**Elisabeth Mikulenko,** Verein Positiver Dialog, Betroffene

**Die Angst vor dem Schritt durch die Tür**

Elisabeth Mikulenko, Obfrau des Selbsthilfe-Vereins *Positiver Dialog*, lebt seit rund 17 Jahren mit dem HI-Virus. Ihr „PatientInnenweg“ hat schlimm und tragisch begonnen und hat sie „auch viele tiefe Täler durchqueren lassen“. Heute gilt sie als Paradebeispiel, wie man trotz HIV ein „positives, normales und glückliches Leben führen kann“. Und obendrein stärkt Elisabeth Mikulenko durch ihr Engagement andere Betroffene, deren Angehörige und Hinterbliebene.

**Vor 17 Jahren in der Dominikanischen Republik**

Ihr „PatientInnenweg“ begann ca. im Jahr 2005. Elisabeth Mikulenko lebte damals schon seit Jahren in der Dominikanischen Republik und war an Dengue-Fieber erkrankt. Im Zuge dieser schweren Erkrankung riet ihr ein Arzt zu einem HIV-Test. „Ich hatte damals, ehrlich gesagt, überhaupt keine Ahnung von HIV und AIDS und als ich im dortigen Krankenhaus den Befund ‚HIV-positiv‘ in Händen hielt, eigentlich auch gar keine Empfindung. Ich wusste nicht wirklich etwas damit anzufangen. Noch dazu, weil man mir mitteilte, ich müsse mich ein zweites Mal diesem Test unterziehen, da die Testergebnisse in der Dominikanischen Republik damals auch sehr ungenau waren. Ich musste also wieder zwei Wochen warten, und während dieser Zeit begann ich mich über HIV/AIDS zu informieren.“ Die ersten Informationen waren spärlich. Als Mikulenko jedoch zum zweiten Mal das Ergebnis „HIV-positiv“ erhalten hatte, war ihr bewusst, dass sie zurück nach Österreich müsse, um eine Behandlung zu erhalten. „Ich hatte dort auch niemanden, mit dem ich über meine Diagnose hätte sprechen können, denn sehr schnell wurde mir klar, dass man in diesem Karibik-Paradies mit der Diagnose ‚HIV‘ sofort im Abseits war.“ Unterstützung, Beratung, Therapie – das alles gab es damals dort nicht. „Ich brauchte rund ein halbes Jahr, um meine Angelegenheiten in der ‚DomRep‘ zu regeln, meine Zelte abzubrechen und zurück nach Österreich zu gehen. In der Zwischenzeit hatte sich das Vollbild der Erkrankung entwickelt, ich hatte AIDS und war der Überzeugung, in Kürze sterben zu müssen.“

**Zurück in Wien**

In Österreich hatte sie nur mehr zu ihrer Schwester und ihrem Sohn richtig engen Kontakt. Die beiden holten sie in Wien vom Flughafen ab und brachten sie mehr oder weniger ohne Umwege ins AKH. „Dort rettete man gleich in mehrfacher Hinsicht mein Leben“, berichtete Mikulenko. „Ich erhielt die notwendigen, lebensrettenden Therapien und wurde sowohl von ärztlicher als auch psychologischer Seite her bestens betreut und aufgefangen. Ich lernte, dass ich nicht sterben, mich aber einer lebenslangen Therapie unterziehen müsse. Ich änderte auch meinen Lebensstil, hörte zu rauchen auf, ernähre mich seitdem sehr gesund und achte darauf, dass ich ausreichend Bewegung mache.“

**Die wahrscheinlich schwerste Tür Wiens**

Besonders die Psychologin, die sie im AKH betreute, war Mikulenko zu einer großen Stütze geworden. „Sie war es auch, die mir riet, ins AIDS Hilfe-Haus zu gehen, um das breite Angebot dort kennenzulernen und mich mit anderen Betroffenen austauschen zu können. Ich hatte ja keine wirklichen Kontakte mehr in Wien, und sowohl mein Gemütszustand als auch mein damaliger Gesundheitszustand machten es mir auch nicht leicht, neue Kontakte zu knüpfen.

