

STRICHZONE

INFOS FÜR SEXARBEITER



INHALT

	Seite
EDITORIAL	5
ADRESSEN DES PROJEKTES MSW	6
ADRESSEN FÜR TRANSSEXUELLE	7
ADRESSEN REGIONALER AIDSHILFEN	8
SEXARBEIT IN DER SCHWEIZ:	
WAS DU WISSEN MUSST	10
SICHERHEIT IST KEIN ZUFALL	15
SEXUALPRAKTIKEN UND IHRE RISIKEN	18
KÜRZE ÜBERSICHT ÜBER ALLE SEXUELL	
ÜBERTRAGBAREN KRANKHEITEN	22
GESUNDHEITS-TIPPS	27
ANONYME HIV-TEST- UND BERATUNGSSTELLEN	31
SAFER-SEX-REGELN	33
DROGEN	34
SAFER-USE-REGELN	38



EDITORIAL

MIT DIESER AUSGABE DER STRICHZONE ERHÄLTST DU VIELE INFORMATIONEN. SIE SOLLEN DIR HELFEN DEINEN JOB SICHER UND PROFESSIONELL AUSZUFÜHREN.

Als Sexarbeiter hast du Anrecht auf einen gesunden und unversehrten Körper, er ist ja auch dein Kapital. In diesem Job bist du täglich verschiedensten Risiken ausgeliefert, darum lohnt es sich für dich, vorsichtig und gut informiert zu sein. Nimm dir die Zeit diese Broschüre zu lesen, du erfährst viel über Gesundheit und Krankheit, Sex, Recht, Drogen, Schutz und Sicherheit. So kannst du die Risiken in deinem Job erkennen, und indem du gut über sie und die wichtigsten Schutzmassnahmen informiert bist, massiv reduzieren.

Wir hoffen, dass dieses Heft viel zu deiner Sicherheit und deinem professionellen Berufsverständnis beiträgt. Schreib uns doch ein Feedback zu dieser Ausgabe oder einen Artikel für eine nächste STRICHZONE, wir freuen uns.

Aids-Hilfe Schweiz
Projekt MSW
Postfach 1118
8031 Zürich
www.malesexwork.ch
info@malesexwork.ch

STRICHZONE 6

ADRESSEN DES PROJEKTES MSW

Wenn du unsicher bist oder Fragen hast, kannst du dich an einen unserer Projektmitarbeiter wenden. Alle MSW-Mitarbeiter haben auch gute Kontakte zu Ärzten, die wir dir empfehlen können. Sprich uns an, wenn du Unterstützung und Begleitung brauchst! Oder wende dich an eine der regionalen Aids-Hilfen.

BASEL **Aids-Hilfe beider Basel**
Clarastrasse 4
4058 Basel
061 685 25 00
076 372 70 21
info@ahbb.ch

GENÈVE **ASPASIE**
36, rue de Monthoux
1201 Genève
022 732 68 28
078 602 15 92
www.malesexwork.net
stephane.with@aids.ch

ZÜRICH **HERRMANN**
Spitalgasse 5
8001 Zürich
044 260 34 44
079 734 97 64
www.malesex.ch
herrmann@vzsp.org

STRICHZONE 7

ADRESSEN FÜR TRANSSEXUELLE

TRANSX **Informationsstelle für Transsexualität
und Geschlechterfragen**
Postfach 40
8037 Zürich
076 34 66 888
www.transX.ch
WebContact@transX.ch

