

Lillian, 52  
HIV-Aktivistin, Saarbrücken

## Meine Tochter? Nicht von schlechten Eltern!

Weil Lillian HIV-positiv ist, wollten andere Eltern ihre Kinder nicht mehr in die Kita bringen. Lillian fand klare Worte.

Leben mit HIV.  
Anders als du denkst?

Zuerst war es ein Schock: In einer Freizeitgruppe ihrer Tochter Yasemin verboten andere Eltern ihren Kindern weiter teilzunehmen. Sie hatten aus den Medien erfahren, dass Lillian HIV-positiv ist.

„Sie hatten tatsächlich Angst, meine Tochter könnte ihre Kinder mit HIV infizieren“, sagt Lillian. „Das ist ein Beispiel für verdeckte Diskriminierung von HIV-Positiven, für die es absolut keinen Grund gibt.“

Lillian trat in Aktion, betrieb Aufklärung von Mensch zu Mensch, kochte für alle, suchte das Gespräch, nicht nur mit den Eltern. „Kinder im Ungewissen zu lassen, sorgt bei allen Beteiligten für Verunsicherung.“

Bald durften die Kinder wiederkommen. Yasemin ist inzwischen 21 Jahre alt. In diesem Jahr hat sie ihre erste eigene Tochter bekommen, die kleine Malaiika.

„Die Geburt meiner Enkeltochter hat mich daran erinnert, dass HIV-Infektionen nicht nur bei den Betroffenen selbst zu Diskriminierung führen, sondern auch bei ihren Nachkommen. Außenstehende projizieren die Infektion und ihre Ängste oft auf Kinder oder sogar Enkelkinder.“

**Deswegen stellt Lillian klar: „Vor Yasemin, Malaiika und mir muss niemand Angst haben!“**

FAKT

**Im alltäglichen Umgang mit anderen Menschen ist HIV nicht übertragbar.**

## Wusstest du schon?

### Aids hat keine Chance mehr.

Wenn rechtzeitig mit einer Therapie gegen HIV begonnen wird, führt die Infektion nicht mehr zum Krankheitsbild Aids. Heute genügt meist eine Pille am Tag. Wichtig: Nach einer Infektion sollte möglichst früh getestet und therapiert werden.

### Menschen mit HIV können alt werden.

HIV-Medikamente halten Menschen mit HIV gesund. 90 Prozent sagen, sie leben gut mit ihrer Infektion. Drei Viertel haben keine oder nur wenige Einschränkungen.

### HIV ist im Alltag nicht übertragbar.

Null Infektionsrisiko bei Umarmungen und Küssen, gemeinsamer Benutzung von Geschirr, beim Sport.

### HIV ist unter Therapie auch beim Sex nicht übertragbar.

HIV-Medikamente verhindern die Vermehrung des Virus im Körper und damit auch die Übertragung.

### Menschen mit HIV können auf natürlichem Wege Kinder zeugen und zur Welt bringen.

Die HIV-Therapie schützt Babys vor einer Übertragung vor oder bei der Geburt.

### HIV-Medikamente schützen auch als Vorbeugung.

Bei der HIV-Prophylaxe PrEP nehmen HIV-negative Menschen ein HIV-Medikament ein. So können sie sich schützen.

## Tschüss Vorurteile!

### Du diskriminierst Menschen mit HIV, wenn du

- im Alltag auf Abstand gehst.
- sie als Kolleg\*innen nicht behandelst wie alle anderen.
- sagst, dass Menschen mit HIV selbst schuld sind an ihrer Infektion.

- in dein Dating-Profil schreibst: „Nur Gesunde!“
- als Mitarbeiter\*in im Gesundheitswesen unnötige Vorsichtsmaßnahmen triffst.

