

A photograph of two women embracing warmly. The woman on the left has dark hair, wears black-rimmed glasses, a black top, and a silver bracelet. The woman on the right has braided hair, wears a bright yellow dress with a large ruffled collar, and has red nail polish. They are both smiling broadly. The background is a blurred outdoor setting with a building.

**HIV EI OLE  
NIIN ISO JUTTU!**

## **Hiv ei ole niin iso juttu!**

Hiv-tartunnan kanssa elävien nuorten kokemuksia tartunnasta

## **Hivpointin nuorten ryhmä**

Hivpointin nuorten ryhmään ovat tervetulleita kaikki Suomessa asuvat hiv-tartunnan saaneet lapset ja nuoret. Ryhmän tavoitteena on tarjota ammatillista, voimaannuttavaa tukea hiv-positiivisen lapsen ja nuoren kehitykseen ja tukea elämää kroonisen sairauden kanssa. Ryhmä kokoontuu kolme-neljä kertaa vuodessa.

Lisää tietoa  
[www.hivpoint.fi](http://www.hivpoint.fi)



**hiv**point

## **Miten hiv-tartunta vaikuttaa nuoren elämään?**

### **Milloin nuori on saanut tietää omasta tartunnastaan?**

### **Miten ystävät ja läheiset ovat suhtautuneet tietoon tartunnasta?**

Hivpointin nuoret asiakkaat ja nuorten ryhmän jäsenet vastasivat näihin kysymyksiin kertoen oman henkilökohtaisen tarinansa. Heidän kokemuksistaan, ajatuksistaan ja muistoistaan kokosimme tämän julkaisun, jonka tarkoituksena on lisätä tietoa hiv-tartunnasta sekä antaa hiv-tartunnan kanssa eläville nuorille mahdollisuus saada heidän oma äänensä kuuluville. Julkaisun tarkoituksena on myös tarjota vertaistukea kertomalla, millaiset asiat ovat auttaneet nuoria jaksamaan vaikeina hetkinä ja mitkä asiat elämässä tuovat heille iloa.

Hiv-positiivisuus on aiheuttanut nuorille myös ikäviä tilanteita ja vaikeita tunteita. Useimmiten näiden tilanteiden ja tunteiden syynä ovat olleet ympäristön asenteet ja ennakkoluulot hiv-tartunnan saaneita kohtaan. Ympäriällä olevilla ihmisillä on näissä tilanteissa usein ollut virheellistä tietoa hivistä ja sen tartuntatavoista.

Oman tarinansa jakaneet nuoret ovat tavallisia, vastuullisia ihmisiä. Heidän selviämistään hivin aiheuttaman kriisin kanssa ovat tukeneet hyväksyvät, arvostavat ystävät ja perheenjäsenet. Näillä nuorilla on samanlaiset toiveet elämäntä kuin muillakin: Moni heistä haluaa opiskella, tehdä töitä, tavata ystäviä ja perhettä sekä seurustella oman rakkaan kanssa.

Kaikki henkilöiden nimet julkaisussa on muutettu nuorten anonymiteetin säilyttämiseksi.

# QUEEN, 20 VUOTTA

Olen nuori hiv-positiivinen nainen.

Olen saanut hivin jo ihan pikkulapsena, mutta sain tietää sairaudestani ollessani 9-vuotias. Asuin tuolloin pakolaisleirillä eräässä levottomassa Afrikan maassa. Jouduin käymään paljon lääkärillä, koska olin jatkuvasti kipeänä. Jalani oli turvoksissa ja laihtuin kovasti.

Sairaalassa ei osattu kertoa, mikä minussa oli vikana. Sain oireisiini tuona aikana lääkkeenä yhteensä 52 erilaista lääkettä ja rokotetta. Jossain vaiheessa kuitenkin rokotusten ja lääkkeiden antaminen lopetettiin ja lääkäri kertoi minulle, että minun pitäisi hakea jostain parempaa lääkettä. Tuolloin en tiennyt, mikä tuo lääke olisi ja mikä minua vaivasi.

Pian tämän lääkärikäynnin jälkeen naapurini pakolaisleirillä kertoi, että minulla on hiv. En tiennyt mistä hän puhui. Setäni oli läheisin perheenjäseneni ja menin kysymään asiasta häneltä. Kysyin häneltä ”minulla on hiv, mikä hiv on?”. Hän ei selittänyt minulle asiaa kunnolla. Suutuin sydälleni siitä, että hän ei ollut itse kertonut minulle sairaudestani, vaan sain tietää muiden juorujen kautta. Lähdin hetkeksi orpokotiin asumaan, koska olin niin vihainen sydälleni. Halusin vain pois hänen luotaan.

*”Sain tietää hivistä juorujen kautta; kukaan ei kertonut minulle asiasta suoraan.”*

Minulla oli niin paha olla kun kuulin, että minulla on hiv. Kuulin asiasta juorujen kautta ja olin todella vihainen. Tuskaani lisäsi se, että läheiset ystäväni katosivat saadessaan tietää hivistä.

