

Herausgeber → Deutsche AIDS-Hilfe e. V.  
Wilhelmstraße 138 | 10963 Berlin  
Internet → [www.aidshilfe.de](http://www.aidshilfe.de)  
E-Mail → [dah@aidshilfe.de](mailto:dah@aidshilfe.de)  
2009 | Bestellnummer → 046002

Konzept und Text → Armin Schafberger  
Bearbeitung → Holger Sweers  
Gestaltung → Paul Bieri | dia\* | Berlin  
Druck → Druckerei Conrad  
Oranienburger Str. 182 | 13437 Berlin

DAH-Spendenkonto → Nr. 220 220 220  
Berliner Sparkasse | BLZ 100 500 00  
Die DAH ist als gemeinnützig und  
besonders förderungswürdig anerkannt.  
Spenden und Fördermitgliedschafts-  
beiträge sind daher steuerabzugsfähig.

# ALLES UNTER KONTROLLE?

**info+**



**INFOS FÜR MENSCHEN MIT HIV ZU KONTROLL- UND  
FRÜHERKENNUNGSUNTERSUCHUNGEN | FEBRUAR 2009**

## KREBSFRÜHERKENNUNG

Menschen mit HIV haben für bestimmte Krebserkrankungen (z. B. Analkarzinom, Gebärmutterhalskrebs, Lymphome, Kaposis-Sarkom) ein deutlich höheres Risiko als HIV-negative Personen. Werden Krebserkrankungen im Vorstadium oder im frühen Stadium entdeckt, können sie meist gut behandelt und geheilt werden. Für einige Krebserkrankungen gibt es (unabhängig von HIV) Früherkennungsuntersuchungen, die von den Krankenkassen erstattet werden. Ausnahme ist der Zellabstrich beim Analkarzinom: hier ist die Kostenübernahme nicht gesichert.

## WELCHE UNTERSUCHUNGEN SOLLTEN DURCHGEFÜHRT WERDEN?

### Männer und Frauen

**Analkarzinom** In der Allgemeinbevölkerung selten, daher keine reguläre Krebsfrüherkennung. Bei Menschen mit HIV häufiger. Früherkennung von Vorstadien durch jährliche Blick- und Tastuntersuchung des Anus. Einige Ärzte bieten einen Zellabstrich an (ähnlich dem Test zur Früherkennung auf Gebärmutterhalskrebs).

**Hautkrebs** Ab 30 alle zwei Jahre eine komplette Untersuchung der Haut (Augenschein und Lupe)

**Darmkrebs** Ab 50 jährlich und ab 55 alle zwei Jahre eine Tastuntersuchung sowie eine Untersuchung auf Blut im Stuhl. Ab 55 ist stattdessen eine Darmspiegelung möglich, die dann alle zehn Jahre wiederholt wird.

### Frauen

**Gebärmutterhalskrebs** Unabhängig von der HIV-Infektion jährlich ein Abstrich zur Erkennung von Krebsvorstufen am Gebärmutterhals (Zervix). Da die Erkrankung bei HIV-Infektion häufiger auftritt, ist ggf. zweimal jährlich eine Kontrolle sinnvoll.

**Brustkrebs** Ab 30 jährlich eine Tastuntersuchung. Frauen zwischen 50 und 70 können am bundesweiten Brustkrebs-Screening teilnehmen (alle zwei Jahre Röntgenuntersuchung der Brust).

### Männer

**Prostata- und Hodenkrebs** Ab 45 jährlich eine Tastuntersuchung.

### Übrigens

Um bei einem späteren Brust-, Gebärmutterhals- oder Darmkrebs nur maximal ein statt zwei Prozent des Haushaltseinkommens zuzuzahlen, müssen sich Frauen ab Geburtsdatum 1. April 1987 und Männer ab Geburtsdatum 1. April 1962 einmalig von einem dazu berechtigten Arzt über Krebs-Früherkennungsuntersuchungen beraten lassen. Diese Beratung muss innerhalb von zwei Jahren nach Beginn des Anspruchs auf solche Untersuchungen erfolgen (bei Frauen ab 20, bei Männer ab 45 Jahren) und wird in einem Präventionspass dokumentiert. Ausgenommen sind psychisch kranke, zu mehr als 60 Prozent schwerbehinderte oder in Pflegestufe II oder III eingestufte Versicherte.

## KONTROLLE DER HIV-INFESTION UND DER ANTIRETROVIRALEN THERAPIE

In der Regel sind **alle drei Monate** Blutuntersuchungen erforderlich, um die Wirkung der HIV-Therapie zu kontrollieren und sie bei einem Therapieversagen rechtzeitig umstellen zu können (bevor sich noch mehr Resistenzen ausbilden). Gemessen wird

- die Zahl der Helferzellen (CD<sub>4</sub>-Zellen)
- die Viruslast (sie sollte im Idealfall unter der Nachweisgrenze liegen).

Da im Rahmen einer HIV-Infektion auch Erkrankungen des Nervensystems und der Augen auftreten können, sollte mindestens einmal jährlich eine neurologische und eine augenärztliche Untersuchung erfolgen.