**UNIVERSITÄTSSPITAL
ZÜRICH** **Psychiatrische Poliklinik**
Culmannstrasse 8
8091 Zürich
01 255 52 80
www.psy.unizh.ch

ADRESSEN REGIONALER AIDSHILFEN

AARGAU

Aids-Hilfe Aargau
Entfelderstrasse 17
5000 Aarau
062 824 44 50

BASEL

Aids-Hilfe beider Basel
Clarastrasse 4
4058 Basel
061 685 25 00

BERN

Aids-Hilfe Bern
Monbijoustrasse 32
3011 Bern
031 390 36 36

FRIBOURG

Empreinte
Bd. de Pérolles 57
1700 Fribourg
026 424 24 84

GENÈVE

Groupe sida Genève
17, rue Pierre Fatio
1204 Genève
022 700 15 00

GENÈVE

Dialogai
11-13 rue de
la Navigation
1201 Genève
022 906 40 40

GRAUBÜNDEN

Aids-Hilfe Graubünden
Lürlibadstrasse 15
7000 Chur
081 252 49 00

JURA

Groupe Sida Jura
Route de Porrentruy 6
2800 Delémont 1
032 423 23 43

LIECHTENSTEIN

fa6, Im Malarsch 4
FL-9494 Schaan
00423 232 05 20

LUZERN

Aids-Hilfe Luzern
Wesemlinrain 20
6006 Luzern
041 410 69 60

NEUCHÂTEL

Groupe Sida Neuchâtel
Grand-Rue 18
2034 Peseux
032 737 73 37

SCHAFFHAUSEN

Aids-Hilfe Schaffhausen
Rathausbogen 15
8200 Schaffhausen
052 625 93 38

SCHWYZ

Fachstelle für
Aids-Fragen
Gotthardstrasse 31
6410 Goldau
041 859 17 27

ST. GALLEN/ APPENZELL

Fachstelle für Aids-
und Sexualfragen
Tellstrasse 4
2. Stock
9001 St. Gallen
071 223 68 08

THURGAU

Fachstelle Aids und
Sexualpädagogik
Zeughausstrasse 16
8500 Frauenfeld
052 722 30 33

TICINO

Aiuto Aids Ticino,
Via Baguti 2
6904 Lugano
091 923 80 40

VALAIS

Antenne Sida
du Valais romand
14, rue des Condémines
1950 Sion
027 322 87 57

OBERWALLIS

Aids-Hilfe Oberwallis
Spittelgasse 2
3930 Visp
027 946 46 68

VAUD

Point Fixe
14, rue Louis-Curtat
1005 Lausanne
021 320 40 60

WINTERTHUR

Aids-Infostelle Winterthur
Technikumstrasse 84
8401 Winterthur
052 212 81 41

ZUG

Fachstelle Aids-Hilfe Zug
Zeughausgasse 9
6300 Zug
041 710 48 65

ZÜRICH

Zürcher Aids-Hilfe
Birmensdorfer-
strasse 169
8003 Zürich
01 455 59 00

SEXARBEIT IN DER SCHWEIZ: WAS DU WISSEN MUSST

ARBEITSBEWILLIGUNG

In der Schweiz ist die Prostitution nicht verboten. Prostitution kann jedoch nur als selbständige Erwerbstätigkeit ausgeübt werden. Eine unselbständige Ausübung dieses Berufes (z. B. als Angestellter in einem Bordell oder Club) verbietet das Strafrecht. Um diese Tätigkeit legal ausüben zu können, benötigt es entweder die Aufenthaltsbewilligung C oder den Schweizer Pass. Einige Kantone erteilen auch eine uneingeschränkte Arbeitsbewilligung mit der Aufenthaltsbewilligung B. EU-Bürger benötigen keine C-Bewilligung. Sie haben das Recht, sich in der Schweiz aufzuhalten und hier als Selbständigerwerbende zu arbeiten.

Mit der Arbeitsbewilligung Typ L (für Tänzer oder Models) ist die Prostitution nicht erlaubt. Die L-Bewilligung ist zwar auf deinen Namen ausgestellt, aber an den Bestand eines Arbeitsvertrages geknüpft. Du riskierst möglicherweise eine Abhängigkeit von einer Organisation oder einer Person, die einen Profit aus deiner Situation ziehen will.

Mit einem Urlaubs- oder Touristenvisum, oder während des Bewilligungsverfahrens für eine Aufenthaltsbewilligung ist es in der Schweiz nicht erlaubt zu arbeiten, auch nicht als Sexarbeiter.

POLIZEIKONTROLLEN

Die Polizei führt Kontrollen im kommerziellen Sexgewerbe und auch auf der Strasse durch. Darum ist es wichtig, dass du deine Rechte und diejenigen der Polizei kennst, damit du dich richtig verhalten und argumentieren kannst.

