

**Test
Beratung
Prävention
Betreuung**

**AIDS-Hilfe
Steiermark**

kompetent in Fragen der
sexuellen Gesundheit



Unsere Leitsätze

Wir beraten, informieren und betreuen Menschen wertschätzend, ungeachtet von Alter, ethnischer Herkunft, soziokultureller Zugehörigkeit, geschlechtlicher Identität, sexueller Orientierung, Religion, politischer Haltung und persönlicher Lebenslage, zu Fragen der sexuellen Gesundheit mit dem Schwerpunkt „HIV/AIDS“.

Anonymität und Verschwiegenheit sind für uns leitende Prinzipien.

Wir stehen auf der Seite von Menschen mit HIV und treten gegen Diskriminierung und Stigmatisierung auf.

Wir setzen uns für die Akzeptanz der Vielfalt an sexuellen Orientierungen und geschlechtlichen Identitäten ein, damit Menschen ihre Sexualität frei und gesund leben können.

Impressum:

Herausgegeben von der AIDS-Hilfe Steiermark. Diese Broschüre gibt einen allgemeinen Überblick über das Angebot der AIDS-Hilfe Steiermark und sexuell übertragbare Infektionen. Die Inhalte wurden nach bestem Wissen und Gewissen recherchiert und erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Informationsstand: November 2023

Grafik: roro-zec.com, Titelfoto: adobe.stock.com

HIV-Test in der AIDS-Hilfe Steiermark

Mit einem Test kann nachgewiesen werden, ob eine HIV-Infektion stattgefunden hat. In der AIDS-Hilfe Steiermark sind alle HIV-Tests anonym.

HIV-Antigen-/Antikörper-Test (Labortest)

- Ab 6 Wochen nach dem letzten Risiko aussagekräftig
- Befundbesprechung ab einer Woche nach der Blutabnahme
- **Kostenfrei**

HIV-Antigen-/Antikörper-Schnelltest

- Ab 12 Wochen nach dem letzten Risiko aussagekräftig
- Befundbesprechung ca. 30 Minuten nach der Blutabnahme
- In der AIDS-Hilfe Steiermark wird jeder Schnelltest mit einem kostenfreien Labortest überprüft.

HIV-PCR-Test (= direkter Virusnachweis)

- Ab 2 Wochen nach dem letzten Risiko aussagekräftig
- Bei einem negativem Ergebnis ist ein zusätzlicher HIV-Antikörper-Antigentest empfohlen.
- Befundbesprechung ab einer Woche nach der Blutabnahme

HIV

Unterscheidung HIV und AIDS

- HIV = Humanes Immunschwäche Virus
HIV-positiv zu sein, bedeutet das HI-Virus in sich zu tragen.
- AIDS = erworbenes Immunschwäche Syndrom
Das HI-Virus führt unbehandelt zu einer Schwächung des Immunsystems und in weiterer Folge zur Erkrankung „AIDS“.

Die heutigen Therapiemöglichkeiten verhindern den Ausbruch von AIDS und ermöglichen ein Leben mit durchschnittlicher Lebenserwartung.

Übertragung

Damit es zu einer HIV-Infektion kommen kann, muss eine ausreichende Menge einer ansteckenden Körperflüssigkeit in den Körper gelangen.

Was sind ansteckende Körperflüssigkeiten?

- Blut
- Sperma
- Vaginalsekret
- Rückenmarks- und Gehirnflüssigkeit
- Muttermilch



Wie kann HIV in den Körper gelangen?

Über Schleimhäute auch im unverletzten Zustand

- Analschleimhaut
- Vaginalschleimhaut
- Eichel und Innenseite der Vorhaut
- Mundschleimhaut
- Augen- und Nasenschleimhaut
- Frische (blutende) Wunde

Welche Übertragungswege gibt es?

Hauptübertragung

- Analverkehr ohne Kondom
- Vaginalverkehr ohne Kondom
- gemeinsames Verwenden von Nadeln (Spritzbesteck) und Sniff Röhrchen beim Drogenkonsum

Weitere Übertragungsmöglichkeiten

- Oralverkehr mit Sperma oder Blut im Mund
- Mutter-Kind-Übertragung (Geburt, Stillen):
Durch eine wirksame HIV-Therapie kann dieser Übertragungsweg heutzutage so gut wie ausgeschlossen werden.

Wann besteht keine Ansteckungsgefahr?

