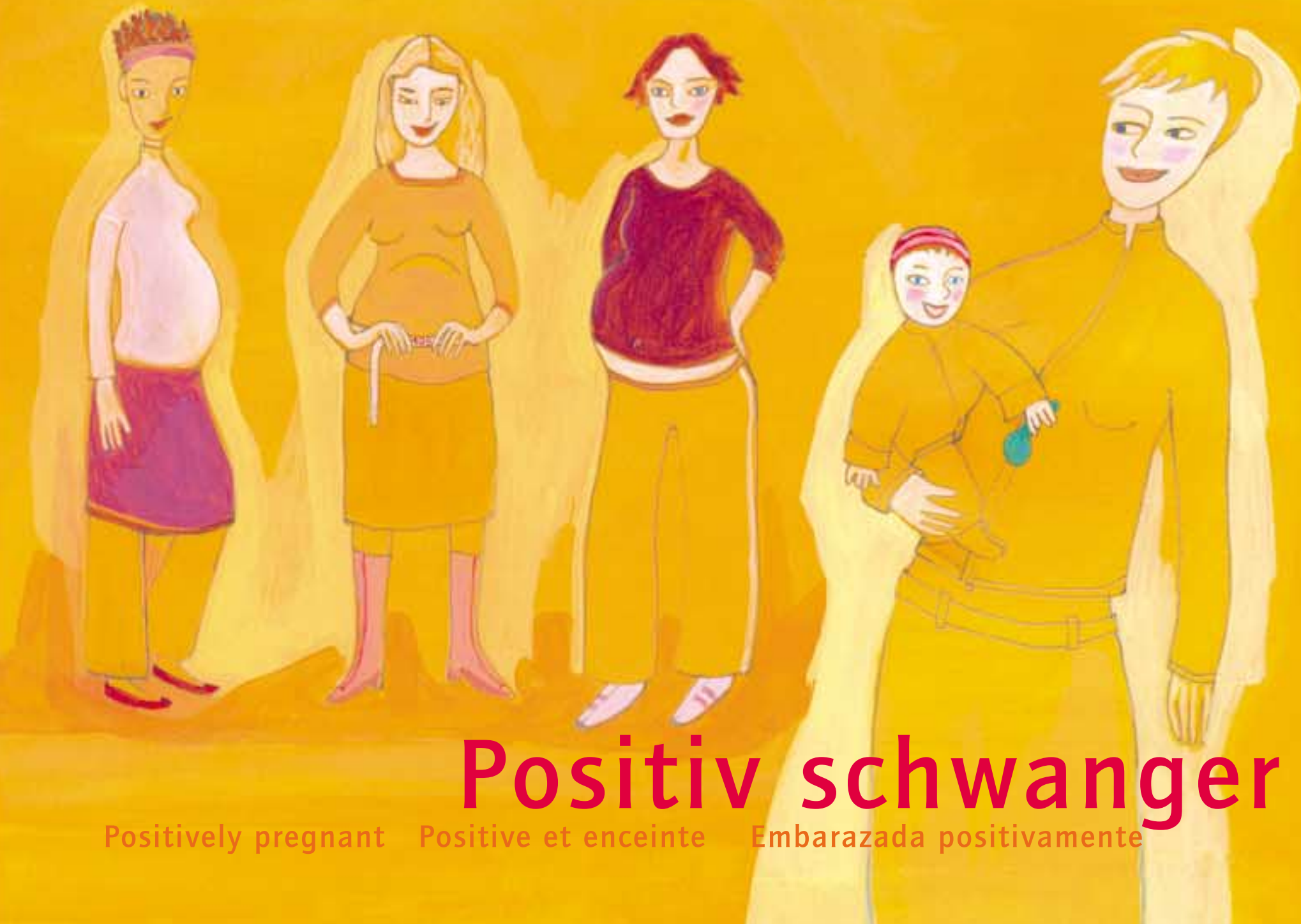




Positiv schwanger



Positiv schwanger

Positively pregnant Positive et enceinte Embarazada positivamente



Über diese Arbeitshilfe

Schwangerschaft, Geburt, Mutterschaft bei HIV-positiven Frauen: Hier kommt es ganz besonders auf sensible, fachlich kompetente Beratung und intensive medizinische Betreuung an. Die Kommunikation zwischen Ärzt(inn)en und Patientinnen oder Beratenden und Rat Suchenden ist dabei nicht immer einfach. Das liegt zum einen an der komplexen Materie, die medizinische Laien leicht überfordern kann. Zum anderen stammen viele dieser Patientinnen oder Rat Suchenden aus anderen Ländern, meist aus solchen mit besonders hoher HIV-Verbreitung: Sprachprobleme sowie kulturell geprägte Vorstellungen und Sichtweisen auf beiden Seiten können das Verstehen (im doppelten Wortsinn) erheblich erschweren.

Mit der vorliegenden Arbeitshilfe will die Deutsche AIDS-Hilfe e.V. die Beratung HIV-positiver Schwangerer in Arztpraxen, Aidshilfen und anderen Beratungsstellen unterstützen. Sie informiert kurz und knapp in vier Sprachen – neben Deutsch in Englisch, Französisch und Spanisch – über die wichtigsten Aspekte des Themas „HIV-positiv und schwanger“ und lässt sich im Arzt- oder Beratungsgespräch als Kommunikationshilfe einsetzen. Der beiliegende (separat nachbestellbare) Kalender kann, versehen mit den jeweiligen Untersuchungsterminen, der Patientin mitgegeben werden.

Information und Beratung

Diese Arbeitshilfe wurde nach bestem Wissen und Gewissen verfasst (Stand Februar 2005), dennoch können Irrtümer nicht ausgeschlossen werden. Hinzu kommt, dass sich in der Medizin alles sehr rasch entwickelt, vor allem in der HIV-Forschung; was heute aktuell ist, kann morgen schon veraltet sein. Wir bitten daher darum, sich in jedem Fall anhand aktueller Veröffentlichungen auf dem Laufenden zu halten und bei Bedarf den Rat von Kolleginnen und Kollegen einzuholen.

Eine Adressliste von Arztpraxen und Kliniken, die auf HIV-positive Schwangere spezialisiert sind, ist erhältlich bei der

Arbeitsgemeinschaft für HIV
in Gynäkologie und Geburtshilfe
c/o Dr. Andrea Gingelmaier
Ludwig-Maximilian-Universität
1. Frauenklinik Innenstadt
Maistraße 11, 80337 München
Tel. 089 / 51 60 42 85

Für Ärztinnen und Ärzte, die HIV-positive Schwangere betreuen, gibt es eine Telefon-Hotline unter der Nummer 0178 / 2 82 02 82, an die sie sich bei Fragen und Problemen wenden können.
Die Hotline ist rund um die Uhr besetzt.

Der jeweils aktuelle Stand der „Deutsch-österreichischen Empfehlungen zur HIV-Therapie in der Schwangerschaft“ und Übersichtstabellen zum Vorgehen in der Schwangerschaft finden sich im Internet unter www.rki.de (→ Infektionskrankheiten von A–Z → HIV → Therapie → Leitlinien).

Über Neuigkeiten in der HIV-Therapie berichtet der FaxReport zu HIV/Aids. Diesen kostenlosen Newsletter kann man per E-Mail bei der Deutschen AIDS-Hilfe e.V. (DAH) unter faxreport@dah.aidshilfe.de bestellen.

Bei der DAH gibt es außerdem kostenlose Info-Materialien zu HIV/Aids und sexuell übertragbaren Krankheiten. Eine Bestellliste kann beim DAH-Versand angefordert werden: Tel. 030 / 69 00 87-43 oder per E-Mail unter versand@dah.aidshilfe.de.

Information für Ärzte und Berater

| Woche | Datum | Therapie | oder Prophylaxe | Labor | Diabetes-test | Ultra-schall | gynäkol. Untersuchung | Notizen | |
|-------|-------|---------------------------|-----------------|-------|---------------|--------------|-----------------------|-----------------------------------|------------------|
| 1 | | | | | | | | checking of medication | |
| 2 | | Medikamente-Check | | | | | | contrôle des médicaments | |
| 3 | | | | | | | | revisión de los medicamentos | |
| 4 | | | | | | | Kolpologie | examen gynécologique | |
| 5 | | | | | | | | examen ginecológico | |
| 6 | | | | | | | | | |
| 7 | | Therapiepause? | | | | | | examen interrompu | |
| 8 | | | | | | | | interrogatoire de la thérapie | |
| 9 | | | | | | | | interrogatoire de la terapia | |
| 10 | | | | | | | | | |
| 11 | | | | | | | | évaluation des tests de naissance | |
| 12 | | | | | | | | prueba de nacimiento | |
| 13 | | | | | | | | | |
| 14 | | | | | | | | | |
| 15 | | Medikamente | | | | | | medication | |
| 16 | | | Resistenztest | | | | | medicaments | |
| 17 | | | | | | | | medicamentos | |
| 18 | | | | | | | | | |
| 19 | | | | | | | | | |
| 20 | | | | | | | | | |
| 21 | | | | | | | | | |
| 22 | | | | | | | | | |
| 23 | | | | | | | | | |
| 24 | | | | | | | | Kaiserschnitt gebühren? | |
| 25 | | | | | | | | already got a prescription? | |
| 26 | | | | | | | | Was was epp? | |
| 27 | | | | | | | | Was ist epp? | |
| 28 | | | | | | | | Was ist epp? | |
| 29 | | | | | | | | Was ist epp? | |
| 30 | | | | | | | | Was ist epp? | |
| 31 | | | | | | | | Was ist epp? | |
| 32 | | Medikamente | | | | | | Was ist epp? | |
| 33 | | | | | | | | Was ist epp? | |
| 34 | | | | | | | | Was ist epp? | |
| 35 | | | | | | | | Was ist epp? | |
| 36 | | | | | | | | Was ist epp? | |
| 37 | | | | | | | | Was ist epp? | |
| 38 | | Kaiserschnitt | | | | | | | cesarean section |
| 39 | | errechneter Geburtstermin | | | | | | | delivery date |
| 40 | | errechneter Geburtstermin | | | | | | | delivery date |

Impressum

Herausgeber
Deutsche AIDS-Hilfe e.V.
Dieffenbachstr. 33, 10967 Berlin
Internet: www.aidshilfe.de
E-Mail: dah@aidshilfe.de

Januar 2005
Bestellnummer Arbeitshilfe: 020108
Bestellnummer Kalender: 020109

Konzept: Armin Schafberger
Textgrundlage: Dr. Sabine Gröger, Dr. Annette Haberl
Übersetzung: Arnold Dörr, Silke Klumb, Marcel Nestler,
Béatrice De March, Margret Vince
Redaktion: Ines Lehmann, Armin Schafberger, Uli Sporleder
Bearbeitung: Christine Höpfner, Holger Sweers
Gestaltung: Paul Bieri, Berlin
Illustrationen: Anna Mars Toussaint, www.annamars.com
Druck: Medialis, Berlin

Spendenkonto: Berliner Sparkasse, Konto 220 220 220,
BLZ 100 500 00; IBAN: DE27 1005 0000 0220 2202 20,
BIC: BELADEBEXX

Sie können die DAH auch unterstützen, indem Sie Fördermitglied werden. Nähere Informationen unter www.aidshilfe.de oder bei der DAH.

