

Bundespressekonferenz

anlässlich des Welt-Aids-Tages 2011



Junge Redakteure schreiben über das Thema HIV & Aids



Liebe Leserinnen und Leser,

als Schoolwork-Team der Berliner Aids-Hilfe e.V. (BAH) gewannen wir 2010 mit unserem Projekt für junge Redakteure den „Bundeswettbewerb Aids-Prävention“ des Bundesministeriums für Gesundheit und der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). Durch diese Auszeichnungen eröffnen sich uns neue Wege das Projekt weiterzuentwickeln. So unterstützt die PVK seit September 2010 unsere Arbeit finanziell. Anlässlich des Welt-Aids-Tages wurde als gemeinsame Aktion die bundesweite Pressekonferenz für junge Redakteure auf die Beine gestellt, zu dessen Umsetzung auch das Jugendmagazin „SPIESSER“ gewonnen werden konnte.

Fast 40 Schülerinnen und Schüler aus ganz Deutschland fanden sich am Freitag, den 11.11.2011 in der Bundespressekonferenz ein, um Themen rund um HIV und Aids in Ihren Artikeln aufzugreifen und gleichzeitig an einem Wettbewerb teilzunehmen. Der Gewinnerartikel erscheint im Onlinemagazin des SPIESSERS.

Nach einem Workshop zu HIV/Aids und dem heutigen Wissensstand, fand die bundesweite Pressekonferenz statt. Dirk Meyer (BZgA), Ute Hiller (Gesamtleitung BAH), John (Kampagnenmitglied der BZgA) und Stefan Reker (PKV), stellten sich den Fragen der jungen Redakteuren. Ein weiterer Workshop zu den Grundlagen des journalistischen Arbeitens wurde von den Mitarbeitern des SPIESSERS geleitet und schloss den offiziellen Teil des Tages ab. In der darauf folgenden Schreibwerkstatt erstellten die jungen Journalisten Ihre Artikel, die Teil des Wettbewerbs sind. Das Ergebnis dieser Schreibwerkstatt finden Sie auf den nächsten Seiten.

Wir wünschen Ihnen liebe Leser und Leserinnen viel Vergnügen beim Lesen!

Das Schoolwork-Team der Berliner Aids-Hilfe e.V.

Berlin, 29.11.2011

Rette dich selbst

Neun SPIESSER-Leser haben eine Reise nach Berlin gewonnen, um sich einen Tag lang mit den Themen HIV und Aids auseinanderzusetzen. Danach haben sie gewetteifert: Wer schreibt den besten Artikel? Lara, 15, hat gewonnen – hier lest ihr das Ergebnis.

von Lara Ermer

Wen würdest du retten?

„Wenn du die Chance hättest, eine Person von Aids zu heilen – wen würdest du retten?“ Es ist zwar nur ein Spiel, aber trotzdem sind wir alle erstmal unentschlossen. Hat eine 15-jährige thailändische Prostituierte es mehr verdient, die Erkrankung loszuwerden, als ein Arzt, der durch seine Forschungen zu HIV-Medikamenten infiziert wurde? Rette ich lieber ein Baby in Afrika als eine werdende Mutter? Unsichere Blicke wandern durch den Raum – erstmal sehen, was die anderen machen. Hier und da brechen einige Diskussionen aus.

Es geht um HIV und Aids heute morgen. Wir, neun Jungs und Mädels, die beim SPIESSER-Gewinnspiel eine Berlinreise gewonnen haben und einige Berliner Schülerzeitungsredakteure, sollen anhand weniger Informationen entscheiden, welche der vorgegeben HIV-infizierten Personen wir am liebsten retten würden. Gar nicht einfach. Und eigentlich auch gar nicht nötig, da es das Wundermedikament gegen HIV sowieso (noch) nicht gibt. Und selbst wenn: Wer hätte die Wunderpille schon mehr verdient als jemand anderes? Besser wäre es, wenn niemand sich überhaupt erst infizieren würde.

