



Hvordan påvirker hiv-infeksjon sexlivet?

En positiv hivtest vil ofte svekke lysten på sex for en tid. Det skyldes vanligvis stress knyttet til det å få diagnosen, frykt for å utsette partner for smittefare og at sex blir forbundet med noe negativt.

Andre vanlige årsaker til nedsatt seksuell lyst er depresjon, søvnvansker, prestasjonsangst, bivirkning av enkelte medisiner (mot for eksempel høyt blodtrykk) og avtagende produksjon av testosteron med økende alder.

Hiv-smitte

Sammenliknet med andre seksuelt overførbare infeksjoner (SOI) er hiv en lite smittsom sykdom. Ved et ubeskyttet vaginalt samleie med en ubehandlet hiv-positiv person kan smitterisikoen være så lav som 0,1 prosent. Viruset overføres lettest ved analt samleie, mindre ved vaginalt samleie. Mest utsatt for smitte er mottakende part. Minst smitterisiko er det ved oralt samleie, og hiv smitter ikke ved kyss.

Hva påvirker smitterisikoen?

I likhet med andre seksuelt overførbare infeksjoner gir kondom/femidom god beskyttelse mot hiv, men andre faktorer påvirker også smitterisikoen. Her er de viktigste:

- Personer som nylig er blitt smittet har ofte større virusmengder i blodet enn de som har hatt hiv-infeksjonen en stund. Sannsynligheten for å smitte andre er derfor ofte størst de første månedene etter man selv er smittet. Virusmengden kan også være høy ved en langkommen hiv-infeksjon.

- Risikoen for overføring av hiv øker dersom en eller begge parter har en annen seksuelt overførbart sykdom som for eksempel syfilis, gonoré eller herpes.
- En hiv-positiv person som blir behandlet med antivirale medisiner har normalt svært lave virusmengder i blodet (mindre enn 50 viruskopier per ml). Det reduserer smittefaren til nesten null. Man kan likevel ikke helt utelukke muligheten for smitte ved samleie uten kondom/femidom, men oralsex ansees ikke medføre noen smitterisiko.

Er jeg nødt til å fortelle at jeg er smittet?

Den som er hiv-smittet har et ansvar om å ikke utsette andre for smittefare. Man må derfor informere sin seksualpartner om at man er hiv-positiv. Man må også snakke med sin partner om bruk av kondom/femidom ved oral, vaginal eller analsex.

Hvis man har utsatt noen for smitterisiko uten å informere dem om det på forhånd, er det viktig å gjøre dette så raskt som mulig. Da kan vedkommende få tilbud om korttidsbehandling med antivirale midler innen 48 timer (såkalt posteksponeringsprofylakse) Det reduserer risikoen for å bli smittet.

Samleie ved velbehandlet hiv-infeksjon

Smitterisikoen er minimal hvis en blir behandlet med antivirale medisiner og har mindre enn 50 viruskopier pr ml. Dersom du har samleie med en fast partner som ikke er hiv-smittet, kan dere snakke om dere ønsker å ha sex uten kondom eller femidom. Det vil innebære en beskjeden smitterisiko for den hiv negative parten forutsatt at ingen av dere har en annen seksuelt overførbart sykdom som for eksempel syfilis, gonoré eller herpes.

Selv om hiv-infeksjonen er velbehandlet, er smitterisikoen større ved et samleie med en tilfeldig partner enn med en fast partner. Grunnen er at man vet mindre om hvilke seksuelt overførbare sykdommer den tilfeldige partneren har og som man selv kan bli smittet av og som kan påvirke sannsynligheten for den nye partneren blir hivsmittet.

Blant menn som har sex med andre menn er forekomsten av syfilis og gonoré høy. Disse infeksjonene smitter lett. Hvis en ønsker å beskytte seg mot disse, er man nødt til å bruke kondom. Det gjelder også ved munnsex.

Sex med andre hiv-smittede

Det finnes flere varianter av hiv, og en kan bli smittet av andre varianter ved ubeskyttede samleier.

Gratis beskyttelse

Kondomer kan bestilles kostnadsfritt, fra <https://helsenorge.no/sex-og-samliv/prevensjon/kondom>. De kan også rekvireres fastlegen eller annet helsepersonell uten å oppgi ditt navn. Femidom er ikke tilgjengelig i butikk eller apotek og må kjøpes på internett.

Sprøyter og brukerstyr

Hvis du er hivsmittet er det viktig at du aldri deler sprøyter eller annet brukerstyr med andre. I alle norske kommuner skal det være tilgang til rene sprøyter. Det er viktig at brukt utstyr kastes på en forsvarlig måte slik at ikke andre utsettes for smittefare.

Kilde:
Folkehelseinstituttet "Om hiv-infeksjon" 2014