- Händeschütteln, Umarmungen – HIV ist bei Sozialkontakten nicht übertragbar.
- Küssen, Streicheln und Petting
- Speichel, Nasensekret (beim Anhusten oder Anniesen), Schweiß, Tränenflüssigkeit, Urin und Kot sind keine infektiösen Körperflüssigkeiten.
- Benützung von öffentlichen Toiletten, bei Sauna- oder Hallenbad-Besuchen

HIV-positive Personen unter Therapie können HIV nicht übertragen, wenn ihre Virus-Last unter der Nachweisgrenze ist.

Wem wird ein regelmäßiger HIV-Test empfohlen?

- allen sexuell aktiven Menschen
- Menschen, die intravenös Drogen gebrauchen, besonders, wenn Nadeln (Spritzbesteck) und Sniff Röhrchen für den Drogengebrauch mit Anderen gemeinsam verwendet wurden.

Prävention / Schutz

Safer Sex

- bei Vaginal- und Analverkehr schützen Kondome/Femidome
- bei Oralverkehr Sperma und Regelblut im Mund vermeiden
- **PrEP (Präexpositions-Prophylaxe** – vorbeugende Medikamenten-Einnahme, um eine Ansteckung zu verhindern)
- **TasP (Treatment as Prevention** – HIV-positive Personen, deren Virus-Last unter der Nachweisgrenze ist, können das Virus nicht übertragen.)

Safer Use

- bei jedem Schuss eine neue sterile Nadel verwenden
- niemals Nadeln (Spritzbesteck) und Sniff Röhrchen von anderen benutzen

Notfall-Maßnahme

- **PEP (Postexpositions-Prophylaxe** – Medikamenten-Einnahme nach hohem HIV-Risiko) Achtung – kostenpflichtig!
Info: LKH Graz II, Standort West, Notfallambulanz, Tel: 0316/5466-6014

Wie sieht heute ein Leben mit HIV aus?

Dank des medizinischen Fortschrittes ist von einer durchschnittlichen Lebenserwartung mit guter Lebensqualität auszugehen.

Voraussetzungen dafür sind:

- Frühe Diagnose
- Zeitgerechter Therapie-Beginn
- Konsequente Medikamenteneinnahme
- Regelmäßige Kontrolluntersuchungen



#positivarbeiten

Eine Initiative der AIDS-Hilfen Österreichs.

Unternehmen setzen ein Zeichen für ein inklusives Arbeitsumfeld und verpflichten sich, einen Arbeitsplatz frei von Vorurteilen zu gestalten. Ihr Unternehmen ist noch nicht dabei? Hier geht es zur Anmeldung: aids-hilfe.at/positivarbeiten/mitmachen

Unsere Gesichter sind HIV-positive Menschen, die Stellung beziehen und ihre Geschichte teilen. Lernt sie kennen: aids-hilfe.at/positivarbeiten/gesichter

Betreuung

HIV ist mittlerweile eine gut behandelbare, chronische Infektion. Unter bestimmten Voraussetzungen ist eine durchschnittliche Lebenserwartung möglich. Durch unser Angebot unterstützen wir dabei, diese Voraussetzungen zu erfüllen.

Unsere Sozialarbeiter*innen begleiten nach einer HIV-Diagnose bei Bedarf vertraulich und kostenfrei bei den wichtigsten Schritten. Psychosoziale und rechtliche Hilfe wird bereitgestellt.

Eine gute medizinische Versorgung ist wichtig: Wir arbeiten eng mit der Spezialambulanz zusammen und begleiten zu den Kontrollterminen. Ein weiterer wichtiger Teil der individuellen Betreuung von HIV-positiven Menschen sind Entlastungsgespräche - bei Bedarf auch mit Angehörigen.

Wir unterstützen Sie gerne auf Ihrem Weg!

Weitere Infos:

aids-hilfe.at/angebote/betreuung

Kontakt:

sozialarbeit@aids-hilfe.at oder 0316/81 50 50

HIV-Therapie

Eine HIV-Infektion ist nicht heilbar, aber mit einer konsequent eingenommenen Therapie gut behandelbar. Dabei ist es wichtig, dass die Therapie verlässlich täglich eingenommen wird.

Menschen mit HIV haben mittlerweile eine durchschnittliche Lebenserwartung und können ein erfülltes, langes Leben führen.

Menschen mit HIV können mit einer wirksamen Therapie ein Sexleben ohne Einschränkungen führen: Die HIV-Medikamente können die Anzahl der Viren so weit senken, dass sie nicht mehr nachweisbar sind. Eine Übertragung bei Sexualkontakten ist somit auch ausgeschlossen.