Tieto sairaudestani teki oloni myös muilla tavoin hankalaksi. Esimerkiksi kerran eräs poika yritti syyttää minua hivin tartuttamisesta häneen. En kuitenkaan lannistunut, vaan sanoin hänelle suorat sanat ja puolustin itseäni.

15-vuotiaana muutin Suomeen. Asuin lastenkodissa, jossa salasin sairauteni. Salasin sen, koska ajattelin, että siten elämä olisi helpompaa. Hiv ei rajoittanut muuten elämääni, mutta aikaisempien kokemusteni takia halusin salata sairauden muilta. Asian salaileminen tuntui todella rankalta. Joskus joku toinen nuori kysyi, mitä kaikki syömäni lääkkeet ovat ja saatoin kertoa että minulla on allergiaa.

Salailu on rankkaa. Olen onnellinen, että elämässäni on ihmisiä, jotka tietävät että minulla on hiv. Tällä hetkellä yhteensä neljä ihmistä tietää, että minulla on hiv-tartunta. He ovat entinen kihlattuni ja läheisimmät ystäväni.

Asuessani vielä lastenkodissa menin kihloihin erään pojan kanssa ja kerroin hänelle. Samoihin aikoihin kerroin myös muutamalle lastenkodissa asuvalle tytölle. Muistan hyvin, miten kerroin asiasta eräälle tytölle lastenkodin omena-



puun alla. Ystäväni vannoi, että ei kerro muille ja hän on pitänyt lupauksen tähän päivään asti. Muutkin ystäväni ovat suhtautuneet ihanasti kerrottuaani heille hivistä.

### **Rajoittaako hiv elämää?**

Työhöni hiv on vaikuttanut siten, että tarjoilijana välillä arastelen ja pohdin veitsen käytön turvallisuutta. Muuten työhön tai harrastuksiini sairaus ei ole vaikuttanut. Välttelen kyllä rasittamasta itseäni liikaa. Ehkä hankalinta on ollut lääkitykseen sopeutuminen; niiden syöminen tuntuu minusta inhottavalta ja niiden ottamisen muistaminen on ollut hankalaa.

### **Seurustelu ja seksuaalisuus**

Seurustelua pohdin paljon, koska romantiikka on todella tärkeää minulle. On vaikea tietää, milloin sairaudesta voi kertoa uudelle ihastukselle. Hivistä on kerrottava oikealla hetkellä, silloin kun toinen on rakastunut minuun ihmisenä. Sairaudesta en kertoisi liian aikaisin, ettei toinen pelästy liikaa. Hiv voi huolestuttaa seurustelukumppania liikaa ja silloin suhteen jatkaminen on hankalaa. Hiv vaikuttaa seksitilanteisiin, koska hivistä pitää kertoa, jos on harrastamassa uuden ihmisen kanssa seksiä. Jos harrastaisi seksiä kondomin kanssa, mutta ei kertoisi hivistä, minulle tulisi todella huono omatunto.

Hiv vaikuttaa seksuaalisuuteen, koska hivistä pitää kertoa seksikumppanille ja se johtaa monesti siihen, että seksitilanteita ei ole niin paljon kuin haluaisi. Samalla suojelee

myös itseään, koska kertominen voi johtaa torjuntaan ja pettymykseen. Uskallus parisuhteeseen lähtemiseen tuntuu vaikealta, koska jossain vaiheessa kuitenkin pitää kertoa sairaudesta ja pohdin paljon, miten se vaikuttaa suhteeseen. Seurustelu ja tapailu, jossa pitää salailla, ei kiinnosta minua. Lasten saaminen mietityttää ehkä eri tavalla kuin jos ei olisi hiviä. Haluan kuitenkin lapsia ja voin saada lapsia!

