

Weitere Informationen/Beratung:

und im Internet: [www.aidshilfe.de](http://www.aidshilfe.de)  
[www.bzga.de/frauengesundheit](http://www.bzga.de/frauengesundheit)  
[www.gib-aids-keine-chance.de/beratung](http://www.gib-aids-keine-chance.de/beratung) (Übersicht über Beratungsstellen)  
[www.aidshilfe-beratung.de](http://www.aidshilfe-beratung.de) (Onlineberatung der Aidshilfen)

Impressum © Deutsche AIDS-Hilfe e.V., Wilhelmstr. 138, 10963 Berlin  
Telefon 030 / 69 00 87-0 · E-Mail: [dah@aidshilfe.de](mailto:dah@aidshilfe.de) · Internet: [www.aidshilfe.de](http://www.aidshilfe.de)  
2008 · unveränderter Nachdruck der 1. Auflage · Bestellnummer: 043001  
Redaktion: Bundesweite Arbeitsgruppe Frauenarbeit in Aidshilfe, Silke Klumb, Holger Sweers  
Fotos und Gestaltung: Hans G. Kegel · Druck: Schöne Drucksachen – Ott-Druck GmbH, Berlin

## HIV und Schwangerschaft: Das sollten Sie wissen

HIV-positive Frauen können das Virus in der Schwangerschaft, während der Geburt und beim Stillen auf ihr Kind übertragen. Das kann aber fast immer verhindert werden: zum einen durch medizinische Maßnahmen, zum anderen, indem die Mutter auf das Stillen verzichtet.

Um rechtzeitig zu wissen, ob eine HIV-Infektion vorliegt, wird allen schwangeren Frauen ein HIV-Test empfohlen – sprechen Sie Ihre Gynäkologin oder Ihren Gynäkologen an.

Unterstützung und Informationen bekommen Sie auch bei einer Aidshilfe in Ihrer Nähe.

## Aidshilfe vor Ort

In den Aidshilfen finden Sie kompetente Ansprechpartner/innen zu den Themen HIV/Aids, Hepatitis und andere sexuell übertragbare Krankheiten. Sie bieten unter anderem

- Informationen rund um Infektionsrisiken und Schutzmöglichkeiten
- anonyme und kostenlose Beratung (persönlich, telefonisch, per Mail), z. B. zum HIV-Test oder zum Thema HIV, Kinderwunsch und Schwangerschaft
- Betreuung und Begleitung für Menschen mit HIV und Aids
- Unterstützung von Selbsthilfearbeit
- vielfältige Möglichkeiten für ehrenamtliches Engagement.

**Schauen Sie vorbei! Informieren Sie sich! Bleiben Sie gesund!**

Sie können sich nicht vor allem

# schützen.

Vor einer HIV-Infektion schon.

## HIV und Aids – auch ein Thema für Frauen

In Deutschland leben rund 60.000 Menschen mit HIV, dem Virus, das Aids auslösen kann. Ungefähr 10.000 von ihnen sind Frauen, etwa die Hälfte davon kommt aus Ländern, in denen HIV besonders weit verbreitet ist.

Dieser Flyer bietet Ihnen die wichtigsten Informationen dazu, wie Sie sich und andere vor HIV schützen können. Wenn Sie Fragen dazu haben oder sich beraten lassen wollen, finden Sie kompetente Ansprechpartner/innen in Ihrer Aidshilfe vor Ort (siehe letzte Seite).

## Mit HIV können Sie sich anstecken ...

- **beim Vaginalverkehr/Analverkehr ohne Kondom.**
- **beim Drogengebrauch**, wenn Spritzen und Nadeln gemeinsam verwendet werden.

Beim Oralverkehr („Blasen“ des Penis oder Lecken der Vagina) besteht nur ein verschwindend geringes Ansteckungsrisiko, solange kein Sperma oder Menstruationsblut in den Mund kommt.



## Wie können Sie sich schützen?

- Beim Vaginal- und Analverkehr Kondome oder Femidome („Kondome für die Frau“) benutzen. Diese schützen vor HIV und senken das Risiko einer Ansteckung mit anderen sexuell übertragbaren Krankheiten.
- Beim Oralverkehr mit dem Mann gilt „raus bevor's kommt“. Beim Oralverkehr mit der Frau schützt ein Dental Dam, das über die Vagina gelegt wird, vor dem Kontakt mit Menstruationsblut.
- Für die Sexarbeit werden Kondome auch beim Oralverkehr zum Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten empfohlen.
- Beim Drogengebrauch nur das eigene Spritzbesteck und Zubehör verwenden und gebrauchte Spritzen nicht weitergeben.

## HIV: Kein Ansteckungsrisiko im Alltag

HIV ist ein schwer übertragbares Virus. Im Alltag besteht daher keine Ansteckungsgefahr. Sie können unbesorgt mit anderen Menschen zusammenwohnen und zusammenarbeiten, ihnen die Hand geben, sie umarmen und küssen, die gleichen Toiletten, Bäder und Saunen benutzen, vom selben Teller essen, aus demselben Glas trinken und dasselbe Besteck verwenden. HIV wird nicht durch die Luft, durch Speichel, Tränen, Schweiß, Urin, Kot und auch nicht durch Insektenstiche übertragen.

