HIV

WAS BEDEUTET „HIV-POSITIV“ EIGENTLICH GENAU, HABE ICH JETZT AIDS?

Bei Ihnen wurde ein Test auf HI-Viren durchgeführt, der positiv ausgefallen ist. Das bedeutet, Sie haben sich mit dem HI-Virus infiziert und es konnten in Ihrem Körper Viren oder Antikörper gegen die Viren nachgewiesen werden. Man unterscheidet zwischen der Infektion mit HIV, die zunächst keine oder nur sehr geringe Beschwerden auslöst, und dem Endstadium der Infektion, der Krankheit AIDS, bei der als Folge der schweren Schädigung des Immunsystems Infektionen und Tumore auftreten. Die HI-Viren können außer den Immunzellen auch Nervenzellen schädigen und so zu einer Demenz führen. Dank moderner Therapien kann dieses schwere Krankheitsstadium heutzutage jedoch vermieden oder zumindest sehr lange hinausgeschoben werden. Selbst wenn die Infektion schon weiter fortgeschritten ist, kann sich durch die Behandlung das Immunsystem wieder regenerieren und der körperliche Zustand bessern.

WIE LANGE MUSS ICH MEINE MEDIKAMENTE EINNEHMEN?

Die HIV-Therapie ist eine lebenslange Therapie. Durch die Medikamente kann das Virus im Idealfall so weit unterdrückt werden, dass es nur noch in sehr geringer Zahl im Körper vorhanden ist. Eine vollständige Beseitigung des Virus und damit eine komplette Heilung ist bisher leider nicht möglich.

WARUM IST ES SO WICHTIG, MEINE MEDIKAMENTE REGELMÄSSIG EINZUNEHMEN?

Mit den seit Mitte der 1990er Jahre erhältlichen Medikamenten ist es erstmals möglich, die Vermehrung der HI-Viren langfristig erfolgreich zu unterdrücken. Dies gelingt jedoch nur, wenn Sie Ihre Medikamente konsequent wie verordnet einnehmen. Eine lückenhafte Einnahme der Medikamente kann dazu führen, dass das Virus sich erneut vermehrt und Ihren Körper schädigt. Auch ist die Gefahr, dass das Virus gegenüber den Medikamenten unempfindlich (resistent) wird, größer, wenn durch unregelmäßige Einnahme der Tabletten die Wirkspiegel im Blut über längere Zeit zu gering sind. Zudem kann auch das Risiko für andere Infektionen wieder ansteigen, wenn durch die Vermehrung der Viren das Immunsystem erneut geschwächt wird. Machen Sie die Medikamenteneinnahme also zu Ihrer neuen Gewohnheit, z. B. indem Sie sie mit Alltagsritualen wie Zähneputzen oder anderen regelmäßigen Tätigkeiten verbinden. Denken Sie auch daran, sich rechtzeitig ein neues Rezept zu besorgen, wenn Ihre Tabletten zur Neige gehen.

WAS BEDEUTET VIRUSLAST?

Die Viruslast zeigt an, wie stark sich die HI-Viren im Körper vermehrt haben. Sie wird in Anzahl Viren (man spricht auch von Kopien) pro ml Blutserum angegeben. Die Viruslast ist eines von mehreren Kriterien, mit denen der Arzt Ihren Krankheitszustand einschätzen und den Therapieverlauf überwachen kann. Man spricht bei einer Zahl unter 10.000 (Viren)/ml von einer niedrigen Viruslast, ab 100.000/ml von einer hohen Viruslast. Ist die Therapie erfolgreich, sinkt die Viruslast in den ersten 4 Wochen bereits merklich; nach spätestens 6 Monaten sollte die Zahl der Viren unter der Nachweisgrenze von 20/ml sein.

WAS SIND CD4-ZELLEN?

CD4-Zellen oder T-Helfer-Lymphozyten sind Zellen des Immunsystems, die das Virus bevorzugt befällt. Durch den Virusbefall verringert sich die Anzahl der CD4-Zellen, so dass der Körper sich nicht mehr ausreichend gegen Infektionen aller Art wehren kann. Neben der Viruslast ist die Zahl an CD4-Zellen ein wichtiges Diagnosekriterium für die Beurteilung des Krankheitszustandes.

