



CHEMS SEKS NLL



2-3	INHOUDSOPGAVE
4-5	VERMIJD DE LEEGTE
6-7	WAT DOE JE JEZELF AAN?
8-9	BEHANDELING EN TESTEN
10-11	ZIN OM TE NEUKEN?
12-15	MINDER INFECTIES EN LEKKERDERE SEKS
16-17	FEIT OF FABEL
18-19	BARE SEKS ALS LIFESTYLE

In de tweede editie van Chemsex NL delen mannen hun ervaringen met chems en bare seks. Drugs brengt de seks tot grotere hoogtes, maar doen grenzen ook makkelijk vervagen. Overdracht van hepatitis C ligt op de loer. Hoe voorkom je overdracht met maximaal behoud van genot?

In dit minimagazine van Mainline vertellen mannen openhartig over hun seksleven met hepatitis C. 'Bare seks is een lifestyle.'

COLOFON

Hoofdredactie: Guido van Diepen. Redactie: Ingrid Bakker, Leon Knoops
Vormgeving: Studio Odio Grof. Met medewerking van Peter Smit van de Hiv Vereniging.

Het chemsex magazine is een onafhankelijke uitgave van Stichting Mainline.
De uitgave is financieel mogelijk gemaakt door Abbvie en Gilead.

VERBOD DE LEFTE

Tekst: Leon Knoops

Nick (25) uit Amsterdam sliktte vijf jaar geleden de eerste keer xtc tijdens het clubben. Sindsdien heeft hij vaak met drugs tijdens de seks geëxperimenteerd. "Stoned bare seks voelt vrijer, makkelijker en natuurlijker.

"Die eerste pil sliktte ik samen met mijn ex", herinnert Nick. "Ik voelde me zo vrij. Alsof ik in een wolk vertoefde die met me mee danste. Iedereen was mijn beste vriend." De daaropvolgende jaren gebruikte hij regelmatig xtc en toen hij zijn tweede vriendje ontmoette, begon het experiment met andere drugs. "Soms met een vast vriendengroepje, waaronder ook een aantal meiden. Lekker thuis chillen. Tijdens seks, maar ook op feesten." Nick gebruikte een breed pallet aan chems en hij heeft inmiddels zijn voorkeur. "Van bepaalde drugs word ik erg geil, vooral van xtc, mdma, ghb en ketamine. Momenteel is mxe mijn favoriet. Een super vorm van keta die - afhankelijk hoeveel je snuift - diepe hallucinaties geeft. Met coke en metedron heb ik niets."

Tijdens seksfeestjes slikt Nick meestal een halve xtc vooraf. "Daar krijg ik veel energie van en in combinatie met maximaal twee pillen Viagra behoud ik mijn stijve." Met ghb is Nick voorzichtig. "Het is een gele drug, maar moeilijk te doseren. Out gaan tijdens de seks is vreselijk. Een G-slaap is geen echte slaap.

Het voelt koud en zwaar aan, alsof je lijf instort. Daarom slikt ik mijn tweede dosis pas na 2,5 uur."

Los van de seks, vindt Nick het sociale aspect van drugs ook belangrijk. "De connectie met iemand als je high bent, is vaak hartverwarmend. Ik leer veel over anderen, maar ook over mezelf."

Bare zonder oordeel

Op zijn twintigste hoorde Nick dat hij seropositief is. "Vlak voor de kerstdagen nota bene. Terwijl ik de soa-verpleegkundige schaapect achtig aankeek, zag ik mijn toekomstroom verschrompelen. Geen vaste partner, geen huwelijk, geen kinderen. Het was een shock. Ik gebruikte bijna altijd condooms. Maar een

'HET GING FOUT TOEN MIJN CONDOOM KNAPTE'

keer knapte mijn condoom, en toen ging het fout. Mijn bloedwaarden bleven na de diagnose gelukkig stabiel. Dus ik zag geen reden om met pillen te starten. Ik gebruikte bovendien condooms."

Drie jaar later begon Nick toch met hiv-medicatie. "Binnen een maand was mijn viral load onmeetbaar."

Met zijn ex begaf hij zich inmiddels in de bare seksscene. "We zijn beiden seropositief. Bare seks is zoveel geiler, lekkerder en vrijer.



