Eine HIV-Infektion sieht man niemandem an

Sie kann Jahre unbemerkt bleiben, bis das Immunsystem durch das Virus so geschwächt ist, dass man an AIDS erkrankt. Eine HIV-Infektion ist nicht heilbar, jedoch **sehr gut behandelbar**. Je früher eine HIV-Diagnose gestellt wird, desto besser für die Gesundheit.

Damit HIV nicht AIDS wird

Heute kann man das Virus so gut behandeln, dass man damit gut leben kann – die Behandlung ist so wirksam, dass man gar nicht AIDS bekommt.

Deshalb ist es so wichtig, sich regelmäßig testen zu lassen – hier einige sehr **gute Gründe für einen HIV-Test**:

- Der Test bringt dir Klarheit – habe ich HIV oder nicht?
- Wenn du weißt, dass du HIV hast, kannst du **andere Menschen vor einer Infektion schützen**. HIV-positive Menschen, die HIV-Medikamente einnehmen, können das Virus beim Sex nicht weitergeben. Auch bei einer Schwangerschaft und während der Geburt ist das Risiko, die Infektion auf das Kind zu übertragen, minimal.
- HIV ist gut behandelbar – eine Diagnose mit anschließender Behandlung schützt deine Gesundheit und ermöglicht dir ein gutes und langes Leben.
- HIV-Tests sind einfach zu machen, in den AIDS-Hilfen kannst du dich anonym und kostenlos testen lassen.

Bei Fragen rund um HIV, den HIV-Test, ein Leben mit HIV sowie bei Fragen zu PREP und PEP wende dich an deine nächstgelegene AIDS-Hilfe.

Auf der nächsten Seite findest du alle Adressen der AIDS-Hilfen in Österreich.
Wir beraten dich anonym und kostenlos.

Aids Hilfe Wien
(Wien, Niederösterreich, Burgenland)
Mariahilfer Gürtel 4
1060 Wien
01/599 37-0
office@aids-hilfe-wien.at
www.aids.at

aidsHilfe Kärnten
Bahnhofstraße 22/1
9020 Klagenfurt
0463/551 28
kaernten@hiv.at
www.hiv.at

AidsHilfe Oberösterreich
Blütenstraße 15/2
4040 Linz
0732/2170
office@aidshilfe-ooe.at
www.aidshilfe-ooe.at

Aidshilfe Salzburg
Innsbrucker Bundesstraße 47
5020 Salzburg
0662/881 488
salzburg@aidshilfen.at
www.aidshilfe-salzburg.at

AIDS-Hilfe Steiermark
Hans-Sachs-Gasse 3
8010 Graz
0316/815 050
steirische@aids-hilfe.at
www.aids-hilfe.at

AIDS-Hilfe Tirol
Kaiser-Josef-Straße 13
6020 Innsbruck
0512/563 621
office@aidshilfe-tirol.at
www.aidshilfe-tirol.at

Aidshilfe Vorarlberg
Kaspar-Hagen-Straße 5
6900 Bregenz
05574/465 26
contact@aidshilfe-vorarlberg.at
www.aidshilfe-vorarlberg.at

Weitere Informationen:

Unter **suchthilfekompass.goeg.at/presentation** findest du alle Sucht- und Drogeneinrichtungen in Österreich.

Sucht- und Drogenkoordination Wien
Modecenterstraße 14/Block A/2. Stock, 1030 Wien
office@sd-wien.at
www.sdw.wien

Österreichische Ärztekammer
Weihburggasse 10–12, 1010 Wien
post@aerztekammer.at
www.aerztekammer.at

Österreichische AIDS Gesellschaft (ÖAG)
Bernardgasse 28/12, 1070 Wien
info@aidsgesellschaft.at
www.aidsgesellschaft.info

Österreichische Gesellschaft niedergelassener Ärzte zur Betreuung HIV-Infizierter (ÖGNÄ-HIV)
Zimmermannplatz 1,1090 Wien
info@oegnae-hiv.at
www.oegnae-hiv.at

#EINFACHTESTEN
eine Informationskampagne der Aids Hilfe Wien
Infos unter **www.aids.at/einfachtesten**

Impressum: Medieninhaber: Aids Hilfe Wien, 1060 Wien **Hersteller:** druck.at **Herstellungsort:** 2544 Leobersdorf **Fotos:** Jürgen Hammerschmied **Grafik:** Benjamin Leibetseder

„Eh klar – ich mache einen HIV Test!

„Du auch?
— Felix, 34

#EINFACHTESTEN

Ein Test geht einfach und bringt dir Klarheit.
Damit HIV nicht AIDS wird.

Dachverband der österreichischen Sozialversicherungen

WWW.AIDS.AT/einfachtesten

Was ist HIV eigentlich? Was ist AIDS?

HIV ist ein Virus. Das Virus schädigt das Immunsystem. Ein gutes Immunsystem braucht man um gesund zu bleiben. Einige Zeit nach der Ansteckung kann das Immunsystem sehr geschwächt sein. So kann es zu schweren Krankheiten kommen. Dann spricht man von AIDS.

