

hiv + 6♂



Die AIDS-Hilfen
Österreichs



Kapitel 1: Männer begegnen einander, Männer haben Sex _____	4
Kapitel 2: Sexualpraktiken und deren Risiken _____	7
Kapitel 3: Wenn's doch passiert _____	11
Kapitel 4: Medizinische Fakten _____	14
Kapitel 5: Adressen der AIDS-Hilfen Österreichs Ambulanzen – Wohin im Notfall? _____	18 19

Unser besonderer Dank gilt dem Fotografen: Matthias Herrmann und den Models: Klemens, Christopher, Oliver, Steve, Patrick, Alexander, Mike, Hannes, Gerhard

Impressum

Herausgeber, für den Inhalt verantwortlich: Die AIDS-Hilfen Österreichs.
Redaktion: Redaktionsbüro der AIDS-Hilfen Österreichs, Aidshilfe Salzburg,
Linzer Bundesstraße 10, A-5020 Salzburg, Tel.: 0662/ 88 14 88, Fax: 0662/ 88 14 88-3,
E-Mail: plusminus@aidshilfen.at
Autoren: Mag. Claudia Kuderna, Mag. Christian Obermoser, Dr. Sigrid Ofner, Dr. Ulrike
Paul · Grafik: freistil · Fotos: Matthias Herrmann · 2. Auflage, 2006



Am Anfang war der Befund

„Schwarz auf weiß. Ich bin HIV-positiv. Kann ich je wieder Sex haben? Werde ich je wieder Sex haben? Werde ich Sex genießen können wie früher?“

Der HIV-positive Befund verändert dein Leben – und deine Sexualität. Du musst dich mit deinem veränderten Körper- und Selbstwertgefühl auseinandersetzen. Du musst lernen, mit dem Gedanken zu leben, dass du deine Sexualpartner anstecken könntest. Manches, was dir Befriedigung gibt, ist gar nicht mehr oder nur mit Vorichtsmaßnahmen möglich. Außerdem kann unsafes Verhalten auch deinen eigenen Körper weiter gefährden. Dein eingeschränktes Immunsystem könnte mit normalerweise leichten Erkrankungen nicht mehr so einfach fertig werden. Dein Sexualeben solltest du in Zukunft so gestalten, dass du und dein(e) Partner befriedigt, aber andere und du selbst nicht gefährdet werden. Die Auseinandersetzung damit kann dir keiner abnehmen, aber es gibt Leute, die dir dabei helfen können: FreundInnen, Partner, Familie, andere Betroffene oder die MitarbeiterInnen der AIDS-Hilfen.

Männer begegnen einander, Männer haben Sex



„Sex im Park, Sex am Parkplatz, Sex im Darkroom – das ist einfach geil!“

Bei anonymem Sex fehlt meistens die notwendige Vertrauensgrundlage, um den Sexpartner über die eigene HIV-Infektion zu informieren. Wenn du bisher bei eher flüchtigen, anonymen Kontakten immer schon safe warst, wirst du vermutlich auch jetzt kein allzu großes Problem damit haben. Sollte dein Sexpartner die Verwendung eines Kondoms ablehnen, bist du jedenfalls verpflichtet,

ihn keinem Risiko auszusetzen. Ohne Kondom darf nicht gebumst werden. Die Verantwortung liegt bei dir.

„Er sagt, er fühlt nichts mit Kondomen. Er sagt, ihn kann auch ein Auto erwischen. Er sagt, niemand lebt ewig.“

Manche Männer entscheiden sich bewusst, grundsätzlich auf den Gebrauch eines Kondoms zu verzichten („Barebacking“). Wenn du als Positiver eine solche Entscheidung getroffen hast, setzt du aber nicht nur deine(n) Partner einem hohen Risiko aus, du gefährdest auch deine eigene Gesundheit. Du solltest auch bedenken, dass dein(e) Partner die Konsequenzen einer HIV-Infektion oder AIDS-Erkrankung unterschätzen könnten. Die Reue kommt häufig erst später.