Die DAH ist als gemeinnützig und besonders förderungswürdig anerkannt. Spenden und Fördermitgliedschaftsbeiträge sind daher steuerabzugsfähig.

Wir danken den Firmen
Böhringer Ingelheim Pharma GmbH & Co. KG
und GlaxoSmithKline GmbH & Co. KG
für die freundliche Unterstützung dieser Arbeitshilfe.

Liebe Leserin,

Sie sind schwanger und HIV-positiv. Wichtig ist, dass Sie von Beginn der Schwangerschaft an gut betreut werden, damit Sie gesund bleiben und Ihr Kind nicht mit HIV infiziert wird. Dieses Buch gibt Ihnen die nötigen Informationen. In der hinteren Umschlagseite finden Sie einen Kalender, in den man wichtige Untersuchungstermine eintragen kann. Den Kalender nehmen Sie am besten zusammen mit dem Mutterpass zu Ihren Arztbesuchen mit.

Sie sind nicht allein! Wenn Sie Fragen haben und Beratung brauchen – zum Beispiel zu Sozialleistungen, medizinischer Versorgung, Aufenthaltsrecht, Kinderbetreuung oder Rehabilitation – oder wenn Sie andere HIV-positive Mütter kennen lernen möchten: die **lokalen Aidshilfen** helfen Ihnen gerne. Dort bekommen Sie auch Adressen von Ärztinnen und Ärzten, die auf HIV-positive und aidskranke Patienten spezialisiert sind, oder von Schwangeren-Beratungsstellen, die Sie unterstützen, wenn Sie z. B. noch nicht wissen, ob Sie das Kind bekommen möchten oder nicht.

Die Aidshilfen informieren Sie ebenso über Stiftungen, die bei finanzieller Not helfen (z. B. Deutsche AIDS-Stiftung, Stiftung „Mutter und Kind“). Die Adressen der Aidshilfen finden Sie im Telefonbuch oder im Internet unter www.aidshilfe.de. Auch die Deutsche AIDS-Hilfe nennt Ihnen gerne eine Aidshilfe in Ihrer Nähe (Telefon 030-69 00 87-0).

Chère lectrice,

Vous êtes enceinte et séropositive. Il importe que vous soyez bien assistée dès le début de votre grossesse afin que vous restiez en bonne santé et que votre enfant ne soit pas infecté par le VIH. Cette brochure vous donne des informations utiles. Sur la dernière page de couverture, vous trouverez un calendrier dans lequel vous pourrez noter les dates des examens médicaux importants. Le mieux est d'apporter ce calendrier avec votre carnet de maternité aux consultations médicales.

Vous n'êtes pas seule! Si vous avez des questions et que vous avez besoin de conseils – notamment en ce qui concerne les prestations sociales, les soins médicaux, le droit de séjour, la prise en charge des enfants ou la réinsertion – ou si vous souhaitez faire la connaissance d'autres mères séropositives: les aides locales contre le SIDA (**AIDS-Hilfen**) vous assistent volontiers. Elles pourront également vous communiquer des adresses de médecins spécialisés dans la prise en charge des patients séropositifs ou malades du SIDA ou celles de services de consultation pour les femmes enceintes qui vous soutiendront si vous ne savez p. ex. pas encore si vous désirez garder ou non l'enfant.

Les aides contre le SIDA vous renseigneront également sur les fondations, qui interviennent en cas de besoin financier, notamment la Deutsche AIDS Stiftung (Fondation allemande contre le SIDA) et la Stiftung «Mutter und Kind» (Fondation «Mère et enfant»). Vous trouverez les adresses des aides contre le SIDA dans l'annuaire ou sur internet à www.aidshilfe.de. La Deutsche AIDS-Hilfe (Aide allemande contre le SIDA) vous communiquera volontiers les coordonnées de l'aide contre le SIDA de votre région (téléphone 030-69 00 87-0).

Querida lectora:

Está usted embarazada y es seropositiva. Lo más importante es que, ya desde el principio del embarazo, esté usted bien aconsejada para que pueda usted seguir disfrutando de salud y para que su hijo no sea infectado con el virus VIH. Este librito le dará la información necesaria. En las páginas finales podrá encontrar además una agenda en la que podrá anotar las horas de revisión. Lo mejor es que lleve consigo en cada visita al médico tanto la agenda como la cartilla de embarazada.

¡No está usted sola! Si necesita usted asesoramiento en lo que respecta a prestaciones sociales, asistencia médica, derecho de residencia, asistencia infantil o rehabilitación, o simplemente si quiere conocer a otras madres seropositivas, las organizaciones locales contra el SIDA (**AIDS-Hilfen**) la ayudarán a ello. Allí también podrá disponer de direcciones de médicos especialistas en pacientes seropositivos y enfermos de SIDA. En las organizaciones contra el SIDA recibirá también direcciones de consultorios para embarazadas que la aconsejarán, por ejemplo, si aún no sabe si quiere tener al niño o no.

Las organizaciones contra el SIDA la informan asimismo sobre la existencia de fundaciones que ofrecen apoyo económico en caso de necesidad (por ejemplo las fundaciones Deutsche AIDS-Stiftung o Stiftung "Mutter und Kind"). Las direcciones de las organizaciones contra el SIDA están disponibles tanto en la guía telefónica como en Internet, en la página web www.aidshilfe.de. A través de la Organización Alemana contra el SIDA podrá por otra parte enterarse de las organizaciones contra el SIDA que hay en su entorno (teléfono 030-69 00 87-0).

Dear Reader,

You are pregnant and HIV positive. It is important that you are well looked after right from the start of the pregnancy, so that you stay healthy and your child is not infected with HIV. This booklet gives you the information you need. On the inside back page you will find a calendar, on which you can write important appointments. It is best to take the calendar with you, together with your pregnancy pass, on visits to the doctor.

You are not alone! If you have questions and need advice – for example about welfare services, medical care, residence rights, child care or rehabilitation – or if you would like to meet other HIV positive mothers, the local branches of **AIDS-Hilfe** (AIDS support service) will be pleased to help you. From them, you can also get the addresses of doctors who specialise in patients who are HIV positive or have AIDS, or the addresses of pregnancy advisory services who will support you if for example you do not yet know whether you want to have the child or not.

The AIDS support services will also give you information about foundations which can help in cases of financial need, e.g. Deutsche AIDS-Stiftung (German AIDS foundation), the Stiftung "Mutter und Kind" (mother and child foundation). You can find the addresses of the AIDS support services in the telephone directory or on the internet at www.aidshilfe.de. The Deutsche AIDS-Hilfe (German AIDS support service) will also be pleased to let you know of any branches in your area (telephone 030-69 00 87-0).



Schutz Protection Protection Protección

Schutzmaßnahmen für Ihr Kind

„Wird mein Kind gesund sein?“ Diese Frage wird Sie ganz besonders beschäftigen. Folgendes sollten Sie wissen: Ohne Maßnahmen zum Schutz des Kindes beträgt das Risiko, dass HIV von der Mutter auf das Kind übertragen wird, in Deutschland 20%. Wenn alle Schutzmaßnahmen getroffen werden, beträgt das HIV-Übertragungsrisiko weniger als 2%.

Ihr Kind kann vor einer HIV-Infektion geschützt werden ...

- wenn Sie sich regelmäßig von Ihrem Frauenarzt und Ihrem HIV-Arzt untersuchen lassen,
- wenn Sie in der Schwangerschaft Medikamente gegen HIV einnehmen,
- wenn Ihr Kind möglichst durch einen Kaiserschnitt zur Welt kommt,
- wenn Sie auf das Stillen verzichten und
- wenn Ihr Kind für 2–6 Wochen eine vorbeugende Behandlung mit HIV-Medikamenten erhält.

Les mesures de protection pour votre enfant

«Mon enfant sera-t-il en bonne santé?» Cette question va vous préoccuper tout particulièrement. Il faut savoir qu'en Allemagne, le risque de transmission du VIH par la mère à l'enfant est de 20% sans mesures de protection. Si toutes les mesures de protection sont prises, le risque de transmission du VIH est inférieur à 2%.

Votre enfant peut être protégé contre une infection par le VIH ...

- si vous vous faites examiner régulièrement par votre gynécologue et votre médecin VIH,
- si vous prenez des médicaments contre le VIH pendant la grossesse,
- si votre enfant vient au monde par une césarienne,
- si vous renoncez à allaiter au sein,
- si votre enfant subit un traitement préventif avec des médicaments contre le VIH pendant 2 à 6 semaines.

Medidas preventivas para proteger a su hijo contra el VIH

“¿Nacerá mi hijo sano?” Seguro que ésta es una de las cuestiones que más la preocupan. Debe tener en cuenta que, si no toma medidas preventivas para proteger a su hijo existe el riesgo de que el VIH se transmita de la madre al hijo. Este riesgo es en Alemania del 20%. Sin embargo, si se cumplen todas las medidas preventivas, el riesgo de transmisión del VIH es de menos del 2%.

Usted puede proteger a su hijo de una infección de VIH ...

- si se somete regularmente a un examen médico, tanto de un ginecólogo como de un médico especialista en VIH,
- si toma medicación contra el VIH durante el embarazo,
- si su hijo viene al mundo mediante una cesárea,
- si renuncia a dar el pecho,
- si su hijo recibe un tratamiento preventivo con medicación contra el VIH durante 2–6 semanas.

Protective measures for your child

"Will my child be healthy?" This question will be particularly on your mind. What you should know is this: without measures to protect the baby, the risk of passing HIV from mother to child in Germany is 20%. If all the protective measures are taken, the risk of passing on HIV is less than 2%.

Your child can be protected from HIV infection ...

- if you are regularly examined by your gynaecologist and your HIV doctor,
- if you take anti-HIV medication during pregnancy,
- if your child is born by caesarean section,
- if you do not breastfeed, and
- if your child receives preventive treatment with HIV medication for 2-6 weeks.



