

HIV neu diagnostiziert – was nun?

Prof. Dr. Andreas Plettenberg



Liebe Patientinnen und Patienten!

Eine neu gestellte Diagnose „HIV-Infektion“ bedeutet heute nicht mehr, dass die Lebenszeit der betroffenen Person merklich verkürzt sein muss. Mit den mehr als 30 vorhandenen Medikamenten kann die HIV-Infektion meist gut kontrolliert werden, so dass das Immunsystem keinen nennenswerten Schaden nimmt. Im Regelfall werden die Medikamente gut vertragen.

Die meisten Menschen können heutzutage mit einer HIV-Infektion gut leben, können ganz normal arbeiten, eine Partnerschaft und ggf. auch Kinder haben, feiern und ihren Hobbys nachgehen. Auch wenn es Ausnahmen gibt, ist die Lebenserwartung für die meisten Menschen mit einer HIV-Infektion weitgehend normal.

So gut dies klingt: die HIV-Infektion ist dennoch eine ernstzunehmende Erkrankung, die Ihr zukünftiges Leben in Teilaspekten dauerhaft beeinflussen wird. Nach heutigem Kenntnisstand kann die HIV-Infektion nicht geheilt werden – und ohne Einnahme von Medikamenten besteht das Risiko, dass Sie andere Menschen durch ungeschützte Sexualkontakte mit HIV infizieren. Deshalb ist es wichtig, dass Sie die Menschen, mit denen Sie Sexualverkehr haben, über Ihre HIV-Infektion informieren und zukünftig regelhaft Kondome verwenden.

Eine gut funktionierende HIV-Therapie kann die Infektiosität von HIV deutlich verringern und in bestimmten Situationen sogar unterbinden.

Durch Alltagskontakte wie Umarmen oder Küssen, Benutzen gleicher Gläser, Bestecke oder Handtücher kann die HIV-Infektion nicht weitergegeben werden. Wenn Sie sich in einer Partnerschaft mit einem nicht HIV-infizierten Menschen befinden, sollten Sie gemeinsam Ihren Arzt aufsuchen und über Infektionsrisiken und deren Minimierung sprechen.

Die Behandlung der HIV-Infektion

Nach dem heutigen Stand der Forschung werden Sie ab einem bestimmten Zeitpunkt lebenslang Medikamente einnehmen müssen, die heute gut verträglich sind. In vielen Fällen ist es ausreichend, nur eine Tablette pro Tag einzunehmen. Entscheidend ist, dass die Medikamente regelmäßig eingenommen werden.

Mehrere Studien haben gezeigt, dass Betroffene um so mehr von der HIV-Therapie profitieren, je früher diese begonnen wird. Deshalb wird den meisten Patienten mit neu diagnostizierter HIV-Infektion ein baldiger Therapiebeginn empfohlen.

Helfer-Lymphozyten und HI-Viruslast

Zwei aus dem Blutbild des Patienten bestimmten Parametern kommt besondere Bedeutung zu: der HI-Viruslast und den Helfer-Lymphozyten (= CD4-Lymphozyten). Anhand dieser Parameter kann eingeschätzt werden, in welchem Stadium sich die HIV-Infektion befindet und ob eine medikamentöse Therapie unverzüglich begonnen werden sollte. Je niedriger die Anzahl der Helferlymphozyten ist, desto stärker ist das Immunsystem gestört. Je höher die HI-Viruslast ist, umso mehr Viren werden jeden Tag gebildet und umso höher ist die Infektiosität. Unter einer gut wirkenden HIV-Therapie fällt die Viruslast schnell ab und die Helfer-Lymphozyten steigen langsam an. Das Ziel einer HIV-Therapie ist, die Virusvermehrung im Körper so sehr zu hemmen, dass im Blut keine Viren mehr nachweisbar sind.

Was noch zu beachten ist

Wichtig ist eine ausgewogene Ernährung. Zusätzliche Vitamine in Form von Tabletten sind meist nicht erforderlich. Sie sollten darauf achten, dass die empfohlenen Impfungen durchgeführt werden. Entscheidend: Sie brauchen einen Arzt Ihres Vertrauens, mit dem Sie die vielen Fragen besprechen können.