Eine Durchsuchung in der Öffentlichkeit ist nicht legal, aber die Polizei kann dich im Dienstwagen oder auf der Dienststelle filzen.

Die Polizei hat das Recht, dich auf die Dienststelle mitzunehmen wenn

- du kein Identitäts-Papier vorweisen kannst.
- dein Urlaubs- oder Touristenvisum oder die Aufenthaltsbewilligung abgelaufen ist.
- du ohne Bewilligung als Sexworker tätig bist. Die Polizei muss jedoch dazu unwiderlegbare Beweise haben: sie muss dich zum Beispiel bei einem Kunden überraschen.

VERHAFTUNG

Alle Verurteilungen können auf Aussagen oder Geständnis am Tatort (Beweis) basieren. Wir empfehlen dir, keine Aussagen zu machen. Die Polizei hat das Recht, dich auf der Dienststelle festzuhalten, bis deine Identität festgestellt ist. Für eine Verhaftung, nachdem deine Identität überprüft wurde, benötigt die Polizei konkrete Anhaltspunkte, dass du eine kriminelle Handlung begangen hast. Du musst über die Anklage informiert werden. Wenn du in Haft bist, hast du das Recht vor Ablauf von 24 Stunden dem Untersuchungsrichter vorgeführt zu werden. Fordere einen Anwalt zur Unterstützung, sobald du vom Untersuchungsrichter befragt wirst. Wenn du keinen Anwalt kennst, kann dir die Polizei behilflich sein, einen zu besorgen.

RECHTE

- Du darfst einen Dolmetscher verlangen (nach Bedarf).
- Du darfst die Aussage verweigern.
- Du musst keine Dokumente ohne deinen Anwalt unterschreiben.
- Du darfst in dein Zimmer/Wohnung, um deine persönlichen Sachen vor einer Ausschaffung zu holen.
- Du darfst bei einer Verhaftung sofort einen Anwalt anrufen oder einen Freund, welcher dir einen Anwalt organisiert.

Ohne Durchsuchungsbefehl hat die Polizei kein Recht

- dein Zimmer/Wohnung zu betreten.
- deine Dokumente/Pass zu kontrollieren, wenn die Türe deines Zimmers/Wohnung geschlossen ist oder du besetzt bist.
- dein Zimmer/Wohnung zu durchsuchen oder dich über deine Kunden oder dein Geld zu verhören.
- deine Kondome zu zählen.

PRIVATE SICHERHEITSBEAMTE

Viele uniformierte Personen, wie ‚Securitas‘, ‚Protectas‘ oder ‚Securitas‘ (Bahnhof) sind nicht Teil der Polizei, sie sind Mitarbeiter von privaten Sicherheitsfirmen. Sie sind nicht befugt deine Papiere zu kontrollieren oder dich über deine Tätigkeiten zu verhören. Aber wenn sie dich bei einer kriminellen Tätigkeit (z.B. Einbruch, Diebstahl) erwischen (Drogenkonsum ist illegal, aber nicht kriminell), haben sie das Recht dich festzunehmen und dich unverzüglich zur Polizei zu bringen. Sie dürfen

- dich nicht durchsuchen.
- dir deine Identitätspapiere nicht wegnehmen.
- deine Sachen nicht beschlagnehmen.

Achtung: Die Bahnhofspolizei hat die gleichen Rechte wie die Polizei!

SCHUTZALTER

Das Schutzalter für sexuelle Handlungen ist in der Schweiz 16 Jahre. Dieses gilt in der ganzen Schweiz, unabhängig von deiner Nationalität.

Wenn du sexuelle Handlungen mit jemandem unter 16 Jahren hast, dann machst du dich strafbar! Wenn du jünger als 16 Jahre bist, macht sich dein Klient strafbar!

