

# Was Sie über AIDS wissen sollten



Die AIDS-Hilfen  
Österreichs



Dieser Folder beantwortet die wichtigsten Fragen zu HIV/AIDS und will Sie zugleich motivieren, persönlich Stellung zu beziehen. Überprüfen Sie Ihre Haltung und fragen Sie: Was haben HIV und AIDS mit mir zu tun?

## Was ist HIV/AIDS?

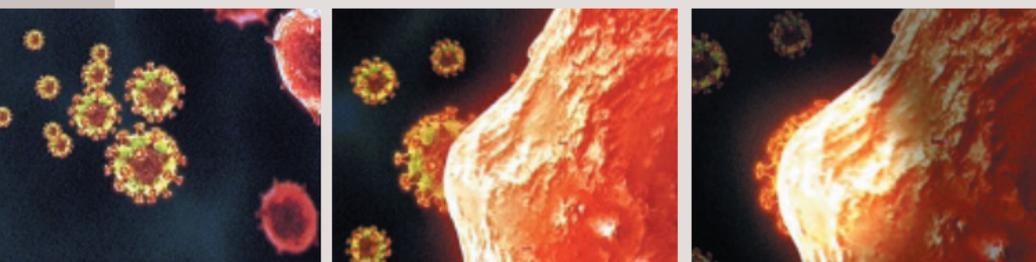
**HIV = Human Immunodeficiency Virus**  
(Menschliches Immunschwäche-Virus)

**AIDS = Acquired Immune Deficiency Syndrome**  
(Erworbenes Immunschwächesyndrom) ist ein durch Viren (HIV) hervorgerufenes Krankheitsbild.

**HIV-infiziert** oder **HIV-positiv** bedeutet, dass eine Ansteckung mit dem HI-Virus vorliegt, aber der/die Betroffene keine Beschwerden oder Krankheitsanzeichen hat.

**AIDS-krank** oder **Vollbild AIDS** bedeutet, dass Krankheits-symptome oder Folgeerkrankungen bereits vorhanden sind.

**Die Inkubationszeit** (= Zeit von der Ansteckung bis zum Auftreten erster Beschwerden und Symptome) beträgt bei den meisten HIV-Positiven zehn Jahre, kann aber kürzer oder länger sein. Im Laufe der Zeit kommt es ohne Behandlung zu einer Schwächung und danach zum Zusammenbruch der natürlichen Abwehrkräfte. Der Körper kann verschiedene Krankheitserreger nicht mehr erkennen und in geeigneter Form abwehren. Die Folge sind schwere Infektionskrankheiten, sog. „opportunistische Infektionen“ (opportunistisch = die Gelegenheit nutzend), oder auch verschiedene Krebsarten. HIV-Infektionen können je nach Patient/in sehr unterschiedlich verlaufen, abhängig von individuellen Bedingungen.



Entscheidend für die Übertragung von HIV ist nicht die sexuelle Orientierung – ob hetero-, homo- oder bisexuell – sondern das eigene Verhalten. Bestimmen Sie selbst, wie weit Sie gehen, was Sie zulassen, wie Sie sich selbst und Ihren Partner/Ihre Partnerin am besten schützen können.

## Ansteckung mit HIV

### **Was passiert bei einer Ansteckung mit HIV?**

Wenn HI-Viren in die Blutbahn gelangen, befallen sie dort Zellen des Abwehrsystems (hauptsächlich die T-Helferzellen) und vermehren sich in diesen (= Wirtszelle für das Virus). Der Organismus versucht, das Virus abzuwehren. Dazu bildet das Immunsystem Antikörper. Diese können aber nicht in die Wirtszelle eindringen, sodass die darin enthaltenen Viren nicht unschädlich gemacht werden können. Außerdem verändert das HI-Virus bei seiner Reproduktion ständig seine Oberflächenstruktur, sodass es von den Antikörpern nicht mehr „erkannt“ wird. Die Kombination dieser Umstände führt dazu, dass nie alle Viren beseitigt werden können.