Wie stecke ich mich an?

Egal, wie viel aufgeklärter wir heute sein mögen: Es gibt immer noch einige Vorurteile und Ängste gegenüber den vom HI-Virus Infizierten. Wo bestehen überhaupt

Ansteckungsgefahren? Kondome sind sinnvoll, okay. Aber halten wir uns immer daran? Und an wende ich mich im Falle eines Ansteckungsverdachts? Thomas von der Berliner-Aids-Hilfe sagt:

„Lieber nicht zum Arzt zu gehen. Dort laufen HIV-Tests nämlich nicht anonym ab. Deswegen immer lieber erst mal an die Aids-Hilfe wenden als an den Hausarzt.“

Aber dazu muss es ja erst gar nicht kommen. Es ist ja relativ einfach, sich vor einer Ansteckung schützen. Grundsätzlich gilt: Der Virus wird über Körperflüssigkeiten und Schleimhäute übertragen. Aber nicht alle Körperflüssigkeiten sind gefährlich. Acht geben sollte man nur bei Blut, Sperma, Vaginalsekret oder Muttermilch – die sollten nicht direkt in offene Wunden oder auf Schleimhäute gelangen. Julia von der Berliner Aids-Hilfe spricht Klartext: „Das Risiko, sich im Alltag zu infizieren, ist total niedrig. Außer halt bei allem, was mit Sex und Blut zu tun hat.“ Julia trägt ein T-Shirt mit der provokanten Aufschrift „Ficken? Aber sicher!“ Früher hat man geraten, ganz auf Sex zu verzichten. Zum Glück sind diese Zeiten vorbei. Überall auf den Tischen liegen Kondome, die wir uns einstecken können.

Und was wenn doch?

Aber selbst Kondome sind kein Allheilmittel. Die können auch platzen. Wenn ich weiß, dass ich HIV-positiv bin, was dann? Wie der Alltag eines HIV-Erkrankten aussieht, erzählt uns John in einer Pressekonferenz am Mittag. John ist Botschafter des Welt-Aids-Tages 2011. Er hat sich vor 28 Jahren mit HIV infiziert, als man so gut wie nichts über die Krankheit wusste. Diskriminierung und schlechte Behandlungsmöglichkeiten waren damals ein großes Problem. Er spricht offen mit uns darüber, sagt: „Du hast einen Dauergast, für den du sorgen musst. Aber mit den heutigen Medikamenten hast du sonst keine Einschränkungen.“ Er lebt in einer Beziehung und hat Sex wie jeder andere Mensch. „Dank der Medikamente bin ich nicht mehr sehr infektiös und habe weniger Angst, andere zu infizieren.“ Beim Kochen mit Freunden etwa verzichte er aber darauf Zutaten zu schneiden. Er weiß, dass andere ihm immer noch mit Skepsis begegnen.

Was können wir tun?

Neben John sitzen auf dem Podium noch Stefen Reker vom Verband Privater Krankenversicherungen, die Geschäftsführerin der Berliner Aids-Hilfe Ute Hiller und Dirk

Meyer, Leiter des Aids-Referats in der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. Um ehrlich zu sein, kenne ich sie alle erst seit der Pressekonferenz. Aber sie geben einige interessante Dinge von sich. Etwa dass es nicht so einfach ist, mit Schulen zusammenzuarbeiten. Ute Hiller sagt: „Vielleicht haben Lehrer Angst vor diesem Thema.“ Von uns 35 Schülern im Publikum haben nämlich gerade mal fünf das Thema im Unterricht gehabt – obwohl es im Lehrplan aller Bundesländer steht. Abgesehen davon, ist es spannend mal in so einer Konferenz zu sitzen, Fragen zu stellen und sich wie richtige Berufsjournalisten zu fühlen. Spätestens als wir die Pressemappen auf den Tischen entdecken, fühlen wir uns alle ziemlich wohl. Vor allem Johns Geschichte packt uns. Dann ist aber auch schon wieder alles vorbei. Nach dem Schlusswort von Herrn Reker möchten wir eigentlich immer noch weiter fragen.