Es gibt eine Ausnahme dieser Regel: ist ein Sexpartner (Sexworker oder Klient) unter 16 Jahren und der Altersunterschied nicht mehr als 3 Jahre, droht keinerlei Bestrafung. Ist der Altersunterschied mehr als 3 Jahre, kann der ältere Sexpartner, wenn er noch nicht 20 Jahre ist milder bestraft werden.

ZONEN DER PROSTITUTION

In einigen Schweizer Städten gibt es definierte Zonen, wo die Prostitution in den Gebäuden und auf der Strasse erlaubt ist. Ausserhalb dieser Zonen ist die Prostitution verboten.

Frage die MSW-Mitarbeiter, ob es solche Zonen gibt und wie du sie finden kannst.

MIGRATION

Viele ausländische Sexarbeiter halten sich in der Schweiz mit einem Touristenvisum auf. Doch ohne gültige Aufenthaltsbewilligung oder als Flüchtling solltest du auf Sexwork verzichten, denn du könntest von der Polizei verhaftet werden, welche dich auffordert die Schweiz zu verlassen oder dich unverzüglich ausweist. Der Ausschaffungsprozess geht manchmal so schnell, dass die Polizei dabei ‚vergisst‘, dich auf deine Rechte aufmerksam zu machen. Droht dir eine Ausweisung, versuche einen Rekurs einzulegen. Wir empfehlen dir ausdrücklich, Hilfe eines Anwaltes zu fordern.

SAFERSEXREGEL 1

Verwende zum Bumsen immer Kondome und reichlich wasserlösliches oder silikonbasiertes Gleitmittel.



SICHERHEIT IST KEIN ZUFALL

DER KONTAKT MIT FREIERN IST NICHT IMMER UNPROBLEMATISCH UND UNGEFÄHRlich. ES IST EINEM FREIER BEI DER KONTAKTAUFNAHME NICHT UNBEDINGT ANZUSEHEN, WIE ER SPÄTER REAGIEREN WIRD UND OB ER SICH AN DIE VEREINBARUNGEN HALT. DEIN BEWUSSTES VERHALTEN KANN ABER GANZ GEZIELT DAZU BEITRAGEN, DASS DU DIE RISIKEN IM UMGANG MIT DEN FREIERN REDUZIERST UND DICH SO IN SCHWIERIGEN SITUATIONEN SCHUTZEN KANNST.

1) Es gibt viele Vorurteile über Sexarbeiter!

Vorurteile kannst du durch dein Verhalten entkräften! Tritt selbstbewusst auf, damit kein Freier sagen kann, dass «Stricher» unsicher und ängstlich wirken. Schau den Freiern in die Augen. Selbstbewusstsein verschafft Respekt! Mach klare Aussagen und sage direkt zu Beginn, was du anbietest und was nicht. Lasse dich nicht auf Diskussionen mit Freiern ein. Wenn du etwas nicht machen willst, lass dir nicht einreden, du seiest verklemmt!

2) Verlasse dich auf deine Gefühle!

Auch deine Gefühle sind bei der Arbeit beteiligt und können dir helfen. Achte nicht nur auf das, was du siehst und die Freier dir finanziell versprechen. Versuche immer auch darauf zu achten, was für Gefühle ein Freier bei dir auslöst. Wenn du ein ungutes Gefühl hast, dann stimmt etwas nicht. Denke darüber nach, was nicht ok ist. Tu nichts, was du nicht willst! Nimm deine Gefühle ernst!

3) Du hast deinen Preis und den bist du wert!

Verkaufe dich nicht unter Wert und lasse nicht mit dir handeln! Beende sehr schnell die Versuche, den Preis deiner Dienstleistung drücken zu lassen. Nenne den Preis gleich zu Beginn, damit nicht hinterher (nach dem Sex) das lange Reden über den Preis losgeht und du unter Umständen weniger verdienst als du willst. Lass dich darum im Voraus bezahlen.

4) Zwischen Arbeit und Privatleben besteht ein Unterschied!

