiv Vereniging en het artikel 'het belang van taal' op www.hivvereniging.nl

3. Het brengen van de n=n-boodschap is maatwerk

Cliënten gaan op verschillende manieren met informatie om. Voor sommigen is meer herhaling nodig dan voor anderen. Sommige mensen zijn extreem gevoelig voor taalgebruik, anderen minder. Vraag wat de persoon al weet, of de n=n-boodschap de cliënt geruststelt en of de cliënt in staat is om de boodschap te gebruiken in het dagelijks leven. Voor sommige mensen werkt het goed de wetenschappelijke onderzoeken aan te halen ter ondersteuning. Daarnaast kan het voorkomen dat de cliënt niet alles durft te zeggen tegenover de zorgprofessional of dat men zich niet begrepen voelt omdat de zorgprofessional vaak geen ervaringsdeskundige is. Hierin kunnen peers een belangrijke rol spelen om bepaalde zorgen te ontkrachten of bespreekbaar te maken. Voor meer informatie zie hoofdstuk 'het belang van onderling contact' op pagina 18.

4. Gebruik n=n-materiaal in de spreekkamer en zorginstelling

Uit ervaring van de Hiv Vereniging blijkt dat het helpt om materiaal over n=n goed zichtbaar te hebben in de spreekkamer. Zoals een poster aan de muur, of flyers op het bureau. Cliënten zullen dan vaak zelf over de n=n-boodschap beginnen en komen met vragen. Materiaal van n=n is gratis te bestellen via de [website](#) van de Hiv Vereniging.

Tips voorafgaand aan de diagnose

5. Implementeer n=n ook in de preventie boodschap

Sommige zorgprofessionals komen met cliënten in aanraking die hiv-negatief zijn. Bijvoorbeeld als men zich bezig houdt met preventie van of testen op hiv. Om het verouderde beeld rondom hiv weg te nemen is het noodzakelijk n=n op te nemen als preventieboodschap. Hiermee informeren we een groter publiek, dit heeft effect op de normalisering van hiv. Mocht iemand een positieve testuitslag krijgen, dan is diegene al op de hoogte van de n=n-boodschap en kan de zorgprofessional hiernaar terugverwijzen.

Tips voor na de diagnose

6. Herhaal de n=n-boodschap

Het verouderde beeld rondom hiv is niet in een handomdraai vervangen. Het kost tijd en energie, en daarom is herhaling van de n=n-boodschap belangrijk. Willen we zorgen dat het stigmatiserende beeld rondom hiv verdwijnt, dan moeten we de feiten over n=n blijven herhalen, naar de cliënt, naar het algemene publiek en naar onszelf. Ga er niet vanuit dat het bij één keer melden wel goed zit; vaak gaan er jaren van stigmatiserende beeldvorming bij de cliënt aan vooraf en dat beeld is niet zomaar weg. Herhaal de boodschap bij de verschillende opeenvolgende spreekuren, vraag aan de cliënt welke impact het heeft op diens leven en ga in gesprek over de angst en schaamte die men mogelijk voelt.

We komen steeds meer te weten over de n=n-boodschap en er wordt nog wel eens wat aangepast aan de voorwaarden of de uitingen. In de tijd tussen de halfjaarlijkse bezoeken aan het behandelcentrum kan veel nieuwe informatie zijn toegevoegd. Mocht dit zo zijn, kom dan terug op eerder genoemde uitspraken rondom n=n en geef aan dat door nieuwe kennis enkele dingen zijn

aangepast. De Hiv Vereniging heeft bijvoorbeeld ook eerdere uitspraken herzien en geüpdatet met nieuwe informatie op www.nisn.nl.

7. Leer de patiënt n=n te gebruiken als middel

De n=n-boodschap is een uiterst geschikt middel voor mensen met hiv om te praten over hun eigen hiv-diagnose. Men kan het gesprek beginnen met *'Ik heb een onmeetbare hoeveelheid virus, weet je wat dat betekent?'* of *'Ik heb hiv maar kan het niet meer overdragen omdat ik een onmeetbare hoeveelheid virus heb'*. Door mensen met hiv te leren hoe je n=n als handvat kunt gebruiken bij het informeren van anderen over hun hiv-status, stimuleer je het zelfvertrouwen dat ze nodig hebben.

Een veel voorkomend 'tegenargument' voor n=n is dat mensen minder zullen praten over hun status omdat ze geen risico meer lopen het over te dragen aan een ander. Dit kan leiden tot meer isolement. Het klopt dat de n=n-boodschap meer ruimte geeft voor de vraag 'aan wie vertel ik het?', maar n=n hoeft geen reden te zijn voor de cliënt om het helemaal voor zichzelf te houden.