Schwangerschaft Pregnancy Grossesse Embarazo



Für die Gesundheit von Mutter und Kind

Bewegen Sie sich

Bewegung regt Ihren Kreislauf an und beugt typischen Schwangerschaftsbeschwerden vor, z. B. Rückenschmerzen oder Venenproblemen. Spazieren gehen an der frischen Luft, Schwimmen oder Gymnastik tut Ihrer Gesundheit gut!



Trinken Sie weniger Kaffee

Normaler Kaffee enthält Koffein. Dieser Wirkstoff gelangt über die Plazenta in den Blutkreislauf des Kindes, erhöht seinen Herzschlag und belastet sein Nervensystem. Daher sollten Sie pro Tag nicht mehr als zwei Tassen Kaffee trinken. Koffeinfreier Kaffee ist dagegen unschädlich und kann auch in größeren Mengen getrunken werden.



Nehmen Sie möglichst keine Drogen

Tabak und Alkohol schaden nicht nur Ihrer eigenen Gesundheit, sondern auch der Gesundheit Ihres Kindes. Sie sollten deshalb in der Schwangerschaft auf Zigaretten und Alkohol möglichst verzichten.



Das Gleiche gilt für andere Drogen, z. B. Crack, Kokain, Ecstasy oder Schlaftabletten und Beruhigungsmittel.

Wenn Sie regelmäßig Heroin konsumieren, ist in der Schwangerschaft eine Behandlung mit Ersatzstoffen (Substitution) ratsam. Falls Sie bereits Ersatzstoffe einnehmen, sollten Sie die Dosis nicht auf eigene Faust reduzieren:

Das könnte vorzeitige Wehen auslösen und das Risiko einer HIV-Übertragung auf Ihr Kind erhöhen!

Wenn Sie Drogen nehmen: Sprechen Sie mit ihrem Arzt darüber und suchen Sie eine Drogenberatungsstelle auf. Ärzte und Berater unterliegen der Schweigepflicht!



Pour la santé de la mère et de l'enfant

Bougez!

Le mouvement stimule la circulation et prévient les problèmes typiques de la grossesse tels que p. ex. les maux de dos ou les problèmes de veines. Les promenades au grand air, la natation ou la gymnastique influent favorablement sur votre santé!

Buvez moins de café!

Le café normal contient de la caféine. Cette substance arrive dans la circulation sanguine de l'enfant via le placenta, accélère son pouls et surcharge son système nerveux. C'est pourquoi il est déconseillé de boire plus de deux tasses de café par jour. En revanche, le café décaféiné est inoffensif et peut être bu même en grande quantité.

Ne prenez si possible aucune drogue!

Le tabac et l'alcool nuisent non seulement à votre propre santé mais aussi à celle de votre enfant. Pour cette raison renoncez si possible aux cigarettes et à l'alcool pendant la grossesse.

Ceci vaut également pour les autres drogues, p. ex. le crack, la cocaïne, l'ecstasy ou les somnifères y tranquillisants.

Si vous consommez régulièrement de l'héroïne, il est conseillé de subir un traitement substitutif. Si vous prenez déjà des substituts, il ne faut pas réduire la dose de votre propre initiative: ceci pourrait provoquer des contractions prématurées et augmenter le risque d'une transmission du VIH à votre enfant!

Si vous prenez des drogues: parlez-en à votre médecin et rendez-vous dans un centre de consultation pour toxicomanes. Les médecins et les conseillers sont soumis à l'obligation du secret professionnel!

Por su salud y la de su hijo

Muévase

Moverse no sólo activa la circulación de la sangre sino que también previene las clásicas molestias del embarazo, como los dolores de espalda o los problemas de las venas. ¡A las embarazadas les sienta bien pasear al aire libre, nadar o hacer gimnasia!

Beba menos café

El café normal contiene cafeína. Esta sustancia llega a la circulación sanguínea del niño a través de la placenta, aumenta las pulsaciones de su corazón y perjudica su sistema nervioso. Las mujeres embarazadas pueden beber, como mucho, dos tazas de café al día. El café descafeinado es sin embargo inofensivo y se puede beber en mayores cantidades.

No tome drogas en la medida de lo posible

El tabaco y el alcohol perjudican no sólo su salud, sino también la salud de su hijo. ¡Intenta no fumar ni beber alcohol durante el embarazo!

Lo mismo vale para otras drogas (por ejemplo crack, cocaína, éxtasis, etc. o pastillas para dormir y tranquilizantes).

En caso de consumo regular de heroína se debe llevar a cabo durante el embarazo un tratamiento con sustancias que la sustituyan. ¡Al sustituir la heroína no reduzca por cuenta propia la dosis de las sustancias que la sustituyen!

Si lo hace puede usted provocar la aparición de contracciones prematuras y aumentar con ello el riesgo de contagio de su hijo con el VIH.

Si está usted tomando drogas, hable con su médico y busque un Centro de Información para Drogodependientes. ¡Tanto los médicos como los consejeros están sujetos al secreto profesional!

For the health of both mother and child

Keep active

Movement stimulates your circulation and prevents typical pregnancy complaints, e.g. backache or vein problems. Walking in the fresh air, swimming or keep-fit are good for your health!

Drink less coffee

Normal coffee contains caffeine. This active ingredient crosses the placenta and reaches the blood circulation of the baby, increases its heart rate and stresses its nervous system. For this reason, you should not drink more than two cups of coffee a day. Decaffeinated coffee on the other hand is harmless, and can be drunk in greater quantities.

If possible, do not take any drugs

Tobacco and alcohol do not just damage your own health, but also the health of your child. You should therefore avoid cigarettes and alcohol during pregnancy as far as possible.

The same applies to other drugs, e.g. crack, cocaine, ecstasy or sleeping pills and tranquilizers. If you regularly take heroin, it is advisable to have treatment with substitutes during pregnancy (substitution therapy). If you are already taking substitute medication, you should not reduce the dose by yourself: that could trigger premature labour and increase the risk of passing HIV on to your child!

If you take drugs, talk to your doctor about it and look up a drugs advisory centre. Doctors and advisors must keep whatever you tell them confidential!



Schützen Sie sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten

Sexuell übertragbare Krankheiten wie z. B. Syphilis, Tripper, Hepatitis, Herpes oder Chlamydien würden Ihr Immunsystem zusätzlich belasten und Ihr Kind gefährden:

Manche dieser Krankheiten können in der Schwangerschaft oder bei der Geburt auf das Kind übertragen werden und bei ihm schwere Krankheiten verursachen.

Außerdem kann es durch solche Infektionen leichter zu einer Frühgeburt kommen, die das Risiko einer HIV-Übertragung auf das Kind erhöht. Daher sollten Sie beim Sex Kondome benutzen: Kondome senken das Risiko, dass man sich mit diesen Krankheiten ansteckt – und sie schützen Sexpartner vor einer HIV-Infektion.

Protégez-vous contre les maladies sexuellement transmissibles!

Les maladies sexuellement transmissibles telles que p. ex. la syphilis, la blennorragie, l'hépatite, l'herpès ou les chlamydiae solliciteraient encore davantage votre système immunitaire et mettraient votre enfant en danger: certaines de ces maladies peuvent être transmises à l'enfant pendant la grossesse ou lors de l'accouchement et parfois provoquer chez lui de graves maladies. De plus, ces infections peuvent favoriser une naissance prématurée, qui augmente le risque de transmission du VIH à l'enfant. Pour cette raison, il faut utiliser des préservatifs durant les rapports sexuels: les préservatifs réduisent le risque de contracter ces maladies – et protègent le partenaire sexuel d'une infection par le VIH.

Protégase de enfermedades de transmisión sexual

Las enfermedades sexuales contagiosas como por ejemplo la sífilis, la gonorrea, la hepatitis, las herpes o chlamydias pueden cargar su sistema inmunológico y perjudicar a su hijo. Algunas de estas enfermedades pueden transmitirse al niño durante el embarazo o incluso durante el parto y causar graves enfermedades. Además, estas enfermedades pueden conducir con relativa facilidad a un parto prematuro, lo que aumenta el riesgo de transmisión del VIH al niño. Por ello debe usted usar condón al tener contacto sexual. Usando condón se reduce el riesgo de contagio de estas enfermedades y además se protege a la pareja de una infección del VIH.

Protect yourself from sexually transmitted diseases

Sexually transmitted diseases such as e.g. syphilis, gonorrhoea, hepatitis, herpes or chlamydia would place an additional strain on your immune system, and endanger your child.

Some of these diseases can be passed to the child during pregnancy or birth, and can sometimes cause serious illness in the child. These infections can also raise the risk of premature birth, which in turn increases the risk of passing HIV on to the child. For this reason, you should use condoms for sex: condoms lower the risk of being infected with these diseases – and they protect sexual partners from HIV infection.



Therapie Treatment Thérapie Terapìa

HIV-Therapie

Die HIV-Therapie kann verhindern, dass Sie krank werden. In den letzten Schwangerschaftswochen trägt sie außerdem dazu bei, dass HIV nicht auf Ihr Kind übertragen wird.

Therapiepause möglich?

Wenn Sie bereits Medikamente gegen HIV einnehmen, wird Ihr Arzt prüfen, ob Sie in den ersten Monaten der Schwangerschaft eine Therapiepause machen können. Weil sich in dieser Zeit die Organe des Kindes entwickeln, sollte das Kind möglichst nicht durch Medikamente belastet werden. Meist wird die Therapie ab der 14. Schwangerschaftswoche wieder fortgeführt.

HIV-Medikamente überprüfen und, wenn nötig, wechseln

Wenn in den ersten Monaten der Schwangerschaft keine Therapiepause möglich ist, wird Ihr Arzt prüfen, ob Sie HIV-Medikamente einnehmen, die Ihrem Kind oder Ihnen selbst schaden könnten. Wenn ja, wird Ihr Arzt Ihnen andere HIV-Medikamente verschreiben als bisher.

So kann z. B. Sustiva® (Efavirenz) beim Kind Fehlbildungen und die Medikamentenkombination Zerit® (d4T) plus Videx® (ddI) bei der Mutter eine Laktat-Azidose* verursachen.

* Laktat-Azidose = eine Stoffwechselstörung, bei der zu viel Laktat (das Salz der Milchsäure) im Blut ist

Thérapie du VIH

La thérapie du VIH peut empêcher que vous ne tombiez malade. Dans les dernières semaines de la grossesse, elle contribue en outre à ce que le VIH ne soit pas transmis à votre enfant.

Une interruption de la thérapie est-elle possible?