Wenn du anschauffst, ist das Arbeit. Betrachte die Freier nicht als deine Freunde, mit denen du dich in deiner Freizeit triffst. Die Freier sind Kunden! Höre nicht auf die vielen Versprechungen, die manche Freier machen. Ein Freier kann dir nicht helfen, deine privaten Probleme zu lösen. Besprich deine Sorgen nicht beim Anschaffen mit den Freiern. Es kann dir sonst passieren, dass du dann plötzlich nicht mehr zwischen Arbeit und Privatleben unterscheiden kannst. Dies schafft nur zusätzlich Probleme.

Ein «Sugardaddy» ist auch ein Freier! Du kannst vielleicht bei ihm wohnen oder er finanziert dir deinen Unterhalt, der Zweck dieser Beziehung ist aber immer Zuneigung, Unterhaltung und Sex. Sei vorsichtig, du kannst leicht in ein Abhängigkeitsverhältnis geraten.

Falls du dich in einen Freier verliebst, kläre, ob deine Gefühle ehrlich erwidert werden. Wenn ja, dann steht ihr nicht mehr in einem beruflichen Verhältnis. Falls Nein, grenze dich ab, sonst wirst du und deine Gefühle ausgenutzt.

5) Schutz vor gewaltbereiten Freiern ist möglich!

Frage immer, was ein Freier von dir will und wohin er mit dir möchte. Lasse dich nicht auf unklare Aussagen und Bedingungen ein. Versuche von Anfang an, den Ablauf zu bestimmen und reagiere sehr schnell, wenn dir etwas nicht passt. Nimm keine betrunkenen Freier, sie sind häufig schneller gewalttätig. Warte nicht damit, «Nein!» zu sagen. Wenn ein Freier dennoch gewalttätig wird, denke sofort an deinen Schutz und suche die Nähe von Menschen und einen hellen Ort. Notfalls scheue dich nicht, die Polizei zu verständigen. Jedem Menschen kann es passieren, dass er in einer Situation unterlegen ist! Auch einem Mann! Du hast nicht versagt, wenn ein Freier gewalttätig wird und du dich unterlegen fühlst.

Auch Erpressung ist eine Form von Gewalt, lass dich nicht unter Druck setzen und mach nichts was du nicht tun willst.

6) Profis schützen ihre Gesundheit und halten sich an die Safer-Sex-Regeln!

Dein Körper ist dein Kapital, achte auf ihn. Sei vorsichtig im Umgang mit Alkohol und anderen Drogen zusammen mit Freiern, damit du die Kontrolle behältst. Achte immer darauf, dass du Kondome und Gleitmittel bei dir hast und halte dich an die Safer-Sex-Regeln: Bumsen immer mit Kondom, kein Sperma in den Mund. Verwende das Kondom auch beim Oralverkehr. Wir empfehlen dir zudem, dich gegen Hepatitis A und Hepatitis B zu impfen. Lasse dich auf Syphilis testen. Wende dich dafür an die MSW-Mitarbeiter oder an eine der aufgeführten Adressen in diesem Heft.

7) Falls du Drogen spritzt oder sniffst: Safer-Use!

Wenn du Drogen spritzt, dann verwende immer eine neue, saubere Spritze und Nadel. Auch weitere Utensilien wie Löffel, Filter, Watte und Wasser können Krankheitserreger übertragen, darum nie gemeinsam verwenden! Und beim Sniffen können über das Röhrchen Krankheitserreger über die Nasenschleimhäute übertragen werden: keine gebrauchten Röhrchen übernehmen oder weiterreichen!

8) Miteinander reden hilft und stärkt!

Rede mit deinen Kollegen über deine Erfahrungen und warne sie vor Freiern, mit denen du schlechte Erfahrungen gemacht hast. Jeder der anschaufft, ist froh, wenn er merkt, dass er nicht alleine ist.

Wenn du Rat und Unterstützung benötigst, weil du eine schlimme Situation erlebt hast oder irgendwelche Probleme hast, die dich beschäftigen, wende dich an die MSW-Mitarbeiter. Sie hören dir zu, beraten dich oder helfen dir sonst weiter. Wenn du willst, kannst du anonym bleiben. Zudem unterliegen die MSW-Mitarbeiter der Schweigepflicht.