Außerdem sind die rechtlichen Konsequenzen einer solchen Entscheidung zu bedenken: Wenn du als Betroffener auf den Schutz deines Partners verzichtest, machst du dich nach §§ 178 und 179 StGB strafbar. Bereits die Herbeiführung einer Gefahr für die Gesundheit der Bevölkerung – wie es im Gesetz heißt – ist strafbar. Selbst wenn es zu keiner Übertragung kommt, ist der Tatbestand der fahrlässigen Gefährdung von Menschen erfüllt. Eine eventuelle Einwilligung des nicht infizierten Partners ändert an der Strafbarkeit nichts, weil das Schutzgut dieser Tatbestände die Allgemeinheit ist.

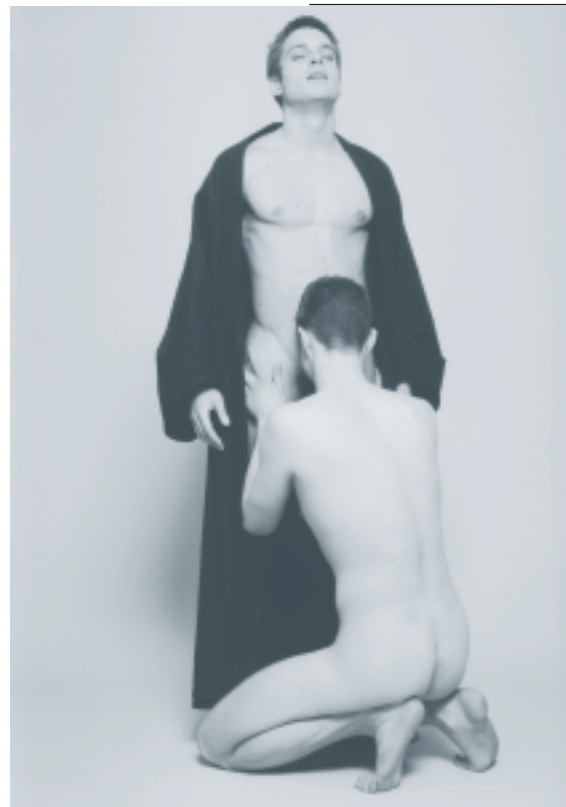
„Ich möchte so gern mit jemandem darüber sprechen. Mit IHM darüber sprechen. Aber ich habe Angst. Angst, dass er mich verlässt. Angst, dass er mich nicht mehr liebt. Angst, dass wir nie wieder unbelastet Sex miteinander haben werden.“

Es ist nicht leicht, mit dem Partner über die HIV-Infektion zu sprechen. Es ist aber mindestens ebenso schwer, zu versuchen, alleine mit der Tatsache umzugehen, dass du deinen Partner beim Sex mit HIV infizieren könntest.

Es ist auch belastend, immer allein die Verantwortung dafür zu übernehmen, dass ihr nur Safer Sex betreibt. Die mögliche Gefahr kann einen ziemlichen emotionalen Verantwortungsdruck erzeugen. Deshalb ist es schon angesichts möglicher „Unfälle“ von Vorteil, wenn der Partner über deine Infektion Bescheid weiß. Bedenke auch, dass sich dein Partner hintergangen fühlen wird, wenn du ihm erst sehr spät von deiner Infektion erzählst, oder wenn er durch Dritte davon erfährt.