### **Wie kommt es zu einer Ansteckung mit HIV?**

Zu einer Infektion mit dem HI-Virus kann es nur kommen, wenn eine Körperflüssigkeit, die genügend HI-Viren enthält, durch eine sog. Eintrittspforte in die Blutbahn gelangt.

### **Welche Körperflüssigkeiten enthalten genügend HI-Viren für eine Ansteckung?**

1. Blut, auch Menstruationsblut
2. Samenflüssigkeit (nicht die Spermien, sondern die Flüssigkeit)
3. Scheidenflüssigkeit
4. Muttermilch

Andere Körperflüssigkeiten wie Speichel, Schweiß, Urin oder Tränenflüssigkeit enthalten für eine Infektion nicht genügend Viren.

### **Was sind mögliche Eintrittspforten?**

1. frische, offene Wunden
2. Schleimhaut (Mastdarmschleimhaut, Scheidenschleimhaut, Mundschleimhaut, Penisspitze, Nasenschleimhaut und Bindehaut)

# Übertragungswege von HIV

## HIV-Übertragung beim Sex

**Analverkehr** – Penis wird in den Mastdarm eingeführt. Die Mastdarmschleimhaut bildet eine sehr gute Eintrittspforte für HIV. Besonders gefährdet ist dabei der passive Partner/die passive Partnerin, vor allem wenn es zum Samenerguss in den After kommt. Aber auch für den eindringenden Partner besteht ein hohes Risiko.

**Vaginalverkehr** – Penis wird in die Scheide eingeführt. Das Virus findet in der Scheidenschleimhaut und an der Eichel des erigierten Penis gute Bedingungen, um in die Blutbahn zu gelangen. Frauen haben durch die hohe Viruskonzentration in der Samenflüssigkeit und die große Oberfläche der Scheidenschleimhaut ein hohes Risiko, sich beim Vaginalverkehr anzustecken. Besonders infektiös anfällig sind Frauen während der Menstruation. Auch für den Partner ist dann das Risiko einer Ansteckung durch den Kontakt mit Menstruationsblut höher.

**Oralverkehr** – Mundverkehr. Scheiden- oder Samenflüssigkeit gelangen in den Mund des Partners/der Partnerin.

- Wenn jemand Samenflüssigkeit eines infizierten Mannes in den Mund bekommt, besteht ein Ansteckungsrisiko, da die Mundschleimhaut für HI-Viren durchlässig ist.
- Wenn jemand Scheidenflüssigkeit einer infizierten Frau in den Mund bekommt, besteht kaum ein Infektionsrisiko. Wenn allerdings Menstruationsblut in der Scheidenflüssigkeit enthalten ist, erhöht sich das Risiko einer Infektion.
- Wenn ein HIV-positiver Mensch jemanden mit dem Mund befriedigt, besteht für dessen Partner/in keine Infektionsgefahr, weil Speichel nicht infektiös ist.

**Küssen, Streicheln, Petting:** Bei diesen Sexualpraktiken besteht kein Risiko, auch wenn einer der beiden Partner infiziert ist.



# HIV-Übertragung durch Blut/ Blutprodukte

## **Intravenöser Drogengebrauch**

Droge wird in die Vene gespritzt. Die meisten HIV-Übertragungen durch infiziertes Blut kommen beim intravenösen Drogengebrauch („Fixen“) zu Stande, wenn Drogenbesteck gemeinsam verwendet wird. So können infizierte Blutreste von der Spritze und von der Nadel in die Blutbahn des zweiten Benutzers/der zweiten Benutzerin gelangen. Das HI-Virus kann unter Luftabschluss im Hohlraum der Nadel und der Spritze mehrere Tage überleben.

## **Blut und Blutprodukte**

Die Ansteckungsmöglichkeit durch Blutkonserven oder Blutprodukte ist in Österreich heute nahezu ausgeschlossen, da diese auf HIV getestet werden. Das Restrisiko (1 : 2.500.000) ist minimal.

Eine Infektion über Plasma oder Impfstoffe, die aus Blut hergestellt werden, ist auszuschließen, da diese einem Verfahren unterzogen werden, das Viren – auch widerstandsfähigere als HIV – verlässlich abtötet.

