

Seitenabfolge

Titelseite
Impressum

HIV/Aids

Das Immunsystem
Die Krankheit

Übertragung

Austritts-Pforten
Eintritts-Pforten
Mögliche Übertragungswege
Übertragung mit Blut
Sexuelle Übertragung (1 – Wege)
Sexuelle Übertragung (2 – Paare)
Mutter-Kind-Übertragung
Keine Infektion möglich

Test

Test – wann?
Test – wo und wie?

Das Präservativ

Normen
Grösse
Formen
Präservativ (Gebrauchsanleitung)
Femidom® (Präservativ für die Frau)
Aufbewahrung

Medikamente

PEP



www.lovelife.ch

Wichtige mündliche Informationen

HIV/Aids

Was ist Aids? Und was ist HIV?

Das Immunsystem

Der menschliche Körper hat Abwehrkräfte gegen Krankheitserreger aller Art: Bakterien, Viren, Pilze, Mikroorganismen.

Die Krankheit

HIV ist ein Virus, mit dem man sich anstecken kann.

Der Körper kann diesen Krankheitserreger nicht besiegen.

Menschen ohne diesen Krankheitserreger sind so genannt HIV-negativ.

Menschen, die sich infiziert haben, sind so genannt HIV-positiv.

Die HIV-Infektion hat nicht unmittelbar Krankheit zur Folge, sondern schädigt über mehrere Jahre das Abwehrsystem. Menschen mit HIV werden so über Jahre anfälliger für verschiedenste Krankheiten und somit krank und dann kränker. Sind sie sehr krank, sagt man: sie haben Aids.

Zwischen der Infektion mit dem HIV-Virus und Aids vergehen im Durchschnitt 7 bis 12 Jahre – wenn keine medizinische Behandlung erfolgt.

Übertragung

Wie kann man das Virus bekommen? Wie wird das HIV-Virus übertragen?

Austritts-Pforten

HIV-Viren werden übertragen über

- Sperma (Samenerguss)
- Weibliche Sekrete (Vaginalsekret)
- Schleimhäute am Penis
- Schleimhäute in der Vagina (Scheide)
- Schleimhäute im Enddarm (Anus, Rektum)
- Muttermilch
- Blut

Eintritts-Pforten

HIV-Viren können in den Körper eintreten über

- den Enddarm (Anus, Rektum)
- die Vagina (Scheide)
- Schleimhäute am Penis
- den Mund

Mögliche Übertragungswege

Es gibt drei verschiedene Übertragungswege.

- Drogenkonsum
- Sexuelle Übertragung
- Mutter-Kind-Übertragung

Übertragung mit Blut

Beim Drogenkonsum können HIV-Viren übertragen werden.

Schutz: Beim Drogenkonsum dürfen Materialien für den Konsum nicht gemeinsam benutzt werden:

- kein Tausch von Spritzen und Nadeln
- kein gemeinsamer Gebrauch von Löffel, Filter, Watte, Wasser

Ohne diese Schutzmassnahmen besteht zusätzlich das hohe Risiko einer Infektion mit dem ebenfalls gefährlichen Hepatitis-C-Virus (HCV).

Sexuelle Übertragung (1 – Wege)

Bei sexuellen Kontakten kann das HIV-Virus übertragen werden.

Und auch weitere Krankheiten: z.B. Tripper (Gonorrhö), Herpes, Syphilis, Chlamydien oder Hepatitis B.

Frau ⇔ Mann

- Bei Vaginalverkehr (Scheidenverkehr): vom Mann auf die Frau und von der Frau auf den Mann
- Beim Analverkehr (Darmverkehr): vom Mann auf die Frau und von der Frau auf den Mann
- Beim Oralverkehr (Mundverkehr): Vom Mann auf die Frau, wenn sie Sperma in den Mund bekommt oder schluckt. – Von der Frau auf den Mann, wenn er Menstruationsblut in den Mund bekommt oder schluckt.

Schutz: Bei Vaginalverkehr immer Präservative verwenden (oder das Femidom®).

Bei Analverkehr immer Präservative und genügend Gleitmittel verwenden.

Kein Sperma in den Mund nehmen, Sperma nicht schlucken. – Kein Oralverkehr während der Menstruation.

Mann ⇔ Mann

- Beim Analverkehr (Darmverkehr): vom aktiven auf den passiven Mann und vom passiven auf den aktiven Mann
- Beim Oralverkehr (Mundverkehr): (nur) derjenige, der Sperma in den Mund bekommt oder schluckt, kann sich anstecken.