SEXUALPRAKTIKEN UND IHRE RISIKEN

Egal ob es um HIV, Hepatitis oder Parasiten geht: 100% Sicherheit gibt es nicht! Klar kannst du auf gewisse Praktiken verzichten; auf einige aber wohl nur sehr ungern. Vielleicht möchtest du auch mal ein bestimmtes Spiel ausprobieren oder ein Kunde wünscht eine ganze bestimmte Praktik, aber du weißt nicht, ob diese gesundheitliche Risiken birgt. Die unten nachfolgende Aufzählung soll dir deshalb einige wichtige Informationen geben, wie du deinen Job und deine Sexualität möglichst sicher ausführen und ausleben kannst. Diese Liste hat keinen Anspruch auf Vollständigkeit, beinhaltet aber die gängigsten Sexpraktiken.

ES GILT IMMER DIE REGEL: KEIN SPERMA UND BLUT IN KONTAKT MIT SCHLEIMHÄUTEN (MUND, DARM, SCHWANZ) UND WUNDEN. VERSUCHE DIR SELBST VORZUSTELLEN, WIE EINE ANSTECKUNG MIT EINER SEXUELL ÜBERTRAGBAREN KRANKHEIT ERFOLGT, UND DU WIRST SICHERER UND BESSER ARBEITEN KÖNNEN.

FICKEN (Bumsen, Analverkehr, Griechisch)

Beim Ficken können verschiedene Krankheiten übertragen werden: HIV, Hepatitis, Syphilis, Tripper, Herpes, Darmbakterien, usw. Egal, ob aktiv oder passiv; egal, ob gar nicht im Arsch abgespritzt wird! Es reicht deshalb nicht, den Schwanz rausziehen, bevor es kommt! Der einzige Schutz vor einer Ansteckung ist das Kondom. Dazu sollte reichlich fettfreies, wasserlösliches Gleitmittel (keine Hautcreme, Massageöl, Butter) verwendet werden. Die Impfung gegen Hepatitis A und Hepatitis B ist wichtig.

ARSCHLECKEN (Rimming)

Zwar kannst du dich beim Arschlecken nicht mit HIV infizieren, aber mit Hepatitis und einer ganzen Reihe von Darmparasiten, vor allem, wenn du im Mund Wunden hast. Vor Hepatitis A und Hepatitis B schützt eine Impfung.

BLASEN (Schwanzlutschen, Oralverkehr, Französisch, Sucking)

Beim Blasen empfehlen wir allen Sexworkern, ein Kondom zu benutzen. Dann ist das Risiko einer Ansteckung gleich Null. Und lass dich gegen Hepatitis A und Hepatitis B impfen. Beim Blasen ohne Kondom, auch ohne Samenerguss, können Hepatitis, Tripper und Syphilis übertragen werden. Solange nicht in den Mund abgespritzt wird, ist hingegen eine HIV-Infektion unwahrscheinlich. Sollte trotzdem mal jemand in deinem Mund kommen, schluck den Samen nicht herunter, sondern spuck ihn aus und spüle deinen Mund mit etwas Wasser. Nicht Zähne putzen!

DILDO

Wird ein Dildo von mehreren verwendet, sollte er immer gründlich mit heissem Wasser und Seife oder mit Desinfektions-Alkohol gereinigt werden oder ein neues Kondom verpasst kriegen, bevor ihn der Nächste braucht. Sonst können sehr leicht Krankheitserreger wie Darmparasiten und Hepatitisviren übertragen werden. Auch HIV-Infektionen lassen sich durch diese Vorkehrungen vermeiden.

FAUSTFICK (Fisten, Fisting, Fistfucking)

Verwende beim Fisten Gummihandschuhe: Das HIV-Risiko ist zwar klein, möglich ist aber auch die Übertragung von Hepatitis C. Kleinere Verletzungen im Darmbereich sind beim Fisten fast unvermeidbar, und schwere – wie etwa ein Dammriss – kommen vor. Deshalb solltest Du beim Fisten immer viel Gleitmittel verwenden. Ficken nach dem Fisten ist ziemlich riskant, weil die Analschleimhaut verletzt ist. Wenn fetthaltige Gleitmittel verwendet wurden, beschädigen sie das Kondom und machen es durchlässig für Krankheitserreger.