De Hiv Vereniging vindt dat praten over de hiv-status een belangrijke stap is richting een beter leven met hiv. Wees daarom alert op mensen die aangeven het niet te willen vertellen omdat het niet hoeft omdat er toch geen risico op overdracht is.

Daarnaast is het handig om de onderzoeken die n=n ondersteunen simpel uit te leggen aan mensen met hiv. Je kunt bijvoorbeeld aangeven dat er vier grote onderzoeken zijn gedaan waarin zo'n 150.000 keer seks zonder condoom plaatsvond. Hierbij is er nul keer overdracht van hiv geweest. Zo maak je de onderzoeken begrijpelijk voor mensen met hiv.

8. Betrek de partner(s) van de cliënt

De n=n-boodschap is niet alleen van toepassing op mensen met hiv, maar ook op hun partners. Vraag een cliënt altijd naar hun partner(s). Heeft de cliënt de n=n-boodschap gedeeld? En hoe reageerde de partner hierop? Soms vinden partners de boodschap ook lastig te begrijpen. Er kan informatiemateriaal voor de partner worden meegegeven, en eventueel kan de partner ook meekomen naar het consult voor meer informatie.

Het kan ook voorkomen dat de partner uit angst om de persoon met hiv te kwetsen niet hun twijfel durft te uiten. Mocht de partner van de cliënt bijvoorbeeld meekomen naar het spreekuur, dan is het altijd goed om extra aandacht te besteden aan hoe de partner erin staat.

De boodschap achter n=n

De Prevention Access Campaign geeft aan dat n=n de mogelijkheid geeft om de levens van mensen met hiv (en hun naasten) te transformeren [1]. De Hiv Vereniging ziet ook de impact van n=n op mensen met hiv en heeft de n=n-boodschap ontwikkeld om het algemene publiek te bereiken. Bij de n=n-boodschap wordt verder gekeken dan alleen naar de wetenschap erachter.

De boodschap beschrijft het grotere effect van een onderdrukt virus op een persoon die leeft met hiv.

De n=n-boodschap heeft grote invloed op de kwaliteit van leven van mensen met hiv. Dit wordt onderverdeeld in drie niveaus:

Microniveau

Op individueel niveau heeft n=n impact op het zelfbeeld van mensen met hiv. n=n zorgt ervoor dat mensen met hiv de overdracht van het virus bij zichzelf kunnen stoppen en daarmee onderdeel zijn van een toekomst met nul nieuwe hiv-infecties. Dit zorgt ervoor dat mensen met hiv de kans krijgen zichzelf te 'empoweren'. Het geeft mensen met hiv **zelfvertrouwen en zelfbewustzijn**. De angst om het virus over te dragen verdwijnt, waardoor mensen met hiv zich vrij kunnen bewegen in hun sociaal en seksueel leven, wat isolatie voorkomt. Door n=n is er **geluk in plaats van angst**. Tot slot zorgt n=n ervoor dat schaamte vervangen wordt door **erkenning**.



*"Zorgprofessionals over wat de n=n-boodschap voor hun patiënten met hiv betekent. Dit was onderdeel van de n=n-workshop tijdens het Soa*Hiv*Seks congres 2018."*

Door het verminderen van het (zelf)stigma en het creëren van een angstvrije omgeving worden mensen met hiv meer gezien als mens, waardoor zij sterker in hun schoenen staan.

Mesoniveau

Op mesoniveau heeft n=n impact op zorgprofessionals en beleidsmakers. Door de n=n-boodschap zal de insteek van de behandeling van mensen met hiv worden aangepast. Bij een nieuwe hiv-diagnose hebben zorgprofessionals bijvoorbeeld de mogelijkheid direct een groot deel van de angst bij de cliënt weg te nemen door n=n te benoemen. Het verlicht het slechtnieuwsgesprek. Hiermee zijn zorgprofessionals een belangrijke schakel in het begin van de 'keten' van informatieoverdracht over n=n. Doordat er geen risico is op overdracht van hiv door seks bij een onderdrukt virus, is het belangrijk dat instellingen ook hun preventieboodschap aanpassen en hun preventiebeleid herzien. Een voorbeeld hiervan is de GGD die n=n heeft meegenomen in haar beleid omtrent partnerwaarschuwing [4].