Maar wil de ander condooms gebruiken, heb ik daar geen moeite mee." Na ruim een jaar vertrak hij zijn relatie. "Sinds ik single ben, heb ik een grote groep mannen ontmoet met wie ik close ben. We gaan vaak met zijn allen stappen en met enkelen heb ik ook seks. Daarbij kan alles en zijn er geen oordelen."

Sommige dates regelt Nick via Grindr.

"Soms zie ik mannen die zelfs tijdens de seks naar een nieuwe date zoeken. Iemand die nog mooier, groter of geiler is. Dat vind ik een afknapper. Ik neuk liever met bekenden.

Twee vrienden van me organiseren bijna wekelijks een seksfeest. Dat varieert van drie tot vijf tot ruim 25 mannen. Voldoende keus dus."

Knippen en vijlen

Nick ziet dat het aantal mannen die aan bare seks doen toenemen. "Een seronegatieve vriend zit inmiddels aan de Prep. Daar ben ik blij mee. Hij neukte altijd onveilig. Soms schrik ik hoe makkelijk seronegatieve mannen met hiv omgaan. Als ze zich bewust met hiv willen laten infecteren, ga ik een discussie aan. Of dat zin heeft, betwijfel ik. Als je high bent, verdwijnen je normen en waarden sneller." Over hepatitis C wordt in de scene volgens Nick weinig gesproken.

"Daar hangt veel stigma omheen. Meer dan bij hiv. Mannen met hepatitis C worden afgewezzen, afgeschreven en buitengesloten. Of ze moeten drugs bij zich hebben. Dan zijn ze op eens weer wel welkom op een seksfeest. Ik zelf weet weinig van hepatitis. Geen idee hoe je het oploopt. Ik hoorde wel dat de nieuwe medicatie minder bijwerkingen geeft. Ik gebruik altijd mijn eigen dildo's en als ik wil fisten, knip en vijf ik vooraf mijn nagels. Ook kijk ik of er bloed aan snuibuisjes kleeft."

Vanwege zijn drukke werk date Nick met name in de weekenden. "Vorig weekend van een datingsite. Thuis had ik xtc genomen en werd bloedgeil. Daarna heb ik vijf uur gesekt met een man met wie ik een sterke klik had. Een verademing. Soms voel ik de leegte bij anderen. Vaak omdat ze een monotoon leven leiden en zich verschuilen achter heftig druggebruik en veel seks. Dan worden weekenden van chems en seks het enige lichtpuntje in je bestaan.

Jammer dat sommigen in een dergelijke tunnelvisie leven. Voor mij is het belangrijk om open minded in een date te stappen. Dat maakt alles minder beladen en meer natuurlijk. Meer real."

PAS TOCH OP MIJ. WAT DOE JE JEZELF AAN?

4 MANNEN OVER SEKS,
SCHULDEVOELENS
EN HEPATITIS C

Sven (27) is hiv-negatief en komt uit Utrecht

"Ik heb geen hiv en maak me ook geen zorgen over hepatitis C. Zover ik weet, is het vooral de groep seropositive mannen die risico loopt. Daarom vraag ik nooit naar iemands hepatitis C-status. Van een van mijn sekspartners weet ik dat hij al jarenlang is geïnfecteerd. Maar hij doet er heel laconiek over en wil ook geen behandeling. Dat vind ik raar. Veel mannen met hiv zijn juist bang voor een dubbelinfectie."

Eerlijk gezegd weet ik bar weinig van het virus. Hoe je hepatitis C oploopt of het voorkomt? Ik heb geen idee. Het lijkt me heel moeilijk voor mannen die hepatitis C hebben opgelopen om hun seksleven om te gooien. Je gaat niet van de een op de andere dag condooms gebruiken. Ik neuk met seropositive mannen, maar vind het wel belangrijk dat ze hun medicatie slikken. Dan maak ik me geen zorgen dat ik hiv of hepatitis oploop."

Harry (52) is hiv-positief en komt uit Overijssel

"Ik voel me enorm opgelucht. Sinds een week heb ik geen hepatitis C meer. De kuur gaf geen bijwerkingen, en ik ben nu weer helemaal gezond. Ik maak me wel een beetje zorgen over seks de komende tijd. Hoe ga ik om met mannen die alleen maar bare seks willen? Iedereen om me heen doet het zonder condoom. Ze zullen me raar aankijken als ik opeens met een rubberpje kom aanzetten."