## SEXUELL ÜBERTRAGBARE KRANKHEITEN

Wer sexuell aktiv ist und mehrere Partner pro Jahr hat, sollte sich mindestens einmal jährlich auf sexuell übertragbare Krankheiten untersuchen lassen, denn einige STDs bemerkt man nicht, vor allem, wenn sie im Anus/Rektum oder im Rachen vorkommen.

- **Syphilis (Lues) und Hepatitis C:** Blutuntersuchung
- **Tripper (Gonorrhoe) und Chlamydien:** Abstrich
- **Feigwarzen:** Sichtung durch den Arzt

Für alle Frauen bis zum 26. Lebensjahr gibt es ein jährliches von der Krankenkasse bezahltes Screening auf **Chlamydien** (Urinprobe). Gegen **Hepatitis A und B** sollte man geimpft sein!

Bei Diagnose einer STD sollte man seine Sexualpartner informieren, damit diese sich auch untersuchen und gegebenenfalls behandeln lassen können.

STDs erhöhen das Risiko einer HIV-Übertragung, denn in den Entzündungen und Geschwüren der Schleimhaut reichern sich Immunzellen (mit HIV) an. Bei einem HIV-negativen Partner stellen diese Stellen eine Eintrittspforte für HIV dar.

## STOFFWECHSEL UND HERZ/KREISLAUF

Die HIV-Infektion führt zu einem erhöhten Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen (Herzinfarkt, Schlaganfall), auch die Medikamente beeinflussen den Stoffwechsel ungünstig. Doch es gibt weitere Risikofaktoren, gegen die man etwas tun kann: erhöhter Blutdruck oder Blutzucker, erhöhte Blutfette, Rauchen und Bewegungsarmut. Für Menschen mit HIV ist es noch wichtiger als für HIV-Negative, diese Risiken zu erkennen und zu senken. Die Europäische AIDS-Gesellschaft empfiehlt HIV-Positiven, die Medikamente gegen HIV einnehmen, sich mindestens einmal jährlich untersuchen zu lassen.

## WELCHE UNTERSUCHUNGEN SOLLTEN DURCHGEFÜHRT WERDEN?

- Blutdruckmessung und EKG
- Messung von Blutzucker und Blutfetten (z. B. Cholesterin, Triglyceride)
- Messung der Nierenwerte bei Einnahme von Medikamenten, die über die Niere ausgeschieden werden (z. B. Tenofovir)
- Messung der Körperzusammensetzung (z. B. Body-Mass-Index, Hüftumfang) zur frühen Erkennung einer Lipodystrophie.

## WAS KANN MAN SONST FÜR SEINE GESUNDHEIT TUN?

- Mit dem Rauchen aufhören, denn Raucher haben ein höheres Risiko für Herzinfarkte und Schlaganfälle.
- Drei Mal wöchentlich ausgeübter Ausdauersport wie Joggen, Walken, längere Strecken mit dem Rad fahren, Schwimmen oder Rudern verbessert den Stoffwechsel, senkt den Blutdruck und hält den Kreislauf fit.
- Sich gesund und ausgewogen ernähren.

## KREBSFRÜHERKENNUNG

Menschen mit HIV haben für bestimmte Krebserkrankungen (z. B. Analkarzinom, Gebärmutterhalskrebs, Lymphome, Kaposis-Sarkom) ein deutlich höheres Risiko als HIV-negative Personen. Werden Krebserkrankungen im Vorstadium oder im frühen Stadium entdeckt, können sie meist gut behandelt und geheilt werden. Für einige Krebserkrankungen gibt es (unabhängig von HIV) Früherkennungsuntersuchungen, die von den Krankenkassen erstattet werden. Ausnahme ist der Zellabstrich beim Analkarzinom: hier ist die Kostenübernahme nicht gesichert.

## WELCHE UNTERSUCHUNGEN SOLLTEN DURCHGEFÜHRT WERDEN?

### Männer und Frauen

**Analkarzinom** In der Allgemeinbevölkerung selten, daher keine reguläre Krebsfrüherkennung. Bei Menschen mit HIV häufiger. Früherkennung von Vorstadien durch jährliche Blick- und Tastuntersuchung des Anus. Einige Ärzte bieten einen Zellabstrich an (ähnlich dem Test zur Früherkennung auf Gebärmutterhalskrebs).

**Hautkrebs** Ab 30 alle zwei Jahre eine komplette Untersuchung der Haut (Augenschein und Lupe)

**Darmkrebs** Ab 50 jährlich und ab 55 alle zwei Jahre eine Tastuntersuchung sowie eine Untersuchung auf Blut im Stuhl. Ab 55 ist stattdessen eine Darmspiegelung möglich, die dann alle zehn Jahre wiederholt wird.

### Frauen

**Gebärmutterhalskrebs** Unabhängig von der HIV-Infektion jährlich ein Abstrich zur Erkennung von Krebsvorstufen am Gebärmutterhals (Zervix). Da die Erkrankung bei HIV-Infektion häufiger auftritt, ist ggf. zweimal jährlich eine Kontrolle sinnvoll.