### **Mikä on auttanut jaksamaan elämässä?**

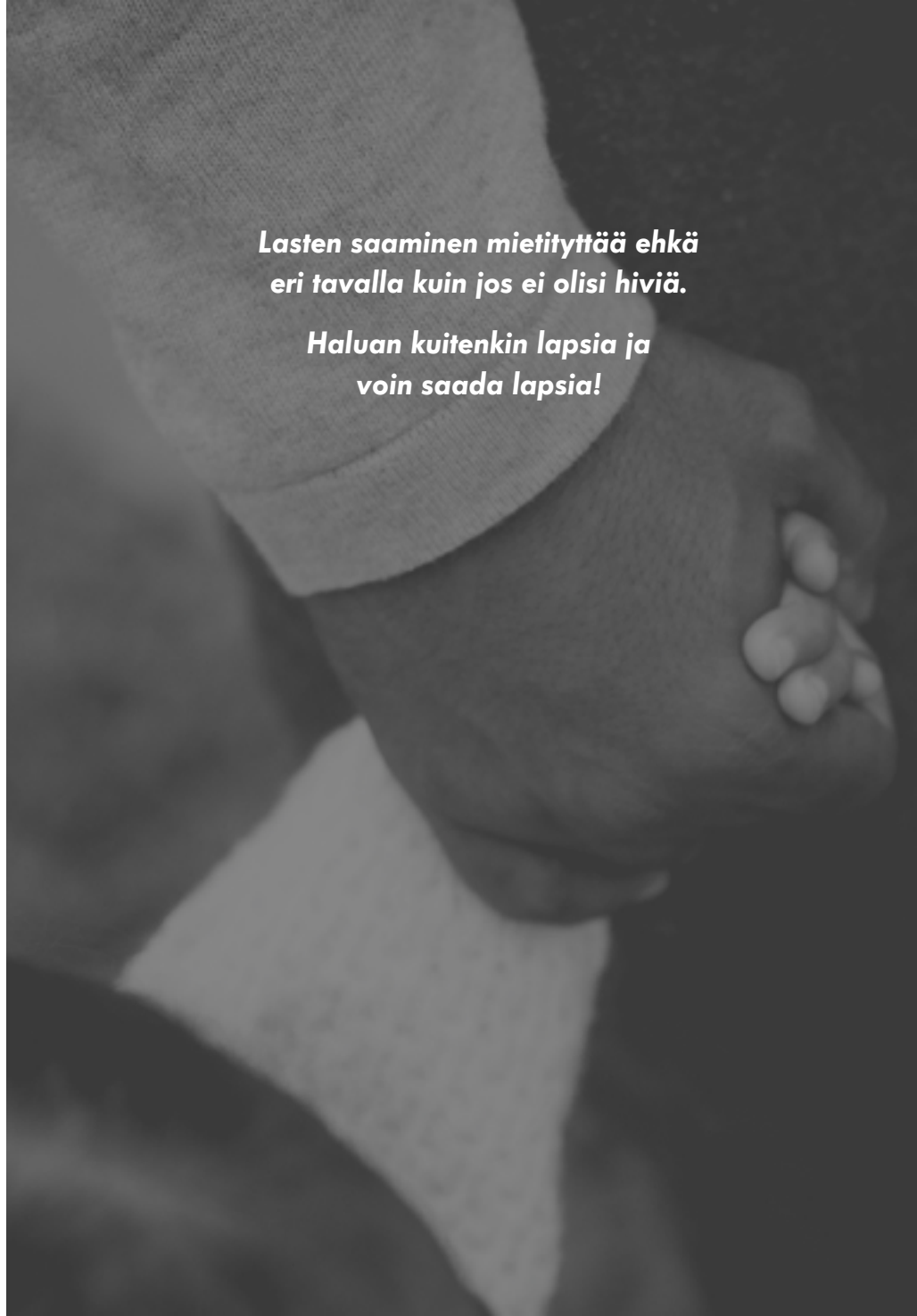
Kävin Suomeen tultuani terapiassa, mutta en jotenkin osannut avautua vieraille ihmiselle niin jäykässä ympäristössä. Minua on auttanut itseni hyväksyminen ja siskoni, joka asuu ulkomailla. Ehkä eniten minua on auttanut Jumala ja rukoileminen. Olen miettinyt myös sitä, miksi se täni ei kertonut hivistä. Hän ehkä halusi suojella minua ja odotti oikeaa hetkeä. Hän odotti, että olisin vanhempi.

### **Mitä haluaisit sanoa nuorelle, jolla on hiv?**

Kun saa tietää hivistä, kuolema tuntuu ajankohtaiselta. Voi tulla ajatus, että kuolenko nyt. Sinä et kuitenkaan kuole, vaan elämä jatkuu.

**Lasten saaminen mietityttää ehkä eri tavalla kuin jos ei olisi hiviä.**

**Haluan kuitenkin lapsia ja voin saada lapsia!**



Sinun pitää huolehtia itsestäsi ja kuunnella hoitohenkilökuntaa ja puhua lääkärille avoimesti. Huolistaan pitää puhua jonkun kanssa. On hyvä etsiä vaikka joku toinen, jolla on hiv, koska hän voi ymmärtää sinua ihan eri tavalla.

Ennen saattoi tuntua siltä, että ei hyväksy asiaa, mutta kun tapasi muita, joilla on myös hiv, alkoi tuntua erilaiselta. Vertaistuki, leirit ja muu toiminta on tärkeää. Sen hyväksymisessä, että sinulla on hiv, voi kestää kauan. Kuitenkin se on mahdollista hyväksyä ja se on ihanaa. Minulle se tuntui siltä, että olin ennen paljon paksumpi ja yhtäkkiä laihtuin hurjasti.