Si vous prenez déjà des médicaments contre le VIH, le médecin examinera si vous pouvez interrompre la thérapie dans les premiers mois de la grossesse. Durant cette phase, les organes de l'enfant se développent et il ne devrait pas être exposé aux médicaments si possible. En général, la thérapie est poursuivie à partir de la 14^{ème} semaine de grossesse.

Contrôler les médicaments contre le VIH et en changer si nécessaire

S'il n'est pas possible d'interrompre la thérapie dans les premiers mois de la grossesse, votre médecin s'assurera que vous ne prenez pas de médicaments contre le VIH pouvant vous nuire ou nuire à votre enfant. Si cela est néanmoins le cas, il vous prescrira d'autres médicaments contre le VIH que ceux que vous avez pris jusqu'alors.

Le médicament Sustiva® (Efavirenz) peut p. ex. entraîner des malformations chez l'enfant et la combinaison des médicaments Zerit® (d4T) et Videx® (ddI) peut provoquer une acidose lactique* chez la mère.

* acidose lactique = trouble du métabolisme, au cours duquel il y a trop de lactate (le sel de l'acide lactique) dans le sang

Terapia contra el VIH

La terapia contra el VIH puede evitar que se ponga usted enferma. En las últimas semanas de embarazo la terapia contribuye asimismo a que el virus no se transmita a su hijo.

¿Es posible una interrupción de la terapia?

Si usted ya está tomando medicamentos contra el VIH, el médico considerará la posibilidad de interrumpir la terapia durante los primeros meses de embarazo. En estos meses se forman los órganos del niño y así se evitaría la posibilidad de que su hijo fuera perjudicado por los medicamentos en la fase más sensible de su crecimiento. Normalmente se continua con la terapia a partir de la semana número catorce de embarazo.

¡Revise sus medicamentos y si es necesario sustitúyalos!

Si no fuera posible una interrupción de la terapia al comienzo del embarazo, su médico comprobará si está usted tomando medicamentos que pudiesen provocar problemas durante el embarazo o perjudicar al niño. En este caso existe la posibilidad de que le sea recetada otra medicación de la tomada hasta entonces.

Por ejemplo, el medicamento Sustiva® (Efavirenz) puede causar alguna anomalía en el desarrollo del niño, así como la combinación medicamentosa Zerit® (d4T) más Videx® (ddI) puede causar "acidosis lactato"* en la madre.

* La acidosis lactato es un trastorno del metabolismo por el cual hay demasiado lactato (la sal del ácido láctico) en la sangre.

HIV treatment

HIV treatment can prevent you from getting ill. In the last few weeks of pregnancy, it also helps to prevent HIV from being passed on to your child.

Is it possible to interrupt the treatment?

If you already take medication to combat HIV, your doctor will check to see whether you can take a break from treatment in the first few months of pregnancy. This is the time when the baby's organs are developing, so if possible it should not be exposed to medication. Usually the treatment is re-started from the 14th week of pregnancy onwards.

Checking the HIV medication, and changing it if necessary

If it is not possible to take a break from treatment in the first few months of pregnancy, your doctor will check whether you are taking HIV medication that could harm you or your child. If so, your doctor will prescribe different HIV medication.

For example, Sustiva® (Efavirenz) can cause abnormalities in babies, and the combination treatment Zerit® (d4T) plus Videx® (ddI) can cause lactate acidosis* in the mother.

* lactate acidosis = a metabolic disorder in which there is too much lactate (the salt of the lactic acid) in the blood



HIV-Medikamente regelmäßig einnehmen

Bei einer HIV-Therapie ist es besonders wichtig, dass man die Medikamente regelmäßig einnimmt und keine Dosis auslässt: Wenn die Medikamente nicht in der richtigen Menge im Körper sind, kann HIV gegen sie unempfindlich (resistent) werden – und dann wirken sie nicht mehr.

Wenn Sie in den ersten Schwangerschaftswochen häufig unter Übelkeit und Erbrechen leiden, hat Ihr Körper womöglich nicht genug Zeit, die Medikamente aufzunehmen.

Und falls Ihnen ständig übel ist, kann es Ihnen schwer fallen, die Medikamente immer nach Vorschrift einzunehmen. Setzen Sie die Medikamente dann nicht auf eigene Faust ab, sondern reden Sie möglichst schnell mit Ihrem Arzt.

Prendre régulièrement les médicaments contre le VIH

Dans la thérapie du VIH, il est particulièrement important de prendre les médicaments régulièrement et de n'omettre aucune dose: si les médicaments ne sont pas présents dans le corps en quantité adéquate, le VIH peut devenir résistant aux médicaments – et ils n'ont alors plus d'effets.

Si vous souffrez souvent de nausées et de vomissements dans les premières semaines de la grossesse, votre corps n'a peut-être pas le temps d'absorber les médicaments.

Et si vous avez constamment des nausées, il se peut que vous ayez parfois du mal à prendre les médicaments selon les prescriptions. N'arrêtez pas de les prendre de votre propre initiative, parlez-en le plus vite possible à votre médecin!

¡Tome los medicamentos con regularidad!

Especialmente en el caso de la terapia contra el VIH es importante tomar los medicamentos de forma regular y no suprimir ninguna toma de la dosis habitual. Si los medicamentos no llegan al organismo en la cantidad adecuada el VIH puede volverse resistente contra éstos. Así pues los medicamentos dejan de hacer efecto.

Si durante las primeras semanas del embarazo sufre usted a menudo de náuseas o vómitos, es posible que su cuerpo no tenga tiempo suficiente para asimilar los medicamentos. Si además tiene usted náuseas continuamente, le será difícil darse cuenta si está tomando siempre los medicamentos según las prescripciones médicas. ¡No deje los medicamentos por cuenta propia! ¡Hable lo más pronto posible con su médico!

Take your HIV medication regularly

With HIV treatment, it is particularly important to take the medication regularly and not leave out any doses. If there is not enough medication present in the body, HIV can become resistant to it – and then the medication is no longer effective.

If you frequently suffer nausea and vomiting (morning sickness) in the first few weeks of pregnancy, your body may not have enough time to absorb the medication.

And if you feel sick all the time, you may find it difficult always to take the medication as prescribed.

Do not stop taking the medication on your own initiative, but talk to your doctor about it as quickly as possible.



Untersuchungen Examinations Examens Exámenes

Laborwerte

Sie sollten regelmäßig Ihr Blut untersuchen lassen: Die dabei ermittelten „Laborwerte“ liefern wichtige Informationen über Ihre Gesundheit. Folgendes sollte untersucht werden:

- **Blutbildung mindestens einmal pro Monat**, um zu prüfen, ob eine Blutarmut (Anämie) vorliegt. Zu einer Anämie kann es durch die Schwangerschaft, aber auch durch die HIV-Therapie kommen.
- **Viruslast (Zahl der Viren im Blut) mindestens alle 2 Monate**. Die Viruslast informiert darüber, wie aktiv das Virus ist und wie gut die HIV-Medikamente wirken.
- **Immunzellen (Zahl der CD4-Zellen im Blut) mindestens alle 2 Monate**. Dieser Laborwert gibt Auskunft über den Zustand Ihres Immunsystems.
- **Leberwerte mindestens einmal pro Monat**, um zu sehen, ob Sie die Medikamente gut vertragen.

Resistenztest

Dieser Test wird vor dem ersten Einsatz von HIV-Medikamenten durchgeführt, um festzustellen, ob das Virus gegen bestimmte Medikamente bereits unempfindlich (resistent) ist: Das könnte dann der Fall sein, wenn man sich bei jemandem infiziert hat, der bereits eine HIV-Therapie macht und bei dem die Medikamente nicht mehr gut wirken. Ein Resistenztest wird auch dann durchgeführt, wenn die Laborwerte zeigen, dass die HIV-Therapie versagt. Die nicht mehr wirksamen Medikamente werden dann gegen andere HIV-Medikamente ausgetauscht.

Für den Resistenztest nimmt der Arzt Blut ab, um es im Labor untersuchen zu lassen.

Résultats de laboratoire

Il faut faire contrôler votre sang régulièrement: les «résultats labo» obtenus vous livrent d'importantes informations sur votre santé. Les analyses suivantes doivent être effectuées:

- **Formation du sang au moins une fois par mois** pour contrôler s'il n'y a pas d'anémie. La grossesse ainsi que la thérapie du VIH peuvent provoquer une anémie.
- **Charge virale (nombre de virus dans le sang) au moins tous les 2 mois**. La charge virale informe sur l'activité du virus et indique si les médicaments contre le VIH agissent bien.
- **Cellules immunitaires (nombre de cellules CD4 dans le sang) au moins tous les 2 mois**. Ce résultat labo informe sur l'état de votre système immunitaire.
- **Les valeurs d'enzymes hépatique au moins une fois par mois** afin de s'assurer que vous supportez bien les médicaments.

Test de résistance

Ce test est effectué avant le premier recours aux médicaments contre le VIH pour déterminer si le virus est déjà résistant à certains médicaments: cela peut être le cas, lorsque quelqu'un s'est infecté auprès d'une personne effectuant déjà une thérapie du VIH et sur laquelle les médicaments n'agissent plus de manière favorable. Un test de résistance est également effectué, lorsque les résultats de laboratoire indiquent que la thérapie du VIH échoue. Les médicaments qui n'agissent plus sont alors remplacés par d'autres médicaments contre le VIH.

Pour effectuer le test de résistance, le médecin fait une prise de sang qu'il fait analyser en laboratoire.

Resultados de laboratorio

Háganse con regularidad análisis de sangre: los resultados obtenidos contienen datos importantes sobre su estado de salud. Los siguientes aspectos habrán de ser analizados:

- **La formación de la sangre, por lo menos una vez al mes**, para comprobar si sufre usted de anemia. Tanto el embarazo como una terapia contra el VIH pueden llevar a una anemia.
- **La carga viral (cantidad de virus en la sangre), por lo menos cada dos meses**. La carga viral le indica lo activo que es el virus y si los medicamentos contra el VIH están haciendo efecto.
- **Las células inmunitarias (número de células CD4 en la sangre), por lo menos cada dos meses**. Este análisis le indica el estado de su sistema inmunológico.
- **los valores hepáticos por lo menos una vez al mes**, para comprobar si está usted tolerando bien los medicamentos.

Prueba de resistencia

Esta prueba se lleva a cabo antes de la primera toma de la medicación contra el VIH para comprobar si el virus ya se ha hecho resistente contra determinados medicamentos; este podría ser el caso si se hubiera infectado a través de una persona que ya está en tratamiento contra el VIH y en la que los medicamentos ya están haciendo menos efecto. Una prueba de resistencia se realiza si los análisis de sangre muestran que la terapia contra el VIH no está dando los resultados deseados. Los medicamentos que no están siendo efectivos se sustituirán por otros.