„Mein Partner ist auch positiv. Der Gummi ist für uns kein Thema.“

Es gibt gute Gründe, warum auch unter positiven Partnern Safer Sex betrieben werden sollte: Zum einen schützt das Kondom auch vor anderen Krankheiten, zum anderen könnte es möglicherweise zur Superinfektion (Zweitinfektion) mit einem weiteren HIV-Stamm kommen. Sollte dies der Fall sein, und ein bereits HIV-positiver Mensch infiziert sich mit einem weiteren Stamm von HIV, könnten sich daraus unangenehme Folgen ergeben: Es wäre möglich, dass es sich bei den neu erworbenen HI-Viren um resistente Viren handelt, die auf bestimmte Medikamente nicht reagieren. Nimmt der Betroffene eine hochaktive antiretrovirale Therapie ein, auf die er bisher gut angesprochen hat, könnte es aufgrund der neuen resistenten HIV-Typen zu einem Anstieg der Viruslast kommen. Auch wenn das Risiko einer Superinfektion noch diskutiert wird: Safer Sex zwischen HIV-positiven Partnern ist sicherer.



Sexualpraktiken und deren Risiken

Die Übertragungswahrscheinlichkeit von HIV hängt von mehreren Faktoren ab. Wie bei den meisten Infektionskrankheiten ist der wichtigste Faktor die Anzahl der Erreger in der jeweiligen Körperflüssigkeit: Die Gefahr einer Ansteckung ist prinzipiell umso größer, je höher die Anzahl der übertragenen Erreger ist. Blut und Samenflüssigkeit haben die höchste Virenkonzentration. Ein weiterer wichtiger Aspekt ist der Einfluss der Kombinationstherapie auf eine mögliche Übertragung von HIV. Die Kombinationstherapie reduziert die Anzahl der HI-Viren im Körper, sodass die Virenlast im Blut bis unter die Nachweisbarkeitsgrenze sinken kann. Wenn im Blut keine HI-Viren



mehr nachweisbar sind, heißt es aber nicht, dass kein Übertragungsrisiko besteht. Außerdem gibt dieser Nachweis keinen Aufschluss darüber, wie hoch die Viruslast z. B. in der Samenflüssigkeit ist. Auch bei einer nicht mehr nachweisbaren Viruslast im Blut besteht nach wie vor die Möglichkeit einer Übertragung.

Oralverkehr

Beim Blasen besteht die Gefahr einer Übertragung von HIV dann, wenn du im Mund des Partners abspritzt. Der „Lusttropfen“ stellt für viele Männer eine Unsicherheit dar. Ob die darin enthaltene Menge an Viren für eine Ansteckung ausreicht, ist nach wie vor nicht eindeutig geklärt. Das Infektionsrisiko ist aber als gering einzuschätzen. Wenn du auf Nummer sicher gehen willst, verwende auch beim Blasen ein Kondom. Sonst gilt: raus, bevor du kommst.

Analverkehr

Bumsen ohne Gummi stellt vor allem für den passiven Partner ein hohes Ansteckungsrisiko dar. Die Darmschleimhaut ist besonders empfindlich. Nicht nur, dass es sehr leicht zu Verletzungen kommen kann, auch die unverletzte Schleimhaut bietet dem Virus eine Eintrittspforte. Aber auch für den aktiven Partner besteht beim Bumsen ein Ansteckungsrisiko. Verwende daher beim Bumsen immer ein für den Analverkehr geeignetes Kondom und ausreichend wasserlösliches Gleitgel.

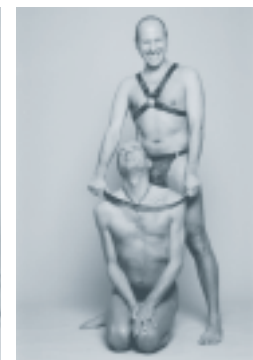
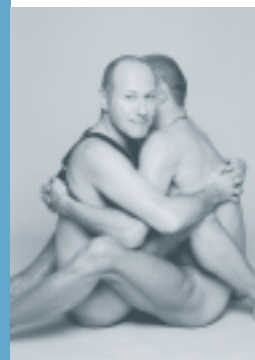
S/M-Sex

Wenn du es beim Sex etwas härter magst, besteht dadurch grundsätzlich kein höheres Übertragungsrisiko. Vorsicht ist allerdings geboten, wenn Blut ins Spiel kommt. Der Kontakt mit Blut oder das Aufnehmen von Blut des Partners birgt ein sehr hohes Risiko. Schlagen, Spucken und Spiele mit Kot und Urin stellen kein Risiko für eine HIV-Übertragung dar, du kannst dich dabei jedoch mit anderen sexuell übertragbaren Krankheiten anstecken (siehe Kapitel 5).