Maar ik ben gewoon heel bang dat ik het virus opnieuw oploop. Ik weet niet of ik daarmee om zou kunnen gaan. Dan liever voorlopig geen seks. De keren dat ik een soa opliep, voelde ik me enorm rot. 'Eigen schuld, dikke buit', zie je ze denken. Was het maar zo makkelijk je eigen gewoontes neer te sabelen. Bare seks gaat verder dan neuken zonder condoom. Het is voor mij de ultieme vorm van seks."

Robert (37) is hiv-positief en komt uit Zuid Holland:

"In 2012 kreeg ik de diagnose hepatitis C. Ik wist helemaal niets van het virus en begon met goede zin met de behandeling. Doen we even, dacht ik. Maar het viel zwaar tegen. Beter gezegd: het was een hel. Ik lag driekwart jaar doodmoe en depri op bed en belande in de ziektewet. Gedurende een jaar had ik absoluut geen zin in seks. Het idee alleen al maakte me misselijk. Met die twee virussen onder de leden voelde ik me smerig."

Toen ik uiteindelijk genezen werd verklaard, durfde ik weer seks te hebben. Voorzichtig begon ik weer te daten. Maar binnen een jaar liep ik het virus opnieuw op. Dat was echt klote. Het ergste was nog dat mensen om me heen me ook nog eens de les gingen lezen: 'Pas toch beter op man, wat doe je jezelf aan?', dat soort moraliserende prietpraat. Terwijl ze zelf ook zonder condoom neuken."

Mijn internist pusht me momenteel om zo snel mogelijk met de kuur te beginnen. Maar ik ben er nog niet klaar voor. Ik weet dat de nieuwe medicatie nauwelijks bijwerkingen geeft, maar die eerste behandeling was zo traumatisch. Mijn plan is om na de zomer te beginnen."

Loek (44) is hiv-positief en komt uit Noord Holland:

"De afgelopen acht jaar heb ik al vier keer hepatitis C opgelopen. Maar ik heb nergens spijt van. De eerste twee keer kreeg ik een kuur met peg-interferon. Vreselijk spul. Dat moest ik bijna een jaar lang volhouden. Al die bijwerkingen, afschuwelijk. Maar uiteindelijk was ik van het virus af."

Ik gebruik nooit condooms, ook niet na die eerste en tweede behandeling. Toen ik door had dat ik het voor de derde keer had, schrok ik wel even. Maar ja, ik zie het gewoon als domme pech. Ik kwam erachter toen ik net was begonnen met mijn nieuwe baan. Ik zat nog in de proefperiode en was heel bang dat ik de maand niet zou doorkomen door ziekteverschijnselen. Maar het viel mee. Mijn lichaam ruinde het virus zelf op. Dat voelde als een persoonlijke overwinning. Alsof ik sterker was dan het virus. Daardoor werd ik nog minder bang. En minder voorzichtig."

Een half jaar later geleden liep ik het opnieuw op. Een kuur doorstaan zie ik nu even echt niet zitten. Ook al weet ik dat de behandeling veel makkelijker en korter is tegenwoordig. Voorlopig laat ik alles even los."

BEHANDELING EN TESTEN

Tekst: Ingrid Bakker

Hepatitis C komt als soa vooral voor bij hiv-positieve mannen. Zeker als je veel sekspartners hebt, op de chems lang doorgaat en het er ruig aan toegaat, is het risico dat je hepatitis C oploopt aanwezig. Maar wees alert: ook hiv-negatieve mannen kunnen het krijgen.



NIET BEHANDELEN

WEL BEHANDELEN ✓

Spontane genezing

Direct na infectie is er sprake van een acute hepatitis C, dit duurt zo'n zes maanden. Zo'n 40% van de acute infecties worden nog door het lichaam zelf opgeruimd. Bij mensen met hiv is de kans op spontane genezing helaas veel lager, maximaal 10%. Als er na zes maanden nog virus in je bloed is, spreken we van een chronische infectie.

Suipmoordenaar

Veel mensen merken niets van een acute infectie en het virus heeft vaak zo'n tien jaar nodig om blijvende schade aan te richten aan de lever. Helaas wordt vermoed dat ook dit bij mensen met hiv sneller gaat. Als je wel symptomen hebt zijn dat: verminderde eetlust, misselijkheid, vermoeidheid, griepachtige verschijnselen, geel oogwit/huid, donkere urine en lichte ontlasting.