Para la prueba de resistencia el médico tomará la sangre para hacerla analizar en el laboratorio.

Laboratory values

You should have your blood tested regularly: the “laboratory values” obtained from blood tests provide important information about your health. You should have tests for the following:

- **Blood counts at least once a month**, to check whether you are anaemic. Anaemia can be caused by pregnancy, but also by HIV treatment.
- **Viral load** (quantity of viruses in the blood) **at least every 2 months**. The viral load tells us how active the virus is and how well the HIV medication is working.
- **Immune cells** (number of CD4 cells in the blood) **at least every 2 months**. This laboratory value provides information about the state of your immune system.
- **Liver values at least once a month**, to see whether you are tolerating the medication well.

Resistance test

This test is carried out before HIV medication is used for the first time, in order to find out whether the virus is already resistant to certain types of medication. This could be the case if you were infected by someone who was already receiving HIV treatment, and for whom the medication was no longer working well. A resistance test is also carried out if the laboratory values show that the HIV treatment is failing. The medication that is no longer effective is then changed for different HIV medication.

For the resistance test, the doctor takes a blood sample and sends it to a laboratory for investigation.



Diabetestest

Die Schwangerschaft, aber auch die HIV-Therapie kann eine Störung des Zuckerstoffwechsels verursachen, durch die das Ungeborene schwer geschädigt werden kann. Der Arzt wird Ihnen deshalb zwischen der 24. und 28. Schwangerschaftswoche einen Diabetestest anbieten: Dazu gibt man Ihnen Zuckersirup und nimmt Ihnen Blut ab. Falls der Test eine solche Störung anzeigt, muss man Sie eventuell behandeln, um das Kind zu schützen.

Gynäkologische Untersuchung

HIV-positiven Schwangeren wird empfohlen, sich alle zwei bis drei Wochen gynäkologisch untersuchen zu lassen. Bei dieser Untersuchung hört der Arzt die Herztöne des Kindes ab und prüft dessen Lage und Größe, indem er den Bauch der Mutter abtastet. Um zu erfahren, wie sich das Kind entwickelt, kontrolliert er die Größe der Gebärmutter. Der Arzt untersucht ebenso, ob der Muttermund geschlossen oder bereits geöffnet ist, ob eine Gebärmutterhals-Schwäche besteht (sie begünstigt eine Fehlgeburt) und ob Infektionen in der Scheide vorliegen. Außerdem prüft er den allgemeinen Gesundheitszustand der Mutter, indem er z.B. ihren Puls und Blutdruck misst sowie ihren Urin untersucht.

Test de diabète

La grossesse ainsi que la thérapie du VIH peuvent entraîner des troubles du métabolisme glucidique, lesquels peuvent parfois gravement nuire au fœtus. Pour cette raison, le médecin vous proposera de faire un test de diabète entre la 24ème et la 28ème semaine de grossesse: à cet effet, on vous donnera du sirop de sucre et vous fera une prise de sang. Si le test indique un tel dysfonctionnement, il faudra éventuellement subir un traitement afin de protéger l'enfant.

Examen gynécologique

Il est recommandé aux femmes enceintes séropositives de se faire examiner par un gynécologue toutes les deux à trois semaines. Lors de ces consultations, le médecin écoute les pulsations cardiaques de l'enfant et contrôle sa position et sa taille en palpant le ventre de la mère. Il contrôle la taille de l'utérus pour savoir comment l'enfant se développe. Le médecin examine également si l'orifice de l'utérus est fermé ou s'il est déjà ouvert, s'il y a une défillance du col de l'utérus (celle-ci favorise les fausses couches) ou des infections vaginales. De plus, il examine l'état général de santé de la mère, p. ex. en prenant son pouls et sa tension artérielle et en analysant son urine.

Prueba de glucosa

El embarazo, pero también la terapia contra el VIH puede provocar una alteración del metabolismo de la glucosa. Esto puede traer como consecuencia serios daños en el feto. Por esta razón el médico le propondrá la realización de una prueba de glucosa entre las semanas 24 y 28 del embarazo. Le darán jarabe de glucosa y le extraerán la sangre. En caso de que la prueba muestre tal alteración, eventualmente se debería comenzar un tratamiento para proteger al niño.

Exámenes ginecológicos

Se recomienda a las embarazadas seropositivas hacerse un examen ginecológico cada dos o tres semanas. Durante esta revisión el médico escucha las pulsaciones del corazón del niño y comprueba su posición y tamaño palpando el vientre de la madre. Para saber cómo se está desarrollando el niño, el controla el útero de la madre. El examina también si el cuello uterino está cerrado o ya está abierto, si existe un debilitamiento del cuello uterino (esto puede traer consigo la pérdida del niño) y si hay algún tipo de infección en la vagina. Comprueba el estado general de salud de la mujer, midiendo el pulso y la presión sanguínea y haciendo un análisis de orina.

Glucose test

Both pregnancy and HIV treatment can disturb the glucose (sugar) metabolism, and this can sometimes cause serious harm to the unborn child. For this reason, the doctor will offer you a glucose test between the 24th and 28th week of pregnancy. For this, you will be given glucose syrup, and a blood sample will be taken from you. If the test indicates a problem, you may need to be treated in order to protect the child.

Gynaecological examinations

Pregnant women who are HIV positive are recommended to have a gynaecological examination every two to three weeks. In this examination, the doctor listens to the baby's heartbeat and checks its position and size by palpating the mother's abdomen. To find out how the baby is developing, he checks the size of the womb. The doctor also examines whether the cervix is closed or already open, whether the cervix is weak (which can encourage miscarriage) and whether there are any infections in the vagina. He also checks the mother's general state of health, for example, by taking her pulse and blood pressure and by testing her urine.



Ultraschall (Sonografie)

Die Ultraschall-Untersuchung erfolgt entweder über die Bauchdecke oder über die Scheide und ist weder für die Mutter noch für das Kind gefährlich. Mit Ultraschall kann der Arzt sehen, wie sich das Kind entwickelt und ob es Fehlbildungen aufweist. Auch körperliche Probleme der Schwangeren (z. B. eine Gebärmutterhalschwäche) lassen sich damit feststellen. Wichtig ist, Komplikationen möglichst früh zu erkennen, damit die Frau während der Schwangerschaft und das Kind noch im Mutterleib oder nach der Geburt optimal behandelt werden können.

Ihr Arzt wird Sie mindestens dreimal mit Ultraschall untersuchen, und zwar um die 10., die 20. und die 30. Schwangerschaftswoche. Ratsam ist, in der 12. bis 14. und der 23. bis 28. Woche zwei zusätzliche Untersuchungen durch einen Ultraschallspezialisten durchführen zu lassen.

Kolposkopie

Infektionen mit bestimmten Typen des Humanen Papilloma-Virus (HPV) können zu Gebärmutterhalskrebs führen, der bei HIV-infizierten Frauen häufiger auftritt als bei nicht infizierten. Früh erkannt, lassen sich seine Vorstufen problemlos behandeln. Der Arzt führt deshalb zu Beginn der Schwangerschaft eine Untersuchung mit der Lupe (Kolposkopie) durch und entnimmt einen Abstrich vom Gebärmutterhals.

Échographie

L'examen échographique est effectué soit sur la paroi abdominale soit dans le vagin et n'est dangereux ni pour la mère ni pour l'enfant. L'échographie permet au médecin de voir comment se développe l'enfant et s'il présente des malformations. Certains problèmes corporels de la mère (p. ex. une défaillance du col de l'utérus) peuvent également être détectés grâce à l'échographie. Il est important que toute complication soit décelée le plus tôt possible, afin de pouvoir le mieux possible soigner la femme pendant la grossesse et l'enfant dans le ventre maternel ou après la naissance.

Votre médecin vous fera au moins trois échographies: la première vers la 10^{ème}, la deuxième vers la 20^{ème} et la troisième vers la 30^{ème} semaine de grossesse. Il est conseillé de faire faire deux examens supplémentaires par un médecin spécialisé en échographie entre la 12^{ème} et la 14^{ème} et entre la 23^{ème} et la 28^{ème} semaine de grossesse.

Colposcopie

Les infections avec certains types du papillomavirus humain (VPH) peuvent entraîner un cancer du col de l'utérus, qui touche plus souvent les femmes infectées par le VIH que celles qui ne le sont pas. Une détection précoce permet de traiter les premiers stades de ces infections sans aucun problème. Pour cette raison, le médecin effectuera un examen à l'aide d'une loupe (colposcopie) et un frottis du col utérin au début de la grossesse.

Ecografía

Un ecografía se realiza a través del vientre o de la vagina y no es perjudicial no para la madre ni para el niño. Con ayuda de la ecografía el médico puede ver cómo se está desarrollando el niño y si existe alguna anomalía. Con la ecografía se puede verificar si la madre tiene algún problema físico (por ejemplo una debilitación del cuello uterino). Es importante también detectar la existencia de complicaciones lo más pronto posible para poder tratar de la manera más efectiva posible tanto a la mujer durante el embarazo como al niño cuando aún está en el vientre de la madre o después de su nacimiento. Su médico le hará por lo menos tres ecografías durante el embarazo: más o menos en la decima semana de embarazo, en la semana 20 y en la 30. Es aconsejable que un especialista haga dos ecografías suplementarias entre las semanas 12 a 14 y entre las semanas 23 a 28.

Colposcopia

Infeciones de ciertos tipos del virus del papiloma humano (VPH) pueden conducir a un cáncer del cuello del útero. Este tipo de cáncer se da con más frecuencia en mujeres que ya tienen el VIH. Si es diagnosticado en un estadio temprano, se puede tratar en sus fases previas sin problema alguno. El médico procede a un examen con ayuda de una lente (colposcopia) y toma un frotis del cuello del útero.

Ultrasound (sonography)

Ultrasound scans are carried out either on the surface of the abdomen or via the vagina. They are not harmful to either the mother or the child. With ultrasound, the doctor can see how the child is developing and whether it has any abnormalities. Physical problems affecting the mother (e.g. a weak cervix) can also be detected. It is important to detect complications as early as possible, so that the woman can receive optimum treatment during the pregnancy, and the baby can be treated optimally in the womb or after birth.

Your doctor will examine you at least three times using ultrasound, around the 10th, 20th and 30th week of pregnancy. It is advisable to have two additional examinations carried out by an ultrasound specialist in the 12th to 14th and the 23rd to 28th week.