Wie kommt es zur Ansteckung?

HIV wird meistens beim Sex ohne Kondom übertragen. Sehr leicht kannst du dich auch beim gemeinsamen Verwenden von Utensilien für den Drogenkonsum (z.B.: Spritzen, Löffel, Filter, Tupfer etc.) anstecken.

Wie kannst du dich schützen?

Beim Sex:

- Schütze dich mit Kondomen.
- Diese erhältst du kostenlos in vielen Beratungsstellen. Zum Beispiel bei der AIDS-Hilfe oder in Sucht- und Drogenhilfeeinrichtungen.
- Kondome kannst du auch in Supermärkten, Drogeriemärkten und Apotheken kaufen.

Beim Drogenkonsum:

- Verwende nur deine eigenen Sachen für den Drogengebrauch.
- Teile kein Spritzbesteck, Röhrchen, Filter, Tupfer etc.
- Nutze die kostenlosen Spritzentauschangebote oder Spritzenautomaten. Informationen dazu erhältst du bei der AIDS-Hilfe und in allen Sucht- und Drogenberatungsstellen.
- Spritzen, Nadeln etc. kannst du natürlich auch in der Apotheke kaufen.
- In Wien kannst du auch in Einrichtungen der Wohnungslosenhilfe und in einigen Apotheken Spritzen tauschen.

Die Safer Use Regeln

hier die wichtigsten Facts für dich zusammengefasst:

Allgemein:

- Informiere dich über die Substanz.
- Dosiere vorsichtig.
- Vermeide Mischkonsum.
- Achte auf Hygiene (sterile Materialien, Händewaschen, saubere Oberflächen etc.).
- Achte darauf, dass jemand da ist, der dir notfalls helfen kann.
- Mach' Konsumpausen.

Beim Sniefen und Rauchen:

- Verwende immer nur dein eigenes Röhrchen.
- Achte darauf, dass das Röhrchen sauber ist und keine scharfen Kanten hat.
- Verwende immer nur deine eigene Pfeife.

Beim intravenösen Konsum:

- Verwende stets deine eigenen sterilen Spritzen und sauberes, wenn möglich auch, steriles Zubehör (Löffel, Filter, Wasser usw.).
- Entsorge benutzte Spritzen und Zubehör sicher. Verwende sie nicht wieder und gib sie nicht weiter.

Informiere dich

...über Substanzwarnungen bei Drug-Checking-Stellen und/oder lass deine Substanzen testen. Dies ist derzeit in Wien und in Innsbruck möglich:

checkit! - Kompetenzzentrum für Freizeitdrogen (www.checkyourdrugs.at)

Z6 Drogenarbeit (www.drogenarbeitz6.at)

Die Safer Sex Regeln

hier die wichtigsten Facts für dich zusammengefasst:

- **Wenn du Sex mit verschiedenen Partner*innen hast:** Lass dich regelmäßig auf sexuell übertragbare Infektionen untersuchen!
- **Beim Vaginal- und Analsex:** Verwende immer Markenkondome – **achte auf das Ablaufdatum!** Verwende jedes Kondom nur einmal, verwende Gleitmittel, wenn notwendig.
- **Beim Blasen/Lecken: Lass kein Sperma und kein Blut in deinen Mund kommen!** Tipp: Verwende Kondome oder Lecktücher (oder stattdessen Frischhaltefolie).
- **Beim Fisten und Fingern: Verwende Einweghandschuhe!**
- **Sex und Substanzkonsum:** Im Rausch kann es passieren, dass du Dinge machst oder mit dir machen lässt, die du eigentlich nicht willst. Achte beim Konsum darauf, dass du nicht (ganz) die Kontrolle verlierst.
- **Bei jeder Sexualpraktik gilt: Ja heißt ja und nein heißt nein** – für dich und für andere.
- Es gibt auch Medikamente, die dich vor einer HIV-Infektion schützen können, die HIV-PrEP (Prä-Expositions-Prophylaxe). Dieses Medikament schützt nur vor HIV und nicht vor anderen Krankheiten.

  Dieses Medikament wird aber nicht von der Krankenkasse bezahlt. Du musst es selbst bezahlen. Wende dich für genauere Informationen an die AIDS-Hilfe.

SCHÜTZE DICH MIT KONDOMEN.

Ich könnte mich angesteckt haben. Was tun?

- Handle möglichst rasch!
- Mit der PEP (Postexpositionsprophylaxe) – das sind HIV-Medikamente – kann die Ansteckung meistens aufgehalten werden.
- Diese müssen aber in den ersten 48 Stunden nach dem Risiko einer möglichen Ansteckung eingenommen werden.
- Danach ist das nicht mehr möglich.
- Ruf in der AIDS-Hilfe oder in deiner Drogenberatungsstelle an: Frag nach wo und wie du die PEP in deinem Bundesland bekommst.
- Eine zuständige Ärztin oder ein Arzt wird dich beraten und wenn notwendig die PEP verschreiben.

HANDLE MÖGLICHST RASCH NACH EINER RISIKOSITUATION!