Testen

Mannen die hiv-positief zijn en weten dat ze risico lopen wordt aangeraden zich iedere drie tot zes maanden op hepatitis C te testen. Bij hiv-behandeling wordt meestal twee keer per jaar je leverwaarde getest, dus als je een acute infectie hebt zou dat hier ook gezien worden. Voor hiv-negatieven die weten dat ze risico lopen is het ook belangrijk regelmatig te testen, dit kan alleen via de huisarts.

Ben je seksueel erg actief en weet je dat je veel risico loopt, laat je dan iedere drie maanden testen. Vraag na of dit kan via jouw soa-poli en ga hiervoor anders naar de huisarts.

Laat je direct testen als je symptomen hebt of een partnerwaarschuwing voor hepatitis C hebt gehad. Dit kan altijd bij de Soa-poli en huisarts.

Behandeling

Om schade aan de lever te voorkomen en te zorgen dat je het virus niet op anderen overdraagt, is snel behandelen belangrijk. Vroeger waren sommige typen hepatitis C moeilijk te

behandelen en was de behandeling van een half jaar tot een jaar vaak een beproeving. Gelukkig zijn er de laatste jaren nieuwe medicijnen op de markt gekomen waardoor het slagingspercentage van de behandeling nu boven de 90% ligt. Ook is de behandelduur verkort - 8 tot 24 weken - en is er in de meeste gevallen hooguit sprake van lichte bijwerkingen.

VEEL MENSEN MERKEN NIETS VAN EEN ACUTE INFECTIE

Vergoeding

De nieuwe medicijnen (de DAAs) zijn bewezen effectief bij een chronische infectie en worden daarom momenteel alleen vergoed in geval van een chronische infectie. Mensen met een acute infectie kunnen eventueel eerder behandeld worden met de nieuwe medicijnen door mee te doen aan een zogenaamde "clinical trial". Deze worden momenteel op verschillende plekken in Nederland gehouden om de effectiviteit bij acute infecties aan te tonen.

Vind uitgebreide en up to date informatie over hepatitis C en behandeling in de online dossiers van:
www.mantotman.nl
www.hivnet.org
www.pozandproud.nl

SOCHTENDS, 10 UUR
BIJ MARC THUIS.

HET CHEMSEX

TUJPERK



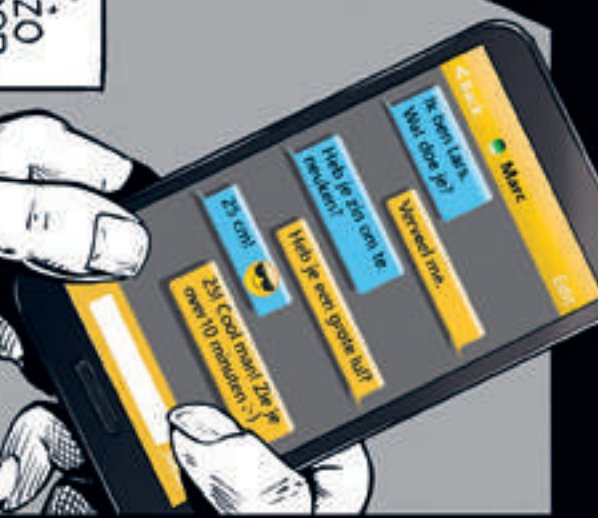
10.30 UUR
BIJ SIEM

EN MARC:
VIND JE HET NIET
GEIL ZOALS IK
JE NU PAAL?

ZEKER... ZEKER,
MAAR IK MOET ER ZO
WEER EENS VANDOOR,
SIEM...



EN MARC WAS
WEER GEVLOGEN





Tekst: Leon Knoops
Foto: Robert Sompolski

MINDER INFECTIES EN LEKKERE SEKS

**Beperk het aantal seks-
partners tot een handvol,
doe rustiger aan met drugs
en kies voor intiemere seks.
Het zijn de tips van Peter
Smit, beleidsmedewerker
bij de Hiv Vereniging.
En vooral: gebruik voldoen-
de glijmiddell**

Als medewerker van de Hiv Vereniging informeert hij over infectieziekten en probeert hij het stigma op hiv en hepatitis C te doorbreken. In zijn vrije tijd begeeft hij zich in de BDSM-scene en draagt hij graag leer. Schamen doet hij zich niet. Sterker nog, hij wil juist openhartig zijn. Ook over zijn gebruik. "Op bepaalde chems kan seks nou eenmaal geweldig zijn," zegt Peter. "Eind juli stelde een vast seksmaatje voor om samen weer eens Tina te slammen. Het was waanzinnig! Maar ja, de coming down was vreselijk. De daaropvolgende week was ik uitgeput. Je voelt je twaalf uur God en daarna moet je meerdere dagen bijtanken. Dan staat voor mij de balans negatief door."

