

Melde uns Diskriminierungen!

Häufig kommt es im Gesundheitswesen, bei Versicherungen oder im Berufsleben zu Diskriminierung. Diskriminierungen beeinträchtigen die Lebensqualität von Menschen mit HIV. Wir alle können uns dagegen engagieren – unabhängig davon, ob wir mit HIV leben oder nicht.

Die Aids-Hilfe Schweiz ist die eidgenössische Meldestelle für Diskriminierungen im Bereich HIV. Deine Meldung hilft, die Umstände von Menschen mit HIV in allen Lebensbereichen zu verbessern. Melde uns jede ungerechte Situation, die du erlebst oder beobachtest – auch anonym. Bist du nicht sicher, ob es sich um eine Diskriminierung handelt, lass dich von uns beraten.

Zum Beispiel:

- Deine Physiotherapeutin, dein Zahnarzt oder dein Piercer fragt nach deinem HIV-Status. Bei Routineeingriffen oder kosmetischen Behandlungen musst du den Status nicht offenlegen.
- Dein Ex erzählt aus Rache herum, dass du mit HIV lebst. Der HIV-Status ist Privatsache. Wer Menschen mit HIV ohne deren Einwilligung outet, kann rechtlich belangt werden.
- Im Krankenhaus werden wegen deiner HIV-Infektion übertriebene Sicherheitsvorkehrungen getroffen – du wirst beispielsweise isoliert oder das Krankenhauspersonal trägt nur bei dir Handschuhe.

Melde uns jede
ungerechte
Behandlung:
aids.ch/melden

Gemeinsam leben – mit und ohne HIV

Schwule, bi und queere Männer sind die am stärksten von HIV betroffene Gruppe in der Schweiz. Als Community können wir dafür sorgen, dass auch die Lebensqualität für Menschen mit HIV hoch ist.

- **Gesundheit:** Moderne Medikamente ermöglichen ein weitgehend beschwerdefreies Leben mit HIV. Menschen mit HIV unter erfolgreicher Therapie haben praktisch dieselbe Lebenserwartung wie Menschen ohne HIV.
- **Gesellschaft:** Menschen mit HIV werden oft aus Unwissen diskriminiert. Informiere dich, sprich mit deinem Umfeld über Schutz durch Therapie und zeig dich solidarisch bei Ausgrenzung und Diskriminierung.
- **Sexualität:** Für den Schutz vor HIV ist jede:r für sich verantwortlich. U=U kann in einer Partnerschaft eine Schutzstrategie sein. Sie basiert auf gegenseitigem Vertrauen.
- **Respekt:** Jeder Mensch mit HIV entscheidet selbst, wie offen er mit seinem HIV-Status umgeht. Wenn sich jemand bei dir outet, ist das ein schöner Vertrauensbeweis. Sprich nicht ohne Zustimmung der betroffenen Person mit anderen Menschen darüber.



Fachstellen bieten Beratungen zum Leben mit HIV.
Mehr auf drgay.ch/kontakte



Die Rechtsberatung der Aids-Hilfe Schweiz informiert und berät zu allen Rechtsfragen in Zusammenhang mit HIV: vertraulich und kostenlos.
Mehr auf aids.ch/recht

U=U

Undetectable =

Untransmittable

Nicht nachweisbar heisst nicht übertragbar.
Bei Menschen mit HIV unter erfolgreicher Behandlung ist das Virus nicht nachweisbar. Darum überträgt es sich nicht. Auch nicht beim Sex. Mehr zum Schutz durch Therapie auf drgay.ch/uu

SCHUTZ DURCH THERAPIE



Wie funktioniert der Schutz?

Die HIV-Therapie verhindert die Vermehrung des Virus. Nach einiger Zeit ist bei einer guten Wirksamkeit im Blut kein HIV mehr nachweisbar. **Die Virenlast ist unter der Nachweisgrenze.** Das bedeutet nicht, dass keine Viren mehr im Körper sind. Aber die Virenlast ist so tief, dass eine Übertragung von HIV nicht möglich ist.

Damit sind auch im Sperma, der Vaginalflüssigkeit oder den Schleimhäuten keine oder nur noch sehr wenige HI-Viren nachweisbar. **Eine Übertragung von HIV ist nicht möglich. Auch nicht beim Sex ohne Kondom oder PrEP.**

Voraussetzungen

1. Die HIV-Behandlung wird korrekt durchgeführt. Das kann mit Tabletten oder Depotspritzen geschehen. Die passende Behandlung legst du in Rücksprache mit Fachpersonen fest.
2. Die Gesundheitswerte werden regelmässig kontrolliert. Dabei wird auch die Virenlast überprüft und sichergestellt, dass die HIV-Medikamente wirksam sind.



Wie sicher ist der Schutz?

Eine wirksame HIV-Therapie schützt genauso zuverlässig vor HIV wie Kondome oder PrEP.

Wenn die Therapie unterbrochen wird, kann die Virenlast wieder ansteigen – und damit die Möglichkeit einer HIV-Übertragung. Wenn die Medikamente einmalig vergessen werden, führt das aber noch nicht gleich zu einem Anstieg der Virenlast.

In sehr seltenen Fällen kann die Wirksamkeit der Therapien nach einiger Zeit nachlassen. In der regelmässigen ärztlichen Kontrolle werden solche langsamen Veränderungen aber früh genug erkannt, ohne dass der Schutz durch Therapie bereits nachgelassen hat.



Was bedeutet das für mich?

Ich lebe mit HIV.

Wenn deine Virenlast nicht nachweisbar ist, kann HIV nicht weitergegeben werden. Du musst deinen HIV-Status nicht offenlegen und hast Safer Sex auch ohne Kondome oder PrEP.

Ich lebe ohne HIV.

Wenn die Virenlast deiner Sexpartner:innen unter der Nachweisgrenze liegt, ist eine Übertragung von HIV beim Sex nicht möglich. Dein Schutz vor HIV ist aber immer in deiner eigenen Verantwortung. Wir empfehlen dir deshalb ausserhalb von vertrauensvollen Beziehungen immer: Sex mit Kondom oder PrEP.

Ich kenne meinen HIV-Status nicht sicher.

Lass dich auf HIV testen. Sollte der HIV-Test positiv ausfallen, kannst du rasch mit einer HIV-Therapie beginnen, um deine Gesundheit zu schützen und HIV kann sich nicht mehr übertragen.