

## Leben mit HIV – Ältere Menschen sind optimistischer

**Datum:** 10.06.2020

**Original Titel:**

Use of Living Strategies among Adults Aging with HIV in Canada: Comparison by Age-Group Using Data from the HIV, Health and Rehabilitation Survey

**DGP – Wie gehen Menschen mit [HIV](#) mit ihrer Erkrankung um? Unterscheiden sich dabei ältere von jüngeren Patienten? Dies untersuchten Wissenschaftler in der vorliegenden Studie. Sie kamen zu dem Ergebnis, dass ältere Patienten häufiger auf ihren Körper hörten und optimistisch in die Zukunft blickten.**

---

Aufgrund der immer besseren Behandlungsmöglichkeiten von [HIV](#) gibt es immer mehr Menschen, die auch im höheren Alter mit dieser Erkrankung leben. Doch wie sieht dieses Leben von Menschen mit ihrer Erkrankung aus? Unterscheidet sich der Umgang mit HIV und mit sich selbst je nach Alter der Patienten? Diesen Fragen ging ein Forscherteam aus Kanada mit Unterstützung aus England auf den Grund.

### **Wissenschaftler befragten Menschen mit HIV nach ihrem Umgang und ihr Leben mit der Erkrankung**

Die Wissenschaftler führten eine Online-Umfrage durch, in der sie 935 Menschen mit HIV (79 % Männer) nach ihren Lebensstrategien fragten. Sie interessierten sich dafür, welche Vorstellungen sie von der Erkrankung hatten, ob und wie sie auf ihre Gesundheit achteten und wie sie ihre Zukunft sahen – kurz gesagt: die Wissenschaftler wollten wissen, wie die Patienten mit der Erkrankung umgingen und lebten. Dabei interessierten sich die Forscher gezielt dafür, ob es Unterschiede gab, je nachdem wie alt Patienten waren. Aus diesem Grund teilten sie die Studienteilnehmer nach ihrem Alter in drei Gruppen: unter 40-Jährige (247 Patienten, 26 %), 40 bis 49-Jährige (283 Patienten, 30 %) und mindestens 50-Jährige (405 Patienten, 43 %).

### **Die meisten Befragten blickten positiv in die Zukunft**

Bei der Auswertung der Fragebögen stellten die Wissenschaftler fest, dass sich die meisten der Befragten (mehr als 60 %) meistens oder sogar immer mit einem gesunden Lebensstil beschäftigten und in Bezug auf ihr Leben mit einer HIV-Erkrankung positiv in die Zukunft blickten. Zu einem gesunden Lebensstil zählten: ausreichend zu schlafen, gesund zu essen, Zahnpflege zu betreiben, Stressfaktoren (sowohl Situationen als auch Personen) zu meiden und Medikamente wie mit dem Arzt besprochen einzunehmen.

### **Ältere Menschen achteten stärker auf ihre Gesundheit**

Interessant war der Vergleich zwischen jüngeren und älteren Patienten. Verglichen mit jüngeren Patienten (unter 40 Jahren) schienen die älteren Patienten (mindestens 50 Jahre) stärker auf die Bedürfnisse ihres Körpers einzugehen. So berichteten ältere Patienten häufiger als jüngere

Patienten, dass sie sich eine Auszeit nahmen, wenn ihr Körper nach dieser verlangte (ältere Patienten: 49 % vs. jüngere Patienten: 39 %). Außerdem versuchten ältere Patienten häufiger, Personen oder Dinge zu meiden, die sie stressten (ältere Patienten: 56 % vs. jüngere Patienten: 43 %) und legten häufiger ihren Lebensfokus auf den Erhalt der Gesundheit (ältere Patienten: 50 % vs. jüngere Patienten: 39 %). Des Weiteren gaben ältere Patienten häufiger an, dass sie so viel wie möglich gelernt hätten, um über HIV informiert zu sein (ältere Patienten: 44 % vs. jüngere Patienten: 33 %).

### **Ältere Menschen waren in Bezug auf die HIV-Erkrankung optimistischer**

Ältere Menschen legten nicht nur häufiger ihren Fokus auf ihre Gesundheit, sie blickten auch häufiger optimistisch in die Zukunft. So gaben 56 % der älteren Menschen an, dass sie glaubten, überleben und jede Herausforderung, die das Leben mit der Erkrankung mit sich bringt, meistern zu können. Bei jüngeren Patienten war dies immerhin aber auch bei 44 % der Befragten der Fall.

Ältere Menschen mit HIV schienen somit stärker auf ihren Körper zu hören als jüngere Patienten. Außerdem blickten älteren Menschen häufiger positiv in die Zukunft und waren öfter davon überzeugt, gut und lange mit der Erkrankung leben zu können.

#### **Referenzen:**

O'Brien KK, Dagenais M, Solomon P, Worthington C, Chan Carusone S, Ibáñez-Carrasco F, Hanna S, Gahagan J, Baxter L, Robinson G, Gayle P, James D, Yates T; HIV Health and Rehabilitation Survey (HHR) Team. Use of Living Strategies among Adults Aging with HIV in Canada: Comparison by Age-Group Using Data from the HIV, Health and Rehabilitation Survey. *J Int Assoc Provid AIDS Care*. 2018 Jan-Dec;17:2325958218774041. doi: 10.1177/2325958218774041.

# MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

## Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

---

---

---

## Meine Fragen

---

---

---

## Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

---

---

---

## Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am \_\_\_\_\_:

---

---

---

---

---

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“