Tätowieren und Piercen ist in bezug auf HIV nicht gefährlich, sofern die nötigen Hygienemaßnahmen eingehalten werden.

## **Erste Hilfe**

Wenn Sie blutende Wunden versorgen müssen, verwenden Sie Einweghandschuhe.

Nach Unfällen, bei denen Blut eines HIV-positiven Menschen in die eigene Blutbahn gelangen konnte (durch Kontakt über eine Schleimhaut oder offene Wunde), ist es ratsam, Medikamente zu nehmen, die eine Verbreitung der Viren im Körper zu verhindern versuchen. Um die bestmögliche Wirksamkeit zu gewährleisten, sollte dies innerhalb der ersten 2 Stunden nach dem Unfall geschehen. Später als 72 Stunden nach dem Unfall ist die Einnahme der Medikamente nicht mehr zielführend. Die Entscheidung darüber, ob diese Behandlung nötig ist, muss ein Arzt/eine Ärztin treffen. Nähere Informationen sind in den Krankenhäusern, die auch für die Medikamentvergabe zuständig sind, erhältlich.

# HIV-Übertragung von der Mutter auf das Kind

Das HI-Virus kann von einer HIV-infizierten Mutter während der Schwangerschaft oder bei der Geburt und beim Stillen auf das Kind übertragen werden. Durch Medikamente kann die Wahrscheinlichkeit der Übertragung von etwa 25% auf 2 bis 3% gesenkt werden.

NOW  
V ▶ AIDS



Würde es Ihnen schwer fallen, einem HIV-positiven Freund/einer HIV-positiven Freundin einen Kuss auf die Wange zu geben?

## Wie kann man sich nicht anstecken?

HIV ist bei Sozialkontakten nicht übertragbar (Händeschütteln, Umarmungen, Küssen).

Beim Benützen von öffentlichen Toiletten, Sauna, Hallenbad oder durch Anhusten oder Anniesen ist das Virus nicht übertragbar.

Weder durch Tiere noch Tierprodukte (Fleisch) ist das Virus übertragbar.

Auch Insektenstiche sind keine Ansteckungsgefahr.

**Wichtig:** In Speichel, Schweiß, Tränenflüssigkeit, Urin und Kot ist die HI-Virusmenge für eine Ansteckung zu gering.



Wenn Sie noch nie Kondome verwendet haben: Auch der Gebrauch von Kondomen will gelernt und geübt sein. Nehmen Sie sich Zeit, um mit der Anwendung vertraut zu werden, damit Sie sich und Ihre Partnerin/ Ihren Partner vor HIV und anderen sexuell übertragbaren Krankheiten schützen können.

## Schutz vor HIV

### Safer Sex

- Richtige Anwendung eines Kondoms bei Vaginal- oder Analverkehr.
- Verwenden Sie nur Markenkondome, die eine Prüfnummer und ein Ablaufdatum auf der Packung aufweisen und die nicht abgelaufen sind.
- Beachten Sie die Gebrauchsanweisung, die jeder Kondompackung beiliegt.
- Bei Oralverkehr: kein Sperma oder Menstruationsblut in den Mund
- Kein Übertragungsrisiko beihalten Streicheln, Küssen, Schmusen oder Petting
- Sex zwischen HIV-negativen Partner/innen: Die Partner/innen wissen durch einen HIV-Test, dass sie beide negativ sind, sind dann einander treu oder verwenden im Falle außerpartnerschaftlicher Sexualkontakte Kondome.

### Safer Use bei i.v. Drogengebrauch

- Nehmen Sie bei jedem Schuss eine neue, sterile Nadel
- Verwenden Sie niemals das Spritzbesteck von anderen



Haben Sie schon einmal daran gedacht, sich auf HIV testen zu lassen? Was spricht dafür, was dagegen? Schaffen Sie sich Gewissheit. Je früher eine HIV-Infektion erkannt wird, desto besser sind die Behandlungsmöglichkeiten.

