

**GIB AIDS  
KEINE  
CHANCE**

**BZgA**

Bundeszentrale  
für  
gesundheitliche  
Aufklärung

# HIV-Übertragung und Aids-Gefahr

Wo Risiken bestehen und wo nicht  
Situationen / Risiken / Ratschläge



Gegen Aids gibt es weder Impfungen noch ein Heilmittel. Aber es gibt einen einfachen und wirkungsvollen Schutz vor der Ansteckung: **Kondome schützen!** Wichtig ist zu wissen, wann Sie sich schützen müssen und wo keine Infektionsgefahr besteht.

## Die Risiken in Kürze:

Eine **Ansteckung** ist möglich, wenn Blut, Samen oder Scheidenflüssigkeit in das Blutssystem gelangt. Dies passiert bei der **gemeinsamen Verwendung von Spritzen**, vor allem aber beim ungeschützten Sex.

Eine infizierte Mutter kann das **Kind im Mutterleib**, bei der Geburt oder beim Stillen anstecken. Die Gefahr durch **Blutprodukte** und Bluttransfusionen ist in Deutschland auf ein äußerst geringes Minimum reduziert.

Bei **Reisen** in andere Länder muss mit unterschiedlicher Qualität der medizinischen Versorgung gerechnet werden. Fragen Sie im Zweifelsfall nach der Verwendung desinfizierter Instrumente und dem ausschließlichen Einsatz getesteter Blutprodukte!

In vielen Ländern außerhalb Europas sind Aids und andere sexuell übertragbare Krankheiten erheblich stärker verbreitet als bei uns. Und **Kondome** gibt es dort manchmal nicht in der gewohnten Qualität. Nehmen Sie also genügend mit – und benutzen Sie sie bei sexuellen Kontakten mit neuen Partnern.

**Immer!**

Kondome vertragen nur fettfreie Gleitmittel. Öle, Fette, Lotionen, Cremes und Vaseline beschädigen das Kondom. Und: Kondome sind hitzeempfindlich.

In verschiedenen Lebenssituationen bestehen ganz unterschiedlich **große HIV-Risiken**. Diese kleine Broschüre soll Ihnen die schnelle Übersicht erleichtern. Deshalb sind die Situationen, Gefahren und Ratschläge auf den folgenden Seiten durch Farben gekennzeichnet:

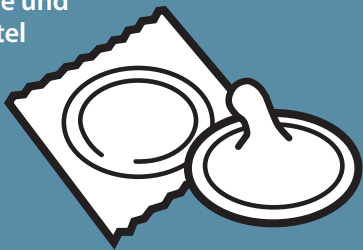


**GROSSES RISIKO**

**GERINGES RISIKO**

**KEIN RISIKO**

## Kondome und Gleitmittel



### WICHTIG!!!

Beim Sex schützen Kondome vor Ansteckung. Wichtig: Verwenden Sie nur Qualitätskondome mit **CE**-Kennzeichnung und beachten Sie das **Haltbarkeitsdatum**. Und verwenden Sie, falls nötig, großzügig ein geeignetes Gleitmittel.

Latex-Kondome vertragen **nur fettfreie Gleitmittel**. Öle, Fette, Lotionen, Cremes oder Vaseline beschädigen das Kondom und können zum Zerreißen führen. Deshalb nur wasserlösliche Gleitmittel verwenden! Sie sind in Apotheken, Drogerien oder Sexshops erhältlich.

## Gemeinsame Benutzung von Spritzen und Nadeln



**Risiko sehr groß.** Die Verwendung derselben Nadel und Spritze durch mehrere Personen birgt eine sehr große Gefahr.

**Unser Rat:** Unbedingt vermeiden.

Nadeln und Spritzen nie gemeinsam benutzen.  
Spritzbestecke **sterilisieren**.

## Ungeschützter Analverkehr (Darmverkehr)



**Risiko sehr groß.** Bei ungeschütztem Analverkehr besteht für beide Partner ein Risiko. Für den passiven Partner ist es besonders hoch, gleich ob Mann oder Frau. Ein Risiko besteht auch ohne Samenerguss.

**› Unser Rat:** Unbedingt Kondome benutzen und genügend fettfreie Gleitmittel.

## Ungeschützter Vaginalverkehr (Scheidenverkehr)



**Risiko sehr groß.** Bei ungeschütztem Geschlechtsverkehr mit Infizierten ist die Ansteckungsgefahr hoch.

**Unser Rat:** Kondome benutzen.

## Schwangerschaft bei einer HIV- infizierten Frau



**Risiko für das Kind groß.** Die infizierte werdende Mutter kann das Kind vor, während und nach der Geburt (beim Stillen) anstecken. Eine umfassende medizinische Betreuung kann das Risiko für das Kind jedoch sehr stark senken. Ein HIV-Test ist jeder Frau und ihrem Partner zu empfehlen, wenn sie ein Kind möchten und eine HIV-Infektion nicht auszuschließen ist.

➤ **Unser Rat:** Möglichst frühzeitige Beratung beim Arzt!



## Ungeschützter Oralverkehr (Mundverkehr bei Mann oder Frau)



**Risiko besteht.** Durch Aufnahme von HIV-haltiger Samenflüssigkeit in den Mund ist eine Infektion möglich. Auch Scheidenflüssigkeit kann HIV enthalten.

