

Positief in Perspectief

Positief in Perspectief

In gevecht met hiv, trauma en verslaving
Laurenz Hoorelbeke

Beefcake Publishing
2025

‘Onbeantwoorde vragen kunnen een mens tot waanzin
drijven.’

— Laurenz Hoorelbeke

DANKWOORD

Ik wil hierbij *alle mensen* bedanken die mij gesteund hebben bij de totstandkoming van dit boek.

In de eerste plaats *mijn ouders*, die er heel mijn leven al voor me geweest zijn, en mij in de meest uitdagende fase van mijn leven niet alleen gesteund hebben, maar ook hun eigen grenzen verlegden en ondanks alles uiteindelijk fier op me werden. Hun onvoorwaardelijke liefde en geduld hebben me door de moeilijkste momenten heen geholpen, en mijn dankbaarheid daarvoor kent geen grenzen.

Mijn lieve zus, die met toewijding en inzicht ingreep en me uit de donkere put haalde waar ik mij op zeker ogenblik in bevond. Ik ben dankbaar voor haar ‘luisterend oor’, haar inschattingsvermogen en het feit dat ze me nooit veroordeeld heeft. Haar kracht en steun waren onmisbaar en haar vermogen om empathie te tonen heeft mij telkens weer hoop gegeven.

Ik wil *alle mensen* die meegewerkt hebben aan de *interviews*, bedanken voor hun tijd en inzet. Jullie verhalen en perspectieven hebben dit boek niet alleen verrijkt, maar ook een diepere dimensie gegeven aan de thema’s die erin behandeld worden. Zonder jullie openhartigheid zou dit project nooit tot zijn volle potentieel zijn gekomen.

Alle mensen die me financieel steunden om alles tot stand te laten komen en in het bijzonder *VüV Healthcare* voor hun gulle

donatie en steun aan het project ‘Positief in Perspectief’. Jullie bijdrage heeft het mogelijk gemaakt om mijn visie werkelijkheid te maken en een brug te slaan naar andere lotgenoten die deze steun en inzichten nodig hebben.

De *vrienden* die *gebleven* zijn en me mee hier doorheen gesleurd hebben. Jullie loyaliteit en onvoorwaardelijke steun hebben mij geholpen om de kracht te vinden die ik nodig had om door te zetten. De gesprekken, het lachen en zelfs de stiltes hebben een wereld van verschil gemaakt.

Zoals *Elisabeth*, die vanaf dag één aan mijn zijde stond en zich als leerkracht Nederlands dan ook als eerste heeft mogen uitleven met haar rode pen en haar bedenkingen en verbeteringen heeft mogen neerpennen in het manuscript.

Daarnaast wil ik graag *Joëlle Van Autgaerden* bedanken voor haar bijdrage aan de totstandkoming van dit boek

Tot slot wil ik mijn *partner*, met wie ik inmiddels gehuwd ben, van harte bedanken voor de onvoorwaardelijke steun en de waardevolle literaire inzichten die mij door de laatste stappen naar publicatie hebben geholpen. Hij is altijd aan mijn zijde geweest, de enige die voor altijd in mijn aura mag verblijven. De lezer zal ongetwijfeld de warmte en liefde voor mijn *‘liefje’* terugvinden in de bladzijden van dit boek.

Dankzij al deze mensen is dit boek meer geworden dan alleen mijn verhaal; het is een hoopvol licht voor iedereen die met hiv, trauma en verslaving worstelt. Aan jullie, en aan degenen die nog komen, draag ik dit werk op.

VOORWOORD

Waarom heb ik dit boek geschreven?

Er waren verschillende redenen, maar bovenal wilde ik iets positiefs scheppen uit al het negatieve dat op mijn pad kwam. Steeds weer botste ik op hetzelfde: een schrijnend gebrek aan informatie. Het voelt alsof je in een leegte valt, waarna iemand er een deksel op plaatst met het woord ‘taboe’ erop geschreven. Het resultaat? Je wordt aan je lot overgelaten.

Toch was dat voor mij niet voldoende; ik wilde meer dan alleen mijn verhaal vertellen. Dit boek moest een kompas worden – een bron vol inzichten, verwijzingen en organisaties die steun bieden. Want die zijn er wel degelijk; je moet ze alleen weten te vinden.

