

A photograph of two men lying in bed, partially covered by a white sheet. The man in the foreground is looking towards the camera, while the man behind him has his eyes closed. A red speech bubble is overlaid on the top left of the image.

Schwul?
Aber sicher!

HIV.
Test.
Schutz.
Medikamente.

- Beratung und Hilfe für Menschen mit HIV und Zugehörige
- Information und Aufklärung
- Schulung und Fortbildung
- Beratung und Test im Checkpoint Regensburg
- Spritzentausch für Drogenkonsumenten

Büro und Beratung:
Mo - Fr 9 - 13 Uhr und
nach Vereinbarung

Bruderwöhrdstrasse 10
93055 Regensburg
Fon 0941 79 13 88
Fax 0941 79 21 54



Warum diese Broschüre?

2016 kam es in Deutschland zu rund 2200 Neuinfektionen beim Sex unter Männern. Das muss nicht so sein und daher wollen wir dich mit dieser Broschüre darüber informieren, wie wir gemeinsam Schluss machen können mit HIV.

Kondome schützen – das gilt auch heute noch. Und wer doch ein Risiko hatte, kann zum HIV-Test gehen und eine mögliche HIV-Infektion wirksam behandeln lassen. Moderne HIV-Therapie bedeutet 1 Tablette am Tag, ist sehr nebenwirkungsarm und bewirkt, dass der behandelte HIV-Positive gesund und nicht mehr infektiös ist.

Der Dreiklang **SCHÜTZEN – TESTEN – BEHANDELN** kann in wenigen Jahren dazu führen, dass Neuinfektionen deutlich seltener werden und HIV auch als Krankheitsursache kaum noch eine Rolle spielt.

LASST UNS GEMEINSAM HIV BESIEGEN!

Wie passieren HIV-Infektionen beim Sex?

FÜR EINE HIV-INFEKTION SIND NOTWENDIG

- genügend große Anzahl an HI-Viren (sprich: eine infektiöse Flüssigkeit)
- ein Zugang zur Blutbahn (Infektionsweg)

INFEKTIOSE FLÜSSIGKEITEN KÖNNEN SEIN

- Blut
- Sperma
- Scheidenflüssigkeit
- Flüssigkeit auf Analschleimhaut, da nur in diesen Flüssigkeiten eine hohe Viruskonzentration vorkommen kann.

DER INFEKTIONSWEG

Über die Schleimhäute (meist Anal-Schleimhaut und Schleimhaut an der Eichel, selten andere Schleimhäute) können HI-Viren in die Blutbahn gelangen.

DAS RISIKO IST AM HÖCHSTEN

beim ungeschützten passiven analen Sex, wenn mit dem Sperma genügend HIV an die Analschleimhäute gelangt. Aber auch der aktive Partner kann sich anstecken, wenn die Schleimhaut des Penis Kontakt mit HIV in der Analflüssigkeit hat. Infektionen über die Mundschleimhaut (Blasen, oraler Sex) sind zwar möglich, aber eher selten und weit weniger häufig als beim Analsex!

Wie verhindere ich, dass HIV beim Sex übertragen wird?

KONDOME SCHÜTZEN.

Das ist einfach und gilt für alle, egal, ob Du Dich oder den Partner schützen willst. Wenn Du unsicher bist, ob ein Risiko besteht, triff Deine Entscheidung! Kondom über deinen steifen Schwanz (oder den des Partners) und schon kann es losgehen!

THERAPIE SCHÜTZT.

Wenn Du HIV-positiv getestet bist, dann verhinderst Du durch Deine eigene HIV-Therapie die Weitergabe der HIV-Infektion. Dies gilt natürlich nur, wenn die Medikamente regelmäßig eingenommen werden! Wie das geht, liest du auf den nächsten Seiten!



Wie wirken die HIV-Medikamente?

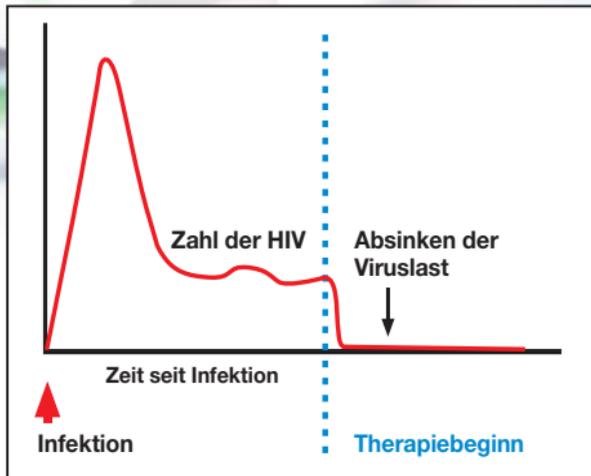
SCHUTZ DER EIGENEN GESUNDHEIT

Die HIV-Medikamente verhindern, dass sich HIV vermehren kann. Die Anzahl der HI-Viren geht dadurch gegen Null, das körpereigene Immunsystem wird entlastet und behält seine volle Funktionsfähigkeit.