ANONYME BERATUNG UND INFORMATIONEN

Deutsche AIDS-Hilfe e. V. (DAH)

Bundesgeschäftsstelle
Wilhelmstraße 138
10963 Berlin
Tel.: 030 / 69 00 87-0
www.aidshilfe.de

Anonyme telefonische Beratung:
0180 / 33 19411

Anonyme online-Beratung:
www.aidshilfe.de/beratung

Auch anonyme persönliche Beratung möglich.

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Maarweg 149-161
50825 Köln
Tel.: 0221 / 8 99 2-0
www.bzga.de
poststelle@bzga.de

Anonyme telefonische Beratung: 01805 / 555 444
oder: 0221 / 89 20 31
Anonyme online-Beratung: www.aidsberatung.de

AIDS-Aufklärung e. V.

Große Seestraße 31
60486 Frankfurt-Bockenheim
www.aids-aufklaerung.de

Anonyme telefonische Beratung: 069 / 76 29 33
Anonyme online-Beratung:
info@aids-aufklaerung.de

HILFE BEI FINANZIELLER BEDÜRFTIGKEIT UND BETREUTES WOHNEN

Deutsche AIDS-Stiftung

Münsterstraße 18
53111 Bonn
Tel.: 0228 / 60 46 90
www.aids-stiftung.de
info@aids-stiftung.de

Ärzte mit Schwerpunkt in der HIV-Behandlung:

DAGNÄ e.V. –
Deutsche Arbeitsgemeinschaft niedergelassener Ärzte in der Versorgung HIV-Infizierter e.V.

Geschäftsstelle
Nürnberger Str. 16
10789 Berlin
Tel.: 030 / 39 80 193-0
www.dagnae.de
verein@dagnae.de

Speziell für Frauen:

GSSG
Gemeinnützige Stiftung Sexualität und Gesundheit

Odenwaldstr. 72
51105 Köln
Tel.: 0221 / 34 08 04 0
www.netzwerkfrauenundaids.de
info@Stiftung-gssg.org

WELCHE NEBENWIRKUNGEN HAT DIE THERAPIE?

Zu den häufigen bis sehr häufigen Nebenwirkungen gehören z. B. Kopfschmerzen und Übelkeit, Schlaflosigkeit, Husten, Muskelbeschwerden oder Hautausschlag. Auch schwerwiegendere und langfristige Nebenwirkungen sind möglich. Wenn durch die Therapie das Immunsystem wieder aktiver wird, können z. B. Entzündungsreaktionen auftreten, da der Körper versucht, versteckte Infektionen zu bekämpfen. Im Laufe der Therapie kann es auch zu einer Umverteilung des Körperfetts mit Verlust von Fett an Armen, Beinen oder im Gesicht und Zunahme von Bauchfett kommen. Auch Auswirkungen auf den Stoffwechsel oder die Leber sind möglich. Zögern Sie nicht, Ihren Arzt zu informieren, speziell wenn Sie Verschlechterungen Ihres Gesundheitszustandes bemerken. Machen Sie sich evtl. Notizen, dies hilft beim Gespräch mit Ihrem Arzt. Durch möglichst genaue Informationen, z. B. auch über andere schwere Krankheiten die bereits in Ihrer Familie aufgetreten sind, helfen Sie mit, die für Sie geeignete Therapie zu finden. Auch der Austausch mit anderen Betroffenen kann bei der Therapie hilfreich sein.

BIN ICH NOCH ANSTECKEND, WENN DIE THERAPIE ANSCHLÄGT?

Prinzipiell sinkt die Übertragungsgefahr mit sinkender Viruslast. Liegt die Viruslast über mindestens 6 Monate dauerhaft unter der Nachweisgrenze und liegen keine, z. B. durch andere Geschlechtskrankheiten bedingten Schleimhautschädigungen vor, wird das Risiko einer Übertragung als unwahrscheinlich eingestuft. Eine Garantie gibt es jedoch nicht. Verwenden Sie daher immer ein Kondom.