Wen ich retten würde? Rette dich selbst!

Und ich? Was hab ich vom heutigen Tag mitgenommen? Ich habe endlich eine Antwort auf die Anfangsfrage gefunden. Sollte ich jetzt jemanden retten würde ich sagen: „Rette dich selbst!“ Wer sich selbst schützt, schützt auch andere vor einer Ansteckung. Und wenn die bereits Infizierten ausreichend Unterstützung erhalten und offen über ihre Situation sprechen dürfen, können wir alle zusammen etwas gegen das Virus tun.

Tobias Krüger (12), Nerzi Koné (12), Sarah Ballanger (12), Giorgia Fabbiano (15), Jamila Kanso (12), Liza Gluvic (14), Sinem Meral (14) schreiben für die Schülerzeitung *Voilà* der Georg-von-Giesche-Schule (Berlin)

Schock und Vorsorge

Umfrage

Bei der Pressekonferenz „Gemeinsam für mehr Aufklärung“ haben wir, 36 Schüler aus ganz Deutschland, viel über HIV und Aids erfahren. Was genau? Wir haben uns unter den Teilnehmern noch mal umgehört. Besonders hat uns interessiert, wie wir jungen Leute zu dem Thema stehen und wie wir reagieren würden, wenn wir HIV-positiv getestet werden würden.

Was hast du heute zum Thema HIV gelernt?

Lisa,16:

„Was ich vom heutigen Tag mitnehme? Vor allem wie wichtig es ist, sich zu schützen!“

Amadeus,14:

„Heute gibt es ja Medikamente, die ein Leben mit HIV erträglicher machen. Aber bis heute wusste ich nicht, dass die auch krasse Nebenwirkungen haben.“

Julia,16:

„Der Tag heute hat mir richtig viel Sicherheit gegeben. Ich weiß jetzt, dass es im Alltag fast keine Ansteckungsgefahr gibt.“

Nadja,13:

„Ich weiß jetzt, wie man HIV bekommt, wie ich mich schützen kann und dass auch die HIV-Therapie Nebenwirkungen mit sich bringt.“



Wie würdest du reagieren, wenn du HIV-positiv getestet wurdest?

Canan,15:

„Ich wäre erst mal geschockt und traurig. Und dann? Dann würde ich mich über die Krankheit informieren und was ich tun kann, um möglichst gut mit dem Virus zu leben.“

Nerzi,12:

„Ich würde Angst bekommen und wäre einfach nur geschockt.“

Franzi, 29:

„Das würde mich ganz schön schocken. Aber ich würde versuchen, es langsam zu verarbeiten und eine Lösung zu finden, wie ich damit umgehen kann.“

Aline Dentler (13), Bastienne Thiele (14), Landry Feider (13) und Sema Melis Stebich (15) schreiben für die Schülerzeitung *Voilà* der Georg-von-Giesche-Schule (Berlin).

Brief an die Aufklärung

Liebe Aufklärung!

Wir finden es doof, dass viele von uns in der Schule nicht über HIV und Aids aufgeklärt werden. Es ist ein sehr wichtiges Thema, weil viele Jugendliche im frühen Alter schon Geschlechtsverkehr haben. Und es ist ja ein klarer Fall: Wenn die Grundschulen und Oberschulen frühzeitig anfangen würden aufzuklären, dann würde es weniger HIV-, Aids- und Schwangerschaftsfälle geben. Rechtlich dürfen Jugendliche überhaupt erst ab 14 Sex haben.

Und wenn dann alle wissen, was HIV und Aids sind, würden wohl auch weniger Leute Menschen, die HIV-positiv sind, diskriminieren. Es kann denjenigen sehr verletzen – warum sollte ein Mensch das tun wollen? Außerdem sollte es an den Schulen einen speziellen Lehrer für diese Themen geben.

