

## Was bedeutet HIV-Risiko?

HIV wird fast immer bei ungeschütztem Anal- und Vaginalsex übertragen. Auch der Substanzgebrauch mit Spritzen oder Löffeln, die geteilt werden, birgt ein HIV-Risiko. Beim Oralsex hingegen besteht praktisch kein HIV-Risiko.

Als Safer Sex gilt:

- Anal- und Vaginalsex mit Kondom
- Anal- und Vaginalsex mit PrEP
- Anal- und Vaginalsex mit einer Person mit HIV unter wirksamer Therapie
- exklusive Partnerschaft mit Test und Abmachung

## Nach einem Risiko: PEP

Passiert, passiert! Nach ungeschütztem Anal- oder Vaginalsex gibt es die HIV-Notfallbehandlung PEP. Sie muss innert Stunden begonnen werden, um wirksam zu sein. Mehr auf [drgay.ch/pep](http://drgay.ch/pep)

## Mache regelmässig einen HIV-Test!

Ein HIV-Test gibt dir Klarheit über deinen Status. Darum empfehlen wir 1- bis 4-mal pro Jahr und nach jeder Risikosituation einen HIV-Test. Möglichkeiten zum Testen findest du auf [drgay.ch/testen](http://drgay.ch/testen)

- Übertragen wird HIV fast immer von Personen, die fälschlicherweise annehmen, sie seien HIV-negativ.
- Manchmal klappt es nicht, sich vor HIV zu schützen – weil du die PrEP vergisst oder das Kondom reisst.
- HIV ist heute mit Medikamenten gut behandelbar. Menschen mit HIV können ein Leben ohne Beeinträchtigung führen.

### HIV-Primoinfektion

Zu Beginn einer HIV-Infektion kommt es manchmal zu grippeähnlichen Symptomen. Diese können Wochen nach einer HIV-Infektion auftreten. Wende dich beim Verdacht auf eine Primoinfektion rasch an eine Beratungsstelle.

# HIV

## Wähle deinen

## Schutz.

Mehr auf [drgay.ch/hiv](http://drgay.ch/hiv)



Aids-Hilfe Schweiz  
Aide Suisse contre le Sida  
Aiuto Aids Svizzero

CHECKPOINT

Dr. Gay

# DEINE SCHUTZMÖGLICHKEITEN

## Kondom

Wer beim Anal- und Vaginalsex ein Kondom benutzt, ist vor HIV geschützt und praktiziert Safer Sex.

- Das Kondom schützt vor HIV, wenn es richtig angewendet wird. Mehr auf [drgay.ch/kondom](https://drgay.ch/kondom)
- Das Kondom schützt nicht zuverlässig vor anderen sexuell übertragbaren Infektionen (STI). Wir empfehlen Impfungen und regelmässige Tests. Mehr auf [drgay.ch/sti](https://drgay.ch/sti)

## Nicht übertragbar

Menschen mit HIV, die erfolgreich behandelt werden, geben HIV beim Anal- und Vaginalsex nicht weiter. Für den Schutz vor HIV muss kein Kondom oder PrEP verwendet werden. Mehr auf [drgay.ch/uu](https://drgay.ch/uu)

HIV-Medikamente schützen nicht vor anderen STI. Deshalb empfiehlt sich Impfen und regelmässiges Testen.

## PrEP

Die Einnahme von Medikamenten zum Schutz vor HIV nennt man PrEP (Präexpositionsprophylaxe). Wer PrEP wie verschrieben einnimmt, ist beim Anal- und Vaginalsex ohne Kondom vor HIV geschützt und praktiziert Safer Sex.

Die Einnahme von PrEP wird medizinisch begleitet. Vor der Behandlung muss nachgewiesen werden, dass du HIV-negativ bist und deine Werte nicht gegen die Einnahme sprechen. Mehr dazu auf [drgay.ch/prep](https://drgay.ch/prep)

- Es ist wissenschaftlich belegt, dass PrEP die Übertragung von HIV so sicher wie ein Kondom verhindert.
- PrEP schützt nicht vor anderen STI. Deshalb empfiehlt sich Impfen und regelmässiges Testen.

## Kein Anal- oder Vaginalsex

Küssen, Lecken, Oralsex oder Masturbieren sind Sexpraktiken, bei denen HIV praktisch nicht übertragen werden kann. Ohne Anal- und Vaginalsex und ohne intravenösem Substanzgebrauch mit geteilten Utensilien besteht in der Regel kein HIV-Risiko.

Andere STI können trotzdem übertragen werden. Zuverlässig schützen kannst du dich davor nicht. Deshalb empfiehlt sich Impfen und regelmässiges Testen.

## Sexuell exklusiv

Wenn du und dein:e Partner:in nur miteinander Sex habt und ihr beide HIV-negativ getestet wurdet, ist eine HIV-Infektion nicht möglich.

Wichtig ist, regelmässig über die Abmachung zu reden und ehrlich zu sein. Fachstellen für sexuelle Gesundheit können euch dazu beraten: [drgay.ch/contact](https://drgay.ch/contact)