Bare seks en ass play

Peter (54), zelf al zestien jaar seropositief, ziet dat hepatitis C in de scene een beladen issue is. "Vooral hiv-positieve mannen die aan bare seks doen maken zich zorgen. En terecht: ze

Hepatitis C is ook een soa

hebben meer kans om hepatitis C op te lopen. Door bepaalde onderzoeken krijgen we een vermoeden hoe dit kan. Hiv sloopt in twee maanden de gehele darmafweer, bij iedereen. En dat is met name problematisch bij anale seks. Bij stevig neuken, fisten of harde langdurige ass play kunnen kleine bloedingen ontstaan. En hepatitis C verspreidt zich via bloed. We vermoeden dat de uitputting van de darmafweer de reden is dat vooral hiv-positieve mannen hepatitis C oplopen. Behalve een slechte darmafweer hebben we bovendien vaker anale seks zonder condoom.”

Toch moeten mannen zonder hiv ook uitkijken, zegt Peter. “De eerste gevallen van seronegatieve mannen met hepatitis C zijn al bekend. Sommige zijn er flink van geschrokken. Ik vermoed dat het gaat om mannen die kort geleden een stevige antibioticakuur hebben geslikt. Antibiotica helpt de darmafweer tijdelijk aan gort. Hou daar rekening mee. Drinkjes of andere preparaten met goede melkzuurbacteriën als Yakult helpen enigszins de darmflora te herstellen.”

Uitdroging en bloedingen

De mannen die dagenlange seksmarathons houden, lopen het grootste risico op hepatitis C, benadrukt Peter. “Een top kan het virus makkelijk van de ene naar de andere bottom overdragen, zonder het zelf te krijgen.” Ook als er drugs in het spel zijn, worden de risico's groter. “Op de rush van uppers als coke, speed of Tina gaan mannen veel langer door, wat de kans op uitdroging van slijmvlies en bloedingen vergroot. Bovendien kan bij het nemen van drugs – denk aan het delen van naalden, snuifietjes of spuitjes bij booty bumpen – ook infectie-overdracht plaatsvinden.”

Ook tops die met maar één partner neuken kunnen met een beetje pech hepatitis C oplopen. “De cellen onder de voorhuid nemen relatief makkelijk virussen op. Als je iemand hard en langdurig neukt drogen de slijmvliesen van kont en pik uit, met mogelijk kleine bloedinkjes als gevolg. Gebruik daarom altijd voldoende glijmiddel en drink ook voldoende water!”

In 2004 meldden zich voor het eerst hiv-positieve mannen met hepatitis C in Nederland. Het bleken vooral mannen uit de fist fuck-scene en enkele mannen die spuiten deelden. De optie dat hepatitis C via seks opgelopen kon worden, wuifden de GGD's en hiv-behandelcentra toen nog volledig weg. In de jaren erna meldden steeds meer seropositieve mannen zich met klachten als gele ogen, oververmoeidheid en witte ontlasting. De roep om een actief testbeleid omtrent hepatitis C werd groter. Jaarlijks kwamen er 100 tot 125 nieuwe gevallen bij van seropositieve mannen die het virus hadden opgelopen, de meeste waarschijnlijk tijdens de seks. Maar het duurde nog tot 2010 voordat de Nederlandse Hepatitisstichting, een vooranger van de Nederlandse Leverpatiëntenvereniging, de overdrachtsrisico's erkende. Sindsdien wordt door alle betrokken partijen erkend dat hepatitis C seksueel overdraagbaar is.

In de bare seks-scene hoort Peter regelmatig dat mensen met hepatitis C worden buitengesloten. “Het klinkt verstandig om alleen te seksen met mannen die zeggen hepatitis-vrij te zijn. Maar het stimuleert niet om openlijk over een infectie te praten. Het kan behoorlijk stigmatiserend werken als mannen worden afgewezen, juist vanwege hun openheid. Gevolg is dat ze het niet meer zeggen maar wel seks hebben en zich schuldig voelen. In scene zouden we het daar meer over moeten hebben.”