Macroniveau

Ook op maatschappelijk niveau heeft n=n impact. De n=n-boodschap draagt bij aan het verminderen van het stigma rondom hiv (doordat er geen angst meer hoeft te zijn voor overdracht). Door het verminderde stigma stijgt de kwaliteit van leven van mensen met hiv. Ook heeft n=n impact op de volksgezondheid door 'treatment as prevention'. Dit is ook kostenbesparend op lange termijn [5].

De wetenschap achter n=n

In dagelijks contact is hiv niet overdraagbaar. Hiv kan wel overdraagbaar zijn via seks, maar dit is afhankelijk van de hoeveelheid virus in het bloed. Er zijn vier grote studies naar overdraagbaarheid van hiv via seks gedaan. In alle studies was de ene partner hiv-positief, en was de andere partner hiv-negatief. Er werd geen overdracht van hiv gevonden bij een onmeetbare of onderdrukte viral load van de hiv-positieve deelnemer. Er is derhalve ruim voldoende bewijs om aan te nemen dat hiv niet over te dragen is via seks bij een onmeetbare hoeveelheid virus in het bloed.

Wetenschappelijk onderzoek

HPTN 052 [6,7]

1.763 koppels (waarvan 98% heterokoppels) opgevolgd tussen 2007 en 2015. De indexdeelnemers werden 10.031 persoonsjaren opgevolgd, de partners werden 8.509 persoonsjaren opgevolgd. Uit deze studie bleek dat mensen met een onmeetbare hoeveelheid virus geen hiv over hadden gedragen aan hun partner, terwijl dit bij mensen met een meetbare (hoge) viral load wel het geval was.

PARTNER-1 [8]

485 heterokoppels en 282 homokoppels opgevolgd tussen 2010 en 2014. Follow-up van 1.238 koppeljaar. Geen transmissie bij ongeveer 58.000 keer condoomloze seks bij een onderdrukte hoeveelheid virus (<200 kopieën/ml).

Opposites Attract [9]

343 homokoppels opgevolgd tussen 2012 en 2016. Follow-up van 588,4 koppeljaar. Geen transmissie bij ongeveer 16.800 keer condoomloze seks plaats bij een onmeetbare hoeveelheid virus (de definitie van 'onmeetbaar' varieerde in deze studie van <20 tot <150 kopieën/ml).

PARTNER-2 [10]

782 homokoppels opgevolgd tussen 2010 en 2017. Follow-up van 1.593 koppeljaar. Geen transmissie bij ongeveer 77.000 keer condoomloze seks plaats bij een onderdrukte hoeveelheid virus (<200 kopieën/ml).

Blips

Een blip is een tijdelijke verhoging van de hoeveelheid virus gemeten in het bloed. Dit kan bij iedereen voorkomen, ook bij mensen die therapietrouw zijn. Iemand met een onmeetbare viral load kan dus heel soms een meetbare hoeveelheid virus hebben.

De deelnemers uit de onderzoeken die n=n aangetoond hebben, hebben ook blips gehad. En er heeft bij geen van die mensen overdracht van hiv plaatsgevonden. Een blip is dus geen reden tot paniek. Het is wel belangrijk om te controleren of het een blip is, of dat de hoeveelheid virus blijft stijgen.

Onderdrukte of onmeetbare viral load

De definitie van een onmeetbare hoeveelheid virus verschilt, maar is doorgaans onder de 20 of 50 kopieën/ml (dit hangt af van het soort test welke gebruikt wordt). Bij een onderdrukt virus (<200 kopieën/ml) is hiv niet overdraagbaar via seks.

Zes maanden regel en behandeling

Als het virus onderdrukt is kan iemand hiv niet overdragen via seks. Iemand hoeft dus niet zes maanden een onderdrukt virus te hebben voordat n=n geldt.

Andere soa's

Wanneer hiv onderdrukt is, is er geen kans op overdracht van het virus. Ook niet wanneer iemand een soa heeft, of wanneer diens partner een soa heeft.

Borstvoeding

n=n geldt niet bij borstvoeding. Zelfs wanneer de moeder een onderdrukt virus heeft, kan het niet uitgesloten worden dat er overdracht plaatsvindt door borstvoeding. De geschatte kans op overdracht van hiv door borstvoeding bij een onderdrukte hoeveelheid virus ligt tussen de 0% en 1%. Meer informatie over borstvoeding vind je op onze [website](#) onder het kopje factsheets.