Dit boek is bedoeld om lotgenoten te helpen, maar was ook ook een vorm van verwerking voor mijzelf. Stilletjes in een hoekje afwachten is niets voor mij; ik wilde de stilte doorbreken. Om dit verhaal te vertellen, moest ik mezelf blootgeven — een proces dat soms angstaanjagend was, maar uiteindelijk ook bevrijdend.

De waarheid moest gehoord worden. En ja, dat brengt soms tegenwind, roddels en momenten met zich mee waarop mensen je misschien verkeerd begrijpen. Maar ik geloof oprecht dat het delen van dit verhaal niet alleen mij heeft gesterkt, maar ook anderen kracht geeft. Het laat zien dat zij niet alleen

staan, dat er een weg vooruit is, hoe moeilijk die soms ook lijkt.

Bovendien wil ik niet alleen de moeilijke momenten belichten, maar ook de hoop, de groei en de kleine overwinningen onderweg. Dit boek is een viering van veerkracht—van het menselijk vermogen om te herstellen en zich aan te passen. Het draait niet alleen om de zware lasten, maar ook om het licht dat daar doorheen kan breken.

Elk hoofdstuk is zorgvuldig opgebouwd om zowel de duisternis als de mogelijkheid tot verandering te tonen. Het thema van verbinding speelt hier een essentiële rol. Door mijn ervaringen te delen, hoop ik een dialoog te openen—een gesprek waarin begrip en medeleven centraal staan, en waarin mensen elkaar beter kunnen leren ondersteunen.

Want uiteindelijk draait het daarom: samen sterker worden door verhalen te delen en elkaar te inspireren. Dit boek is mijn kleine bijdrage aan die gezamenlijke reis.

INHOUD

DANKWOORD	5
VOORWOORD	7
HOOFDSTUK 1	11
HOOFDSTUK 2	17
HOOFDSTUK 3	67
HOOFDSTUK 4	91
TAALTIPS OVER HIV EN SEKSUELE GEZONDHEID	101
INTERVIEW MET DOKTER HILDE STRAETEMANS	113
INTERVIEW MET PROFESSOR DR. LINOS VANDEKERCKHOVE	139
INTERVIEW MET CORA LAMONTE	161
INTERVIEW MET DR. LUDWIG APERS EN TOM PLATTEAU (DEEL 1)	187
INTERVIEW MET DR. LUDWIG APERS EN TOM PLATTEAU (DEEL 2)	195
INTERVIEW MET MIJN ZUS	215
NAWOORD	230
BIBLIOGRAFIE	232
NUTTIGE INFO	237

Hoofdstuk 1

18 augustus 2023.

Onrust giert door mijn lijf. Vandaag valt het oordeel: de uitslag van mijn bloedonderzoek.

Als een opgejaagd dier stuif ik door mijn appartement. De muren lijken op me af te komen, de ruimte krimpt met elke stap. Om de zenuwen te bedaren, grijp ik naar het poetsmiddel. Het salontafeltje wordt mijn prooi. Met een driftige precisie ga ik elk oppervlak te lijf, de desinfecterende spray als mijn wapen tegen alles wat onzichtbaar is. Ik jaag op bacteriën, op stof, op alles wat niet hoort, tot het tafelblad glanst als een spiegel, smetteloos, alsof mijn hele bestaan ervan afhangt. Net als ik een zweem van voldoening voel, snijdt het geluid van de telefoon door de stilte. Alles verstomt. Mijn hart bonkt in mijn keel.

Op het scherm verschijnt een vast nummer uit Antwerpen. ‘Hallo, met Laurenz,’ hoor ik mezelf zeggen, mijn stem vreemd en ver weg.

‘Meneer Hoorelbeke?’

‘Ja,’ fluister ik, terwijl ik de stem van de vrouw herken. ‘Plaatsvervangend hematoloog van Sint-Augustinus hier.’

‘Ja...’ Mijn adem stokt. Dit is het moment waar ik al die tijd op heb gewacht. Nu zal ik het weten.

‘Ik heb slecht nieuws. Je uitslag van de hiv-test is positief.’

De woorden slaan in als een sloopkogel, rauw en genadeloos. De vrouw praat verder, maar haar stem verdwijnt in een dof geraas. Ik zak neer naast het blinkende salontafeltje, mijn benen geven het op. Mijn wereld stort in, alles om me heen wordt een wervelstorm van gedachten, angst en ongelooft.