Zes soorten hepatitis C

Het verloop van nieuwe hcv-infecties onder homo- en bimanen is nogal grillig. Bij gemid-

deld 100 tot 125 mannen wordt op jaarbasis hepatitis C vastgesteld. Af en toe is er een piek in nieuwe infecties, zegt Peter. “Zo hadden we tien jaar terug een piek en vijf jaar terug ook.”

Bijna een op de zes mannen liep het virus korte tijd na behandeling weer op. Soms liepen ze een ander genotype van het virus op. Hoe dat komt? Peter: “Er zijn mannen die regelmatig homovriendelijke steden bezoeken zoals Brussel, Barcelona, Londen, Keulen of Berlijn. Als slechts één man tijdens zo'n stedentrip het virus oploopt, en hij bij thuiskomst bare seks heeft, kan hij het opgelopen genotype verspreiden onder zijn eigen sekmaatjes.”

Er zijn zes verschillende genotypes, oftewel varianten van het virus, zegt Peter. “Genotypes 1 (a en b) en 4 komen relatief vaak onder ho-

‘EEN TOP KAN HET VIRUS MAKKELIJK VAN DE ENE NAAR DE ANDERE BOTTOM OVERBRENGEN’

momannen voor en zijn tegenwoordig makkelijker behandelbaar. Maar bij slammen is de kans iets groter dat je genotype 3 oploopt, waarbij de nieuwe kuur weer wat zwaarder wordt.

Ook het delen van naalden voor drugs, anabolen of erectiemiddelen als Androskat verhoogt het risico op genotype 3. Gelukkig zijn sinds 2014 nieuwe medicijnen op de markt verschenen die snel en makkelijker genezen, waardoor het aantal nieuwe infecties fors daalt.”

Handvol seksbuddies

Het laatste jaar is er geen stijging meer van het aantal infecties. En daar is Peter gelukkig mee: “De kans op een (her)infectie is kleiner als je rustig aan doet met drugs, veilig slant en niet aan groepseks doet. Het is de uitdaging om je lifestyle aan te passen, om keuzes te

Behandeling herinfectie ook vergoed

De eerste golf herinfecties werd in 2009 gesignaleerd. Sommige zorgverzekeraars dreigden met het stopzetten van de vergoeding voor de tweede of derde kuur. “Laat dat nooit gebeuren,” zegt Peter Smit. “Dit mag gewoonweg niet. Meld dat probleem direct bij de Hiv Vereniging. Zij nemen contact op met de beroepsvereniging van hiv-behandelaren. Kies eventueel voor een andere zorgverzekering of andere hiv-behandelaar.”

maken. Op de oude weg is de kans groot dat je opnieuw wordt geïnfecteerd. Met een-op-een-seks loop je minder risico. Lukt dat niet? Probeer je aantal partners te beperken tot een handvol seksbuddies.”

Maar ook is het volgens Peter belangrijk om de seks emotioneel bevredigend te houden.

“Stel jezelf de vragen: Waarom kies ik voor intense, heftige en langdurige seks? Wat geeft het me en wat kost het me? Misschien zoek je in hardcore seks wel eigenlijk naar intieme verbinding?”

Als het kan, pas je seksleven dan aan, zegt Peter. “Experimenteer eens met minder ruige seks, en focus op intimiteit en verbondenheid. Willen we dat uiteindelijk niet ook allemaal?”

FEIT OF FABEL



VAN SNUIVEN KUN JE HEPATITIS C OPLOPEN

Hepatitis C wordt overgedragen door bloed-bloed-contact. Bij het delen van een opgerold bijlet of rietje zou je denken dat er geen bloed in het spel is. Maar vergis je niet. Een bloed-deeltje dat met het blote oog niet is te zien, kan alsnog groot genoeg zijn om een virus als hepatitis C over te brengen. Bovendien blijft het virus tot wel zes weken vatbaar buiten het lichaam, ook op een snuifrietje of lepetje. En ook op een opgerold bankbiljet.

ALS TOP LOOP JE MINDER RISICO

Soms wordt gedacht dat tops weinig kans hebben om een hev-infectie op te lopen. En hoewel ze minder kans lopen dan bottoms, is het risico absoluut niet verwaarloosbaar. De cellen onder je voorhuid nemen relatief makkelijk bepaalde virussen op. Dus als de partner beschadigd slijmvlies heeft in de anus, door bijvoorbeeld lang doornuiken, te weinig glijmiddel, of door uitdroging in een goede slamsessie, heb je al snel iets onder je lid, en daarmee ook sneller onder de leden.



