

伝える？ 伝えない？ あなたのために… だれに？ どこまで？

HIV陽性のことや感染機会、自分のセクシュアリティについてなど、自分の情報をだれにどこまで伝えるかは、正しい答えがあるわけではありません。焦らずにあなた自身が考えて決めてよいことです。

だれかに伝えようと考え、「伝えたときにちゃんと受け止めてくれるか」、「自分以上に不安になるのではないか」、「これまでと同じ関係が維持できるだろうか」と、様々な迷いや不安が起こることでしょう。

だれに、どこまで伝えるかは、あなた自身が精神的に落ち着いてから、その人とのこれからの関係を考えて、ゆっくり答えを出してください。

他のHIV陽性者がどのようにしているかを知ることもヒントになるかもしれま

せん。HIV陽性の人たちをサポートしている相談機関では、電話相談やホームページで情報を提供してくれています。

(P38参照)

身近な人に、伝える？ 伝えない？

信頼できる人に伝えることで、身近に相談できる人を持つことは、あなたにとって大きな力となるでしょう。しかし、逆に相手が事実を受け止めきれず、これまでの人間関係を損なうようなこともあるかもしれません。

身近な人だからといって、すべてを伝えなくてはいけないわけではありません。「だれに、どこまで、伝える？伝えない？」は、あなたにとってサポートになるかどうかを考えて決めてよいことです。それ

を考えるために必要な時は、医師等の医療機関のスタッフ、専門相談員、NGO・NPO、保健所のスタッフ等に相談をしてください。

パートナー

パートナーに伝えるということはパートナーとのこれからの関係を考えることになり、いくつものハードルがあるでしょう。一つ一つゆっくり考えてください。パートナーに伝えない場合でも、セーフアセックスを心がけることは大切です。

また、パートナーがHIV陽性である可能性が考えられる場合は、結果を伝えてHIV検査を勧めることが望ましいですが、その場合もあなたが精神的に落ち着いていることが大切です。

陽性であることをパートナーに話す場合は、タイミングや方法をよく考えましょう。まずHIVやエイズについての一般的な知識や情報から伝えることも方法です。また、自分一人で伝えることが難しいときは、主治医や看護師、専門相談員等にも相談してみましょう。

家族

日常の接触ではHIVは感染しません。家族にHIV陽性のことを伝えるかどうかを躊躇ちゆうちゆうよしている時は、急いで結論を出す必要はありません。あなたの気持ちが定まらないうちは、無理に話す必要はないでしょう。

友人

だれもが必ずしも、HIVやエイズについての情報を十分に知っているとは限りません。そのため、あなたの話を十分に受け止めることができない場合も考えられます。その一方でHIV陽性について伝えたことで、身近な相談相手となってくれる場合もたくさんあります。日常の接触では感染しません。必ずしも伝える必要のない付き合いもあります。だれに伝えるか伝えないかは、焦らず慎重に考えてよいことでしょう。

職場や学校で、伝える？ 伝えない？

自分のHIV陽性について、職場や学校で話さなくてはならないものではありませんし、話さないことを負担に思う必要もありません。

しかし、上司や同僚、又は教師や同級生に話して理解してもらうことができれば、あなたがいくらか生活をしやすくなる面もあるでしょう。例えば、体調を崩しやすい仕事を避けてもらえたり、職場や学校であなたの味方になってくれるかもしれません。

焦らずに、周囲をよく見て、あなたを理解してくれるのはだれなのかをよく考えながら、時期を選んで行動しましょう。

伝える？
伝えない？
どこまで？

あなたのために：



2004年11月頃にずっと体調が悪くて、病院にいったら結核かもしれないと言われて、今の病院を紹介され、パートナーと一緒にいった。それから緊急入院、意識不明の重態となり、その後の記憶がない。

12月になって、目が覚めるとベットサイドには親や兄弟がいて、何故いるのかと不思議に思った。入院中に病院スタッフから連絡がいき、家族が呼ばれたらしい。その後、医師から病状を知らされたようだ。家族も動揺していたらしい。その後、医師からAIDSを発症したこと、カリニ肺炎だったことを知らされた。

そんな様子だったので、パートナーには連絡できずにいて、再会できた頃にはクリスマスになっていた。パートナーは病気のことを聞き、泣き崩れてしまった。僕はパートナーに検査を受けて欲しいと頼んだ、幸いにも結果は陰性だった。入院中には何度もお見舞いに来てくれて彼の存在に救われた。

masataka (30代/男性/フリーター/陽性歴:2年3ヶ月)

「言えない気持ち～私編～」

好きな人ができ、しばらく会い続けているうちに、この人とは長く続けていきたい気持ちが大きくなり、自然と告知したいと思うようになりました。と同時に、結果受け入れてもらえなかったら、だめだったらどうしよう、彼ともう会えなくなるかもという思いでいっぱいになります。そして、いつ、どの時点で伝えるかということにずっと迷っています。ただ、好きという気持ちをもっと大きくなる前に、そして、体の関係になる前に伝える決心はしています。怖いけれど。

はちみつ (30代/女性/会社員/陽性判明から9年2ヶ月)

3回目のデート。今日こそは言おうと心に決めていたのに、なかなか言い出せない。映画も食事もうわの空。「終電があるうちに言っておきたいことがある。」「えっ?」「HIV陽性なんだ」しばらくの沈黙のあとに彼は「すごくドキドキしている。」と言った。HIVのことは知っていたけれど、こんなにも近くに現れると思っていなかったから驚いてしまったのだ。不安なのだ。「でも好きなんだよ」とも言ってくれた。それからいろいろなことを朝まで話した。HIVをきっかけにお互いの気持ちを確認できてよかったと思う。

あれから5年。今彼はとなりでこの原稿を覗き込んでいる。あんなことがあって今があるんだなーと懐かしく思う。

タカシ (40代/男性/サラリーマン/陽性告知から11年)



伝える? 伝えない?
だれに? どこまで?

あなたのために...