HIV-Positive, die ihre Medikamente richtig einnehmen, bleiben daher dauerhaft gesund.

SCHUTZ DER GESUNDHEIT ANDERER

Spätestens 6 Monate nach Beginn der HIV-Therapie ist die Zahl der HI-Viren in allen Körperflüssigkeiten eines HIV-positiven Menschen so gering, dass eine Weitergabe der Infektion nach neuesten Studien so gut wie nicht mehr passiert. HIV-Positive, die ihre Medikamente richtig einnehmen, schützen also ihre Partner vor einer HIV-Infektion.



HIV-Therapie heute und in Zukunft

HIV-THERAPIE

bedeutet heute in der Regel 1 Tablette pro Tag und sie ist sehr nebenwirkungsarm. Das bedeutet vollen Schutz vor HIV bei gleichzeitig sehr geringen Nachteilen für den gewohnten Tagesablauf.

WIR ERWARTEN FÜR DIE ZUKUNFT

weitere deutliche Verbesserungen. Die Medikamente werden noch weniger Nebenwirkungen haben als heute und Depot-Medikamente werden es ermöglichen, dass die Wirksamkeit mehrere Monate anhält. Wer will, kann dann auf die tägliche Tabletteneinnahme verzichten und bleibt trotzdem wirksam geschützt.

Wie funktioniert die PrEP?



MEDIKAMENTE ZUR VORBEUGUNG (PREP)

PrEP heißt ausgeschrieben PräExpositionsProphylaxe, also „vorbeugende Medikamenteneinnahme vor einem Risikokontakt“. PrEP bedeutet, dass ein HIV-negativer Mensch ein Medikament nimmt mit dem Ziel, sich damit vor HIV zu schützen. Die PrEP ist bereits zugelassen und kann verordnet werden. Vorgeschrieben sind eine umfangreiche Beratung durch den Arzt und verschiedene Laboruntersuchungen. Stand November 2016 ist eine Kostenübernahme durch gesetzliche Krankenkassen noch nicht erreicht. Die Hauptzielgruppe sind Menschen, die sich häufig HIV-Infektionsrisiken aussetzen.

IST DIE PREP FÜR DICH SINNVOLL UND WIE SICHER IST SIE?

WELCHE UNTERSUCHUNGEN SIND VOR UND WÄHREND DER PREP NOTWENDIG?

WER VERSCHREIBT MIR DAS MEDIKAMENT UND WIE TEUER IST ES?

WIR BERATEN DICH ZU ALLEN FRAGEN ZUR PREP!

Und was bedeutet dann PEP?

WICHTIGE TELEFONNUMMERN FÜR DIE PEP

Aids-Beratungsstelle:
0941 791388
Notaufnahme Uniklinik
Regensburg:
0941 9442310
Dr. Audebert
(HIV-Schwerpunktarzt)
Regensburg:
0941 920600

MEDIKAMENTE ALS NOTFALLMASSNAHME

nach einem Risiko (PEP). Wenn Du ein Risiko hattest, kannst Du im Nachhinein Medikamente bekommen, um nachträglich das Risiko kleiner zu machen. PEP heißt ausgeschrieben Post-ExpositionsProphylaxe und kann übersetzt werden mit „Vorbeugende Medikamenteneinnahme nach dem Risikokontakt“.

EIN INFektionsRISIKO BESTEHT IMMER DANN,

wenn Du ungeschützten Sex hattest und

- nicht sicher weißt, ob Dein Partner HIV-negativ ist.
- sicher weißt, dass Dein Partner HIV-positiv und nicht in Behandlung ist.

WICHTIG:

Der Beginn der Medikamenteneinnahme muss möglichst kurz nach dem Risiko erfolgen (innerhalb von 72 Stunden, aber am besten innerhalb von 2 Stunden).

Warum ist die Zeit kurz nach einem Risikokontakt so wichtig?

DIE INFEKTIÖSITÄT STEIGT UND FÄLLT

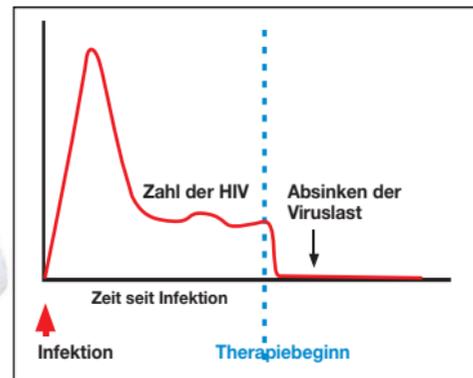
mit der Zahl der HI-Viren in den Körperflüssigkeiten. Am höchsten ist die Zahl der HIV wenige Wochen nach der eigenen Infektion (man spricht auch von der Zeit der „akuten Infektion“), so dass in dieser Zeit auch das Risiko, Andere mit HIV anzustecken, am höchsten ist. Die meisten HIV-Infektionen werden daher weitergegeben von Menschen, die selbst ganz frisch infiziert sind und in der Regel noch gar nichts von ihrer eigenen Infektion wissen.

