

Hiv

> Hiv is een virus dat je weerstand kan afbreken. Het kan aids veroorzaken. Hiv kan zitten in bloed, sperma, vaginaal vocht en moedermelk. Een hiv-infectie is niet tegenezen. Je kunt hiv wel heel goed behandelen met medicijnen. Deze hiv-remmers remmen het virus af. Hoe eerder je met de behandeling begint, hoe beter voor je gezondheid. Als je de medicijnen goed inneemt is de kans heel klein dat je hiv overdraagt op een ander.

Wat merk je van hiv?

Eén tot zes weken nadat je hiv oploopt kun je de eerste klachten krijgen. Die lijken veel op een flinke griep. Sommige mensen merken lang helemaal niets van hiv. Zij krijgen dan later last van vermoeidheid, gewichtsverlies, koorts, nachtzweeten, diarree, kortademigheid of huiduitslag. Wanneer je weerstand verder verzwakt, krijg je ernstige infecties of zeldzame vormen van kanker. Dat noemen we aids.

Hoe krijg je hiv?

- > **Onveilige seks.** De meeste mensen krijgen hiv door onveilige seks. Bij anale seks is de kans op besmetting het grootst. Pijpen en beffen vormen een veel kleiner risico.
- > **Bloed.** Je kunt ook hiv oplopen door contact met besmet bloed. Bijvoorbeeld door drugsgebruik met besmette naalden of een bloedtransfusie. In Nederland zijn bloedtransfusies veilig. Al het donorbloed is nagekeken op hiv.
- > **Van moeder op kind.** Moeders kunnen hiv aan hun baby's overdragen. Daarom testen we in Nederland alle aanstaande moeders op hiv. Hiv-medicijnen zorgen ervoor dat de baby geen hiv krijgt.

Hoe voorkom je hiv?

Condooms

Condooms beschermen goed tegen hiv en andere soa's. Je moet ze dan wel altijd goed gebruiken.

PEP

Als je onveilige seks hebt gehad met iemand met hiv kun je met PEP nog voorkomen dat je zelf hiv krijgt. Dit kan ook als je condoom gescheurd is en je hebt sperma binnengekregen. PEP is een kuur van een maand met hiv-remmers. Je moet wel zo snel mogelijk met deze kuur beginnen, in elk geval binnen 72 uur na het ongelukje. Neem contact op met de GGD bij jou in de buurt (soaids.nl/ggd) om te zien waar je PEP kunt krijgen. Is de GGD gesloten? Bel dan met de spoedeisende hulp van het dichtstbijzijnde ziekenhuis. Ook centra seksueel geweld (seksueelgeweld.nl) bieden PEP aan.

PrEP

PrEP is een pil die je kunt innemen om te voorkomen dat je hiv oploopt. Deze pillen zorgen ervoor dat hiv niet in je afweersysteem terechtkomt. PrEP is in Nederland nog niet beschikbaar. Op mantotman.nl/prep lees je er alles over.

Meer informatie over het voorkomen, testen en behandelen van hiv vind je op soaids.nl/hiv

Mannen die (ook) seks hebben met andere mannen

Hiv komt in Nederland het meest voor bij mannen die (ook) seks hebben met mannen. Ben jij een jongen of man die seks heeft met mannen? Laat je dan regelmatig testen op hiv en andere soa's. Kijk voor een testadvies op mantotman.nl. Hier vind je ook de PEP-check. Daarmee check je of je in aanmerking komt voor PEP.

Als je 'griepklachten' krijgt kort nadat je onveilige seks hebt gehad, ga dan meteen naar je huisarts of de GGD om je te laten onderzoeken op acute hiv-infectie. Of kijk op hebikhiv.nl. Hoe eerder je een hiv-infectie behandelt, hoe beter.

Behandeling van hiv

De hiv-specialist geeft je de juiste behandeling met hiv-remmers. Het is belangrijk dat je die medicijnen elke dag slikt. Er bestaan combinatiepillen, zodat je soms maar één pil per dag hoeft te slikken. Snel starten met behandeling heeft grote voordelen: je blijft gezonder en bent waarschijnlijk niet meer besmettelijk.

Partners waarschuwen

Vertel je sekspartners dat je hiv hebt opgelopen. In elk geval je sekspartner(s) na je laatste hiv-negatieve uitslag. Die moeten zich dan ook laten testen. Dit is belangrijk voor hun eigen gezondheid. Ook voorkom je zo verdere verspreiding van hiv.

- > Zie je er tegenop om je partner(s) zelf te waarschuwen? Vraag dan de GGD om dit voor je te doen. Via je dokter kun je gebruik maken van partnerwaarschuwing.nl.

Aids Soa Infolijn

Heb je een vraag over hiv die deze folder niet behandelt?

- > **Bel de Aids Soa Infolijn:** 0900 204 204 0 (10ct p.m.)
Maandag tot en met woensdag: 9:30 – 15:30.
Donderdag en vrijdag: 13:30 – 15:30.
- > **Stuur een e-mail naar de Aids Soa Infolijn:**
Sense@soaids.nl je krijgt binnen twee werkdagen antwoord.
- > **Of bezoek het chatsprekuur op Soatest.nl**
Maandag tot en met donderdag: 15:30 – 17:30.

2e druk september 2016 | Voor het overnemen van informatie uit deze folder is toestemming nodig van Soa Aids Nederland.

Disclaimer

Soa Aids Nederland spant zich in om volledige, begrijpelijke en betrouwbare informatie aan te bieden in al haar voorlichtingsmaterialen en publicaties. Toch aanvaardt Soa Aids Nederland geen enkele aansprakelijkheid voor eventuele schade ten gevolge van het gebruik van deze folder. De informatie in deze folder mag nooit worden beschouwd als vervanging van een consult of persoonlijk bezoek aan een arts of specialist.