

Du hast
HIV?
Damit
komme ich
~~nicht~~ klar.

Streich
die Vorurteile!



AM 01.12. IST
WELT-AIDS-TAG.DE



Bundesministerium
für Gesundheit



Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung



Der Welt-AID am 1. Dezember

... will Solidarität mit Menschen mit HIV und AIDS fördern, Diskriminierung entgegenwirken und an die Verstorbenen erinnern.

Weltweit leben mehr als 37 Millionen Menschen mit HIV, die meisten in Afrika. Mehr als ein Drittel hat noch immer keinen Zugang zu den lebensrettenden Medikamenten. Jedes Jahr sterben fast eine Million Menschen.

Mit Medikamenten haben die meisten eine fast normale Lebenserwartung und können ihr Leben gestalten wie andere auch. Wird HIV rechtzeitig festgestellt und behandelt, ist AIDS vermeidbar.

os-Tag
mber...

In Deutschland leben heute rund 90.000 Menschen mit HIV.
Schwerer als die gesundheitlichen Folgen wiegt für sie oft
die Diskriminierung.



AM 01.12. IST
WELT-AIDS-TAG.DE

WAS IST HIV, WAS AIDS?

HIV steht für **H**umanes **I**mmunschwäche-**V**irus. Ohne Medikamente schwächt HIV die Fähigkeit des Körpers, Krankheitserreger zu bekämpfen. Nach mehreren Jahren treten lebensbedrohliche Erkrankungen auf. Dann spricht man von AIDS.

HIV-Medikamente unterdrücken die Vermehrung von HIV im Körper. Außerdem ist bei einer wirksamen Therapie HIV auch beim Sex nicht mehr übertragbar. Leider wissen mehr als 11.000 Menschen in Deutschland nichts von ihrer HIV-Infektion. Mehr als 1.000 erkranken deswegen jedes Jahr schwer.

Darum gilt: Wer sich mit HIV infiziert haben könnte, sollte einen HIV-Test machen. So wird eine frühzeitige Behandlung möglich.



Max (22), Jena

Max outete sich mit 20 in einem Internetforum für junge schwule Männer: „Ich wollte zeigen, dass man ganz normal mit HIV leben kann.“ Er bekam vor allem Zuspruch. Ablehnende Reaktionen erlebt er allerdings auch ab und zu: „Manche Menschen behandeln mich als armes Opfer, andere versuchen mir Schuldgefühle einzureden“, berichtet er. Für ihn ein Grund, weiter in der Öffentlichkeit über das Leben mit HIV aufzuklären. „Letztlich steht HIV für mich aber im Hintergrund“, sagt Max. „Gerade habe ich schon genug mit meinem Pharmazie-Studium und allem drum herum zu tun.“

WIE KANN MAN SICH MIT HIV ANSTECKEN?

HIV ist schwer übertragbar: Im Alltag besteht keinerlei Risiko - nicht bei der Arbeit, nicht auf der Toilette oder über gemeinsam benutztes Geschirr. Auch bei Umarmungen oder beim Küssen kann nichts passieren!

Bei medizinischen Behandlungen, der ersten Hilfe oder im Tattoo-Studio genügen die üblichen Hygienemaßnahmen.

Übertragen werden kann HIV nur, wenn eine ausreichende Menge HIV (z.B. aus Blut, Sperma, Darmsekret oder Vaginalflüssigkeit) ins Blut oder auf Schleimhäute gelangen. Am häufigsten passiert das beim Geschlechtsverkehr, aber auch, wenn Menschen beim Drogenkonsum Spritzen und Nadeln gemeinsam benutzen.

WIE KANN MAN SICH UND ANDERE SCHÜTZEN?

- Beim Vaginal- und Analverkehr schützen **Kondome** vor HIV. Sie senken außerdem das Risiko einer Ansteckung mit anderen sexuell übertragbaren Infektionen.
- **Eine wirksame HIV-Therapie** unterdrückt die Vermehrung der Viren, HIV ist dann auch beim Sex nicht mehr übertragbar.
- Die **Behandlung Schwangerer** verhindert auch die Übertragung auf das Kind.
- Bei einer **PrEP** nehmen Menschen mit hohem Risiko vorbeugend HIV-Medikamente ein.
- Drogenkonsument/innen schützen sich, indem sie **nur die eigenen Spritzen** verwenden.



LEBEN MIT HIV HEUTE

Eine HIV-Infektion ist heute zwar nicht heilbar, aber gut behandelbar. Bei rechtzeitiger Diagnose und wirksamer Therapie kann man dauerhaft und relativ beschwerdefrei mit HIV leben. Ob Job, Freizeit, Sexualität oder Familienplanung - HIV muss kein Hindernis sein.