Prikaccidenten

Het RIVM heeft onlangs een nieuwe richtlijn uitgebracht voor prik, bijt-, snij- en spataccidenten. Hierin staat vermeld dat bij een prikaccident met iemand met een onderdrukte hoeveelheid virus (<200 kopieën/ml) er geen PEP (post-expositie profylaxe) aan diegene die zich geprikt heeft voorgeschreven hoeft te worden.



De kracht van onderling contact!

Een krachtig onderdeel van de hiv-zorg is onderling contact. Zoals eerder aangegeven is het contact tussen de zorgprofessional en mensen met hiv heel belangrijk [2]. Daarnaast is onderling contact tussen mensen met hiv een krachtige aanvulling op de formele zorg. Onderling contact tussen mensen met hiv kan enorm bekrachtigen en een positief beeld geven van hun eigen toekomst. Daarom biedt de Hiv Vereniging verschillende mogelijkheden om kennis te maken of in contact te komen met andere mensen die leven met hiv. De vrijwilligers van de Hiv Vereniging worden regelmatig getraind op specifieke vaardigheden en krijgen deskundigheidsbevordering over ontwikkelingen rondom hiv. Ook het onderwerp n=n wordt uitgebreid behandeld in de trainingen, hierdoor zijn de vrijwilligers goed op de hoogte van het onderwerp. Hieronder zijn enkele mogelijkheden omschreven.

Video's over de impact van n=n

In de n=n-campagne hebben we aandacht besteed aan het perspectief van mensen met hiv. In verschillende video's beschrijven mensen met hiv zelf de impact van n=n op hun leven.

Door middel van deze [video's](#) willen we mensen inzicht geven in een positief leven en in de manieren waarop je kunt omgaan met je hiv-status.

Het Servicepunt

Het Servicepunt is de helpdesk van de Hiv Vereniging voor vragen over leven met hiv. Het Servicepunt heeft een landelijk bereik en wordt bemenst door een team specifiek getrainde, ervaringsdeskundige vrijwilligers. Deze worden ondersteund door een backoffice, de professionele medewerkers. Zij zorgen ook voor de deskundigheidsbevordering van het Servicepuntteam. Mensen met hiv, betrokkenen en zorgprofessionals kunnen terecht bij het [Servicepunt](#) voor vragen, onderwerpen (zoals n=n), klachten en signalen.

Peer-counseling

De Hiv Vereniging heeft een uitgebreid netwerk van peer-counselors, met wie mensen met hiv één of meerdere keren kunnen praten. Peer-support kan eraan bijdragen dat iemand niet denkt dat een hiv-diagnose het einde van de wereld is, en kennismaakt met de ervaring van iemand die in dezelfde situatie heeft gezeten.



De [peer-counselors](#) zijn getraind en worden op de hoogte gehouden van verschillende ontwikkelingen rondom hiv, waaronder de n=n-boodschap.

Workshopreeks

De Hiv Vereniging organiseert met enige regelmaat op meerdere plekken in het land een [workshopreeks](#) van zes bijeenkomsten voor mensen met hiv. De workshopreeks is – in eerste instantie – bedoeld voor mensen met hiv die relatief kort de diagnose hebben. De workshops worden begeleid door daarvoor getrainde mensen die zelf ook hiv-positief zijn. Door in te gaan op verschillende thema's, waaronder n=n, wordt leven met hiv besproken.

Ontmoetingsactiviteiten

Naast activiteiten begeleid door getrainde vrijwilligers worden ook door het hele land verschillende [ontmoetingsactiviteiten en informatiebijeenkomsten](#) georganiseerd. Dat gebeurt in verschillende regio's verspreid door het land of per groep van herkenbare gelijken, bijvoorbeeld vrouwen, jongeren, nieuwkomers of homomannen.

Voorlichting

De Hiv Vereniging vindt het belangrijk hiv op een positieve wijze onder de aandacht te brengen en doet dit onder andere via voorlichting.

[Voorlichting](#) gaat over het vertellen van een persoonlijk verhaal over leven met hiv of als directbetrokkene aangevuld met kennisoverdracht. Voorlichting is een persoonlijke vorm van informatievoorziening en biedt een doelgroep de gelegenheid vragen te stellen. Het bestrijdt het stigma rondom hiv en houdt hiv op de agenda. Voorlichters worden door het jaar heen getraind en krijgen deskundigheidsbevordering, ook over n=n. Daarnaast heeft de Hiv Vereniging samen met Summa Zorg de leermodule Positief in Beeld ontwikkeld over hiv voor de MBO-verpleegkunde opleiding. Deze leermodule wordt steeds vaker en breder ingezet.