JE KUNT MEERDERE SOORTEN HEPATITIS C OPLOPEN

Er zijn zes verschillende genotypes, oftewel varianten van het virus. De genotypes 1 en 4 komen relatief vaak onder homomannen voor. Onder mannen die naalden delen voor bijvoorbeeld het gebruik van chems, anabolen of erectiemiddelen zie je ook genotype 3 terug. Je kunt meerdere genotypes tegelijk of vlak na elkaar oplopen. Sinds de komst van nieuwe medicijnen afgelopen jaren is behandeling voor bijna alle varianten gelukkig goed te doen. Binnenkort komt er een pan-genotypische remmer aan. Die kan alle genotypes tegelijk genezen.

HEPATITIS C IS EEN SOA

In 2004 wuifden de GGD's en hiv-behandelcentra de optie volledig weg dat hepatitis C seksueel overdraagbaar is. Toch kwamen er steeds meer meldingen van hiv-positieve mannen met hepatitisklachten als gele ogen, oververmoeidheid en witte ontlasting. Veel van deze mannen hadden geen naalden gedeeld of bloedtransfusies gehad, maar wel bare seks. In 2008 waren veel medische organisaties al wel overtuigd dat het seksueel overdraagbaar is. De Nederlandse Leverpatiëntenvereniging erkende de infectie in 2010 officieel als soa.



MEER KANS OP HEPATITIS C MET HIV

Hiv zet de afweer constant onder druk. Daardoor is iedereen met hiv, zowel tops als bottoms, minder goed beschermd tegen andere virussen als hepatitis C. Een extra risico ligt daarbij mogelijk in de slechte darmafweer van hiv-positieven, vermoeden onderzoekers. Hiv sloopt die namelijk volledig. Als vervolgens door neuken, fisten of ass play kleine bloedingen in de anus ontstaan, is de ontvanger nog minder goed beschermd tegen infecties. Zeker als die infecties via anus en endeldarm kunnen worden opgelopen.

ALLEEN EERSTE BEHANDELING WORDT VERGOED

Dat is onjuist. Hoewel de zorgverzekeraars een 'machtiging' voor dure behandelingen moeten afgeven, is behandeling van hepatitis C gewoon verzekerd in je basispakket. De eerste golf herinfecties werd vanaf 2007 gesignaleerd. Sommige zorgverzekeraars dreigden met het stopzetten van de vergoeding voor de tweede of derde kuur. Dat mag gewoonweg niet. Meldt een dergelijke klacht bij de Hiv Vereniging. Zij nemen contact op met de beroepsvereniging van hiv-behandelaren. Kies eventueel voor een andere zorgverzekering of andere hiv-behandelaar.

Als je geen hiv hebt, kun je geen hepatitis C oplopen. Maar als je cocaïne snuift wel. Zeker over dingen waar mensen liever niet over praten, ontstaan nogal wat indianenverhalen. Wat voor fabeltjes gaan rond in de bare seks scene? En wat zijn de harde feiten?

BARE SEKS ALS LIFESTYLE

Gert (36) uit Gelderland is seropositief en liep twee keer hepatitis C op. Sinds vijftien jaar doet hij veel aan bare seks, meestal onder invloed van chems. "Ik baalde ontzettend van de tweede hepatitis C-infectie. Maar bare seks is mijn lifestyle. Dat zet je niet zomaar opzij".

"Hepatitis C is een confronterende ziekte voor mannen in de bare seks-scene", zegt Gert.

"De mogelijkheid om de infectie tijdens de seks op te lopen, roept angst en twijfel op. Ook bij mij. Toen ik zelf nog hepatitis had, vertelde ik dat altijd eerlijk voorafgaand aan de date. Ook ben ik altijd eerlijk over mijn hiv-status. Het zijn geen dingen die ik ter plekke nog wil bespreken."

"Ik kies daarom meestal voor seropositieve mannen met een onmeetbare viral load of mannen aan de PrEP. De kans dat ik de ander infecteer is dan verwaarloosbaar klein. Ik gebruik eigenlijk alleen nog condooms bij mannen die geen hiv hebben."