Colposcopy

Infections with certain types of human papilloma virus (HPV) can lead to cervical cancer, which occurs more frequently in HIV-infected women than in women who are not infected. If detected early, its preliminary stages can be treated without problems. At the start of pregnancy, the doctor carries out a colposcopy examination, in which he takes a sample of cells from the cervix.



Probleme Problems Problèmes Problemas

Infektionskrankheiten

Infektionskrankheiten können die Gesundheit des Kindes gefährden, wenn sie nicht behandelt werden. Dazu gehören z. B. Hepatitis B und C, Zytomegalie, Tuberkulose und Toxoplasmose. Auf Toxoplasmose sollte Ihr Arzt Sie zu Beginn der Schwangerschaft sowie im zweiten und dritten Drittel der Schwangerschaft untersuchen.

Bei Problemen rasch handeln

Komplikationen in der Schwangerschaft erhöhen das Risiko, dass HIV auf das Kind übertragen wird.

Um das zu verhindern, sollten Sie sich bei

- Blutungen
- Druckgefühl im Unterbauch
- Rückenschmerzen
- Wehen
- Fruchtwasser-Abgang

so rasch wie möglich in Ihr Krankenhaus begeben.

Maladies infectieuses

Les maladies infectieuses peuvent mettre la santé de votre enfant en danger si elles ne sont pas traitées. Parmi celles-ci figurent p. ex. l'hépatite B et C, la cytomégalie, la tuberculose et la toxoplasmose. Votre médecin devra vous faire un examen concernant la toxoplasmose au début de la grossesse ainsi que dans le deuxième et le troisième tiers de celle-ci.

Agir vite en cas de problèmes

Les complications de grossesse augmentent le risque d'une transmission du VIH à l'enfant. Afin d'éviter celle-ci, rendez-vous le plus vite possible à votre hôpital en cas de

- saignements
- sensation de lourdeur au bas ventre
- maux de dos
- contractions
- perte du liquide amniotique.

Enfermedades infecciosas

Las enfermedades infecciosas representan un peligro para el bienestar de su hijo si no son tratadas convenientemente, como por ejemplo la hepatitis B y C, citomegalia, tuberculosis, toxoplasmosis. Es aconsejable que el médico la examine para confirmar la existencia o no de toxoplasmosis al comienzo del embarazo así como en el segundo y tercer período del embarazo.

En caso de problemas, reaccionar inmediatamente

Las complicaciones durante el embarazo aumentan el riesgo de transmisión del virus al niño. Para evitarlo, debe usted dirigirse inmediatamente a un hospital en los siguientes casos:

- Hemorragias.
- Sensación de presión en el bajo vientre.
- Dolores de espalda.
- Contracciones.
- Pérdida de líquido amniótico.

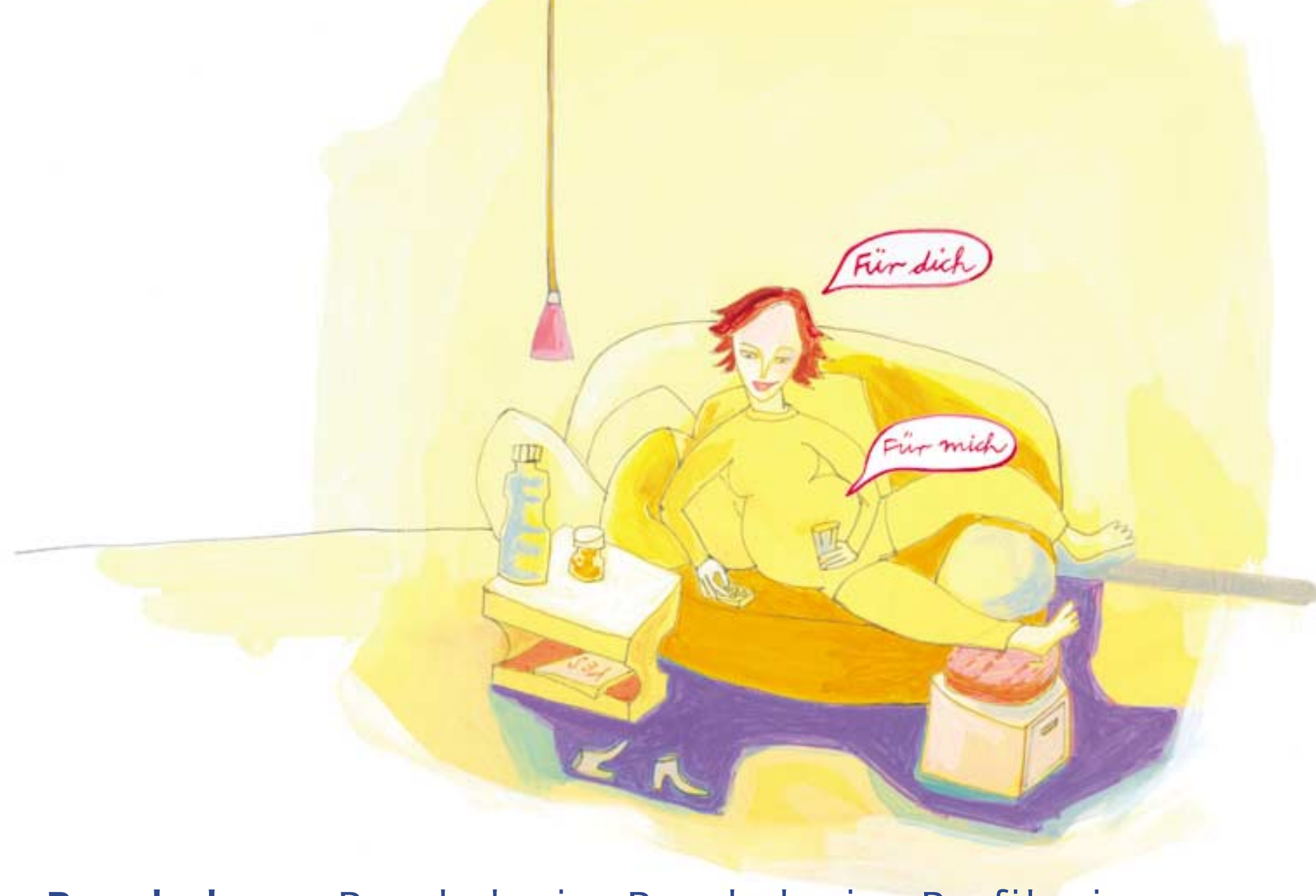
Infectious diseases

Infectious diseases can endanger the health of the child if they are not treated. These include e.g. hepatitis B and C, cytomegaly, tuberculosis and toxoplasmosis. Your doctor should examine you for toxoplasmosis at the start of your pregnancy, as well as in the second and third trimesters.

Act quickly when problems arise

Complications during pregnancy increase the risk of HIV being passed on to the child. In order to prevent this, you should go to hospital as quickly as possible if you suffer

- bleeding
- a feeling of pressure in the lower abdomen
- backache
- labour pains
- loss of amniotic fluid (waters breaking).



Prophylaxe Prophylaxis Prophylaxie Profilaxis

HIV-Prophylaxe in den letzten Schwangerschaftswochen

Wenn Ihr Gesundheitszustand und Ihre Blutwerte gut sind und Sie bisher keine HIV-Therapie brauchten, wird Ihr Arzt Ihnen raten, spätestens ab der 32. Schwangerschaftswoche HIV-Medikamente einzunehmen. Das ist keine Therapie für Sie selbst, sondern eine „Prophylaxe“ fürs Kind:

Weil die HIV-Medikamente die Viruslast in Ihrem Blut senken, ist Ihr Kind bei der Geburt besser vor einer HIV-Übertragung geschützt. Die Prophylaxe wird nach der Geburt wieder abgesetzt.

Vor der Prophylaxe wird ein Resistenztest durchgeführt, um festzustellen, ob HIV gegen bestimmte Medikamente bereits resistent ist.

Auch hier gilt: Die Medikamente müssen nach Vorschrift eingenommen werden, sonst kann es passieren, dass sie ihre Wirkung verlieren: bei Ihnen selbst, wenn Sie später einmal eine HIV-Therapie brauchen, oder bei Ihrem Kind, falls es trotz der Schutzmaßnahmen mit HIV infiziert wird.

Wenn Sie die Medikamente nicht regelmäßig einnehmen können, sollten Sie mit Ihrem Arzt sprechen.

Prophylaxie du VIH dans les dernières semaines de la grossesse

Si votre état de santé et vos résultats sanguins sont bons et si vous n'avez pas eu besoin de thérapie du VIH jusqu'à présent, votre médecin vous conseillera de prendre des médicaments contre le VIH au plus tard à partir de la 32^{ème} semaine de grossesse. Cette thérapie n'est pas pour vous, il s'agit d'une «prophylaxie» pour votre enfant: vu que les médicaments contre le VIH baissent la charge virale dans votre sang, votre enfant est mieux protégé contre une transmission du VIH lors de l'accouchement. La prophylaxie est terminée après l'accouchement.

Avant la prophylaxie, un test de résistance est effectué en vue de déterminer si le VIH est déjà résistant à certains médicaments.

Les médicaments doivent être pris selon les prescriptions du médecin, sinon on risque qu'ils perdent leur effet: sur vous même, si vous nécessitez un jour une thérapie du VIH, ou sur votre enfant, s'il a été contaminé par le VIH malgré les mesures de protection. Si vous ne pouvez pas prendre les médicaments régulièrement, signalez-le à votre médecin.

Profilaxis (medidas preventivas) del VIH durante las últimas semanas del embarazo

Dando por hecho que su estado de salud así como sus resultados laboratorio estén bien y hasta entonces no haya necesitado ninguna terapia contra el VIH, el médico la aconsejará empezar con la medicación contra el VIH a partir de la semana 32 del embarazo. Ésta no es una terapia para usted sino una forma de "profilaxis" en beneficio de su hijo. Como la medicación contra el VIH reduce la cantidad de virus en su sangre, su hijo queda mejor protegido contra una infección con este virus. Después del parto, esta profilaxis ya no se continúa.

Antes de empezar con la profilaxis se hace una prueba de resistencia para determinar si el VIH ya es resistente contra ciertos medicamentos.

Hay que considerar que los medicamentos se toman según la prescripción, en caso contrario es bien posible que ellos no tengan el efecto deseado, ni en usted misma, si necesitara posteriormente una terapia contra el VIH, ni en su hijo, si éste se hubiera infectado con el VIH a pesar de las medidas de prevención llevadas a cabo. Si tiene algún impedimento para tomar estos medicamentos con regularidad consulte a su médico.