Hoe kan dit? Hoe is dit mogelijk? Ik ben toch altijd voorzichtig geweest? Ik heb altijd PrEP¹ geslikt... dan kan dit toch niet? Maar het kan wel... De test liegt niet. En PrEP beschermt niet voor honderd procent, dat wist ik toch? Net als bij “de pil”, herinner ik me ineens.

Ijsskoude zweetdruppels gleden toen als naalden langs mijn ruggengraat, terwijl de gedachte als een schreeuw door mijn hoofd joeg: ‘Ga ik sterven?’ Mijn hart bonsde wild, mijn adem stakte. Wanhopig probeerde ik mezelf tot rust aan te manen: Kom op, Laurenz, je hebt dit allemaal gelezen, toch? Je toekomst is niet anders dan die van iemand zonder hiv.

Maar die geruststellende fluistering sloeg abrupt om, werd scherp en verwijtend: Je had jezelf beter moeten beschermen, waarom was je niet voorzichtiger?

Langzaam loste die stem op, als mist in de ochtend, en een allesoverheersende paniek nam bezit van mij. Dit is geen werkelijkheid, dit is een nachtmerrie—ik heb hiv².

¹ **PrEP** (Pre-expositieprofylaxe) is een preventief medicijn dat het risico op hiv-infectie vermindert wanneer het volgens voorschrift wordt ingenomen, dagelijks of rond het moment van een mogelijke blootstelling. Het biedt geen bescherming tegen andere seksueel overdraagbare aandoeningen (soa's).

² **Hiv** (Human Immunodeficiency Virus) is een virus dat het immuunsysteem aantast, meer bepaald de CD-cellen (T-cellen), die zeer belangrijk zijn voor het afweeren van infecties. Onbehandeld kan dit tot aids (Acquired Immunodeficiency Syndrome) leiden, wat de laatste fase is van een hiv-infectie. Het lichaam is dan zo verzwakt dat het zich niet meer kan verdedigen tegen allerlei levensbedreigende infecties.

Toen laaide de woede in mij op, als een vuur dat plotseling opblaait in een donkere kamer: ‘Je wist het al, diep vanbinnen. Je deed die snelle test, ondanks de twijfels die als schaduwen in je achterhoofd bleven hangen. Je hebt alles tot op het bot uitgeplozen op het internet—dit is slechts de onontkoombare bevestiging.’

Uiteindelijk overspoelde een alles verterende droefheid me. ‘Hoe moet ik dit ooit aan mijn ouders vertellen?’

‘MENEER HOORELBEKE!’

De scherpe stem van de hematoloog sneed als een mes door de storm van gedachten en stemmen die in mijn hoofd raasden en sleurde me ruw terug naar de kille realiteit van het telefoongesprek.

‘Ja...’

‘Eindelijk! Meneer Hoorelbeke, ik heb u nu al een paar keer gezegd dat u het best een afspraak maakt met het Instituut voor Tropische Geneeskunde (ITG). Heeft u daar een pc of een laptop bij de hand?’

Met moeite probeerde ik mijn gedachten bijeen te rapen. Ik schoof het bijzettafeltje met mijn laptop naar me toe, nog steeds ineengedoken op de grond tegen de salontafel, terwijl ik in stilte dacht: Die vrouw heeft werkelijk geen greintje tact.

Ik was volledig ontredderd door de lawine aan emoties en het nieuws dat me net was meegedeeld, maar de vrouw aan de andere kant van de lijn werd alleen maar prikkelbaarder. Zenuwachtig probeerde ik haar aanwijzingen te volgen, maar het lukte me niet om die verdomde afspraak bij het ITG

online te regelen.

Ze deed geen enkele moeite haar ergernis te verbergen, terwijl ik stuntelde als een kind en geen sprankeltje begrip van haar mocht verwachten.

Begrijpt ze dan niet wat dit met een mens doet? Dat je zoiets niet achteloos in iemands gezicht smijt om vervolgens ongeduldig te worden omdat die persoon niet meteen wijs raakt uit een online formulier? Ik weet nog dat ik dacht: Meisje, je hebt hier net een mokerslag uitgedeeld, toon op z'n minst een beetje geduld en mededogen. Leid me stap voor stap, wijs me waar ik moet klikken. Ik ben geen nummertje dat je snel afhandelt tussen een broodje en een kom soep in de cafetaria van Sint-Augustinus!