„Meine Probleme waren Drogen, HIV und Armut. Heute helfe ich anderen.“

Thomas, 59, aus Hessen

Lange Zeit ging es Thomas richtig schlecht: Er war heroinabhängig, lebte von der Hand in den Mund. Schon Anfang der 80er-Jahre infizierte er sich mit HIV, vermutlich über eine Spritze beim Drogenkonsum.

Anders als viele andere Menschen überlebte Thomas, bis endlich Medikamente gegen HIV verfügbar waren.

Nach einer Haftstrafe entschloss er sich zu einer Drogentherapie und begann von vorn: neuer Wohnort, neue Freundschaften und inzwischen auch eine Partnerin. Ein neues Leben, das ihn immer wieder herausfordert:

„Es ist nicht alles eitel Sonnenschein. Das ist ein alltäglicher Kampf für mich, auf Drogen zu verzichten.“

Sein ehrenamtliches Engagement hilft dabei ihm selbst und anderen: Thomas betreut mehrere ältere Menschen in einem Seniorenzentrum.

„Auf meinem Weg habe ich viel Unterstützung bekommen. Es macht mich glücklich, jetzt etwas zurückgeben zu können.“

FAKT

Manche Menschen haben durch schwere Erkrankungen ihre Existenzgrundlage verloren, als es noch keine Medikamente gegen HIV gab.

Was du über HIV wissen solltest

HIV ist ein Virus. Es wird vor allem beim Geschlechtsverkehr übertragen, aber auch über Spritzen beim Drogenkonsum.

Ohne Behandlung schädigt HIV die Abwehrkräfte des Körpers. Nach einigen Jahren tritt meistens das Krankheitsbild Aids auf, das tödlich endet.

HIV ist gut behandelbar. Medikamente verhindern die Vermehrung der Viren im Körper. Meist genügt eine Tablette täglich. Eine Heilung ist bislang nicht möglich.

Eine HIV-Infektion sollte möglichst früh erkannt und behandelt werden.

Mit HIV kann man heute alt werden und leben wie alle anderen Menschen!

Schutz vor HIV

- Beim Sex schützen Kondome.
- Eine HIV-Therapie verhindert die Übertragung beim Sex und auch von der Mutter auf das Kind bei der Geburt.
- Menschen mit hohem HIV-Risiko können vorbeugend ein Medikament einnehmen („PrEP“).

Wichtig: Wenn du ein HIV-Risiko hattest, lass dich testen!

Solidarität statt Diskriminierung

Menschen mit HIV erleben immer noch Zurückweisung und Benachteiligung, bekommen abwertende Äußerungen und Schuldzuweisungen zu hören. Oft herrscht noch die Vorstellung vor, dass von ihnen eine Gefahr ausgehe oder dass ihr Leben immer eingeschränkt sei. Das kommt in der Familie genauso vor wie im Job oder im Gesundheitswesen.

Ursache für Diskriminierung sind meist Vorurteile und unbegründete Ängste.

Das kannst du tun

- Informiere dich und begegne Menschen mit HIV mit Respekt.
- Tritt Diskriminierung entgegen, wenn du sie bemerkst.
- Engagier dich ehrenamtlich oder spende.
- Beteilige dich an Aktionen zum Welt-Aids-Tag am 1.12.
- Zeige dich mit der Roten Schleife und sei solidarisch.

Mehr Informationen zu allen Themen dieses Flyers: ***www.welt-aids-tag.de***

Leben mit HIV – anders als du denkst

„Mein Problem ist das Aufstehen vor der Frühschicht – nicht HIV.“

Dejan, 22, Altenpflegeschüler aus Essen

Vor der Frühschicht stellt sich Dejan gleich vier Wecker.

„Sicher ist sicher: Wenn ich um 5 Uhr morgens rausmuss, bin ich manchmal einfach noch ganz schön verpennt.“

Kaltes Wasser ins Gesicht und ein Kaffee – dann ist Dejan fit für die Arbeit im Altenheim.

„An meine HIV-Infektion denke ich eigentlich nur noch, wenn ich abends meine Pille nehme. Anfangs habe ich mir noch Vorwürfe gemacht, so nach dem Motto: Warum hast du nicht besser aufgepasst? Jetzt sage ich mir: Es ist, wie es ist. Ich kann nichts mehr daran ändern. Aber andere können aus meiner Geschichte lernen.“

Dejan, der in Bulgarien geboren wurde, möchte jetzt helfen, Vorurteile abzubauen:

„Die Leute sollen sehen: Da ist dieser 22-jährige schwule Typ mit HIV aus dem Ruhrgebiet, der lebt einfach sein Leben und kann das auch.“

FAKT

Menschen mit HIV haben im Job die gleichen Möglichkeiten wie alle anderen. Ihnen steht jeder Beruf offen.

„Unser Problem ist die Hausarbeit – nicht HIV.“

Johanna, 30, HIV-positiv
Simon, 30, HIV-negativ, Bielefeld

„Du könntest mal wieder das Klo putzen!“ – „Ach, und du könntest ruhig mal die Spülmaschine ausräumen!“

Szenen einer Ehe. Lachend erzählt Johanna, wie sie immer wieder mit ihrem Mann Simon aneinanderrasselt:

„Wir haben einfach zu verschiedene Vorstellungen: Für mich muss das Bad picobello sein, dafür lasse ich in der Küche alles rumliegen. Bei ihm ist es umgekehrt.“

Als Johanna 2012 positiv auf HIV getestet wurde, hatte sie Angst, dass sie keinen Partner mehr finden würde. Ein Jahr später traf die studierte Sozialarbeiterin einen alten Bekannten wieder – Simon. Heute leben die beiden idyllisch in einem Bielefelder Vorort, mit zwei Katzen und einem Hühnerhaus im Garten.

Johannas HIV-Infektion nimmt Simon gelassen. Anfangs benutzten die beiden Kondome. Heute verzichten sie darauf, denn sie wissen: Dank Johannas HIV-Therapie kann nichts passieren.

FAKT

HIV ist im Alltag nicht übertragbar. Wenn die HIV-Infektion mit Medikamenten behandelt wird, ist eine Übertragung auch beim Sex nicht mehr möglich.

Herausgegeben von:

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)
HIV- und STI-Prävention auf Bundesebene
www.liebesleben.de | poststelle@bzga.de
Telefonberatung: 0221 – 89 20 31
Online-Beratung: www.aidsberatung.de

Deutsche Aidshilfe (DAH)
Prävention für besonders betroffene Gruppen und Selbsthilfe
www.aidshilfe.de | www.hiv-diskriminierung.de
dah@aidshilfe.de | Telefonberatung: 0180 – 33 19 411
Online-Beratung: www.aidshilfe-beratung.de

Deutsche AIDS-Stiftung (DAS)
Für Aufklärung, Gesundheitsförderung und Teilhabe.
Für eine Welt ohne HIV und Aids.
www.aids-stiftung.de | info@aids-stiftung.de

Überreicht durch:

Dieser Flyer kann kostenlos bestellt werden bei der BZgA (order@bzga.de, Bestellnummer: 70837000).
Er ist nicht zum Weiterverkauf durch die Empfängerin / den Empfänger oder Dritte bestimmt.

Alle Rechte vorbehalten – 1. Auflage 2020

Konzept & Design: diegoldkinder.de | Fotos Johanna/Simon und Dejan: Martin Steffen, martinsteffen.com
Foto Thomas: Tomas Rodriguez, tomasrodriguez.de