

## HIV: Schutzmaßnahmen

Je nachdem, um welche Art von potentiellem Viruskontakt es sich handelt, gibt es unterschiedliche Schutzmaßnahmen.

### Safer Sex

Safer Sex umfasst alle Maßnahmen, die vor sexuell übertragbaren Krankheiten schützen.

Beim Vaginal- und Analverkehr bieten Kondome (oder Femidome) Schutz vor einer Infektion. Neben der richtigen Handhabung, spielt vor allem die Verwendung von Gleitmittel eine essentielle Rolle. Es verhindert einerseits Verletzungen der Schleimhäute, andererseits das Reißen des Kondoms. Das gemeinsame Verwenden von Gleitgeltiegeln sollte aber vermieden werden. Auch sollte ein Kondom nicht für mehrere SexualpartnerInnen verwendet werden.

Bei Sexualpraktiken, die eine Verletzungsgefahr bergen, sollte Blutkontakt (z.B. durch Verwenden von Handschuhen) vermieden werden. Sexspielzeuge sollten nicht gemeinsam von mehreren Personen verwendet werden.

Auch wenn das HIV-Übertragungsrisiko über Oralverkehr äußerst gering ist, sollte kein Sperma in den Mund-, bzw. Rachenraum der PartnerInnen kommen.

### Nicht-Infektiosität unter der Nachweisgrenze

HIV-positive Menschen, deren Viruslast dank effektiver HIV-Therapie unter der Nachweisgrenze liegt, können HIV nicht übertragen. Die Therapie hat also auch einen präventiven Nutzen und schützt so gut wie ein Kondom.

Schutz durch Therapie erfordert allerdings gute Kommunikation bzw. ein fundiertes Vertrauensverhältnis. Falsche unausgesprochene Annahmen (z.B. „Im Falle einer HIV Infektion nimmt er/sie bestimmt eh Medikamente“) und damit ein ausschließliches Verlassen auf die Schutzwirkung der Therapie, führen zu einem erhöhten Infektionsrisiko. Denn nicht alle HIV-positiven Menschen stehen unter effektiver Therapie, vor allem, da einige über ihren HIV-Status noch nicht informiert sind.

### Safer Use

Unter Safer Use versteht man Maßnahmen, die Übertragungen in Zusammenhang mit Drogenkonsum verhindern können.

Sämtliche Utensilien, die beim Drogenkonsum verwendet werden, sollten nicht von mehreren Personen geteilt werden. Dies beinhaltet nicht nur Spritzen und Nadeln, sondern z.B. auch Löffel oder ähnliches. Beim nasalen Konsum (sniffen) sollten Röhrchen nicht gemeinsam verwendet werden.

### Hygienemaßnahmen im Gesundheitsbereich

Im medizinischen und pflegerischen Bereichen sind grundsätzliche Hygienemaßnahmen zum Schutz von MitarbeiterInnen und PatientInnen einzuhalten. Diese allgemein vorgeschriebenen Maßnahmen sind auch als Schutz vor einer HIV-Infektion ausreichend geeignet. Es sind bei Tätigkeiten im Gesundheitsbereich keine zusätzlichen Schutzmaßnahmen erforderlich!

### Weitere Aspekte:

„PEP und PrEP“ sowie „Mutter-Kind-Übertragung“ finden sich in separaten Basis-Informationen.