Wir sollten mehr über Sex reden – getreu dem Motto: „Let’s talk about Sex.“ Erwachsene, die sehr gut über den Geschlechtsverkehr informiert sind, sollten Aufklärung nicht auf die leichte Schulter nehmen und sollten ihr Wissen an junge Menschen weitergeben, denn die brauchen es. Denn: Es ist besser, ein Leben ohne HIV und Aids zu führen.

Vielleicht kannst du uns ja helfen!

Deine

Aline, Bastienne, Landry und Sema Melis

Nadja Melz (13), Canan Sharef (15) schreiben für die Schülerzeitung *Voilà* der Georg-von-Giesche-Schule (Berlin); Christoph Graudenz schrieb für die Schülerzeitung *dOSZier* des OSZ Handel I (Berlin)

Aufs Foto gekommen

von Nadja Melz, Canan Sharef und Christoph Graudenz

„Gemeinsam für mehr Aufklärung“ – Nadja, Canan und Christoph haben sich einen Tag lang mit den Themen HIV und Aids auseinandergesetzt, waren beim Workshop und bei einer Pressekonferenz dabei. Hier haben sie alles in ein paar Fotos zusammengetragen.



Los gehts mit einem Workshop. Die Schoolworker Hanna, Uwe, Julia und Thomas (von links) erzählen uns, wie der HI-Virus übertragen wird, was seine Folgen sind und wie es ist, bei der Aids-Hilfe zu arbeiten. Sie raten uns: im Zweifelsfall für einen HIV-Tests nicht zum Arzt gehen, sondern zu einer Beratungsstelle.



Uwe verteilt rote Schleifen, das Symbol gegen HIV, an uns. Jetzt gehts ans Eingemachte: Wenn wir jemanden heilen könnten, wen würden wir retten? Eine 15-jährige thailändische Prostituierte, einen Arzt, der durch seine Forschungen zu HIV-Medikamenten infiziert wurde, ein Baby in Afrika oder eine werdende Mutter?



Wir können uns nicht einigen, wen wir retten. Wollen wir auch gar nicht. Niemand hat es weniger verdient als jemand anderes oder?



Später wird es noch einen journalistischen Workshop geben. Damit wir jetzt nichts vergessen, schreiben wir uns schon viele Informationen auf, um später einen Artikel daraus verfassen zu können.



Dirk Meyer (BZgA), Stefan Reker (Private Krankenversicherung e.V.), Ute Hiller (Berliner Aids-Hilfe e.V.) und John (Botschafter für die BZgA) (von links nach rechts) sprechen bei der Bundespressekonferenz über HIV und Aids. „Warum infizieren sich so viele Jugendliche mit HIV?“, fragt Christoph, 17. Die Antwort von Dirk Meyer: „Wenn man verliebt ist, denkt man vielleicht manchmal nicht genug nach.“



Bei der Bundespressekonferenz hören die 36 Schüler verschiedenster Schulen Deutschlands gespannt zu. Vorn erzählt der HIV-positive John nämlich gerade von seiner Zeit, als er schon sehr krank war und glaubte, es gäbe keine Rettung mehr für ihn. Dank moderner Medikamente lebt er heute ein beinah ganz normales Leben.



Spaghetti! Nach der Pressekonferenz gibts ein Gruppenfoto mit den Podiumsteilnehmern und uns.



Marco Schuster (SPIESSER)

21 Jahre

Gute Tage

Pressekonferenz und Workshop in Berlin – alles zu den Themen HIV und Aids. Marco, 21, hat beim SPIESSER-Gewinnspiel mitgemacht und die Reise in die Hauptstadt gewonnen und erzählt hier von seinen Erlebnissen.

Endlich fertig mit frühstücken und schon heißt es: ab zur Bundespressekonferenz. Leider ist es ein wirklich kalter und windiger Morgen, aber wir haben diese Reise nach Berlin nicht einfach so gewonnen, denn es geht hier um das Thema HIV und Aids. Wir neun SPIESSER-Gewinner haben nämlich die besten Sprüche und Texte zu den Themen HIV und Aids verfasst und schätzen uns nun glücklich, an einem Workshop und einer Pressekonferenz teilzunehmen.

