



Interview zum Welt-Aids-Tag: Anonymisiertes Porträt eines HIV-Betroffenen

«Ich bin entschärft»

Riccardo* (36) ist aus Winterthur und seit 2013 HIV-positiv. Seine Diagnose erfährt er zufällig nach einem Impftermin. Im Porträt erzählt er über sein Leben mit HIV, Stigmatisierungserfahrungen und fehlendes Wissen in der breiten Bevölkerung.

* Name geändert

Angesteckt hat sich Riccardo bei seinem Date, wie er erzählt: «Wir hatten nicht eine richtige Beziehung, sondern mehr eine Liebschaft. Aber wir trafen uns regelmässig.» Auch vertrauen sich die beiden Männer gegenseitig: «Bevor wir beim Sex auf das Kondom verzichteten, haben wir uns gegenseitig unsere negativen HIV-Tests gezeigt. Vermutlich ein klassischer Fall einer Ansteckung.»

Beiläufig diagnostiziert

Mit den negativen HIV-Tests denken beide, sie seien sicher. Was auch eine gewisse Zeit gut geht. Dann zwei Wochen nach ihrem letzten Treffen tauchen bei Riccardo grippeähnliche Symptome auf. Er verbringt gerade seine Ferien. Seine Mutter begleitet ihn. Und weil beide ähnliche Symptome zeigen, denkt er sich nichts dabei. Beide gehen von einem grippalen Infekt aus. Danach verschwinden die Symptome wieder, der Alltag kehrt ein.

Drei Wochen später sitzt Riccardo wegen eines Impftermins beim Arzt. Dieser fragt ihn beiläufig, ob er auch gleich einen HIV-/STI-Test machen möchte. «Warum nicht?», denkt sich Riccardo, «dann bin ich wieder auf dem neusten Stand.» Kurze Zeit später der Schock: Eines der Resultate fällt schlecht aus – Riccardo ist HIV-positiv.

Auf die Frage, was die HIV-Diagnose bei ihm in diesem Moment ausgelöst habe, antwortet er: «Ich war schockiert. Mir wurde es heiss und kalt. Ich dachte mir: Jetzt hast du etwas, das du nie mehr loswirst.»

Sieg des Lebens

Seit seiner HIV-Diagnose 2013 haben Ostern für Riccardo eine spezielle Bedeutung erlangt: «Die Christen feiern am Ostersonntag die Auferstehung Jesu und damit den Sieg des Lebens über den Tod.» Ähnlich habe es sich nach dem Termin im Kantonsspital St.Gallen für ihn angefühlt: «Nach der Diagnose habe ich mich in der Infektiologie beraten lassen und sehr schnell mit der Behandlung begonnen.» Bereits sieben bis acht Wochen später sinkt seine Viruslast unter die Nachweisgrenze. Das lässt ihn aufatmen und wieder lebendig fühlen.



Mit seinem Schicksal habe er jedoch nie gehadert: «Ich weiss, dass die Therapie funktioniert. Die Krankheit ist zwar nicht heilbar, aber behandelbar. Ein grosser Fortschritt zu früher.» Er sei sich durchaus bewusst, dass er ohne diese Medikamente vielleicht nicht mehr hier wäre oder zumindest in einem schlechteren Zustand.

Völlig normales Leben

In Riccardos Leben hat sich seither nicht viel verändert: «Ich lebe völlig normal, habe auch keine Leistungseinbussen. Ich merke keinerlei Einschränkungen im Alltag. Und die Medikamente vertrage ich gut.» Dank der frühen Diagnose und der wirksamen HIV-Therapie hat das HI-Virus keine Chance, sich auszubreiten und dem Körper zu schaden. «Die einzige Veränderung in meinem Leben besteht in der täglichen Medikamenteneinnahme, aber das ist auch schon alles», ergänzt Riccardo.