HIV prophylaxis in the last few weeks of pregnancy

If your state of health and your blood values are good, and so far you have not needed any HIV treatment, by the 32nd week of pregnancy at the latest your doctor will advise you to start taking HIV medication. This is not a treatment for you yourself, but a "prophylactic" treatment for the child. HIV medications lower the viral load in your blood, so your child is better protected from HIV transmission during the birth. Prophylaxis is stopped after the birth.

Before prophylactic treatment, a resistance test is carried out to find out whether the virus is already resistant to certain medications.

Here too, the medication must be taken as prescribed, otherwise it could lose its effectiveness, either for yourself, should you need HIV treatment later, or for your child, if despite protective measures he or she should become infected with HIV. If you are not able to take the medication regularly, you should talk to your doctor.



Geburt Birth Accouchement Parto

Geplanter Kaiserschnitt

Um das Kind bei der Geburt vor HIV zu schützen, wird HIV-positiven Frauen meistens ein Kaiserschnitt (eine einstündige Operation) empfohlen. Eine Kaiserschnitt-Geburt ermöglicht es, alle für das Kind notwendigen Maßnahmen in Ruhe vorzubereiten und Komplikationen weitgehend zu vermeiden. Der Kaiserschnitt wird nicht in der Woche des errechneten Geburtstermins durchgeführt, sondern für die **38. Schwangerschaftswoche** geplant. Wenn Ihr Arzt für die Geburt einen genauen Termin festlegt, kann das Krankenhaus Ärzte und Kinderärzte zur Geburt holen, die sich mit der HIV-Infektion auskennen und Sie optimal betreuen können.

Am besten ist es, wenn der Kaiserschnitt mit einer **Epidural-** oder **Spinalanästhesie** durchgeführt wird: Weil hier nur die untere Körperhälfte betäubt wird, können Sie die Geburt wach und ohne Schmerzen miterleben. Außerdem bekommt das Kind keine Narkosemittel ab. Im Ausnahmefall kann man den Kaiserschnitt auch in Vollnarkose durchführen. Die Ärzte im Krankenhaus beantworten Ihre Fragen zum Thema Kaiserschnitt.

Wenn Sie jemand fragt ...

... weshalb Sie per Kaiserschnitt entbunden haben, und Sie den wahren Grund nicht nennen möchten, können Sie Folgendes sagen: „Das Kind lag ungünstig in der Gebärmutter, und die Ärzte haben es sicherheitshalber durch einen Kaiserschnitt geholt.“

Césarienne programmée

Afin de protéger l'enfant contre le VIH lors de l'accouchement, le plus souvent on recommande une césarienne (une opération d'une heure) aux femmes séropositives. L'accouchement par césarienne permet de prendre tranquillement toutes les mesures nécessaires pour l'enfant et d'éviter largement les complications. La césarienne n'est pas effectuée dans la semaine de la date de naissance présumée, elle est programmée et prévue pour la **38ème semaine de la grossesse**. En fixant une date précise pour l'accouchement, le médecin permet à l'hôpital de faire venir les médecins et les pédiatres spécialisés dans le traitement de l'infection par le VIH qui pourront vous assister de manière optimale.

Il est préférable que la césarienne soit pratiquée avec une **anesthésie épidurale** ou **spinale**: vu que seule la moitié inférieure du corps est anesthésiée, vous pouvez vivre l'accouchement éveillée et sans douleurs. De plus, l'enfant n'est exposé à aucun anesthésiant. Dans des cas exceptionnels, une césarienne sous anesthésie totale peut également être effectuée. Les médecins hospitaliers répondent à vos questions au sujet de la césarienne.

Si quelqu'un vous demande ...

... pourquoi vous avez accouché par césarienne et que vous ne voulez pas nommer la vraie raison, vous pouvez dire que «l'enfant avait une mauvaise position dans l'utérus et les médecins l'ont sorti par césarienne par mesure de précaution.»

Cesárea programada

Para proteger a su hijo contra el VIH durante el parto, se recomienda a las mujeres seropositivas una cesárea (una intervención de una hora) en la mayoría de los casos. A través de un parto por cesárea es posible preparar tranquilamente todas las medidas necesarias y de esa manera pueden ser excluidas la mayor parte de las complicaciones que pueden aparecer en un parto. La cesárea no se lleva a cabo en la semana calculada del nacimiento sino en **la semana 38 del embarazo**. Fijando su médico una fecha determinada es posible llamar con tiempo a médicos y pediatras especializados en infecciones del VIH que se ocuparán de usted adecuadamente.

Lo mejor es una **anestesia epidural** o **espinal** si se aplica la cesárea: en estos casos solo las extremidades inferiores quedan anestesiadas de modo que pueden usted vivir el parto en estado despierta y sin dolor. Además, su hijo no recibe los efectos de este tipo de anestesias. En casos excepcionales se puede también llevar a cabo la cesárea con anestesia total. Los médicos del hospital están a su disposición para cualquier pregunta que tenga en relación a la realización de una cesárea.

Si alguien le pregunta...

...porqué usted dió a luz a su hijo mediante cesárea y no quiere mencionar el motivo real, puede usted responder de la siguiente manera: "la posición del feto en el útero era tal que los médicos decidieron que era más seguro realizar una cesárea".

Planned caesarean section

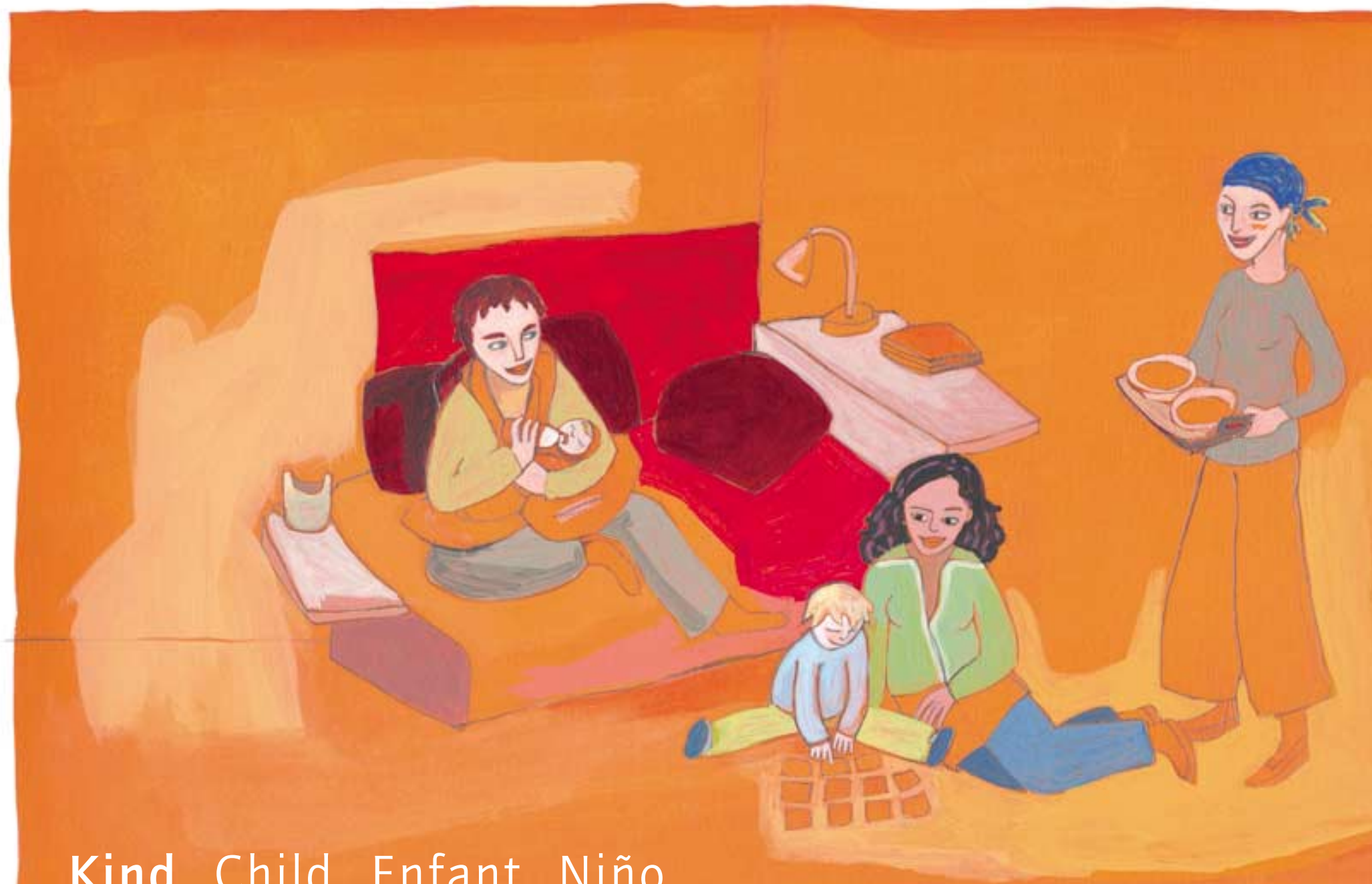
In order to protect their babies from HIV during birth, HIV positive women are usually recommended to have a caesarean section (a one-hour operation).

Birth by caesarean section makes it possible to prepare all measures necessary for the child without being rushed, and to largely avoid complications. The caesarean section is not carried out in the week of the estimated delivery date, but is planned for the 38th week of pregnancy. If your doctor sets a fixed date for the birth, the hospital can assemble all the doctors and pediatricians for the birth who know about HIV infection and can provide you with optimum care.

It is best if the caesarean section is carried out under an epidural or spinal anaesthetic: because only the lower half of your body is anaesthetised, you can be awake for the birth and experience it without pain. In this case, the child is not exposed to any anaesthetics. In exceptional circumstances, the caesarean section can also be carried out under a general anaesthetic. The doctors at the hospital can answer any questions you may have about caesarean sections.

If anyone asks you ...

... why you had a caesarean section and you do not wish to tell them the real reason, you can say this: "The baby was in an awkward position in the womb, so to be on the safe side the doctors delivered it by caesarean section."



Kind Child Enfant Niño

HIV-Prophylaxe

Nach der Geburt bekommt Ihr Kind für 2–6 Wochen ein HIV-Medikament. Mit dieser Prophylaxe kann man das Risiko, dass das Kind eine HIV-Infektion bekommt, weiter senken.

Die meisten Frauen können ihr Kind mit nach Hause nehmen und ihm selbst das Medikament geben. Auch hier gilt: Das Medikament muss nach Vorschrift gegeben werden, damit es wirken kann. In der Regel wird das Medikament von den Babys gut angenommen und vertragen.