**Brustkrebs** Ab 30 jährlich eine Tastuntersuchung. Frauen zwischen 50 und 70 können am bundesweiten Brustkrebs-Screening teilnehmen (alle zwei Jahre Röntgenuntersuchung der Brust).

### Männer

**Prostata- und Hodenkrebs** Ab 45 jährlich eine Tastuntersuchung.

### Übrigens

Um bei einem späteren Brust-, Gebärmutterhals- oder Darmkrebs nur maximal ein statt zwei Prozent des Haushaltseinkommens zuzuzahlen, müssen sich Frauen ab Geburtsdatum 1. April 1987 und Männer ab Geburtsdatum 1. April 1962 einmalig von einem dazu berechtigten Arzt über Krebs-Früherkennungsuntersuchungen beraten lassen. Diese Beratung muss innerhalb von zwei Jahren nach Beginn des Anspruchs auf solche Untersuchungen erfolgen (bei Frauen ab 20, bei Männer ab 45 Jahren) und wird in einem Präventionspass dokumentiert. Ausgenommen sind psychisch kranke, zu mehr als 60 Prozent schwerbehinderte oder in Pflegestufe II oder III eingestufte Versicherte.

## STOFFWECHSEL UND HERZ/KREISLAUF

Die HIV-Infektion führt zu einem erhöhten Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen (Herzinfarkt, Schlaganfall), auch die Medikamente beeinflussen den Stoffwechsel ungünstig. Doch es gibt weitere Risikofaktoren, gegen die man etwas tun kann: erhöhter Blutdruck oder Blutzucker, erhöhte Blutfette, Rauchen und Bewegungsarmut. Für Menschen mit HIV ist es noch wichtiger als für HIV-Negative, diese Risiken zu erkennen und zu senken. Die Europäische AIDS-Gesellschaft empfiehlt HIV-Positiven, die Medikamente gegen HIV einnehmen, sich mindestens einmal jährlich untersuchen zu lassen.

## WELCHE UNTERSUCHUNGEN SOLLTEN DURCHGEFÜHRT WERDEN?

- Blutdruckmessung und EKG
- Messung von Blutzucker und Blutfetten (z. B. Cholesterin, Triglyceride)
- Messung der Nierenwerte bei Einnahme von Medikamenten, die über die Niere ausgeschieden werden (z. B. Tenofovir)
- Messung der Körperzusammensetzung (z. B. Body-Mass-Index, Hüftumfang) zur frühen Erkennung einer Lipodystrophie.

## WAS KANN MAN SONST FÜR SEINE GESUNDHEIT TUN?

- Mit dem Rauchen aufhören, denn Raucher haben ein höheres Risiko für Herzinfarkte und Schlaganfälle.
- Drei Mal wöchentlich ausgeübter Ausdauersport wie Joggen, Walken, längere Strecken mit dem Rad fahren, Schwimmen oder Rudern verbessert den Stoffwechsel, senkt den Blutdruck und hält den Kreislauf fit.
- Sich gesund und ausgewogen ernähren.

## KONTROLLE DER HIV-INFektion UND DER ANTIRETROVIRALEN THERAPIE

In der Regel sind **alle drei Monate** Blutuntersuchungen erforderlich, um die Wirkung der HIV-Therapie zu kontrollieren und sie bei einem Therapieversagen rechtzeitig umstellen zu können (bevor sich noch mehr Resistenzen ausbilden). Gemessen wird

- die Zahl der Helferzellen (CD<sub>4</sub>-Zellen)
- die Viruslast (sie sollte im Idealfall unter der Nachweisgrenze liegen).

Da im Rahmen einer HIV-Infektion auch Erkrankungen des Nervensystems und der Augen auftreten können, sollte mindestens einmal jährlich eine neurologische und eine augenärztliche Untersuchung erfolgen.

## SEXUELL ÜBERTRAGBARE KRANKHEITEN

Wer sexuell aktiv ist und mehrere Partner pro Jahr hat, sollte sich mindestens einmal jährlich auf sexuell übertragbare Krankheiten untersuchen lassen, denn einige STDs bemerkt man nicht, vor allem, wenn sie im Anus/Rektum oder im Rachen vorkommen.

- **Syphilis (Lues) und Hepatitis C:** Blutuntersuchung
- **Tripper (Gonorrhoe) und Chlamydien:** Abstrich
- **Feigwarzen:** Sichtung durch den Arzt

Für alle Frauen bis zum 26. Lebensjahr gibt es ein jährliches von der Krankenkasse bezahltes Screening auf **Chlamydien** (Urinprobe). Gegen **Hepatitis A und B** sollte man geimpft sein!

Bei Diagnose einer STD sollte man seine Sexualpartner informieren, damit diese sich auch untersuchen und gegebenenfalls behandeln lassen können.

STDs erhöhen das Risiko einer HIV-Übertragung, denn in den Entzündungen und Geschwüren der Schleimhaut reichern sich Immunzellen (mit HIV) an. Bei einem HIV-negativen Partner stellen diese Stellen eine Eintrittspforte für HIV dar.