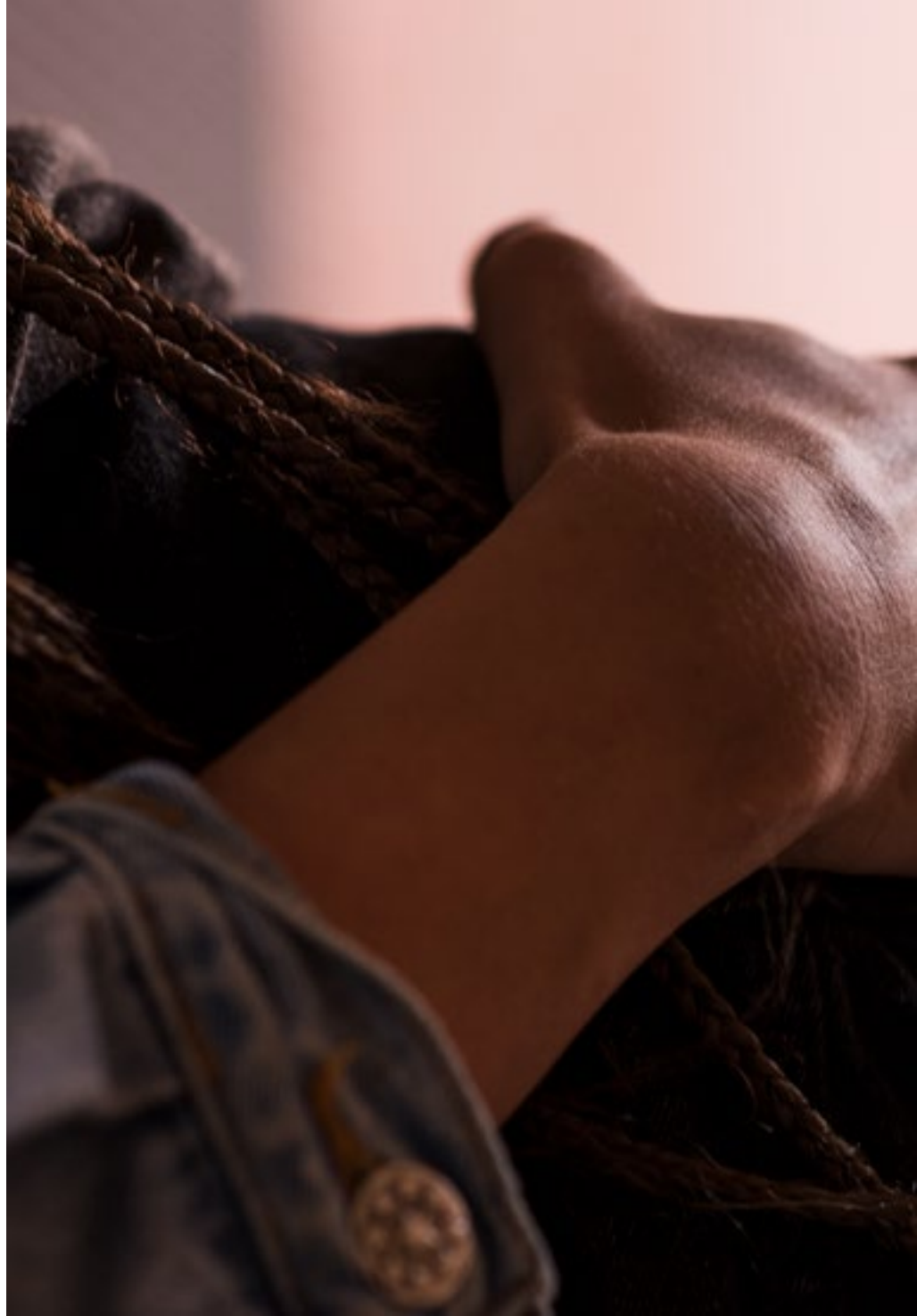
Paino tuli pois pään päältä ja olosta tuli kevyempi.

## **FIONA, 21 VUOTTA**

Olin 10-vuotias, kun kuulin että minulla on hiv.

Sinä päivänä olin sairaalassa kontrollikäynnillä. Lääkäri ja äiti kertoivat, että minulla on hiv ja he painottivat, että se on sairaus, josta olisi hyvä olla puhumatta muille. Tuolloin en ymmärtänyt mitä hiv tarkoittaa ja minkälainen sairaus se on. Tiesin vain sen, että se tulee pitää salaisuutena.

Minusta tuntuu kuitenkin, että sain todella tietää hivistä vasta yläasteikäisenä asuessani lastenkodissa. Siellä minulla oli seksiä erään pojan kanssa ja lastenkodin henkilökunta sai tietää asiasta. He nostivat asian esiin ja kertoivat, mikä hiv on ja mitä se tarkoittaa esimerkiksi seksin osalta. Tilanteesta tehtiin todella iso juttu lastenkodissa. Minut nähtiin tappavana ja vaarallisena. Asuin pienehköllä paikkakunnal-



la ja tieto hivistä alkoi levitä. Koin syrjintää sairauden takia ja olin masentunut. Tuo aika oli minulle todella rankkaa.

Olin perheeni ainoa sairastunut ja koin olevani maailman ainoa hiv-positiivinen. Äitini ja lähes koko sukuni tiesi sairaudestani, mutta siitä ei puhuttu mitään. Äitini ei puhunut hivistä eikä selittänyt minulle, mitä se tarkoittaa. Tavallaan ymmärrän äitiäni, koska minun hivini oli varmasti hänelle hyvin raskasta. Olisin kuitenkin toivonut, että joku olisi puhunut minulle ja kertonut, mitä hiv on ja mitä se tarkoittaa. Nyt se tuli ilmi erittäin ikävällä tavalla. Sain siis todellisuudessa tietää hivistä, kun olin yläasteikäinen. Samaan aikaan, kun ymmärsin hivin itsessäni, kasvoini nuoreksi naiseksi. Onneksi minulla oli ystävä, joka tuki minua. Hän suhtautui mahtavasti, kun kerroin hivistä.