Zusammenfassen lässt sich das in dem Slogan

U=U

**Undetectable = Untransmittable
unnachweisbar = unübertragbar**

(siehe <https://www.aids-gesellschaft.at/ueber-hiv/hiv-infektion/#toggle-id-5>)



Bakterielle Infektionen

Syphilis (Lues) - Chlamydien - Tripper (Gonorrhoe)

Für bakterielle Infektionen gilt: Kondome und Femidome reduzieren das Übertragungsrisiko, können aber eine Ansteckung nicht immer verhindern.

Bakterien können auch über Schmierinfektionen und sexuelle Praktiken, wie etwa passiven Oralverkehr übertragen werden oder beim gemeinsamen Benützen von Sexspielzeug.

Beschwerden können, müssen aber nicht im Zuge einer Ansteckung auftreten, sodass ein Test die einzige Möglichkeit ist, um Klarheit zu haben.

Die genannten Infektionen
sind mit Antibiotika
behandelbar und heilbar.



Syphilis (Lues)

mögliche Symptome

- Geschwüre
- Hautausschläge
- Geschwollene Lymphknoten

Syphilis-Test in der AIDS-Hilfe Steiermark

- Ab 6 Wochen nach dem letzten Risiko
aussagekräftig

Hatten sie schon einmal Syphilis,
dann lassen sie uns das im
Informationsgespräch zum Test
bitte wissen!

- Befundbesprechung ab einer Woche nach der
Blutabnahme

Chlamydien

mögliche Symptome

- Klarer Ausfluss
- Brennen beim Urinieren
- Schmerzen im Unterbauch
- Symptome einer Halsentzündung bei Infektion im Rachen
- Schmerzen beim Stuhlgang und/oder blutiger Schleim am Stuhl bei Infektion im Enddarm

Trippler (Gonorrhoe)

mögliche Symptome

- Eitriger Ausfluss
- Häufiger Harndrang
- Brennen beim Urinieren
- Symptome einer Halsentzündung bei Infektion im Rachen
- Schmerzen beim Stuhlgang und/oder blutiger Schleim am Stuhl bei Infektion im Enddarm

Eine unbehandelte Infektion mit Chlamydien oder Tripper kann unter anderem zu Unfruchtbarkeit oder zu Entzündungen der inneren Geschlechtsorgane führen.



Chlamydien-Trippler-Test in der AIDS-Hilfe Steiermark

- Ab 2 Wochen nach dem letzten Risiko aussagekräftig

Dieser Test ist ein Selbstabstrich vor Ort (Abstrich der Mund-, Vaginal-, Anal-Schleimhaut sowie Urinprobe bei Männern*) für Chlamydien **und** Tripper.

- Befundbesprechung ab einer Woche nach der Blutabnahme

Hepatitis

Hepatitis-Viren können zu einer Entzündung und Schädigung der Leber führen. Zum Schutz gegen Hepatitis A und B gibt es eine Impfung.

Hepatitis A

mögliche Symptome:

- Abgeschlagenheit, Übelkeit
- Durchfall
- Gelbfärbung der Haut und Augen

Hepatitis A-Test in der AIDS-Hilfe Steiermark

- Ab 4 Wochen nach dem letzten Risiko aussagekräftig
- Befundbesprechung ab einer Woche nach der Blutabnahme

Hepatitis A-Infektionen heilen ohne spezielle Therapie aus. Danach ist lebenslange Immunität gegeben.



Hepatitis B

mögliche Symptome:

- Müdigkeit, leichte Übelkeit
- Muskel- und Gelenkschmerzen
- Gelbfärbung der Augen (evtl. auch Haut)

Hepatitis B-Test in der AIDS-Hilfe Steiermark

- Ab 12 Wochen nach dem letzten Risiko aussagekräftig
- Befundbesprechung ab einer Woche nach der Blutabnahme

Die Hepatitis B-Infektion heilt nicht aus, geht aber meist in eine Form über, die nicht behandelt werden muss. In bestimmten Situationen (z.B. Immunsuppression) kann eine Behandlung erforderlich werden.



Hepatitis C

meist keine typischen Symptome

Hepatitis C-Test in der AIDS-Hilfe Steiermark

- Ab 12 Wochen nach dem letzten Risiko aussagekräftig
- Befundbesprechung ab einer Woche nach der Blutabnahme

Hepatitis C wird ausschließlich über Blut übertragen, z. B. beim Drogenkonsum durch gemeinsames Benutzen von Nadeln (Spritzbesteck und Sniff Röhrchen) sowie bei Sexualpraktiken mit Verletzungsgefahr (z.B. Fisten).