## Nachweis der HIV-Infektion

Der Nachweis einer HIV-Infektion ist ausschließlich durch eine Blutuntersuchung möglich. Dazu gibt es verschiedene Testverfahren.

### **Der HIV-Antikörper-Test**

Bei dieser Methode wird nach HIV-Antikörpern im Blut gesucht, die sich im Organismus bilden, wenn HI-Viren eingedrungen sind. Erst wenn eine bestimmte Menge Antikörper gebildet wurde, kann der Test sie nachweisen. Dies dauert üblicherweise 12 Wochen (= diagnostisches Fenster). Das bedeutet, dass eine HIV-Infektion nach 12 Wochen nachgewiesen werden kann.

Ein negatives Testergebnis sagt aus, dass im Blut keine Antikörper gegen HIV gefunden wurden. D.h. dass die getestete Person bis vor drei Monaten nicht HIV-infiziert war. Ein positives Testergebnis bedeutet, dass im Blut Antikörper gegen HIV gefunden wurden und somit eine HIV-Infektion vorliegt.

### **Der PCR-Test**

Dieses Verfahren ist eine sehr aufwändige Testmethode die das Virus direkt nachweist. Mittels des PCR-Tests kann eine HIV-Infektion bereits nach 2 Wochen festgestellt werden. Wenn das Virus nicht nachgewiesen werden konnte, sollte dennoch 12 Wochen nach der Risikosituation ein HIV-Antikörper-Test gemacht werden, um eine HIV-Infektion völlig auszuschließen.

Die AIDS-Hilfen Österreichs bieten anonym und kostenlos den HIV-Antikörper-Test an. Dort können Sie sich auch beraten lassen.

Wie würden Sie auf ein HIV-positives Testergebnis reagieren? Welche Konsequenzen hätte das für Ihr Leben? Hätten Sie Angst, Ihre Arbeit, Ihre Partnerin/ Ihren Partner zu verlieren?

## Leben mit der HIV-Infektion

### Wenn das Testergebnis „HIV-positiv“ lautet

Menschen, die erfahren, dass sie HIV-positiv sind, reagieren sehr unterschiedlich. Zunächst bedeutet das positive Testergebnis sicherlich einen Schock. Es braucht einige Tage oder Wochen, bis die Information verarbeitet werden kann. Der Verlauf der Infektion und der AIDS-Erkrankung ist ein Wechselspiel zwischen seelischen und körperlichen Faktoren. Jeder seelische Kummer stellt einen Stressfaktor dar, der sich auch körperlich niederschlagen und den Verlauf der Infektion ungünstig beeinflussen kann. Deshalb ist für Betroffene ein tolerantes und verständnisvolles Umfeld sehr wichtig.

Wenn Sie erfahren, dass Sie HIV-positiv sind, überstürzen Sie keine Entscheidungen, vor allem nicht so wichtige wie die Arbeit zu kündigen, den Partner oder die Partnerin zu verlassen oder Ähnliches. Es ist nicht nötig, alle Probleme an einem Tag zu lösen – lassen Sie sich Zeit.

Die Berater/innen der AIDS-Hilfen Österreichs helfen, den Alltag so „normal“ wie möglich fortzuführen.





## Die Kombinationstherapie

Seit einigen Jahren stehen Medikamente zur Verfügung, die – meist in verschiedenen Kombinationen – die Vermehrung von HIV hemmen. D.h. der Krankheitserreger wird an seiner Ausbreitung im Organismus gehindert. Dadurch kann das Immunsystem der Betroffenen lange Zeit stabil bleiben und die für AIDS typischen Infektionskrankheiten müssen nicht mehr auftreten. Trotzdem kann eine HIV-Infektion immer noch tödlich enden, da die Infektion nach wie vor nicht völlig geheilt werden kann.

Auch wenn die Behandlung mit der Kombinationstherapie eine konsequente Lebensführung erfordert und meist mit Nebenwirkungen verbunden ist, ermöglicht sie den Betroffenen in vielen Fällen ein weitgehend normales Leben. Die Lebenserwartung wird erhöht und Zukunftsperspektiven bleiben erhalten. Die ständigen Fortschritte in der medizinischen Forschung versprechen zudem eine laufende Verbesserung der Therapie.