## Ystävien ja läheisten merkitys

Aloin jotenkin olla itse sinut sen kanssa, että minulla on hiv. Samaan aikaan, kun itse aloin olla asian kanssa sinut, myös ilmapiiri ympärilläni alkoi muuttua. Näen sen niin, että oma suhtautumiseni muutti myös ympärilläni olevien ihmisten suhtautumista. Olen kertonut sairaudestani aika monille ystävilleni, koska en halua elää salaisuuden kanssa. Ystävieni edessä haluan olla kokonaisena.

Ajattelen myös, että mikäli joku kaveri tai tuttu ei hyväksy sairauttani, se on heidän ongelmansa, ei minun. Joskus ystäväni ovat pelästyneet, kun olen kertonut hivistä, mutta he ovat toisaalta kertoneet, että sairaus ei haittaa heitä. Pääosin ystäväni ovat suhtautuneet todella hyvin. Joskus ystävieni tutut ovat yrittäneet saada ystäviäni kertomaan sairaudestani heille, mutta he eivät ole juoruilleet asioistani muille. Ystävilleni kertominen merkitsee minulle paljon.

Kun olen kertonut hivistä ystävälleni ensimmäisen kerran, siitä tulee mieleton voittajafiilis.

*”Mikäli joku kaveri tai tuttu ei hyväksy sairauttani, se on heidän ongelmansa, ei minun.”*

Minulle suurimpana tukena elämässä ovat olleet ystäväni ja läheiseni. Vertaistuesta on ollut minulle jossain määrin tukea, mutta koen tärkeämpänä sen, että olen itse saanut olla tukena ja esikuvana monille nuorille hiv-tartunnan kanssa eläville. Se on minulle todella merkittävää.

## Seurustelu ja seksuaalisuus

Seurustelutilanteessa kumppanille kertominen on mielestäni vaikeaa. Se on vaikeaa siksi, että hivistä kertominen pelottaa. On vaikea tietää, milloin on liian aikaista kertoa hivistä seurustelukumppanille ja milloin taas on liian myöhäistä. Olen kertonut hivistä muutamalle pojalle, jotka ovat suhtautuneet asiaan pääosin positiivisesti. Uskon silti, että yksi poika lopetti suhteen kanssani koska minulla on hiv. Muutaman muun pojan kanssa olemme käsitelleet asian ja jääneet lopulta ystäviksi.

Seksi on mukavampaa, kun seksikumppani tietää, että minulla on hiv. Huolehdiin aina ehkäisystä todella tarkasti. Jollain tapaa ajattelen, että minulla on aika paljon enemmän vastuuta seksitilanteissa verrattuna kumppaniini.

Lainsäädäntö on mielestäni pelottava ja on hirveä ajatus, että seksikumppani syyttäisi minua jälkeenpäin hänen terveytensä vaarantamisesta. Yhden illan jutut voivat olla näiden asioiden vuoksi vaikeita.



## **Miten oman hiv-tartunnan voi hyväksyä?**

Kun masennuin nuorempana, kerroin hivistä vihdoinkin ystäville ja he suhtautuivat asiaan hienosti. Silloin aloin hyväksymään hivin. Toisaalta sairaus on pysynyt minulla koko ajan niin hienosti hallinnassa, että en ole kokenut itseäni sairaaksi.

Se, että tiedän voivani saada halutessani lapsia, tuntuu minusta hyvältä. Ennen, kun en tiennyt voivani saada lapsia, olin huolestunut. Silloin, kun joku kertoo vitsin hivistä tai mainitsee hivin, ja se ei kolahda minuun, tunnen olevani sinut asian kanssa. Kun minulla on vaikeaa, puhun läheisteni kanssa.

Tärkeintä on se, että ihmiset, jotka tietävät että minulla on hiv, uskaltavat puhua asiasta kanssani ja eivät tee asiasta liian isoa numeroa.

## **Mitä neuvoisit hiv-tartunnan kanssa elävän lapsen tai nuoren vanhemmalle?**

Älä pelkää puhua hivistä lapsesi kanssa. Hän luultavasti tarvitsee tukeasi enemmän kuin mitään. Ota myös asioista selvää ennen kuin otat kantaa.



## **Entä mitä neuvoisit hiv-tartunnan saaneen nuoren kaverille?**

On tärkeää, että uskallat puhua hivistä, etkä välttele asiaa. Kuitenkaan asiasta ei tarvitse puhua joka kerta kun nähdään. Alussa, kun hivistä kertoo ensimmäisen kerran, siitä on hyvä puhua kunnolla.