HIV	
HIV-Antigen- /Antikörpertest (Labortest)	immer kostenlos
HIV-Antigen- /Antikörper-Schnelltest	€ 30,-
HIV-PCR-Test	€ 90,-
Syphilis	€ 20,-
Tripper / Chlamydien	
Tripper / Chlamydien Oralabstrich	€ 20,-
Tripper / Chlamydien Vaginalabstrich/Harnprobe	€ 20,-
Tripper / Chlamydien Rektalabstrich	€ 20,-
Tripper / Chlamydien-Paket alle 3 Abstriche / Tests	€ 50,-
Hepatitis	
Hepatitis A	€ 20,-
Hepatitis B	€ 30,-
Hepatitis C	€ 25,-
Hepatitis-Paket (A, B,C)	€ 65,-
Hepatitis B Impftiter	€ 10,-
BIG FOUR-Angebot	€ 65,-
• HIV-Labortest	
• Syphilis	
• Tripper / Chlamydien (alle 3 Tests)	
BIG FIVE-Angebot	€ 85,-
• HIV-Labortest	
• Syphilis	
• Tripper / Chlamydien (alle 3 Tests)	
• 1 Hepatitistest der Wahl	

Stand: November 2023

Die aktuellen Testkosten finden Sie auf unserer Website.



Egal ob lesbisch,
schwul, bi, trans,
inter, queer oder
asexuell, bei Fragen
zur sexuellen
Gesundheit sind
wir für dich da.

Unser Schwerpunkt liegt auf Beratung und Testung zu HIV und STI (sexuell übertragbare Infektionen). Gerne besprechen wir auch andere Themen wie Safer Sex (Kondome, PrEP, U=U) unterschiedliche Sexualpraktiken, Chemsex, MSM*-Themen etc.

Wenn du willst, vermitteln wir dich gerne auch an Partnerorganisationen oder andere Beratungsstellen.

Du erreichst uns **online** auf **ROMEO.COM**

- queerSEXGESUNDmarcos
- queerSEXGESUNDricky
- queerSEXGESUNDClemo
oder **HEALTH-SUPPORT.DE**
(Live-Chat der deutschen AIDS-Hilfe)
- telefonisch (0316/81 50 50)
mittwochs 17 – 19 Uhr (Kennwort „queer“)
- persönlich (Terminvereinbarung: 0316/81 50 50)

Health is precious!

Sexuelle Gesundheit für people hard to reach.

Menschen mit Migrationshintergrund leben eher in prekären Lebenssituationen und haben dadurch einen eingeschränkten Zugang zur Gesundheitsversorgung und -vorsorge. Das verstärkt sich bei Themen wie HIV und Sexuelle Gesundheit, da diese mit Stigma und Tabu behaftet sind.

Dieses Projekt der AIDS-Hilfe Steiermark fördert Wissen über HIV und sexuell übertragbare Infektionen durch Basisinfos in über 10 Sprachen. Dazu werden auch GRATIS-Gutscheine für das gesamte Testangebot bereitgestellt.



*Verteilt werden die
Gutscheine über eine
Projektmitarbeiterin
aus der African
Community und
Partnerorganisationen.*

*Peninah Lesorogol
(Projektmitarbeiterin)*

Foto: AIDS-Hilfe Steiermark

AUS
GUTEM
GRUND

SEXGESUND



Körper-
Basiswissen



HIV &
AIDS



Konsens &
Beziehung



STIs &
Behandlung



sexuelle
Gesundheit



Identität &
Orientierung



Sex, Gesetz
und Medien



Verhütungs-
methoden

Worüber möchtest du mehr erfahren?



www.sexgesund.at  

Eine Marke der AIDS-Hilfe Steiermark

Aus gutem Grund - Workshops für Jugendliche, Pädagog*innen, Berufsgruppen und interessierte Erwachsene buchen unter aids-hilfe.at/angebote/workshops

AIDS-Hilfe Steiermark



kompetent in Fragen der
sexuellen Gesundheit

AIDS-Hilfe Steiermark

Hans-Sachs-Gasse 3, 8010 Graz

www.aids-hilfe.at  



Termin buchen
0316/81 50 50
www.aids-hilfe.at


Unterstützen Sie die Arbeit der AIDS-Hilfe Steiermark!

IBAN: AT47 6000 0000 9201 1856

Ihre Spende ist steuerlich absetzbar!

Online spenden: [aids-hilfe.at/spenden](https://www.aids-hilfe.at/spenden)

Die AIDS-Hilfe Steiermark erhält Förderungen von

 Bundesministerium
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz

 Das Land
Steiermark

STADT
GRAZ

 Land
Burgenland