Manchen Menschen mit HIV geht es allerdings nicht gut, zum Beispiel, weil sie schon lange infiziert sind und früher mit nebenwirkungsreichen Medikamenten behandelt wurden. Andere haben erst spät mit einer Therapie angefangen.



Lillian (49), Saarbrücken

Lillian stammt aus Uganda. Kurz nach ihrer Ankunft in Deutschland brach sie zusammen und konnte nicht mehr atmen. Im Krankenhaus wurde eine HIV-Infektion diagnostiziert und umgehend behandelt. Heute geht es Lillian wieder gut. 2001 brachte sie eine HIV-negative Tochter zur Welt. Lillian ist aktiv im Selbsthilfe-Netzwerk AfroLebenPlus und setzt sich für Migrant_innen mit HIV ein. Ihr Ziel: Alle HIV-positiven Menschen sollen Zugang zu Medikamenten haben und keine Diskriminierung mehr erleben: „Ob jemand HIV hat oder nicht, sollte im alltäglichen Umgang einfach keine Rolle spielen!“



Thomas (54), Marburg

Thomas hat sich Anfang der 80er Jahre mit HIV infiziert, vermutlich über eine Spritze beim Heroinkonsum. Nach einer Haftstrafe entschloss er sich zu einer Drogentherapie. Optimistisch und voller Tatendrang baute er sich ein neues Leben auf. Sein gesundheitlicher Zustand ist heute stabil. Er hat wieder eine feste Partnerin. Über ein Praktikum bekam er einen Job in einem Seniorenheim. „Ich habe viel Unterstützung bekommen“, sagt Thomas. „Es macht mich glücklich, jetzt anderen etwas zurückgeben zu können.“

DISKRIMINIERUNG SCHADET

Viele Menschen mit HIV erleben Zurückweisung, Vorwürfe und Benachteiligung - in der Familie, im Freundeskreis, im Job, in der Freizeit und sogar im Gesundheitswesen. Ihre Lebensperspektiven und ihre Leistungsfähigkeit werden oft unterschätzt.

Diskriminierung tut weh und macht krank. Manche Menschen verzichten aus Angst vor Diskriminierung auf Arztbesuche.

Andere machen keinen HIV-Test, weil sie Ablehnung fürchten, wenn der Test positiv sein sollte. HIV kann dann unbemerkt die Gesundheit schädigen und bleibt übertragbar.

WAS KANN ICH TUN?

Ursache für Diskriminierung sind meist Vorurteile, Unwissen oder unbegründete Ängste vor einer Ansteckung.

Informiere dich über HIV und rede darüber. Begegne Menschen mit HIV mit Respekt und Solidarität. Und tritt Diskriminierung entgegen, wenn du sie bemerkst.

Kleine Gesten zählen, zum Beispiel, wenn du die Rote Schleife trägst, das Symbol für Solidarität mit HIV-positiven Menschen.

Natürlich kannst du dich auch ehrenamtlich engagieren oder für die Deutsche Aidshilfe oder die Deutsche AIDS-Stiftung spenden.

**Streich
die Vorurteile!**

IMPRESSUM

Herausgegeben von:

BUNDESZENTRALE FÜR GESUNDHEITLICHE AUFKLÄRUNG (BZgA)

HIV- und STI-Prävention auf Bundesebene
www.liebesleben.de | poststelle@bzga.de
Telefonberatung: 0221 - 89 20 31
Online-Beratung: www.aidsberatung.de



DEUTSCHE AIDSHILFE (DAH)

Prävention für besonders betroffene Gruppen und Selbsthilfe
www.aidshilfe.de | www.hiv-diskriminierung.de
dah@aidshilfe.de | Telefonberatung: 0180 - 33 19 411
Online-Beratung: www.aidshilfe-beratung.de



DEUTSCHE AIDS-STIFTUNG (DAS)

Unterstützung für Menschen mit HIV und AIDS in Not,
Förderung von Hilfsprojekten
www.aids-stiftung.de | info@aidstiftung.de
Anträge auf finanzielle Unterstützung: 0228 - 60 46 90



Überreicht durch:

Dieser Flyer kann kostenlos bestellt werden bei der BZgA (order@bzga.de, Best.-Nr.: 70837000).
Er ist nicht zum Weiterverkauf durch die Empfängerin / den Empfänger oder Dritte bestimmt.
Alle Rechte vorbehalten - Auflage: X.XXX.XX.XX
Konzept & Design: dashochhaus.de, Köln | 2019 Druck: NN, YY