

SPICKZETTEL

HIV



Aids steht für Acquired Immune Deficiency Syndrome (übersetzt Immunschwächeyndrom) und bezeichnet den späten Status einer unbehandelten HIV-Infektion. In diesem Zustand können schwere Erkrankungen wie Lungentzündungen, Tumore oder das Kaposi-Sarkom auftreten.

Bevor es eine Therapie gab, sind viele Menschen an den Folgen von Aids gestorben. Seit den 1990ern gibt es aber erfolgreiche medikamentöse Behandlungen (ART). Mit einer erfolgreichen und rechtzeitigen Therapie kann heutzutage Aids vermieden werden.



WAS IST AIDS?

STANDUP - ANTIDISKRIMINIERUNGSSTELLE DER SCHWULENBERATUNG BERLIN

Hermannstr. 256-258
12049 Berlin
(030) 44 66 88 -114
standup@schwulenberatungberlin.de



Facebook: [standupantidiskriminierung](#)
Instagram: [standup_antidiskriminierung](#)

www.schwulenberatungberlin.de/wir-helfen/antidiskriminierung

HIV steht für Human Immunodeficiency Virus (übersetzt „menschliches Immunschwäche-Virus“). HIV befällt vor allem die Zellen des Immunsystems. Mit einer antiretroviralen Therapie (ART), d. h. HIV-Medikamenten, kann die Vermehrung des Virus in den Zellen unterbunden werden. Unter erfolgreicher Therapie haben Menschen mit HIV quasi die gleiche Lebenserwartung wie Menschen ohne HIV und können problemlos den Alltag bei relativem Beschwerdefreiheit leben. Für eine erfolgreiche Therapie ist es wichtig, täglich die HIV-Medikamente einzunehmen.

WAS IST HIV?

LEBEN MIT HIV HEUTE



Mit der täglichen Einnahme der Medikamente oder einer Depotspritze für mehrere Wochen lässt sich heute ein gutes und gesundes Leben mit HIV gestalten. Durch die regelmäßigen Besuche in ärztlichen Praxen wird auch der Gesundheitszustand allgemein engmaschig beobachtet.

Eine HIV-Infektion ist für viele Betroffene heutzutage auf eine andere Weise eine große Herausforderung. Beschwerden entstehen insbesondere über Stigma und Diskriminierungen, mit negativen Auswirkungen auf die psychische und körperliche Gesundheit.

Aufgrund von Angst vor Diskriminierungen, oder z.B. Nachteilen im Job, gehen viele Menschen mit HIV nicht offen mit ihrem Status um. Auch in den Medien oder sozialen Netzwerken wird häufig unsensibel über das Thema gesprochen.

MEDIZINISCHES ABC

Übertragen wird HIV durch ungeschützten Geschlechtsverkehr, gemeinsame Nutzung von infizierten Spritzen und Nadeln oder bei Kontakt mit Blut.

Unter erfolgreicher Therapie kann HIV nicht übertragen werden.



Die Prä-Expositions-Prophylaxe, kurz PreP, dient heute neben dem Kondom zum Schutz vor einer Infektion. Personen ohne HIV nehmen täglich/ anlassbezogen eine Tablette, um das Infektionsrisiko zu minimieren. Neben der Einnahme erfolgt routinemäßig eine ärztliche Kontrolle der sexuellen Gesundheit.

Durch Berührungen im Alltag wie Umarmungen oder Händeschütteln, Teilen von Besteck oder Arbeitsplätzen oder Küssen kann HIV nicht übertragen werden.

80's VERALTETE, STIGMATISIERENDE BILDER 90's

Da in den 1980ern bis 1990ern viele Menschen an den Folgen einer HIV-Infektion verstorben sind, hält sich immer noch das Vorurteil, dass HIV automatisch zum Tod führen kann. Durch die antiretroviralen Medikamente kann HIV gut kontrolliert werden und Menschen mit HIV können ein gesundes und langes Leben führen.

Zu Beginn der HIV/Aids-Epidemie wurden vor allem HIV-Infektionen schwuler Männer bekannt, aber HIV kann jede*n treffen. Unter den Neuansteckungen heute steigen die Fälle heterosexueller Menschen an.

Ein Stereotyp, mit dem Menschen mit HIV konfrontiert werden ist, dass sie die Krankheit aufgrund sexuellen Verhaltens oder Substanzkonsum „verdient“ hätten. Das ist schlicht falsch und stigmatisierend.

DAS ENDE VON HIV?

Geschichten über Entwicklungen von Impfstoffen oder Heilung einzelner Patient*innen sorgen medial immer wieder für Aufregung. HIV kann weder geheilt werden noch schützt eine Impfung. Geschichten über Heilungen können ungerechtfertigte Hoffnungen schüren – sei vorsichtig, allzu euphorisch Menschen mit HIV undifferenzierte Artikel oder ähnliches weiterzuleiten.

Für Personen ohne Zugang zum Gesundheitswesen oder Personen in Ländern mit diskriminierenden Gesetzen ist der Zugang zu Medikamenten teilweise heute noch stark erschwert. Uganda stellte beispielsweise über die Einführung der Todesstrafe für queere Menschen auch die Übertragung von HIV unter Todesstrafe. Zudem sind in einigen Ländern die Kosten für die Medikamente relativ hoch.

In einige Länder dürfen Menschen mit HIV nicht einreisen oder es werden nur Aufenthalte bis zu 90 Tagen gestattet.