Erstmal das Gebäude finden – gar nicht so einfach zwischen all den Regierungsbauwerken – und dann wieder ins Warme. Und schon geht es mit einem zweistündigen Workshop los. Vor der Konferenz muss natürlich geklärt werden, was HIV und Aids überhaupt sind. Wir starten mit einem Video zum Thema „Lebe lang genug, um den richtigen zu finden“. Ein sehr witziges Zeichentrick-Video, das mit lustigen Sexszenen zeigt, dass Sex ein wichtiger Teil des Lebens ist und erst so lange erforscht werden muss, bis man den idealen Partner fürs Leben gefunden hat. Das fängt schon mal gut an.

Danach erzählen uns die Referenten Thomas, Julia, Uwe und Hanna, was der Unterschied zwischen HIV und Aids ist. Denn wer HIV-positiv ist, hat nicht gleich die Krankheit Aids. HIV-positve Menschen können noch sehr lange leben – bis zu 50 Jahre lang – wenn sie Medikamente nehmen. Ohne Medizin kommt es schon nach fünf bis acht Jahren zur Krankheit Aids und ein bis zwei weitere Jahre später zum Tod.

Aber auch die Medikamente sind nicht ohne. Problem sind mittelfristige Nebenwirkungen wie Durchfall, Magenschmerzen, aber auch längerfristige Nebenwirkungen wie die Versetzung



des Fettgewebes vom Gesicht an andere Stellen des Körpers. Das kann ich spät wirklich hautnah später bei der Pressekonferenz sehen – bei John.

John ist ein wirklich authentischer Typ mit witzigem holländischen Akzent. Er ist HIV-positiv. Von ihm erfahren wir, wie es ist, mit HIV zu leben. Er hat gute und auch schlechte Tage, sagt er. An den guten Tagen versucht er alles rauszuholen, was der Tag so bringt. Aber an den schlechten Tagen, wo die Krankheit Überhand nimmt, muss er sich ausruhen. Die teuren Medikamente, die er täglich und immer nehmen muss, seien ebenfalls ein großes Problem.

Alles in allem ist es ein wirklich gelungener, informativer Tag rund um das Thema HIV und Aids. Er wird mir und natürlich den anderen auch im weiteren Verlauf des Lebens helfen, nicht bei diesem Thema gleich zu verkrampfen und zu verstehen, wie man es verhindert, infiziert zu werden. Denn Kondome schützen.

Ich bin HIV-positiv

von Lisa Kohn (SPIESSER)

Svenja ist HIV-positiv. Die Infektion hat nicht nur ihren Körper befallen, sondern auch ihr Leben im Alltag.

Ich bin HIV-positiv. Der Satz kommt wie ein Schlag ins Gesicht. Der Atem stockt. Ein Schlucken geht durch die Runde. Schock. So war es auch als die 19-jährige Svenja, ihrer Familie die Nachricht über ihre Infektion mit dem HI-Virus überbrachte. Ein Satz, drei Worte und tausende Reaktionen. Aber nur selten solche, die es dem Infizierten leichter machen, darüber zu reden.

Warum reagieren viele mit Ablehnung? Und was ist das eigentlich – Aids?

Fragen, mit denen wir uns bei der Pressekonferenz „Gemeinsam für mehr Aufklärung“ beschäftigen. Wir, das sind neun Jungs und Mädels, die beim SPIESSER-Gewinnspiel eine Reise nach Berlin gewonnen haben, und 27 Schülerzeitungsredakteure. Manche von uns sind aus den abgelegensten Winkeln der Bundesrepublik für die Pressekonferenz hergereist und machen sich nun einen Tag lang Gedanken, warum Menschen wie Svenja es so schwer haben, sich als HIV-positiv zu outen und welche Ansteckungsmöglichkeiten, Symptome und Gesellschaftsschichten in Verbindung mit Aids stehen.