## **Ja tärkeimpänä, mitä haluat sanoa hiv-tartunnan kanssa elävälle nuorelle?**

Hiv ei ole niin iso juttu!

# **VIIVI, 17 VUOTTA**

Olin 10-vuotias, kun sain tietää, että minulla on hiv.

Sain tietää asiasta vähitellen lääkäriltä ja äidiltäni. Saadesani tietää hivistä olin aika pieni, enkä tajunnut vielä, että mikä hiv on. Aloin ymmärtää pikkuhiljaa, mikä tämä tauti on ja otin asian aika rennosti. En kyllä oikein puhunut siitä vanhempieni tai kenenkään muunkaan kanssa.

Minun oli silloin vaikea puhua asiasta kenellekään ja jopa vanhemmilleni en halunnut tai halua vieläkään puhua asiasta. Vanhempani ovat ainoat läheiseni, jotka tietävät että minulla on hiv. He ottivat asian aika vakavasti, mutta sitten tilanne alkoi jotenkin seljetä.

En ole kertonut muille ihmisille hivistä, koska en tiedä, miten he suhtautuisivat asiaan ja ottaisivatko he sen vakavasti vai pistäisivätkö sen leikiksi.

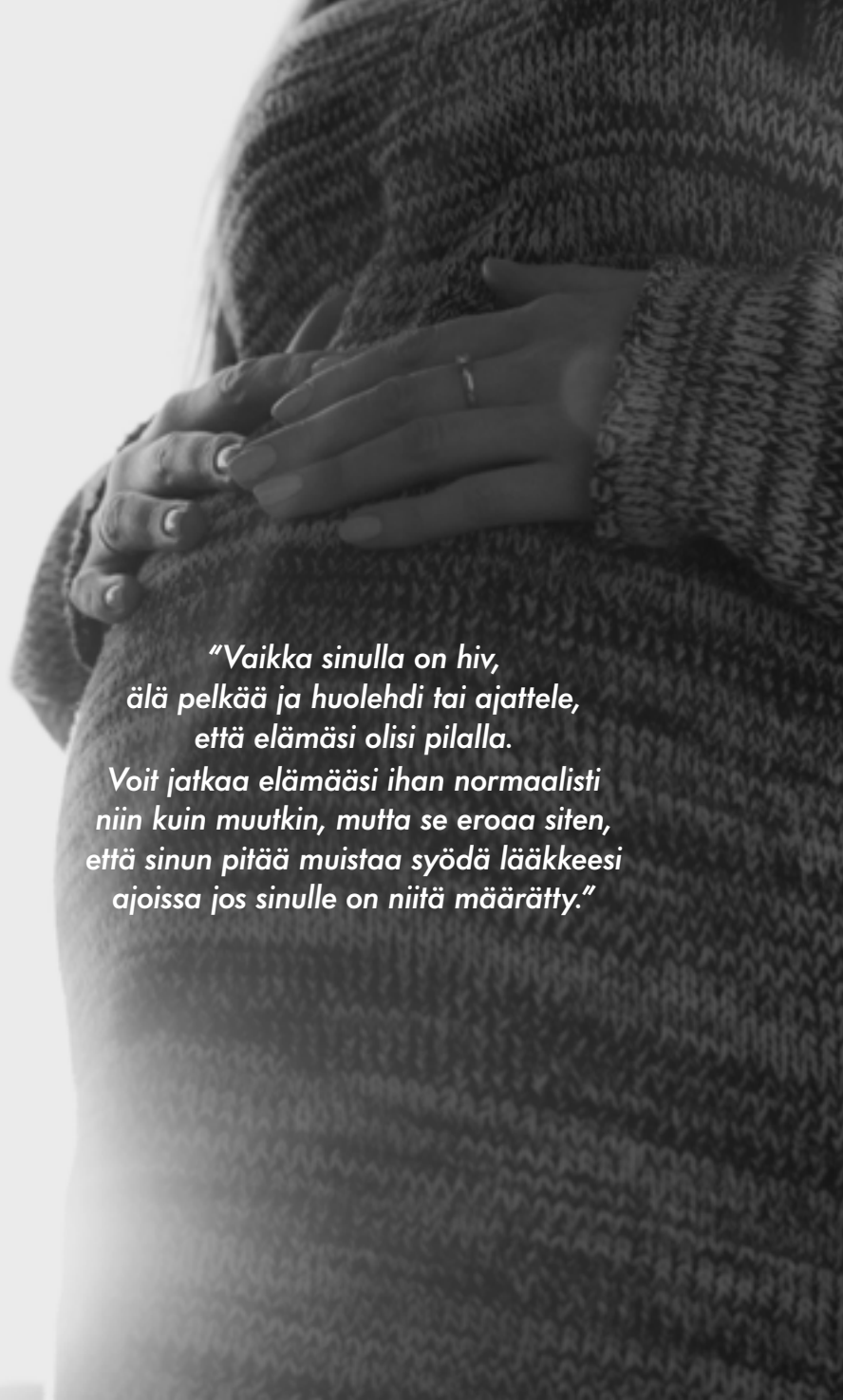
Mielestäni hiv ei ole vaikuttanut elämääni. Se ei vaikuta mitenkään opiskeluihini, työhöni, harrastuksiin tai mihinkään muuhunkaan. Ehkä seurustelun ollessa ajankohtaista, pohdin sitä, miten seurustelukumppani suhtautuisi siihen, että minulla on hiv. Nyt en kuitenkaan ajattele seurustelua, koska haluan keskittyä opintoihini.