### Du machst alles richtig, wenn du

- Menschen mit HIV einfach behandelst wie alle anderen.
- dich schlau machst, um unnötige Ängste zu verlieren.
- auch beim Daten niemanden wegen HIV ausschließt - entspann dich!
- dich darauf verlässt, dass Kondome schützen und, dass HIV unter Therapie nicht übertragbar ist.
- nicht vergisst: Die üblichen Hygienevorschriften reichen völlig aus.
- dich gegen Diskriminierung einsetzt.
- mit der Roten Schleife Solidarität zeigst.



**Fast alle Menschen mit HIV haben schon Zurückweisung und Abwertung erlebt. Mach dich mit uns stark gegen Diskriminierung!**

Oliver, 25  
Student, Nordrhein-Westfalen

## Leben mit HIV. Anders als du denkst?

 welt-aids-tag.de

**Sabine, 64**  
Aktivistin aus Berlin

**Berührungsängste?  
Da fasse ich niemanden mit  
Samthandschuhen an!**

Sabine muss im Gesundheitswesen seit 35 Jahren erklären, dass sie wegen ihrer HIV-Infektion keine Sonderbehandlung braucht. Sie findet: Es reicht!

**Leben mit HIV.  
Anders als du denkst?**

Manchmal ist selbst Sabine, 64, noch überrascht. Zum Beispiel von einer Ärztin offen diskriminiert zu werden. 2021. In Berlin.

Die langjährige HIV-Aktivistin erinnert sich: „Mein Augenarzt hatte zu, also ging ich zu einer anderen. Und sagte ihr erst nach der Behandlung beiläufig, dass ich positiv bin. Sie faltete mich regelrecht zusammen: ‚Das hätten Sie vorher sagen müssen!‘ Meine Mitarbeiter müssen entscheiden können, ob sie Sie behandeln wollen.“

Sabine schnappte sich ihr Rezept, sagte der Ärztin, sie würde vielleicht von der Ärztekammer hören, und ging. „So etwas hatte ich seit den 90ern nicht mehr erlebt.“

Jetzt möchte Sabine die Geschichte öffentlich erzählen. Weil sie endlich will, dass auch alle im Gesundheitswesen verstehen: Menschen mit HIV brauche keine Sonderbehandlung.

**Es gibt keinen Grund für Berührungsängste!**

FAKT

**Die ganz normalen Hygieneregeln reichen mit Blick auf HIV im Gesundheitswesen völlig aus.**

**Oliver, 25**  
Student, Nordrhein-Westfalen

**Ich sag's dir:  
Ich bin positiv.**

Oliver studiert Psychologie und hat HIV. Er will sich damit nicht länger verstecken. Warum auch?

**Leben mit HIV.  
Anders als du denkst?**

Es muss endlich raus! Vier Jahre nach seinem positiven Testergebnis sollen alle wissen, dass Oliver mit HIV lebt. Denn eigentlich hat er damit keine Probleme – außer den Vorurteilen in den Köpfen anderer.

Lange hat er nicht darüber gesprochen. „Weil mir von verschiedenen Seiten vermittelt worden ist, meine Infektion sei eklig. Bis ich selbst dran geglaubt habe und nichts mehr ging.“

Dann hat Oliver sich Hilfe gesucht. Bei einem Therapeuten, aber vor allem bei anderen Positiven. „Der Austausch mit anderen, zum Beispiel beim Jungpositiventreffen, hat mir wahnsinnig geholfen, entspannt mit meiner Infektion umzugehen.“

Heute weiß er außerdem: Offenheit hilft. „Ich kann die Reaktionen der Leute beeinflussen, indem ich selbstbewusst über die Infektion rede, statt verschämt herumzustammeln. Unwissenheit beantworte ich mit Fakten. So bleibt weniger Raum für blöde Reaktionen und vorschnelle Abwertung.“

**Deswegen sagt Oliver jetzt allen: Ich bin positiv!**

FAKT

**Menschen mit HIV können heute in allen Lebensbereichen in jeder Hinsicht leben wie alle anderen Menschen.**

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 2022  
Konzept & Design: tau-berlin.de | Fotos: Katja Ruge Photography  
Druck: druckteam-berlin.de