Aufgrund der Behandlungsmöglichkeiten bekommt der HIV-Test eine wichtige Bedeutung als Instrument zur Erhaltung der Gesundheit. Je früher eine HIV-Infektion erkannt wird, desto eher kann eine individuelle Behandlung einsetzen, die die AIDS-Erkrankung hinauszögert oder gar verhindert.

**Zögern Sie nicht, einen HIV-Test durchführen zu lassen, wenn Sie einem Risiko ausgesetzt waren.**

# Die AIDS-Hilfen Österreichs

www.aidshilfen.at

**Aids Hilfe Wien** · Aids Hilfe Haus · Mariahilfer Gürtel 4,  
A-1060 Wien · Tel.: 01/599 37, Fax-DW: 16  
E-Mail: wien@aids.at · www.aids.at  
Spendenkonto: 240 115 606 00 (Bank Austria 12 000)

**Aidshilfe Salzburg** · Linzer Bundesstr. 10 · A-5020 Salzburg  
Tel.: 0662/88 14 88 · Fax-DW: 3  
E-Mail: salzburg@aidshilfen.at · www.aidshilfe-salzburg.at  
Spendenkonto: 02 025 666 (Raika 35 200)

**aidshilfe Kärnten** · Bahnhofstr. 22/1 · A-9020 Klagenfurt  
Tel.: 0463/55 128 · Fax: 0463/51 64 92  
E-Mail: kaernten@hiv.at · www.hiv.at  
Spendenkonto: 92 011 911 (PSK 60 000)

**AIDSHILFE OBERÖSTERREICH** · Blütenstr. 15/2 · A-4040 Linz  
Tel.: 0732/21 70 · Fax-DW: 20  
E-Mail: office@aidshilfe-ooe.at · www.aidshilfe-ooe.at  
Spendenkonto: 01 002 161 83 (Hypobank 54 000)

**AIDS-Hilfe Steiermark** · Schmiedgasse 38/1 · A-8010 Graz  
Tel.: 0316/81 50 50 · Fax-DW: 6  
E-Mail: steirische@aids-hilfe.at · www.aids-hilfe.at  
Spendenkonto: 92 011 856 (PSK 60 000)

**AIDS-Hilfe Tirol** · Kaiser-Josef-Straße 13 · A-6020 Innsbruck  
Tel.: 0512/56 36 21 · Fax: 0512/56 36 219  
E-Mail: tirol@aidshilfen.at · www.aidshilfe-tirol.at  
Spendenkonto: 03 893 060 800 (CA-BA 12 000)

**AIDS-Hilfe Vorarlberg** · Kaspar-Hagen-Str. 5/1 · A-6900 Bregenz  
Tel.: 05574/465 26 · Fax-DW: 20  
E-Mail: contact@aidshilfe-vorarlberg.at · www.aidshilfe-  
vorarlberg.at · Spendenkonto: 10 193 263 114 (Hypo 58 000)

## Redaktionsbüro Aidshilfe Salzburg

Linzer Bundesstr. 10 · A-5020 Salzburg  
Tel.: 0662/88 14 88 · Fax: 0662/88 14 88-3  
E-Mail: plusminus@aidshilfen.at

## Medienservice Aids Hilfe Wien

Aids Hilfe Haus, Mariahilfer Gürtel 4 · A-1060 Wien  
Tel.: 01/595 37 11-81 · Fax-DW: 17 · E-Mail: wien@aids.at

SERVICESTELLEN

**Impressum:** Eigentümer, Herausgeber, Verleger, f.d. Inhalt verantwortlich: Die AIDS-Hilfen Österreichs. Redaktion: Redaktionsbüro der AIDS-Hilfen Österreichs, Aidshilfe Salzburg, Linzer Bundesstr. 10, 5020 Salzburg · www.aidshilfen.at · © 2010.

Gefördert durch das BUNDESMINISTERIUM FÜR GESUNDHEIT