Schutz: Bei Analverkehr immer Präservative und genügend Gleitmittel verwenden.
Kein Sperma in den Mund nehmen, Sperma nicht schlucken.

Sexuelle Übertragung (2 – Paare)

Frau ⇔ Mann

Mann ⇔ Mann

Frau ⇔ Frau

Das grösste Risiko haben zwei Männer miteinander.
Analverkehr ist riskanter als Vaginalverkehr.
Oralverkehr ist am wenigsten riskant.
Die Übertragung von Frau zu Frau ist wenig wahrscheinlich.

Mutter-Kind-Übertragung

Die Übertragung von der werdenden Mutter auf ihr Kind kann passieren während der Schwangerschaft, bei der natürlichen Geburt und beim Stillen. Voraussetzung: Die Mutter trägt das Virus in sich!

Schutz: Mutter-Kind-Übertragungen können verhindert werden! => Test der werdenden Mutter.

- ⇒ Die Mutter hat das Virus nicht in sich: kein Problem.
- ⇒ Die Mutter hat das Virus in sich:
 - Medikamentöse Therapie der werdenden Mutter
 - Entbindung mit Kaiserschnitt
 - Verzicht auf das Stillen
 - Ev. medikamentöse Behandlung des Neugeborenen

Keine Infektion möglich

Im Alltag besteht kein Risiko, sich mit HIV zu infizieren.
Beim Sex bietet das Präservativ den besten Schutz vor einer Infektion mit HIV.

Test

Ob jemand das HIV-Virus in sich hat oder nicht, kann nur ein medizinischer Test zeigen. HIV sieht man niemandem an.

Die regionalen Aids-Hilfen

- wissen Antwort auf alle Fragen zum Test;
- bieten Beratung vor und nach dem Test;
- führen den Test durch oder wissen, wo man ihn am besten machen lässt.

Test – wann?

Nach einer Situation, in der eine Übertragung möglich war (Spritzentausch, Sex ohne Schutzmassnahmen), muss man drei Monate warten. Erst dann kann ein Test mit Sicherheit ausschliessen, dass eine Infektion stattgefunden hat.

Falls sich jemand infiziert hat, kann er oder sie das Virus aber bereits in diesen ersten drei Monaten weiter übertragen.

Beratung vor dem Test ist ganz wichtig. Dabei werden unter anderen folgende Fragen geklärt:

- Gab es eine Risikosituation?
- Wie kam es dazu?
- Welche Möglichkeiten gibt es, das Risiko in Zukunft zu verkleinern?
- Wie sicher sind die Tests?
- Was bedeuten die Resultate?
- Was bedeutet ein positives Resultat in medizinischer und rechtlicher Hinsicht?
- Welche Unterstützungsangebote gibt es bei einem positiven Resultat: medizinisch, Begleitung, privat...?
- Erste Schritte nach einem allfälligen positiven Resultat (welche und wann?).

Test – wo und wie?

Ein HIV-Test darf nur durchgeführt werden, wenn jemand nach Beratung seine Einwilligung dazu gibt. Tests gegen den Willen von jemandem oder ohne dessen Wissen sind nicht erlaubt.

Niemand erfährt von dem Test oder dem Resultat.

Tests werden im Spital oder bei speziellen Teststellen (Labors, regionale Aidshilfen) durchgeführt oder beim Arzt, bei der Ärztin.

Bei speziellen Teststellen und im Spital muss man keinen Namen angeben (Anonymität).

Der Arzt darf das Testresultat niemandem sagen (Arztgeheimnis): nicht dem Partner oder der Partnerin, nicht dem Arbeitgeber, der Fremdenpolizei oder Mitarbeitenden von Asylrichtungen usw.

Einen anonymen Test muss man selber bezahlen. Er kostet 50 bis 80 Franken. Die Kosten von nicht anonymen Tests übernimmt die Krankenkasse.

Auch nach dem Test braucht es Beratung:

- Keine Infektion => Wie kann man sich in Zukunft besser schützen?
- Infektion =>
 - Was heisst und bedeutet «HIV-positiv»?
 - Wie kann man mit diesem Resultat umgehen? Was sind die nächsten Schritte?
 - Wie kann man seine eigene Gesundheit bestmöglich erhalten?
 - Wie kann man andere vor einer Infektion schützen?

Das Präservativ

Das Präservativ ist das beste und wichtigste Schutzmittel vor einer Übertragung des HIV-Virus. Es schützt auch vor anderen übertragbaren Krankheiten. Und vor einer ungewollten Schwangerschaft.