WAS BEDEUTET DAS FÜR DICH?

Jeder vermeintlich HIV-negative Partner, der in den letzten Wochen und Monaten ein Risiko hatte, das noch nicht durch einen Test abgeklärt ist, könnte frisch infiziert und damit maximal ansteckend sein.



ALSO: KONDOME SCHÜTZEN, bis alles geklärt, sprich sicher getestet, ist! Jedes Risiko muss ernst genommen werden. Dies gilt für den einmaligen sexuellen Kontakt mit einem Unbekannten. Dies gilt auch für Sex mit dem langfristigen Partner, wenn er kürzlich ein Infektionsrisiko eingegangen ist, denn Infektionen passieren auch innerhalb fester Partnerschaften!



Wann ist ein Test auf HIV sinnvoll?

EIN INFEKTIONSRISIKO BESTEHT IMMER DANN,

wenn Du ungeschützten Sex hattest und

- nicht sicher weißt, ob Dein Partner HIV-negativ ist.
- sicher weißt, dass Dein Partner HIV-positiv und nicht in Behandlung ist.

Danach ist ein Test immer sinnvoll (insbesondere, wenn grippeähnliche Symptome ca. 2-3 Wochen nach dem Risiko auf eine HIV-Infektion hindeuten).

AUCH OHNE KONKRETES RISIKO GILT:

in Abhängigkeit von der Anzahl meiner Partner bzw. sexuellen Kontakte sollte ich mich regelmäßig testen lassen. Ein Routine-Check auf HIV und andere sexuell übertragbare Krankheiten sollte spätestens ein Jahr nach dem letzten Check erfolgen!

Es geht nicht um „Test anstelle von Schutz“, sondern um „Test und Schutz“, denn der Schutz durch Kondome ist und bleibt wichtig. Es geht aber auch darum, eine HIV-Infektion möglichst frühzeitig zu entdecken und zu behandeln, damit HIV keine Chance hat, irgendeinen Schaden anzurichten – weder bei Dir noch beim Partner!



Warum werden Tests auf weitere sexuell übertragbare Infektionen (STI) empfohlen?

Vor HIV kannst du Dich sehr gut schützen – z.B. durch den Gebrauch von Kondomen!

INSBESONDERE BAKTERIELLE INFEKTIONEN

wie Syphilis, Tripper und Chlamydien können jedoch – anders als HIV – auch über bloße Schleimhautkontakte (Küssen, Blasen, Arschlecken) übertragen werden. Sie werden durch ein Kondom nicht immer

verhindert! Bakterielle Infektionen sind leicht festzustellen und einfach heilbar. Unbehandelt können sie aber Krankheiten auslösen und vergrößern das Risiko, sich mit HIV anzustecken! Tests auf STI sind wichtig, um eine Behandlung einleiten und Risikofaktoren für eine HIV-Infektion rechtzeitig erkennen und beseitigen zu können!

What about Sex and Drugs?

SEXPARTIES MIT INTRAVENÖSEM DROGENKONSUM

sind in den letzten Jahren oft als Risiko für eine HIV-Infektion beschrieben worden. Die Infektion kann hier beim gemeinsamen Gebrauch einer Spritze passieren, oder aber beim Sex – insbesondere, wenn Dir plötzlich der Schutz vor HIV nicht mehr so wichtig erscheint.

HIER GILT: SAFER SEX UND SAFER USE!

Kondome und ein eigenes Spritzbesteck schützen vor einer HIV-Infektion (und vor Hep C)!

Wenn Du nicht ausschließen kannst, dass Du Spritzutensilien mit anderen teilst oder auf das Kondom verzichten wirst, kann die PrEP in der Zukunft als Schutz eine wichtige Rolle spielen. Die PrEP kann mit wenigen Tabletten Dein Risiko einer HIV-Infektion (aber nicht einer Hep C-Infektion) stark verringern! Wir beraten zur PrEP!



Checkpoint Regensburg



CHECKPOINT REGENSBURG
testet im Praxiszentrum Alte Mälzerei
Galgenbergstraße 25 | 93053 Regensburg

INFOS UND TESTTERMINE
www.aids-beratung-oberpfalz.brk.de

Checkpoint Regensburg ist das Testprojekt der Aids-Beratungsstelle Oberpfalz und ist Mitglied in der Arbeitsgemeinschaft der Bayerischen und der Deutschen Checkpoints.

WIR BERATEN
anonym, ohne Tabu
und diskret!

WIR TESTEN
kostengünstig und sicher!

Schnelltest, Labortest
und PCR auf HIV, Tests
auf Hepatitis, Syphilis,
Chlamydien und Gono-
kokken!