Svenja war vor der Infektion wie die meisten Mädchen in ihrem Alter. Sie wollte vor allem eins: ihren Spaß. Auch an dem Abend, an dem sie sich ansteckt. Sie hat sich nie wirklich Gedanken gemacht, sie hat ja immer die Pille genommen. Jetzt hat sich ihr Weltbild geändert. Lange hat sie gebraucht, um endgültig ihr Los anzunehmen und der Familie und

Freunden davon zu erzählen. Zuerst war sie sauer. Sie habe ja nicht mal richtigen Sex gehabt. Nur Oralverkehr. Sie hat erst im Nachhinein gelernt, dass Vaginalsex nur eine zahlreicher Ansteckungsmöglichkeiten ist. Letztlich ist alles, was mit Sex und Blut zu tun hat, gefährlich – das weiß sie jetzt.

Aber nicht jeder weiß das. Viele haben schon Probleme damit, Svenja die Hand zu schütteln oder die gleiche Toilette zu benutzen. Dabei ist das alles ganz ungefährlich – wie übrigens auch Mückenstiche und Küssen. Ute Hiller von der Berliner Aids-Hilfe sagt bei der Pressekonferenz, dass man rund sieben Liter Speichel trinken müsste, um sich zu infizieren. Und der müsste auch noch frisch sein.

Und was wenn dann doch? In einer Beratungsstelle der Berliner Aids-Hilfe hat Svenja anonym einen HIV-Test gemacht. Sie erinnert sich noch ganz genau wie nett und hilfsbereit die Frau dort war und wie aufgeregt und hilflos sie sich gefühlt hatte. Damals war sie schon seit drei Monaten infiziert und als nach einer Woche das Ergebnis des Tests da war, wusste sie es genau: HIV-positiv. Danach der Bestätigungstest, Luft anhalten brachte nichts – das Ergebnis blieb.

Die Infektion würde nach und nach ihr Immunsystem zerstören, wenn sie keine Medikamente nehmen würde. Krankheiten wie Lungenentzündungen, Pilzbefall von Organen, Durchfälle und ähnliches wären vielleicht die Folge und würden zum Tod führen. Und selbst Medikamente haben Nebenwirkungen. Nach der Diagnose folgten für Svenja viele Arztbesuche, um die richtige Therapie zu finden, und lange Gespräche mit der Familie und den nächsten Freunden. Denn der Virus befällt nicht nur den Körper, sondern auch die Psyche.

Dass Aids unheilbar ist, weiß sie. Trotzdem kämpft sie jeden Tag, egal ob Höhen und Tiefen, um trotz der Krankheit ein halbwegs normales Leben zu führen.

Was gAID mich daS an?

von Lena Bartens (SPIESSER)

Der 16-jährige Brian hat ein Geheimnis: Er ist HIV-positiv. Seit seiner Geburt trägt er das Virus in sich. Es wurde von seiner Mutter übertragen, die sich ihrerseits im Laufe ihres Lebens bei ungeschütztem Geschlechtsverkehr angesteckt hat. Aus Angst vor Diskriminierung hat Brian bisher keinem seiner Mitschüler davon erzählt. Außer seinem Kumpel Elliott.

Die Reaktion? Elliott war total bestürzt und begann, seinen eigentlich doch besten Freund zu meiden. Für Brian ist eine Welt zusammengebrochen. Er fürchtet, dass alle seine Mitschüler und Freunde so reagieren könnten und ihm mit Vorurteilen entgegen treten.

Ende 2010 zählt Deutschland 70.000 Menschen, die mit dem HI-Virus leben, darunter sind etwa 200 Kinder unter 15 Jahren. Und viele in unserem Alter wissen gar nicht, was HIV überhaupt ist. Obwohl die Aufklärung darüber in der Schule auf dem Lehrplan steht, trauen sich viele Lehrer offenbar nicht, dieses schwierige Thema anzusprechen. Es wird bis ans Ende des Schuljahres geschoben und dann aus Zeitgründen nicht mehr besprochen.