Normen

Gute Präservative haben das Gütesiegel CE. Das Siegel «ok» wird den besten Kondomen verliehen.

Diese Präservative sind in jedem Supermarkt, in Drogerien und Apotheken erhältlich.

Grösse

Präservative gibt es in unterschiedlichen Grössen. Die richtige Grösse ist wichtig. Zu enge Präservative platzen oder reissen leichter, zu grosse können abrutschen.

Auf der Internet-Seite www.mysize.ch kann man erfahren, welche Grösse für einen selbst die richtige ist und welche Produkte passen. Sonst: ausprobieren!

Formen

Präservative gibt es in unterschiedlichen Formen. Ausprobieren lohnt sich.

Präservativ (Gebrauchsanleitung)

Üben!

Zusätzliches Gleitmittel erleichtert manchmal das Eindringen. Bei Analverkehr braucht es immer viel zusätzliches Gleitmittel.

Geeignet sind nur wasserlösliche Produkte oder solche auf Silikon-Basis. Sie sind im Supermarkt, in Drogerien oder Apotheken erhältlich, am gleichen Ort wie die Präservative.

Fetthaltige Produkte wie Bodylotion, Vaseline, Öl, Butter oder Ähnliches machen das Präservativ durchlässig, auch wenn es nicht reisst. Nicht verwenden!

Femidom® (Präservativ für die Frau)

Das Femidom® ist ein Schutz für die Frau. Besonders günstig kann es unter www.shop.aids.ch bestellt werden. Hier findet man auch eine genaue Gebrauchsanleitung für das Femidom (Bild und Text).

Auch Condomerias, Apotheken oder Drogerien verkaufen das Femidom®.

Es ist wichtig, die Gebrauchsanleitung genau zu lesen und die Anwendung zuerst alleine zu üben. Falls es nicht klappt, gibt es Beratung bei regionalen Aids-Hilfen oder Familienplanungsstellen.

Das Femidom® kann auch bei Analverkehr verwendet werden. Dazu muss aber der innere Ring entfernt werden. Dann wird das Femidom® direkt über das männliche Glied gestülpt.

Aufbewahrung

Präservative oder das Femidom® vor Licht, Hitze und spitzen, scharfen Gegenständen schützen.

Vorsicht auch beim Öffnen der Verpackung.

Medikamente

Eine HIV-Infektion ist nicht heilbar.

Es gibt aber Therapien, die die Infektion bremsen oder stoppen können. Sie verhindern, dass man krank und kränker wird.

Im Grundsatz haben alle Menschen in der Schweiz Anrecht auf wirksame Therapien, wenn sie medizinisch nötig sind. Bei Asyl Suchenden mit Wegweisungsentscheid wird eine Therapie aber nur dann angeboten, wenn der Wegweisungs vollzug nicht zumutbar ist. (Nicht zumutbar ist er z.B., wenn im Herkunftsland die Therapie nicht erhältlich ist.)

Krankenversicherungen übernehmen die Kosten für eine Therapie.

Alle Menschen in der Schweiz müssen und können eine Krankenversicherung abschliessen – auch Sans Papiers. Beratungsstellen wissen, wie das geht.

Medikamente gegen die HIV-Infektion müssen ein Leben lang eingenommen werden. Der Erfolg der Therapie muss regelmässig überprüft werden.

Eine Therapie gegen das HIV-Virus muss rechtzeitig begonnen werden. Nur wer von seiner Infektion weiss, verpasst den besten Zeitpunkt für den Beginn nicht. Deshalb ist es wichtig, sich testen zu lassen.

PEP

Die HIV-PEP ist eine medizinische Notfallmassnahme. Sie wird eingesetzt nach einer Situation, in der das HIV-Virus hätte übertragen werden können (gemeinsamer Gebrauch von Spritzutensilien, Sex ohne Schutzmassnahmen mit einem Menschen, der das HIV-Virus in sich hat).

Eine PEP ist eine Medikamenten-Therapie. Sie dauert ca. 4 Wochen.

Eine PEP hat nur Chancen auf Erfolg, wenn sie allerspätestens in den ersten 72 Stunden nach der riskanten Situation begonnen wird. Je früher desto besser.

Eine PEP kann die Übertragung nicht mit Sicherheit verhindern. Aber sie macht es sehr viel unwahrscheinlicher, dass etwas passiert.

Eine PEP hat Nebenwirkungen.

Die beste Anlaufstelle für eine PEP sind die HIV-Behandlungszentren an den grossen Spitälern – andernfalls auch die Notfallaufnahmen der Spitäler.

Regionale Aids-Hilfen bieten Beratung an.