**Unser Rat:** Aufnahme von Samen- oder Scheidenflüssigkeit in den Mund vermeiden. Mundverkehr beim Mann nur mit Kondom.

## Küsse, Zungenküsse



**Kein Risiko bei Küssen.** Bei Zungenküssen ist ein Risiko theoretisch nicht auszuschließen, aber weltweit in keinem Fall als Übertragungsweg nachgewiesen.

## Körperkontakte, Hautkontakte



**Kein Risiko** bei Haut- und Körperkontakten wie Händeschütteln, Streicheln, Schmusen.

## Familienleben, Gemeinschaftsleben



**Kein Risiko.** Niemand kann sich anstecken, auch wenn er mit einem Infizierten in einer Familie oder Wohngemeinschaft eng zusammenlebt.

## Übertragung durch die Luft



**Kein Risiko.** Auch durch Anhusten oder Niesen kann man nicht mit HIV infiziert werden.

## Essen und Restaurant



**Kein Risiko.**

## Geschirr, Kleidung, Wäsche



**Kein Risiko.** Die gemeinsame Benutzung von Essgeschirr birgt keine Gefahr. Auch Kleidung oder Wäsche von Infizierten muss nicht gesondert gewaschen werden.

Schwimmbad,  
Sauna, Toiletten,  
Waschräume



**Kein Risiko.** HIV kann bei der gemeinsamen Benutzung von Gemeinschaftseinrichtungen nicht übertragen werden.



## Arzt, Zahnarzt, Krankenhaus



**Kein Risiko** durch medizinische Maßnahmen bei Beachtung der üblichen **Hygienevorschriften** (d.h. Benutzung von Einwegmaterial oder sicher keimfrei gemachten Instrumenten).

**Bei Gabe von Blut und Blutplasma** besteht trotz sehr effektiver Sicherungsverfahren ein – äußerst niedriges – Restrisiko. Deswegen wird bei planbaren Operationen die Eigenblutspende empfohlen. **Inaktivierte Blutprodukte** sind bei ordnungsgemäßer Herstellung praktisch HIV-sicher.

Friseur, Tätowieren,  
Maniküre, Piercing,  
Ohrlochstechen



**Kein Risiko**, wenn die bestehenden **Hygieneregeln** eingehalten werden. Alle stechenden oder schneidenden Gegenstände, die mit Blut in Kontakt kommen können, immer **nur einmal benutzen** oder wirksam **desinfizieren**.

▣ **Unser Rat:** Piercing, Tätowieren oder Ohrlochstechen nur bei Fachkräften.

# Insektenstiche



**Kein Risiko.**

Sie können sich an die **persönliche und anonyme Telefonberatung** der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung wenden:

**☎ 0221 892031, [www.aidsberatung.de](http://www.aidsberatung.de)**

Wenn Sie weitere Fragen haben, z. B. zum **HIV-Test**, können Sie sich auch beim **Gesundheitsamt, bei Ihrem Arzt, bei der AIDS-Hilfe oder anderen Aids-Beratungsstellen** ausführlich und persönlich beraten lassen, auf Wunsch auch ohne Namensnennung.

**Kostenloses Infomaterial** erhalten Sie bei der:

Bundeszentrale für gesundheitliche,  
Aufklärung, 51101 Köln

per Fax: 0221 8992-257

per E-Mail: **[order@bzga.de](mailto:order@bzga.de)**

[www.bzga.de](http://www.bzga.de)

[www.gib-aids-keine-chance.de](http://www.gib-aids-keine-chance.de)

und der

Deutschen AIDS-Hilfe e.V. (DAH)

Wilhelmstraße 138, 10963 Berlin

per E-Mail: [dah@aidshilfe.de](mailto:dah@aidshilfe.de)

[www.aidshilfe.de](http://www.aidshilfe.de)

Diese Broschüre ist in folgenden Sprachen erhältlich:

Deutsch Bestell-Nr.: 70280000

Englisch Bestell-Nr.: 70280070

Französisch Bestell-Nr.: 70280080

Russisch Bestell-Nr.: 70280110

Türkisch Bestell-Nr.: 70280060

Als Kopiervorlagen in schwarz/weiß finden Sie »HIV-Übertragung und Aids-Gefahr« in 29 Sprachen im Internet unter [www.gib-aids-keine-chance.de](http://www.gib-aids-keine-chance.de).

Eine Übersicht der Medien der BZgA zur Aids-Prävention hat die Bestell-Nr.: 70950000.

## **Impressum:**

Herausgegeben von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln, im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit.

Alle Rechte vorbehalten.

Aktualisierte Auflage Mai 2010

14.200.06.10

**Best.-Nr.: 70280000**

Diese Broschüre wird von der BZgA, 51101 Köln, kostenlos abgegeben. Sie ist nicht zum Weiterverkauf durch die Empfängerin oder den Empfänger oder durch Dritte bestimmt.



Telefonberatung der BZgA:

**0221 892031**

Weitere Informationen:

**[www.gib-aids-keine-chance.de](http://www.gib-aids-keine-chance.de)**