Als HIV-Positiver hat er im Vergleich zu HIV-negativen Menschen weder ein erhöhtes Sterberisiko noch ein anderes Gesundheitsrisiko. Im Gegenteil: «Ich gehe alle sechs Monate zum «Service» und lasse alle Blutwerte testen. Kein Normalsterblicher macht das. Die engmaschige Betreuung wirkt sich hoffentlich auch bei anderen Krankheiten präventiv aus.» Darum gelten in der aktuellen Corona-Pandemie HIV-positive Menschen nicht als Risikopatient*innen, sofern sie unter einer wirksamen HIV-Therapie stehen.

Freunde reagieren unterstützend

Seinen Eltern hat Riccardo nichts erzählt: «Sie würden sich unnötig Sorgen machen, darum habe ich es ihnen nicht gesagt.» Nur enge Freunde hat er über seine HIV-Infektion eingeweiht. Seine Freunde hätten sehr unterstützend reagiert – wie auch zu Beginn der Corona-Pandemie: «Sie haben mich gefragt, ob das neue Virus eine Gefahr für mich darstelle. Das empfand ich als schön, weil die Leute daran gedacht haben.»

Andere Erfahrungen dagegen macht Riccardo in der Liebeswelt: «Trotz der wirksamen Therapie und der Viruslast unter der Nachweisgrenze haben die Leute immer noch Angst, sich bei mir anzustecken.» Dies habe er bei einem Date erlebt, kurz bevor es intim wurde. Aber auch sonst beim Chatten: «Viele haben ein mulmiges Gefühl, mit einer HIV-positiven Person zu schlafen – trotz erfolgreicher HIV-Therapie.»

Mangelndes Wissen führt zur Diskriminierung

Der Hauptgrund für diese Ängste sei laut Riccardo das fehlende Wissen über die Therapie. Denn die wenigsten wissen, dass HIV-positive Menschen unter der Nachweisgrenze beim Sex ohne Kondom nicht mehr ansteckend sind. «Leider ist dies noch nicht in allen Köpfen angekommen. Dabei ist es wie mit einer entschärften Bombe: Diese kann nicht mehr hochgehen. So ist es auch mit mir: Ich kann niemanden mehr anstecken. Ich bin entschärft.»

Diskriminierungen im Chat wegen seiner HIV-Infektion hat er satt. Darum schreibt er interessierten Männern, er nehme die PrEP (= Präexpositionsprophylaxe). Die PrEP ist ein HIV-Medikament. Dieses nehmen HIV-negative Personen prophylaktisch ein, um sich beim Sex ohne Kondom vor HIV zu schützen. Wie das Kondom bietet auch die PrEP-Pille einen zuverlässigen Schutz vor HIV. Sie



zählt schon seit mehreren Jahren zum Safer Sex. «Die PrEP kennen mittlerweile sehr viele Männer, die mit Männern Sex haben. Sie ist in der Community als Safer-Sex-Methode schon etabliert.»

Allerdings kenne die Community die TasP (= Therapie als Prävention) noch zu wenig: Denn neben dem Kondom und der PrEP zählt auch eine wirksame HIV-Therapie als zuverlässiger Schutz vor HIV. «Diejenigen, die das wissen, haben keine Probleme, mit einer HIV-positiven Person zu schlafen», fügt Riccardo hinzu. Mit gutem Grund: Es ist nämlich sicher.

Der nötige Respekt vor HIV fehlt

Wenn Riccardo auf die Zeit vor seiner HIV-Infektion zurückschaut, wäre er heute vorsichtiger: «Im Nachhinein ist man immer klüger. Ich hätte vermutlich sicherer gespielt und ein Kondom benutzt. Denn Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser.»