Met chems geen condooms

Maar als er crystal meth in het spel is of chems worden geslind, worden nooit condooms gebruikt", zegt Gert. "Als je tina gebruikt, krijg je zo'n rush dat je echt niet meer met condooms bezig bent. Je bent nog alleen op seks gefocust. Onder invloed van crystal duurt die langer, is het geïllusterd en veel intenser."

Rond 2006 hoorde Gert voor het eerst over hepatitis C. "Een vaste seksmaat had het virus opgelopen. Online zocht ik meteen op hoe je een infectie kunt voorkomen. Er is helaas te weinig gedegen informatie online. En wat ik

kon vinden, was vaak verwarrend en soms zelfs onjuist. Zo hoorde ik pas geleden van mijn internist dat bare neuken eigenlijk helemaal niet zo link is als altijd wordt gesteld. De concentratie hcv-deeltjes in sperma blijkt te laag is voor infectie."

Een jaar lang injecties

Gert vroeg in die tijd altijd aan zijn sekspartners of ze hepatitis C hadden of niet. "En als ik van partner wisselde, desinfecteerde ik grondig mijn sekstoy's, sling en lui." Dat ging goed totdat hij eind 2010 te horen kreeg dat hij toch het virus had opgelopen. "De eerste keer ging ik meteen over tot actie en startte in de zomer van 2011 met mijn eerste kuur. Maar na vier maanden bleek de behandeling niet aan te slaan." Begin 2012 ondernam hij een tweede poging. Er was inmiddels nieuwe medicatie op de markt. "De kuur van 48 weken was zwaar, maar ik was gemotiveerd. Ik had veel bijwerkingen: misselijkheid, griepverschijnselen, afvallen, slapeloosheid en totaal geen energie. Gelukkig kreeg ik veel steun van mijn partner. Zonder hem had ik de strijd, die toch bijna een jaar duurde, al lang opgegeven. Hij was mijn ruggengraat."

Eind 2013 was Gert virusvrij. Maar ruim driekwart jaar later liep hij opnieuw het virus op. "Deze keer genotype 4. Dat was een fikse dreun. Weer wekelijks het zware medicijn interferon injecteren en ribavirine slikken. Wat een gedoe. De nieuwe medicatie was toen nog niet voorhanden. De eerste weken was ik behoorlijk depri. Daarna kwamen schuldgevoelens opzetten. Wat doe ik mezelf en mijn partner aan? Hoe is het mogelijk dat ik het virus opnieuw oplaag? Terwijl ik tijdens het daten zo op mijn hoede was."

Preek van internist

Na een aantal maanden zette Gert de knop om. "Ik zag het als uitdaging weer snel virusvrij te zijn. Maar mijn internist was gekrenkt en geïrriteerd. Ik kreeg een hele preek over me heen. Dat hij de tweede behandeling nog via de

zorgverzekering zou laten vergoeden, maar dat een eventuele derde kuur voor eigen rekening zou zijn. Ik was beduusd. Alsof ik mezelf niet realiseer dat het een kostbare behandeling is."

Ook voelde Gert het stigma rond bare seks en drugs. "Kreeg ik weer een preek over de noodzaak van condoomgebruik. Op wat voor een planeet leef je dan? De laatste jaren is er in de samenleving een soort condoommoetheid ontstaan. Onder alle lagen van de bevolking. Ongeacht leeftijd, afkomst, sociale klasse of geaardheid. Hiv is inmiddels een chronische infectie en de kans dat ik vandaag de dag anderen infecteer, is zowat nihil. Tja, dat juist dan hepatitis C om de hoek komt kijken... Soms vergeten professionals dat homoseksuelen jarenlang in een negatief daglicht heeft gestaan. Juist vanwege hiv en aids. Alle gezondheidsinformatie was voorzien van een zware waarschuwend toon: 'Pas op, kijk uit.' Niet echt seksueel prikkelend. Dat vandaag de dag steeds meer homoseksuelen voor seks zonder condoom kiezen, is in dat daglicht makkelijker te verklaren. Seks gaat juist om vrijheid en natuurlijke gevoelens. Seks zonder condoom is fijner, natuurlijker en geïllusterd. Diegene die zegt dat dit onzin is, is niet eerlijk. Bare seks is al decennialang mijn lifestyle. Dat zet je niet zomaar opzij."





CHEMS SEKS NIL