Beim Fisten besteht eine Übertragung von HIV für den eindringenden Partner, wenn es aufgrund kleiner Verletzungen zu Blutungen kommt. Latexhandschuhe schützen vor HIV ebenso wie vor Hepatitis A und B sowie vor anderen sexuell übertragbaren Krankheiten. Latexhandschuhe sind prinzipiell nur einmal zu verwenden. Wer nach dem Fisten bumst, oder sich bumsen lässt, muss berücksichtigen, dass die möglicherweise verwendeten fetthaltigen Gleitcremes das Kondom porös machen, sodass es keinen zuverlässigen Schutz mehr bietet.

Sexspielzeug und andere Sexpraktiken

Beim Gebrauch von Sexspielzeug solltest du darauf achten, dass es immer nur einmal verwendet wird, bevor es gründlich gereinigt wird. Bei Dildos kann man auch ein Kondom verwenden.



Wie du siehst, bietet dir Safer Sex trotz Einschränkungen eine Vielzahl an Möglichkeiten, Sex auch weiterhin befriedigend erleben zu können. Safer Sex umfasst außerdem viele Bereiche, die in Bezug auf HIV absolut safe sind: Streicheln, Massieren, gegenseitiges Wichsen und Küssen. Den Partner anzuspritzen, ist ohne Risiko, solange Sperma nicht in Mund, Augen oder auf verletzte Hautpartien gelangt.



Wenn's doch passiert...

Die Einhaltung der Safer Sex Regeln bietet größtmöglichen Schutz vor einer Übertragung des Virus. Durch Safer Sex kannst du vermeiden, die HIV-Infektion an deine(n) Partner weiterzugeben. Dennoch lässt sich ein Restrisiko nie ganz ausschließen. Kondome können reißen oder abrutschen, „Unfälle“ können passieren. In manchen Situationen kann die Vernunft „aussetzen“, und trotz bester Vorsätze wird kein Kondom verwendet. Wenn es trotz allem zu unsafem Sex kommt, ist es empfehlenswert, dass du mit deinem Partner einen Arzt aufsuchst, um über die weitere Vorgehensweise zu entscheiden. Einige Sofortmaßnahmen können selbst vorgenommen werden.

Sperma im Auge: Ausgiebig mit Wasser spülen, eventuell auch mit einem schleimhautverträglichen Desinfektionsmittel*.

Sperma im Mund: Ausspucken und die Mundhöhle mehrmals mit Alkohol spülen.

Sperma in einer verletzten Hautstelle: Wunde ausdrücken, auswaschen und abtrocknen. Danach ein Haut-Desinfektionsmittel auftragen.

*Es gibt zum Beispiel eine schleimhautverträgliche Version von Betaisodona



Das Infektionsrisiko bei der Aufnahme von „Lusttropfen“ wird als gering eingeschätzt.

Von Darmspülungen wird wegen des Verletzungsrisikos und der damit verbundenen Erhöhung der Übertragungswahrscheinlichkeit abgeraten.

Grundsätzlich gilt, je länger infektiöse Flüssigkeiten auf Wunden, geschädigter Haut oder auf Schleimhäuten bleiben, desto höher ist die Übertragungswahrscheinlichkeit.

Postexpositionelle Prophylaxe (PEP)

Die PEP wird hauptsächlich eingesetzt, wenn Personen beruflich der Gefahr einer HIV-Infektion ausgesetzt waren. Die Medikamente, die im Rahmen der PEP über einen Zeitraum von mindestens vier Wochen verabreicht werden, sind dieselben, die auch für die Kombinations-therapie eingenommen werden.