“Ich strich lange Zeit nur um das AIDS Hilfe-Haus herum, denn irgendwie war in meinem Kopf: Wenn ich da jetzt hineingehe, ist die Diagnose für mich endgültig. Dann kann ich nicht mehr aus.“ Erst als sie ihre Psychologin vom AKH gleichsam an der Hand nahm und ins AIDS Hilfe-Haus begleitete, wagte sie den Schritt durch diese Türe. „Diese Schwelle zu überqueren, ist für viele Menschen eine große Hürde, weil es der Schritt in ein Leben mit der Diagnose ‚HIV‘ ist.“

Sie kann sich heute gut vorstellen, dass es auch vielen Menschen, die ins AIDS Hilfe-Haus gehen, um einen HIV-Test zu machen, schwerfällt, diese Türe zu öffnen. Denn „auch wenn es sich heute bei rechtzeitiger und moderner Behandlung nur mehr um eine chronische Erkrankung und nicht mehr um ein Todesurteil handelt, hat man große Angst vor dem Testergebnis“, weiß sie aus zahlreichen Gesprächen mit Betroffenen. Umso wichtiger sei es, den Menschen klar zu machen, dass sie zwar Zeit brauchen werden, um die Diagnose anzunehmen, aber dass dann heute ein ganz normales Leben auch mit HIV möglich sei.

**Positiver Dialog**

Nachdem die Hürde genommen war, nahm sie das Angebot der AIDS Hilfe Wien an und ging zum Verein *Positiver Dialog*. Seit inzwischen fünf Jahren ist sie die Obfrau des Vereins, für den sie sich mit all ihrer Kraft engagiert. „Betroffene können Betroffene am besten auffangen. Auch wenn sich so vieles heute zum Guten gewendet hat und man nach einem positiven Testergebnis ein rund halbstündiges Gespräch mit einem Sozialarbeiter hat, ist der Austausch unter Betroffenen einfach dennoch enorm wichtig!“

**Positiv sein – positiv denken**

Mikulenko: „Wir müssen die Ängste und Sorgen wahr- und ernstnehmen, aber dürfen und müssen den Menschen sagen, dass sie ein langes, glückliches und erfülltes Leben trotz HIV leben können. Wir müssen ihnen sagen, wie wichtig der Test ist, denn nur dann können sie die lebensrettende Therapie erhalten und ihren Partner oder ihre Partnerin vor einer Ansteckung schützen!“ Und sie betonte: „Nicht nur sogenannte Risikogruppen, jeder und jede kann betroffen sein. Wir sehen zunehmend ältere, heterosexuelle Frauen, die sich mit HIV infizieren. Darum: Jeder, der sexuelle Kontakte hat, sollte sich regelmäßig testen lassen.“

Mikulenko selbst ist das beste Beispiel, wie gut man trotz der Infektion leben kann – und wie lebensrettend der Test sein kann: „Hätte ich den Test damals nicht gemacht, wäre ich gestorben. Vielleicht sogar ohne dass man gewusst hätte, dass ich an AIDS erkrankt bin. Ich stehe offen zu meiner HIV-Infektion und bin glücklich, dass die Viruslast jetzt schon lange unter der Nachweisgrenze liegt. Immer wieder erlebe ich, dass Menschen sehr überrascht sind, wenn ich ihnen sage, dass ich HIV-positiv bin. – ‚Aber Sie sehen ja so gut und gesund aus‘, höre ich dann oft, und das freut und motiviert mich!“

Kontakt

**Elisabeth Mikulenko**

POSITIVER DIALOG

E-Mail: [positiverdialog@gmx.at](mailto:positiverdialog@gmx.at)

Tel.: 0043 660 390 18 16

Mariahilfer Gürtel 4

1060 Wien

Rückfragen Presse

**Urban & Schenk medical media consulting**

Barbara Urban: +43 664/41 69 4 59, [barbara.urban](mailto:barbara.urban)@medical-media-consulting.at

Mag. Harald Schenk: +43 664/160 75 99, [harald.schenk@medical-media-consulting.at](mailto:harald.schenk@medical-media-consulting.at)