WIE VERHINDERE ICH, DASS ANDERE SICH BEI MIR ANSTECKEN?

Die wichtigste Maßnahme: Verwenden Sie Kondome. Damit schützen Sie nicht nur andere, Sie schützen auch sich selbst vor weiteren sexuell übertragbaren Krankheiten. Infektionen wie Syphilis, Gonorrhö oder Herpes erleichtern die Übertragung des HI-Virus durch entzündungsbedingte Schleimhautverletzungen, die man nicht unbedingt bemerkt. Lassen Sie sich gegebenenfalls auch auf diese Krankheiten untersuchen. Ein absolutes Tabu stellt auch die gemeinsame Verwendung von Spritzbestecken dar. Hierbei können nicht nur HI-Viren, sondern auch Hepatitis-Viren übertragen werden. Beim Piercing oder beim Tätowieren besteht hingegen keine Übertragungsgefahr, wenn die entsprechenden Hygienevorschriften beachtet werden.

WAS IST MIT MEINEM JOB?

Die HIV-Infektion an sich ist kein Kündigungsgrund. Sie können unter der Therapie in der Regel weiterarbeiten wie bisher. Es gibt auch keine generelle gesetzliche Verpflichtung, Ihren Arbeitgeber oder etwa die Kollegen über die Infektion zu informieren. Bei Berufen im Gesundheitswesen (Umgang mit Patienten, insbesondere Chirurgen) sind allerdings bestimmte Auflagen einzuhalten, weshalb empfohlen wird, sich dem Betriebsarzt anzuvertrauen.
Ist die Aids-Erkrankung so weit fortgeschritten, dass es zu häufigen kurzen oder lang andauernden Fehlzeiten kommt, darf der Arbeitgeber, wie bei anderen schweren Erkrankungen auch, eine krankheitsbedingte Kündigung aussprechen.

ERSTE FRAGEN, ERSTE ANTWORTEN

WO HABE ICH MICH ANGESTECKT?

Die Ansteckung erfolgt in der Regel über den Geschlechtsverkehr und zwar sowohl über den Vaginal- wie auch den Analverkehr. Dabei spielt es keine Rolle, ob ein Samenerguss stattgefunden hat, da die HI-Viren sich auch in den Zellen der Darm-, Penis- und Vaginalschleimhaut befinden und von dort durch direkten Kontakt übertragen werden können.
Auch bei gemeinsamer Benutzung von Spritzen beim Drogenkonsum ist eine Übertragung durch Blutrückstände an oder in der Spritze möglich. Durch Küssen, Hautkontakte, Insektenstiche oder Husten/Niesen wird das HI-Virus nicht übertragen.

WIE VERLÄUFT DIE THERAPIE, WAS BEDEUTET HAART?

Seit Mitte der 1990er gibt es die sog. HAART, die hochaktive antiretrovirale Therapie (engl. highly active antiretroviral therapy). Bei dieser Therapie werden in der Regel 3 Wirkstoffe aus zwei verschiedenen Wirkstoffgruppen kombiniert. Manche Wirkstoffe liegen bereits als Kombination in einer Tablette vor. Die Einnahme der Tabletten erfolgt ein- oder zweimal täglich. Durch die Kombination verschiedener Wirkstoffe ist das Risiko für eine Resistenzbildung des Virus im Vergleich zu früheren Therapien geringer und die Elimination des Virus ist effektiver. Kommt es dennoch zu einer Resistenzbildung können andere Wirkstoff-Kombinationen verwendet werden. Derzeit stehen Wirkstoffe aus fünf verschiedenen Gruppen mit unterschiedlichen Wirkprinzipien zur Verfügung.

VIEL MEHR WERT **erfahren** wissen voll für die Gesundheit

Art.-Nr.: 283 344

ratiopharm GmbH
Graf-Arco-Straße 3,
89079, Ulm
www.ratiopharm.de

HIV

Erste Fragen & Antworten

VIELMEHRWERT

ratiopharm
Gute Preise. Gute Besserung.