Dabei ist es besonders wichtig, junge Leute aufzuklären, damit sie die Übertragungswege kennenlernen, sich selbst schützen können und wissen, dass es ungefährlich ist, mit einer HIV-positiven Person im Alltag umzugehen. Brian weiß, dass seine Krankheit keine Auswirkungen auf seine Freunde und Mitschüler hat. Aber er hat mitbekommen, wie ein ausländischer Mitschüler wegen seines Aussehens und seiner Religion in der Schule gemobbt wurde. Ob sie ähnlich auf sein Geheimnis reagieren würden?

Prävention bei Jugendlichen ist außerdem wichtig, weil sie gerade anfangen ihre ersten sexuellen Erfahrungen machen und lernen müssen, dass es wichtig ist geschützten Sex zu haben. Gerade die Zahl der Menschen, die sich noch jung mit HIV infizieren, nimmt in den



letzten Jahren stetig zu. Schon allein die Abkürzung HIV (Human Immundeficiency Virus) und Aids (Acquired Immune Defency Syndrom) sorgt bei Jugendlichen oft für Verwirrung.

Es gibt in Deutschland jedoch auch viele Programme, die Prävention und Aufklärung zum Thema HIV/Aids leisten zum Beispiel in Form von Plakaten, Aktionen und Beratungen.

Nachdem Brian Elliott von der Infektion erzählt hatte, hat sich Elliott bei einer Beratungsstelle der Aids-Hilfe über HIV erkundigt. Er weiß jetzt, dass er Brian nicht anders behandeln muss als vorher, entschuldigt sich bei ihm und will seinem besten Freund sogar beim Coming Out helfen. Hätte er das doch sofort gewusst.

Pauls Kontakt mit HIV

von Amadeus Siegel

Sex gehabt, aber nicht verhütet? Amadeus, 14, von der Schülerzeitung *Absolut* der Werner-von-Siemens-Oberschule Berlin weiß Rat.

Gestern Nacht hatte Paul auf einer Party Sex ohne Kondom. Glaubt er. Denn er kann sich an gar nichts mehr erinnern. Zu viel Alkohol. Er weiß nicht einmal, wie er nach Hause gekommen ist. Seine Freunde haben ihn mit einem Mädchen aus dem Club gehen sehen, mehr wissen sie auch nicht. Paul hat Angst: Was wenn er mit diesem Mädchen geschlafen hat? Vielleicht hat er sich mit einer Geschlechtskrankheit angesteckt? Vielleicht sogar mit HIV infiziert? Je länger er darüber nachdenkt, bekommt Paul Panik.

Paul ist kein Einzelfall. Vielleicht ist euch das ja auch schon passiert. Was kann man in so einer Situation machen? Als Erstes: Erkundigt euch im Internet nach der nächsten Beratungsstelle und vereinbart einen Termin. Dann durchatmen und keine Panik!

Vielleicht fragt ihr euch: Werde ich sterben? Was sage ich meinen Eltern? Wie gehe ich eventuell mit einer HIV-Infektion um? Und muss ich es meinen Freunden sagen?

Ihr müsst niemandem etwas sagen. Nach drei Monaten solltet ihr einen HIV-Test bei einer Beratungsstelle machen. Innerhalb weniger Tage erfahrt ihr dann, ob ihr überhaupt HIV habt.

Und wenn dann tatsächlich? Die Krankheit Aids bricht ohne Medikamente erst nach fünf bis acht Jahren aus und erst zwei bis drei weitere Jahre später ohne Medikamente sterben die meisten Menschen. Das wäre noch lange hin. Aber mit Medikamenten ist nach heutigem Wissensstand die Lebensdauer eines Infizierten nur schätzungsweise etwa zehn Jahre kürzer als die einer nichtinfizierten Person.

Also Paul: Erst mal ruhig bleiben und in Zukunft besser auf dich aufpassen!