Digitale leerweken, workshop over n=n

Soa Aids Nederland heeft een [online workshop over n=n](#) ontwikkeld voor de digitale leerweken.

Deze workshop is speciaal voor professionals en behandelt verschillende aspecten van n=n. De Hiv Vereniging heeft bijgedragen aan de workshop en deze sluit goed aan op de n=n-tips voor de spreekkamer.

Bronnen:

- 1 [Prevention Access Campaign. Consus Statement](#). 2016. Geraadpleegd op: 12 nov 2018.
- 2 Hiv Vereniging. Positief Geluid: Onderzoek naar kwaliteit van leven. Amsterdam: 2015.
- 3 [Prevention Access Campaign. Examples of Core U=U Messaging](#). 2016. Geraadpleegd op: 30 oct 2018).
- 4 [GGD Amsterdam. Partnerwaarschuwing](#). 2018. Geraadpleegd op: 11 nov 2018.
- 5 Jacobsen MM, Walensky RP. Modeling and Cost-Effectiveness in HIV Prevention. Curr HIV/AIDS Rep 2016;13:64–75. doi:10.1007/s11904-016-0303-2
- 6 Cohen MS, Chen YQ, McCauley M, et al. Antiretroviral Therapy for the Prevention of HIV-1 Transmission. N Engl J Med 2016;375:830–9. doi:10.1056/NEJMoa1600693
- 7 Cohen MS, Chen YQ, McCauley M, et al. Prevention of HIV-1 Infection with Early Antiretroviral Therapy. N Engl J Med 2011;365:493–505. doi:10.1056/NEJMoa1105243
- 8 Rodger AJ, Cambiano V, Bruun T, et al. Sexual Activity Without Condoms and Risk of HIV Transmission in Serodifferent Couples When the HIV-Positive Partner Is Using Suppressive Antiretroviral Therapy. JAMA 2016;316:171. doi:10.1001/jama.2016.5148
- 9 Bavinton BR, Pinto AN, Phanuphak N, et al. Viral suppression and HIV transmission in serodiscordant male couples: an international, prospective, observational, cohort study. Lancet HIV 2018;5. doi:10.1016/S2352-3018(18)30132-2
- 10 Rodger A, Cambiano V, Bruun T, Vernazza P, Collins S, Corbelli GM, Degen O, Estrada V, Geretti AM, Beloukas A, Phillips AN LJ. Risk of HIV transmission through condomless sex in gay couples with suppressive ART: the PARTNER2 study expanded results in gay men. Amsterdam: 22nd International AIDS Conference 2018.

Colofon

Uitgave

Positieve start! is een uitgave van de Hiv Vereniging.

Tekst en productie

Hiv Vereniging

Fotografie

Henri Blommers

Vormgeving en druk

MEO, Alkmaar

Met dank aan

DC Klinieken, V&VN / VCH, NVHB, Noëmi Nijsten, Loek Elsenburg, Gerben, Hetty, Loek, Wim Saskia, Ieda en alle anderen die hebben meegewerkt aan deze handreiking.

Copyright

2019 Hiv Vereniging CC-BY-NC-ND 4.0

Tweede druk

De Hiv Vereniging volgt de Creative Commons licentie (niet-commercieel gebruik, 4.0). Teksten uit deze uitgave mogen met bronvermelding worden overgenomen en gebruikt voor niet-commerciële doeleinden. Dit geldt niet voor het beeldmateriaal en de daarbij geplaatste teksten in kaders. Meer informatie: www.creativecommons.nl

Deze en andere uitgaven en de activiteiten van de Hiv Vereniging worden mogelijk gemaakt door bijdragen van onze leden en donateurs, door subsidies (Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu en Stichting Fonds PGO) en projectbijdragen (Aidsfonds, Stichting 4US en Stichting Vrienden van de Hiv Vereniging) en door sponsoring door Gilead Sciences, Janssen-Cilag en ViiV Healthcare.

Hiv Vereniging

Eerste Helmersstraat 17 - A3, 1054 CX Amsterdam

Postbus 15847, 1001 NH Amsterdam

T (020) 616 01 60

Servicepunt

T (020) 689 25 77

E servicepunt@hivvereniging.nl

hivvereniging.nl



The background is a solid green color with a repeating pattern of various white line-art icons. These icons include medical symbols like a cross, a heart, a bandage, and a pill; symbols of nature like a potted plant and a leaf; symbols of technology and science like a microscope, a test tube, a lightbulb, and a DNA helix; and other symbols like an infinity symbol, a star, a magnifying glass, and a speech bubble.

hiv
vereniging