

streift werden, da Sperma und vorher austretende Flüssigkeit (Lusttropfen) virushaltig sein können.

Bei richtiger Anwendung bietet auch hier ein Kondom einen guten Schutz.

#### Kondome/Gleitmittel

Die Stiftung Warentest hat Kondome getestet. In der Zeitschrift „test“ Nr. 7/1987 wurden mit „Sehr gut“ beurteilt Curafam de Luxe, Ritex R.R.1, THE HOT RUBBER und HT Spezial Extra stark, mit „Gut“ durex Top Safe und Lavetra glyder.

Verfallsdatum beachten und Kondome nur einmal benutzen.

Wenn Gleitmittel verwendet werden, sollten es nur wasserlösliche Präparate sein wie Femilind, KY usw. aus der Tube (Dosen sind unhygienisch, da sich sehr leicht Keime darin festsetzen). Ungeeignet sind fett- und ölhaltige Mittel wie Vaseline, Nivea usw., da sie das Kondom porös und damit durchlässig für Erreger machen.

### Oral-Verkehr

Das Lecken der Scheide und des Penis (Blasen) ist nach neuesten Erkenntnissen risikoarm. Beim Blasen sollte man trotzdem nicht in den Mund abspritzen. Ein Kondom verringert auch hier die Ansteckungsgefahr.

### Küssen

Da die Viruskonzentration im Speichel sehr niedrig ist, ist eine Infektion über diesen Weg sehr unwahrscheinlich. Durch Küssen ist nachweislich noch keine Infektion erfolgt.

### S/M, Hilfsmittel

Achten Sie darauf, Verletzungen der Haut und der Schleimhäute zu vermeiden.

Die Anwendung von sexuellen Hilfsmitteln jeder Art ist dann risikofrei, wenn sie nur von einer Person benutzt werden.

**Sicher besser – Safer Sex!**

© Deutsche AIDS-Hilfe e.V., Berlin, 6. Auflage 1/1988

Herausgegeben von



Nestorstraße 8-9 · 1000 Berlin 31

Spendenkonto:

Deutsche Apotheker- und Ärzte-Bank, Berlin

Konto 500 500 (BLZ 100 906 03)

Postgirokonto Berlin West

Konto 179 00 105 (BLZ 100 100 10)

(Spenden sind steuerabzugsfähig,  
Spendenbescheinigungen werden ausgestellt)

Überreicht durch:



# VORBEUGEN: SAFER SEX





Als entscheidender Auslöser der Krankheit gilt das Virus HIV (Humanes Immundefizienz Virus.) Dieses Virus ist äußerst empfindlich und außerhalb des menschlichen Körpers nicht lebensfähig. Daher:

**Das Virus wird nicht übertragen durch alltägliche Kontakte wie**

Händeschütteln  
Umarmen, Streicheln  
Anhusten, Anniesen  
Benutzen derselben Teller, Gläser etc.  
Benutzen von Toiletten, Bädern, Saunen  
Zusammenarbeiten, Zusammenwohnen mit  
oder Pflege von AIDS-Kranken oder  
testpositiven Personen.

Von der AIDS-Erkrankung sind bisher überwiegend homo- und bisexuelle Männer, Personen, die sich intravenös Drogen spritzen, Bluterkrankte und Empfänger von Bluttransfusionen\* und Sexualpartner dieser Gruppen betroffen.

\* Bluterkrankte und Empfänger von Bluttransfusionen sind seit der Einführung des routinemäßigen Tests von Blutspenden (Mitte 1985) nicht mehr infektionsgefährdet.

Es besteht allerdings ein – wenn auch heute noch geringes – Risiko, sich zu infizieren, ohne einer dieser Gruppen anzugehören. Dies betrifft Männer und Frauen mit wechselnden Sexualpartnern. Kondome bieten einen guten Schutz!

**Sie wollen sich  
und Ihren Partner schützen**

**HIV überträgt sich, indem virushaltiges Blut oder Sperma des einen in die Blutbahn des anderen gelangt. Für den Eintritt in die Blut-**

**bahn reichen kleinste, oft unsichtbare Verletzungen der Schleimhäute aus. Auch Vaginalflüssigkeit kann infektiös sein.**

**In Speichel und Urin wurde das Virus ebenfalls nachgewiesen, jedoch in derart niedriger Konzentration, daß eine Infektion hierdurch unwahrscheinlich ist.**

**Eine Infektion läßt sich verhindern, wenn man vermeidet, daß infiziertes Sperma oder Blut in den Körper des Partners gelangt.**

**SICHERERER SEX (SAFER SEX) kann das Risiko einer Infektion auf ein Minimum verringern.**

## Vaginal-Verkehr

Wenn ein Partner mit dem Virus HIV infiziert ist, besteht die Möglichkeit einer Übertragung beim Vaginalverkehr. Durch kleine Verletzungen der Vaginalschleimhaut können Viren aus dem Sperma des Mannes in die Blutbahn der Frau eindringen; auch eine Übertragung von der Frau auf den Mann durch infizierte Vaginalflüssigkeit – über winzige Hautrisse am Penis – kann nicht ausgeschlossen werden.

Ist einer der beiden Partner infiziert, besteht ein erhöhtes Übertragungsrisiko während der Menstruation.

In jedem Fall gilt:  
Ein Kondom verhindert mit großer Sicherheit eine HIV-Infektion.

Scheidenzäpfchen bieten einen zusätzlichen Schutz; allein (ohne Kondom) verwendet, sind sie nach bisherigen Erkenntnissen allerdings kein ausreichender Infektions-Schutz.

## Anal-Verkehr

Offenbar ist der Analverkehr die Sexualpraktik mit dem höchsten Infektionsrisiko, weil die Analschleimhaut äußerst verletzlich ist. Um eine Infektion zu vermeiden, sollte ein Kondom bereits vor dem ersten Eindringen überge-

**AIDS**, eine Erkrankung des körpereigenen Abwehrsystems, ist eine sexuell übertragbare Krankheit. Unabhängig von Geschlecht oder sexueller Orientierung kann jeder sich infizieren und möglicherweise erkranken.