STIGMA CHRONISCHER ERKRANKUNGEN

HIV ist eine chronische Erkrankung und Menschen mit HIV sind damit häufig spezifischen Vorurteilen oder Stereotypen ausgesetzt. Menschen mit chronischen Krankheiten werden häufig Fähigkeiten oder Produktivität abgesprochen oder es wird ihre Zufriedenheit mit der eigenen Lebenssituation angezweifelt.

Am Arbeitsplatz können Menschen mit HIV Schwierigkeiten haben, angemessene Unterstützung zu erhalten oder werden unfair behandelt, z. B. in Bezug auf die Karriereentwicklung, oder ihnen wird rechtswidrig gekündigt.

Im Gesundheitswesen begegnen Menschen mit HIV häufig Barrieren. Es werden eher spätere Termine vergeben, der Datenschutz wird nicht eingehalten oder die Hygienemaßnahmen sind unangemessen überzogen. Stigma und Diskriminierungen machen krank und können die Lebensqualität negativ beeinflussen.

NICHT NACHWEISBAR GLEICH NICHT ÜBERTRAGBAR



N=N steht für „nicht nachweisbar = nicht übertragbar“. Das heißt, dass Menschen mit HIV, die ihre Viruslast unter die Nachweisgrenze senken und die Therapie aufrechterhalten, das Virus nicht übertragen können.

Nur 19% der Menschen in Deutschland wissen, dass HIV unter erfolgreicher Therapie nicht übertragbar ist. Sprich mit deinen Mitmenschen über das Thema und hilf mit, das Wissen in Bezug auf HIV zu vergrößern.
#wissenverdoppeln

IM PERSÖNLICHEN GESPRÄCH



Behandle Menschen mit HIV mit Respekt und Würde, ohne sie auf ihren HIV-Status zu reduzieren.



Schätze es wert, wenn eine Person über ihren HIV-Status berichtet. Schütze gleichzeitig die Vertraulichkeit von Informationen über den HIV-Status einer Person.

Frage nicht, warum die Person mit HIV lebt, und bewerte nicht das sexuelle Verhalten einer Person.

IM PERSÖNLICHEN GESPRÄCH

Nutze nicht stigmatisierende Sprache, wenn du über HIV sprichst.

Sprechen über HIV hilft, um Vorurteile abzubauen. Engagiere dich in der Aufklärung und Sensibilisierung über HIV/Aids, um Vorurteile abzubauen und das Verständnis zu fördern.



HIV IM FREUNDESKREIS

Stelle dir vor, eine befreundete Person holt dich und weitere Freund*innen zusammen und spricht über ihre HIV-Infektion. Ein Freund reagiert so: „Wie hast du HIV bekommen und weißt du, wem du es weitergeben hast?“

Zeige Empathie gegenüber der befreundeten Person: „Danke für dein Vertrauen. Ich bin für dich da, wenn du mehr über das Thema und deine Gefühle dazu sprechen möchtest.“ Frage z. B. nach, ob deine befreundete Person mit der medizinischen Behandlung zufrieden ist oder biete an, sie bei ärztlichen Besuchen zu begleiten.

Sprich später mit dem Freund, der die Frage gestellt hat und mache deutlich, dass die Frage unsensibel war und welche Folgen Stigma für das Leben mit HIV haben kann. Sei nicht zu streng, sondern versuche einen Raum zum Austausch zu ermöglichen.

SENSIBLER UMGANG MIT HIV AM ARBEITSPLATZ



Angenommen, ein*e Kolleg*in erzählt dir über ihren*seinen HIV-Status. Hier sind ein paar Anregungen, um einen sensiblen Umgang mit dieser Situation zu ermöglichen:

Respektiere die Privatsphäre der Person und teile die Information nicht ohne Zustimmung mit anderen Kolleg*innen.

Behandle die Person nicht anders als andere. HIV ist eine behandelbare Erkrankung, und Menschen mit HIV können ein normales und gutes Leben führen.

Diskriminierung melden: Wenn du Zeug*in von Diskriminierung aufgrund des HIV-Status wirst, unterstütze die betroffene Person, frage was die Person benötigt und melde ggf. den Vorfall.



MYTHEN ÜBER HIV - DAS IST EINFACH FALSCH

„Ein starkes Immunsystem schützt vor HIV.“ Falsch, ein generell „starkes“ Immunsystem schützt weder vor einer Ansteckung noch können langfristig die Folgen einer Infektion unterbunden werden.

„HIV ist nicht die Ursache von Aids.“ Falsch, HIV ist die Ursache von Aids. Nur sogenannte „Aids-Leugner*innen“ versuchen andere Dinge, z. B. Substanzkonsum oder Unterernährung, für Aids verantwortlich zu machen.

„HIV kann durch Heilungsmethoden wie Extrakte/ Säfte oder Gebete geheilt werden.“ Falsch, die einzig wirksame Behandlung von HIV erfolgt über antiretrovirale Medikamente. Es gibt komplementäre Therapieverfahren, mit denen man den Folgen der HIV-Infektion sowie Nebenwirkungen der Therapie entgegenwirken kann. Nicht wissenschaftlich geprüfte „Therapien“ sind hingegen lebensbedrohlich.

WEITERE INFORMATIONEN



Antidiskriminierungsstellen wie StandUp der Schwulenberatung Berlin können bei erlebten Diskriminierungen unterstützen.



Organisationen wie die Deutsche Aids-Hilfe und lokale Aids-Hilfen bieten umfassende Informationen und Unterstützung.



In einigen Städten gibt es weitere Selbsthilfegruppen, in Berlin z. B. pro plus berlin e. V.



Das Robert-Koch-Institut bietet viele Ressourcen und Studien zum Thema HIV und Medizin an.