Wenn eine sexuelle Begegnung mit extrem hohem Ansteckungsrisiko wie ungeschützter Analverkehr mit einem HIV-infizierten Partner stattgefunden hat, oder bei „Sexunfällen“, kann eine medikamentöse Prophylaxe erwogen werden. Die PEP sollte aber auf keinen Fall mit einer Art „Pille danach“ verwechselt werden. In diesem Fall ist es wichtig, schnell und richtig zu reagieren:

- Ruhe bewahren – nicht in jedem Fall kommt es zu einer Übertragung des Virus.
- Als erste Notfallmaßnahme sollte die betroffene Körperstelle (Mund, Geschlechtssteile oder Auge) ausgiebig mit Wasser oder besser mit schleimhautverträglichem Desinfektionsmittel (Jod-Lösung) gespült werden.
- Danach setzt euch sofort mit dem behandelnden Arzt bzw. der behandelnden Ärztin in Verbindung. Sollte diese(r) nicht erreichbar sein, wendet euch an eines der Schwerpunktkrankenhäuser (Liste im Anhang).

- Mit der PEP muss so rasch wie möglich begonnen werden!
- Die PEP wird ihre maximale Wirkung dann erzielen, wenn damit innerhalb der ersten zwei Stunden nach dem Risikokontakt begonnen wird. Innerhalb der ersten 24 Stunden ist eine PEP sinnvoll, ab 72 Stunden nach dem riskanten Kontakt wird sie nicht mehr angewendet.

Auf keinen Fall sollte eine PEP ohne Abklärung mit einem Arzt begonnen werden. Du selbst solltest keinesfalls anti-retrovirale Medikamente an deinen Partner weitergeben.



Medizinische Fakten

Das Immunsystem

Die Infektion mit HIV führt zu einer fortschreitenden Zerstörung des Immunsystems, dessen Aufgabe es ist, in den Körper eingedrungene Krankheitserreger unschädlich zu machen. Verantwortlich für die Schwächung der körpereigenen Abwehrkräfte ist die Vervielfältigung der HI-Viren, durch die die Zahl der CD4-Zellen (Helferzellen des Immunsystems) sinkt.

Die HIV-Infektion schwächt die Abwehrfähigkeit deines Körpers.

Je niedriger die CD-4-Zellzahl eines Menschen ist,

- ▶ desto weniger kann sich sein Körper gegen „Angriffe“ verschiedener Krankheitserreger (Viren, Bakterien, Pilze, Parasiten) wehren,
- ▶ desto schwerer können die auftretenden Symptome einer Erkrankung sein.

Auch wenn du eine hochaktive antiretrovirale Therapie (HAART) einnimmst und dein Immunstatus gut ist, solltest du dein Immunsystem nicht unnötig belasten.

Weitere Krankheitserreger belasten das durch die HIV-Infektion geschwächte Immunsystem zusätzlich und können zu einem Anstieg der Viruslast führen. Es ist daher wichtig, den eigenen Körper so gut wie möglich zu schützen.

Sexuell übertragbare Krankheiten (STDs)

Hauptübertragungsweg der STD-Erreger ist ungeschützter Geschlechtsverkehr: Oral- oder Analverkehr. Einige STD-Erreger sind im Unterschied zu HIV auch beim Petting übertragbar.

Die ersten Anzeichen sind bei den meisten STDs sehr ähnlich:

- Brennen beim Wasserlassen
- ungewöhnliche Rötungen der Geschlechtsteile
- veränderter, auffälliger Ausfluss aus dem Glied
- Schmerzen im Genitalbereich oder Unterbauch
- Hautveränderungen oder Geschwüre an Glied, After oder im Mund-Rachen-Raum
- geschwollene Lymphknoten in der Leistenbeuge



Die meisten STDs sind heilbar und können bei HIV-infizierten Menschen ebenso erfolgreich behandelt werden wie bei HIV-negativen. Bei HIV-positiven Personen können viele STDs aber aufgrund der geschwächten Immunabwehr schwerer verlaufen.