## **Mikä auttaa silloin, kun on vaikeaa?**

Silloin, kun minulla on ollut vaikeaa, minua on auttanut se, että vanhempani ovat olleet tukenani ja auttaneet minua jokaisessa asiassa, jossa olen tarvinnut apua. Yritän myös parhaani kaikessa, mitä teen ja se auttaa minua voimaan hyvin.

## **Mitä haluat sanoa nuorelle, joka on saanut kuulla, että hänellä on hiv?**

Vaikka sinulla on hiv, älä pelkää ja huolehdi tai ajattele, että sinun elämäsi olisi pilalla. Sinä voit jatkaa elämääsi ihan normaalisti niin kuin muutkin, mutta se eroaa siten, että sinun pitää muistaa syödä lääkkeesi ajoissa, jos sinulle on niitä määrätty.



*“Vaikka sinulla on hiv,  
älä pelkää ja huolehdi tai ajattele,  
että elämäsi olisi pilalla.*

*Voit jatkaa elämäsi ihan normaalisti  
niin kuin muutkin, mutta se eroaa siten,  
että sinun pitää muistaa syödä lääkkeesi  
ajoissa jos sinulle on niitä määrätty.”*

## ELLA, 30 VUOTTA

Sain tiedon tartunnastani 28-vuotiaana.

Olin silloin raskaana ja kärsin alkuraskauden pahoinvoinnista ja siksi hakeuduin terveyskeskukseen. Terveyskeskuksessa minulta otettiin paljon kokeita ja silloin sain tietää, että minulla on hiv-tartunta. Olin erittäin järkyttynyt tiedosta ja minulle tuli siitä todella paha olo. Luulin, että elämä loppuu tähän ja kuolen. Tieto oli minulle shokki ja itkin paljon.

Nyt olen saanut apua ja tukea asiassa ja tällä hetkellä hiv ei enää vaikuta elämääni. Minulla on aloitettu lääkehoito ja voin hyvin.

### **Ystävien ja läheisten merkitys**

Olen kertonut tartunnastani vain äidilleni, koska äiti on läheisistäni ainoa ihminen, johon luotan. Äitini on tukenut minua paljon ja hänelle on helppo puhua, sillä hän tietää hivistä paljon eikä hänellä ole ennakkoluuloja sen suhteen. Vaikeina hetkinä minua auttaa lapseni, sillä hänen vuokseen haluan aina katsoa elämässäni eteenpäin. Olen saanut paljon myös vertaistukea ja se on auttanut minua eteenpäin kaikissa elämän eri tilanteissa.



## **Seurustelu ja seksuaalisuus**

Uusille ihmisille tartunnasta kertominen on mielestäni erittäin vaikeaa ja siksi muun muassa seurustelun aloittaminen on hankalaa. On vaikea löytää oikea hetki kertoa kumppanille tartunnasta. Tällä hetkellä en ole parisuhteessa vaan elän arkea yksin lapsen kanssa.

## **Mitä neuvoisit hiv-tartunnan saaneen lapsen tai nuoren vanhemmalle?**

Nuoret tarvitsevat sukulaisia ja läheisiä, jotka huolehtivat ja tukevat heitä. Hiv-tartunnan kanssa elävää nuorta ei saa jättää yksin asian kanssa.

## **Ja tärkeimpänä, mitä haluat sanoa hiv-tartunnan kanssa elävälle nuorelle?**

Haluaisin sanoa hänelle, ettei elämä lopu siihen, vaikka tieto on aluksi shokki. Voit silti elää pitkän ja hyvän elämän!

*“Äitini on tukenut minua paljon ja hänelle on helppo puhua. Hän tietää hivistä paljon eikä hänellä ole ennakkoluuloja sen suhteen.”*

# ALISON, 25 VUOTTA

Sain kuulla hiv-tartunnastani, kun olin raskaana. Olin silloin 17-vuotias. Neuvolassa minulta otettiin hiv-testi ja sen tulos oli positiivinen. Kun sain tiedon tartunnastani, oloni oli hyvin heikko ja luulin, että kuolen. Mietin silloin, ettei elämässä ole enää mitään positiivista ja minulla on erittäin paha olla.

## **Ystävien ja läheisten merkitys**

Olen kertonut tartunnastani äidille ja tädille, koska he ovat minulle hyvin läheisiä ja auttavat minua. En halunnut kertoa asiasta muille. Kun kerroin heille tartunnastani, he suhtautuivat asiaan hyvin ja rauhoittelivat minua. He kehoittivat minua pysymään rauhallisena ja pitämään huolta itsestäni ja lapsestani.