Flaschennahrung statt Muttermilch

Geben Sie Ihrem Kind Flaschennahrung und nicht die Brust: Weil die Muttermilch HIV enthält, könnten Sie Ihr Kind beim Stillen infizieren. Nach der Geburt erhalten Sie ein Medikament zum Abstillen.

Flaschennahrung ist in Deutschland kein Problem: In abgekochtes Leitungswasser eingerührte Babynahrung ist hygienisch einwandfrei. Und krank machende Keime lassen sich sicher abtöten, wenn man Fläschchen und Sauger drei Minuten in sprudelnd kochendes Wasser gibt.

Wenn Sie jemand fragt ...

... weshalb Sie nicht stillen und Sie den wahren Grund nicht nennen möchten, können Sie Folgendes sagen: „Nach der Geburt haben sich meine Brustdrüsen entzündet, ich musste daher abstillen.“ Solche Entzündungen kommen häufig vor.

Prophylaxie du VIH

Après la naissance, le médecin donnera à votre enfant un médicament contre le VIH pendant 2 à 6 semaines. Cette prophylaxie permet encore de diminuer le risque d'une infection de l'enfant par le VIH.

La plupart des femmes peuvent emmener leur enfant à la maison et leur administrer le médicament elles-mêmes. Une fois encore: le médicament doit être administré selon les prescriptions du médecin pour pouvoir agir. En général, ce médicament est bien accepté et supporté par les bébés.

L'allaitement au biberon au lieu de l'allaitement maternel

Nourrissez votre enfant au biberon et non au sein: vu que le lait maternel contient le VIH, vous pouvez contaminer votre enfant en l'allaitant au sein. Après la naissance, vous recevrez un médicament pour le sevrage.

En Allemagne, l'allaitement au biberon ne pose aucun problème: la nourriture pour bébé mélangée à de l'eau du robinet bouillie est irréprochable du point de vue hygiénique. Les germes contaminants peuvent être tués de manière sûre en plongeant le biberon et la tétine pendant trois minutes dans de l'eau bouillante.

Si quelqu'un vous demande ...

... pourquoi vous n'allaitiez pas au sein et que vous ne voulez pas nommer la vraie raison, vous pouvez dire «après la naissance j'ai eu une inflammation des glandes mammaires et pour cette raison, j'ai dû sevrer». Ce genre d'inflammations est fréquent.

Profilaxis (medidas preventivas) contra el VIH

Después del parto su hijo recibirá un tratamiento médico, de 2 a 6 semanas, contra el VIH. Con esta profilaxis se reduce aún más el riesgo de infección.

La mayoría de las mujeres pueden llevarse a su hijo a casa y darle ellas mismas la medicación. En este caso es otra vez importante: para que surtan efecto, la medicación debe darse al niño según las prescripciones médicas. En general el bebé acepta y tolera bien este tipo de medicación.

Alimentación con biberón en vez de leche materna

Alimente a su hijo con biberón y no le dé el pecho. El niño podría infectarse si le da usted el pecho porque la leche materna contiene el VIH. Después del parto recibirá usted medicación específica para cortar la leche. En Alemania la alimentación del bebé con biberón no representa ningún problema: la leche en polvo mezclada con agua del grifo hervida es higiénicamente perfecta. Los gérmenes que pueden provocar alguna enfermedad desaparecen si se hierva el biberón y la tetilla en agua durante tres minutos.

Si alguien le pregunta...

... por qué no le da el pecho a su hijo y no quiere mencionar el motivo real, puede usted responder de la siguiente forma: "después del parto se me inflamaron las glándulas mamarias y por eso tuve que dejar de dar el pecho". Este tipo de inflamaciones se dan muy a menudo.

HIV prophylaxis

After the birth, your baby will receive HIV medication for 2–6 weeks. With this prophylactic treatment, it is possible to further lower the risk of the child being infected with HIV.

Most women can take their babies home and give them the medication themselves. Once again, the medication must be taken as prescribed if it is to work. Most babies accept and tolerate the medication well.

Bottle feeding instead of breastmilk

Give your child bottled (formula) milk, and do not breastfeed: Since breastmilk contains HIV, you could infect your child by breastfeeding. After the birth, you will be given some medication to block the production of breastmilk.

In Germany, bottle feeding is no problem: formula baby milk mixed with boiled tap water is perfectly hygienic. Germs that can cause illness can be killed off if you place bottles and teats in boiling water for three minutes.

If anyone asks you ...

... why you are not breastfeeding and you do not wish to tell them the real reason, you can say this: "After the birth, my breast glands became inflamed, so I had to give up breastfeeding." Such inflammations are common.



HIV-Tests

Wie die meisten HIV-positiven Mütter werden Sie ganz schnell wissen wollen, ob Ihr Kind gesund ist. Der erste Test wird gleich nach der Geburt durchgeführt, weitere Tests nach der 2. und 6. Lebenswoche sowie im 4.–6. Lebensmonat. Wenn diese Tests (PCR) kein HIV im Blut Ihres Kindes finden, ist es ziemlich sicher, dass Ihr Kind nicht infiziert ist.

Diese Tests suchen nicht nach HIV-Antikörpern, sondern nach Bestandteilen von HIV selbst: Weil das Kind noch bis zum 18. Lebensmonat Antikörper der Mutter im Blut hat*, würde ein HIV-Antikörpertest auch bei nichtinfizierten Kindern „positiv“ und somit in den meisten Fällen falsch ausfallen. Der Antikörpertest kann nämlich nicht zwischen den Antikörpern der Mutter und denen des Kindes unterscheiden und wird deshalb erst zwischen dem 18. und dem 24. Lebensmonat durchgeführt. Erst dann gibt er letzte Gewissheit, dass das Kind nicht infiziert ist.

* Mit den Antikörpern der Mutter – z. B. gegen Masern, Mumps und Röteln – ist das Neugeborene vor Kinderkrankheiten geschützt.

Tests VIH

Comme la plupart des mères séropositives, vous voudrez savoir au plus vite si votre enfant est en bonne santé.

Le premier test est effectué juste après la naissance, d'autres tests suivent après la 2^{ème} et la 6^{ème} semaine ainsi qu'entre le 4^{ème} et le 6^{ème} mois. Si ces tests (PCR) ne détectent pas de VIH dans le sang de votre enfant, il est relativement certain que l'enfant n'est pas contaminé.

Ces tests ne cherchent pas les anticorps du VIH mais les éléments constitutifs du VIH même: vu que l'enfant a encore des anticorps de la mère dans le sang jusqu'au 18^{ème} mois*, tout test d'anticorps du VIH serait «positif» même si l'enfant n'est pas infecté parce que le test d'anticorps ne peut pas différencier entre les anticorps de la mère et ceux de l'enfant. Pour cette raison, on ne peut effectuer ce test d'anticorps qu'entre le 18^{ème} et le 24^{ème} mois. Le test d'anticorps du VIH déterminera avec certitude si votre enfant a été ou non contaminé.

* Grâce aux anticorps de la mère – notamment de la rougeole, des oreillons et de la rubéole – le nouveau-né est protégé contre les maladies infantiles.

Prueba del VIH

Como la mayoría de las madres seropositivas, querrá usted saber lo antes posible si su hijo está sano. La primera prueba se realiza inmediatamente después del parto, las siguientes después de la segunda y la sexta semana de vida, así como entre los meses cuarto a sexto. Si estas pruebas (PCR) no encuentran ningún virus en la sangre de su hijo se puede decir casi con seguridad que su hijo no está infectado.

Estas pruebas no buscan los anticuerpos del VIH, sino partes componentes del virus en sí. El niño conserva en la sangre anticuerpos de la madre hasta los dieciocho meses*, por eso el resultado de una prueba de anticuerpos del VIH tendría un resultado positivo, incluso en un niño no infectado. La prueba de anticuerpos no puede diferenciar entre los anticuerpos de la madre y los del niño, así que tiene sentido realizarla sólo cuando el niño tiene entre 18 y 24 meses. Es entonces cuando la prueba puede mostrar con seguridad si su hijo está infectado o no.

* Con los anticuerpos de la madre, por ejemplo sarampión, paperas o rubeola, el recién nacido llega al mundo protegido de enfermedades infantiles.

HIV tests

Like most HIV positive mothers, you will want to know quite soon whether your child is healthy. The first test is carried out immediately after the birth, and other tests are carried out after the 2nd and 6th week, as well as in the 4th to 6th month after birth. If these tests (PCR) do not detect any HIV in the blood, it is fairly certain that your child is not infected.

These tests do not look for HIV antibodies, but for constituents of the virus itself. Because the child still has the mother's antibodies in his or her blood up to the age of 18 months*, an HIV antibody test would give a "positive" result also for uninfected babies which means that in most cases the result would be false. This is because the antibody test cannot tell whether the antibodies are from the mother or the child. The antibody test therefore cannot be carried out until the child is between 18 and 24 months old. Then the test will provide absolute certainty about whether your child is actually infected or not.

* With the mother's antibodies – e.g. to measles, mumps and rubella (German measles) – the newborn baby is protected from childhood diseases.

In Kontakt bleiben

Damit Sie und Ihr Kind weiterhin optimal versorgt werden können, sollten Sie nach der Geburt noch möglichst lange mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin in Kontakt bleiben. Das ist auch dann sinnvoll, wenn Ihr Kind nicht HIV-infiziert ist: Wenn die Ärzte wissen, wie es Ihnen und Ihrem Kind geht, können sie daraus lernen und die medizinische Betreuung für schwangere Frauen mit HIV weiter verbessern.

Staying in touch

So that you and your child can continue to receive optimum care, you should stay in contact with your doctor for as long as possible after the birth. This makes sense even if your child is not infected with HIV: if doctors know how you and your child are, they can learn from that and further improve medical treatment for pregnant women with HIV.

Restez en contact!

Après la naissance, il faut que vous restiez en contact avec votre médecin le plus longtemps possible, afin que vous et votre enfant continuiez de bénéficier des meilleurs soins. Ceci est également indiqué si votre enfant n'est pas infecté par le VIH: le fait d'être informé sur votre état et celui de votre enfant permet aux médecins d'apprendre et d'améliorer la prise en charge médicale des femmes enceintes qui sont séro positives.

Mantenerse en contacto

Para que tanto usted como su hijo pueden seguir disfrutando de los cuidados que necesitan, debe usted mantenerse en contacto después del parto tanto tiempo como sea posible con su médico. Es también conveniente aunque el niño no esté infectado con el VIH porque, si sus médicos saben cómo están usted y su hijo, pueden aprender de ello y así seguir mejorando los cuidados y tratamientos médicos para mujeres embarazadas seropositivas.