Jeder kann eine sexuell übertragbare Krankheit bekommen. Geniere dich nicht und reagiere bereits bei geringen Krankheitsanzeichen.

STDs, die durch Viren ausgelöst werden, wie z.B. Herpes, sind nicht heilbar. Die Symptome bilden sich durch eine entsprechende Therapie zurück, es kann aber immer wieder zu Rückfällen kommen, die bei HIV-positiven Menschen häufiger und schwerer sein können.

Je rascher du dich in ärztliche Behandlung begibst, desto größer ist die Chance auf Heilung, und desto eher kannst du dein Liebesleben wieder genießen.



STD	Übertragung	Bemerkungen	Schutzimpfung
Durch Viren verursacht			
Hepatitis B	v.a. ungeschützter Geschlechtsverkehr	Bei HIV-infizierten Menschen wird Hep. B häufiger chronisch	Ja
Hepatitis A	fäkal-oral (verunreinigte Lebensmittel oder Trinkwasser; anal-orale Kontakte)		Ja
Herpes	ungeschützter Geschlechtsverkehr, Küssen	Bei Menschen mit geschwächtem Immunsystem können durch Herpes-Viren lebensbedrohliche Krankheitsbilder auftreten	Nein
Feigwarzen	v.a. ungeschützter Geschlechtsverkehr	ein rascher Behandlungsbeginn ist besonders wichtig, um Komplikationen zu vermeiden	derzeit nur für Frauen
Durch Bakterien verursacht			
Gonorrhoe (Tripper)	v.a. ungeschützter Geschlechtsverkehr (wenn der Erreger auf warme, feuchte Stellen gelangt: Mund, Glied, After)	häufig treten nur geringfügige Beschwerden auf; führt unbehandelt oft zu ernststen Folgeerscheinungen (z.B.: Unfruchtbarkeit)	Nein
Chlamydien-Infektion	v.a. ungeschützter Geschlechtsverkehr	verläuft oft ohne Beschwerden; unbehandelt oft schwere Folgeerscheinungen (z.B. Unfruchtbarkeit)	Nein
Syphilis	v.a. ungeschützter Geschlechtsverkehr; auch Petting, enger, direkter Körperkontakt	bei HIV-infizierten Menschen kann es zu einem rascheren Verlauf kommen	Nein
Ulcus molle (weicher Schanker)	ungeschützter Geschlechtsverkehr		Nein
Durch Pilze verursacht			
Candidosen	v.a. ungeschützter Geschlechtsverkehr	bei immungeschwächten Menschen kann sich die Pilzinfektion über den ganzen Körper verbreiten	Nein

Adressen der AIDS-Hilfen Österreichs

Die AIDS-Hilfen Österreichs im Internet: www.aidshilfen.at

Aids Hilfe Wien

Aids Hilfe Haus
Mariahilfer Gürtel 4
A-1060 Wien
Tel.: 01/ 59937
Fax: 01/ 59937-16
E-Mail: wien@aids.at
www.aids.at
Spendenkonto: 240 115 606 00
(BA-CA 12 000)

Aidshilfe Salzburg

Linzer Bundesstr. 10
A-5020 Salzburg
Tel.: 0662 / 88 14 88
Fax: 0662 / 88 14 88-3
E-Mail: salzburg@aidshilfen.at
www.virusshotline.at
Spendenkonto: 02 025 666
(Raika 35 200)

aidshilfe Kärnten

Bahnhofstr. 22/ 1
A-9020 Klagenfurt
Tel.: 0463 / 55 128
Fax: 0463 / 51 64 92
E-Mail: kaernten@hiv.at
www.hiv.at
Spendenkonto: 92 011 911
(PSK 60 000)

AIDSHILFE OBERÖSTERREICH

Langgasse 12
A-4020 Linz
Tel.: 0732 / 21 70
Fax: 0732 / 21 70-20
E-Mail: office@aidshilfe-ooe.at
www.aidshilfe-ooe.at
Spendenkonto: 01 002 161 83
(Hypobank 54 000)