## **Mikä auttaa silloin, kun on vaikeaa?**

Vaikeissa hetkissä minua ovat auttaneet äidin ja tädin tuki. Lisäksi harrastan liikuntaa ja tanssia sekä opiskelen suomen kieltä ja ne antavat minulle energiaa. Olen saanut apua ja tukea myös Hivpointista.

## **Seurustelu ja seksuaalisuus**

Tällä hetkellä olen yksin, mutta toivon, että tulevaisuudessa löydän parisuhteen.

## **Mitä neuvoisit hiv-tartunnan kanssa elävän lapsen tai nuoren vanhemmalle?**

### **Ja tärkeimpänä, mitä haluat sanoa hiv-tartunnan saaneelle nuorelle?**

Tällä hetkellä minulla menee hyvin. Elämä kukoistaa, minulla on paljon ystäviä ja hiv-tartunta on vain pieni osa elämäni. Minulla on käytössä hyvät hiv-lääkkeet ja voin hyvin. Hiv-tartunta ei siis ole elämän loppu!



# SHINEIDA, 35 VUOTTA

Olen 35-vuotias nainen ja sain hiv-tartunnan 24-vuotiaana.

Sain kuulla tartunnasta neuvolassa raskauden alkuvaiheen testeissä. Asia oli minulle järkytys ja minulle tuli uutisesta todella paha olo. Minua itketti ja tilanne tuntui epärealistiselta. Kävin paljon kirkossa ja rukoilin. Kysyin Jumalalta ”miksi minä?”. Yritin saada vastauksia.

Minusta todella tuntui siltä, että kuolen, koska en tiennyt hivistä mitään. En tiennyt miten sen kanssa voisi elää ja minulla oli paljon kysymyksiä.

Mietin, mitä minulle tapahtuu, mitä tapahtuu kymmenen vuoden päästä ja mitä lapselleni käy. Silloin vain minä ja mieheni, nykyinen ex-mieheni tiesimme sairaudestani. Kerroin tuolloin Hivpointin työntekijälle, mutta muille en ollut valmis kertomaan.

Jossain vaiheessa hiv vaikutti koulunkäyntiini, koska olin masentunut. Tieto hivistä häiritsi opiskelua ja lasten kanssa olemista, ehkä lähinnä omien ajatusteni takia. Ikävä tilanne oli myös se, että en saanut asuntolainaa, koska minulla on hiv-tartunta.

## Ystävien ja läheisten merkitys

Elämässä minua ovat auttaneet jaksamaan lapseni, jotka ovat elämäni ilo. Minulla on myös työpaikka ja se, että minulla on lapsia, jotka voivat hyvin ja auttavat jaksamaan. Voin myös itse hyvin nyt.

## Seurustelu ja seksuaalisuus

Mietin sitä, että hivistä kertominen mahdolliselle seurustelukumppanille olisi vaikeaa. Pitäisi miettiä ajoitusta ja miten kertoa asiasta. Hiv-tartunta rajoittaa jonkin verran seksielämää, koska uuden kumppanin kanssa täytyy käyttää aina kondomia.

## Mitä haluat sanoa hiv-tartunnan kanssa elävälle nuorelle?

Huolehdi itsestäsi ja terveydestäsi. Elämä ei lopu hiv-tartuntaan. Hivin kanssa voi elää hyvin. Työt, ruoka ja liikunta ovat tärkeitä. Muista, että jokainen ihminen on yksilö. Etsi sisäinen voimasi ja elä sen kanssa.



## HALUATKO MUKAAN NUORTEN RYHMÄÄN?

Nuorten ryhmä kokoontuu neljä kertaa vuodessa. Ryhmään ovat tervetulleita kaikki Suomessa asuvat hiv-tartunnan kanssa elävät lapset ja nuoret. Toiminta suunnitellaan ryhmässä olevien nuorten tarpeet, ikä ja kehitystaso huomioiden aina vuodeksi kerrallaan. Tapaamiset ja leirit ovat osallistujille maksuttomia ja sisältävät täyden ylläpidon.

Ryhmäläiset ovat eri-ikäisiä ja tulevat eri puolilta Suomea. Ryhmän tavoitteena on tarjota ammatillista, voimaannuttavaa tukea lapsen ja nuoren kehitykseen sekä tukea kroonisen sairauden kanssa elämistä.

Lisätietoja:

[www.hivpoint.fi/positiivisille/ryhmat](http://www.hivpoint.fi/positiivisille/ryhmat)

Ryhmän vetäjä:

Niina Laaksonen

[niina.laaksonen@hivpoint.fi](mailto:niina.laaksonen@hivpoint.fi)

puh. 0207 465 726



## Ota yhteyttä:

HELSINKI  
Unioninkatu 45 K,  
00170 Helsinki

TAMPERE  
Nalkalankatu 12 F,  
33200 Tampere

OULU  
Kumppanuuskeskus  
Kansankatu 53,  
90100 Oulu

Hivpointin neuvontapuhelin:  
0207 465 705  
Neuvonta-chat:  
[www.hivpoint.fi](http://www.hivpoint.fi)