Laut Riccardo interessieren sich Nicht-Betroffene weniger für HIV, solange sie die PrEP nehmen. Denn damit bekommen sie kein HIV. Dadurch ist die Angst vor HIV nicht mehr so gross wie vorher. «Die PrEP ist zwar ein Segen für die schwule Community, aber der Respekt vor HIV schwindet. Das führt zu einem sorgloseren Umgang mit ungeschütztem Sex, auch wenn das HIV-Risiko durch die PrEP oder TasP massiv kleiner geworden ist. Die Frage, ob der andere PrEP nimmt, wird oft gar nicht gestellt: Man geht einfach davon aus. »

Die Menschen bräuchten zwar nicht mehr die gleiche Angst zu haben wie in den 80ern oder 90ern. Denn HIV ist heute längst kein Todesurteil mehr. Als chronische Krankheit lässt sie sich gut behandeln und kontrollieren. «Aber den nötigen Respekt sollten die Menschen dennoch haben: HIV ist immer noch nicht heilbar», appelliert Riccardo vor allem an diejenigen, die sorglos Sex ohne Gummi praktizieren – und das ohne PrEP und TasP.

PrEP-Nutzer übernehmen Verantwortung

Wer die PrEP nimmt, muss alle drei Monate zur Kontrolle der Blut-, Leber- und Nierenwerte. Aber nicht nur: Neben HIV testen die Checkpoints und Testzentren auch Syphilis, Gonorrhö (Tripper) sowie Chlamydien. So lassen sich Ansteckungsketten viel eher unterbrechen und Geschlechtskrankheiten rechtzeitig behandeln.

«Viele meinen, das Kondom schütze komplett vor anderen STI. Aber das ist ein grosser Trugschluss», führt Riccardo an. Was viele nicht wissen: Die anderen STI lassen sich viel leichter übertragen, als manche denken. Denn Oralsex, Küssen oder Streicheln gelten nur in Bezug auf HIV als safe, nicht bei anderen STI. Diese lassen sich bereits durch Oralsex oder Streicheln (Schmierinfektion) übertragen.

«PrEP-Nutzer übernehmen auch in Bezug auf die STI-Prävention Verantwortung: Weil sie sich regelmässig testen lassen, beugen sie so weiteren Übertragungen von STI vor», hält Riccardo fest. Währenddessen seien die unregelmässigen oder seltenen Tester*innen diejenigen, die grösseren STI-Risiken ausgesetzt sind: «Sie haben das Gefühl, mit Kondomen 100 % sicher vor allem zu sein. Dabei schützen Kondome nur zuverlässig vor HIV, nicht vor anderem», fügt Riccardo ein.



HIV-Stigma und die Zukunft

Menschen mit HIV wird oft vorgeworfen, sie seien selbst schuld an ihrer Infektion. Denn heutzutage weiss ja jede*r, wie er*sie sich davor schützen kann: eindringender Geschlechtsverkehr nur mit Gummi, saubere Spritzen bzw. Sniff-Röhrchen beim Drogenkonsum. Dieses Stigma begleitet die Betroffenen ihr ganzes Leben lang und hat auch ihre Auswirkungen: Folgeerscheinungen wie Depressionen, sozialer Rückzug oder mangelndes Selbstwertgefühl sind die Folge.

«Um das HIV-Stigma in Zukunft zu überwinden, braucht es vor allem eins: Wissen», resümiert Riccardo. Die Menschen müssen die neuen Safer-Sex-Regeln kennen: Kondome, PrEP und TasP schützen vor HIV. Ausserdem müssen sie wissen, dass HIV heute nicht mehr den Bildern aus den 80ern und 90ern entspricht: Die Menschen sterben heute nicht mehr an HIV. Sie leben, arbeiten, lernen, tanzen, feiern und gehen in die Ferien wie alle HIV-negativen Menschen auch.

<p>Kontakt für Bilder und weitere Informationen Fachstelle für Aids- und Sexualfragen (AHSGA)</p> <p>Predrag Jurisic Kommunikation und Prävention</p> <p>Simone Dos Santos Geschäftsleitung Beratung und Prävention</p> <p>Tellstrasse 4 CH-9001 St.Gallen +41 (0)71 223 68 08 info@ahsga.ch https://ahsga.ch</p>	<p>Zur Veröffentlichung, honorarfrei. Belegexemplar oder Hinweis erbeten.</p> <p>Anzahl Zeichen: 9097</p> <p>Anzahl Wörter: 1348</p>
--	--