Steirische AIDS-Hilfe

Schmiedgasse 38/ 1
A-8010 Graz

Tel.: 0316 / 81 50 50
Fax: 0316 / 81 50 506
E-Mail: steirische@aids-hilfe.at
www.aids-hilfe.at
Spendenkonto: 92 011 856
(PSK 60 000)

AIDS-Hilfe Tirol

Kaiser-Josef-Str. 13
A-6020 Innsbruck
Tel.: 0512 / 56 36 21
Fax: 0512 / 56 36 219
E-Mail: tirol@aidshilfen.at
www.aidshilfe-tirol.at
Spendenkonto: 03 893 060 800
(BA-CA 12 000)

AIDS-Hilfe Vorarlberg

Kaspar-Hagen-Str. 5/1
A-6900 Bregenz
Tel.: 05574 / 46526
Fax: 05574 / 46526-20
E-Mail: contact@aidshilfe-vorarlberg.at
Spendenkonto: 10 193 263 114
(Hypobank 58 000)

Servicestellen der AIDS-Hilfen Österreichs:

Redaktionsbüro Aidshilfe Salzburg:

Linzer Bundesstr. 10
A-5020 Salzburg
Tel.: 0662 / 88 14 88
Fax: 0662 / 88 14 88-3
E-Mail: plusminus@aidshilfen.at

Medienservice Aids Hilfe Wien:

Aids Hilfe Haus
Mariahilfer Gürtel 4
A-1060 Wien
Tel.: 01 / 595 37 11-81
Fax: 01 / 595 37 11-17
E-Mail: wien@aids.at

Ambulanzen – Wohin im Notfall?

WIEN, NIEDERÖSTERREICH, BURGENLAND:

AKH Wien

Abteilung f. Immundermatologie u. Infektiöse Hautkrankheiten der Universitätsklinik f. Dermatologie
Währinger Gürtel 18-20
A-1090 Wien
Tel. Ambulanz Süd B: 01/40400-42 40 (Mo. – Fr. 8.00 – 15.00)
Außerhalb der Ambulanzzeiten: Notfallaufnahme, Leitstelle 60,
Tel.: 01/40400-1964

Pulmologisches Zentrum der Stadt Wien

2. Interne Abteilung, Immunambulanz
Sanatoriumstraße 2
A-1140 Wien
Tel.: 01/91060-42710

OBERÖSTERREICH:

AKH Linz

Abteilung f. Dermatologie
Krankenhausstraße 9
A-4020 Linz
Tel.: 0732 / 7806-3740

SALZBURG:

St. Johanns-Spital/Landeskrankenhaus

Infektionsambulanz, 3. Med.
Müllner Hauptstraße 48
A-5020 Salzburg
Tel.: 0662/4482-58275
(Dr. Ninon Taylor)

STEIERMARK:

LKH Graz West

1. Medizinische Abteilung
Göstingerstraße 22
A-8021 Graz
Tel. Station: 0316/5466-4341
Tel. Ambulanz: 0316/5466-4386
Tel. OA Dr. Kapper:
0316/5466-14365

KÄRNTEN:

LKH Klagenfurt

1. Medizinische Abteilung
St. Veiter Straße 47
A-9026 Klagenfurt
Tel.: 0463/538-29311

TIROL:

LKH Innsbruck

Universitätsklinik f. Dermatologie u. Venerologie
HIV-Ambulanz
Anichstraße 35
A-6020 Innsbruck
Tel. Ambulanz: 0512/504-4847
Außerhalb der Ambulanzzeiten:
HIV-Station, Tel.: 0512/504-2987

VORARLBERG:

LKH Feldkirch

Interne Abteilung
Carinagasse 47
A-6870 Feldkirch-Tisis
Tel.: 05522/303-2600

Die AIDS-Hilfen
Österreichs