WICHSEN (Masturbation, Onanie)

Gemeinsames Wichsen ist eine der sichersten Sexpraktiken. Achte darauf, dass kein Sperma eines Andereren in die Augen oder in den Mund kommt. Fremdes Sperma ist kein Gleitmittel, auch dann nicht, wenn du mit jemandem nur wichst.

PISS-SPIELE (Golden Shower, Naturekt, Watersports)

Spiele mit Pisse gelten in Bezug auf HIV als ziemlich ungefährlich, es gibt aber eine Reihe anderer Infektionen, die man sich holen kann. Hepatitis zum Beispiel. Es empfiehlt sich, fremde Pisse nicht auf offene Wunden gelangen zu lassen und nicht zu trinken. Eigenen Urin kannst du hingegen ohne Risiko trinken. Wer Pissspiele mag, sollte sich gegen Hepatitis A und Hepatitis B impfen lassen.

SAFERSEXREGEL 2

Benutze auch zum Blasen ein Kondom.



ÜBERSICHT ÜBER ALLE SEXUELL ÜBERTRAGBAREN KRANKHEITEN

HIV/AIDS

Verantwortlich ist ein Virus, welches das Immunsystem schwächt. Es kann, muss aber nicht sein, dass du 2 bis 6 Wochen nach der Ansteckung grippeähnliche Symptome hast, die wieder verschwinden. Bis die Krankheit ausbricht, verstreichen meist viele Jahre. Eine Ansteckung mit HIV erkennst Du selber nicht.

Beim Sex ist die HIV-Übertragung möglich beim Samenerguss in den Mund und beim ungeschützten vaginal- oder Analverkehr.

Die Krankheit ist nicht heilbar. Sie kann höchstens über eine lebenslange, tägliche Einnahme von mehreren Medikamenten aufgehalten werden, unangenehme bis schwere Nebenwirkungen sind häufig und nicht bei allen wirken die Medikamente gleich gut.

HEPATITIS

Hepatitis ist eine Entzündung der Leber, die durch verschiedene Viren verursacht werden kann. Die häufigsten Hepatitis-Typen sind A, B und C.

Je nach Virustyp und Konstitution kommt es nach der Infektion zu Symptomen einer akuten Infektion. Bei einer Ansteckung mit Typ A nach ca. zwei Wochen, bei B und C nach einigen Wochen bis mehreren Monaten fühlst du dich dann gripplig und appetitlos. Es kann sein, dass dir übel wird und du kannst leichtes Fieber kriegen. Später kann sich der Urin dunkel verfärben und Augen oder auch die Haut können gelb werden. Nicht alle Symptome müssen auftreten, häufig treten sogar nur geringe oder gar keine Symptome der akuten Infektion auf. Deshalb wird eine Ansteckung oft nicht erkannt, was weitere Übertragungen zur Folge hat. Und Spätfolgen einer chronischen Infektion sind bei Hepatitis B und Hepatitis C möglich. Eine chronische Hepatitis kann mit beschränkten Erfolgsaussichten behandelt werden.

Hepatitis A wird durch Kontakt von Kot mit dem Mund, also z.B. über Arschlecken oder die gemeinsame Benutzung einer Toilette ohne gründliches Händewaschen übertragen. Diese Form von Hepatitis heilt von selbst aus. Die Erkrankung dauert meist 1 bis 3 Wochen, ca. 10% der Betroffenen geht es aber bis 6 Monate ziemlich schlecht. Eine vorbeugende Impfung ist möglich.

Hepatitis B wird über Sex und Blutkontakte übertragen, also beim ungeschützten vaginal- und Analverkehr, Blasen, Lecken, Arschlecken, aber auch über Naturekt. Hepatitis B kann chronisch werden mit der möglichen Spätfolge einer Leberzirrhose oder eines Leberkrebses. Eine vorbeugende Impfung ist möglich.

Hepatitis C wird meistens mit Blut übertragen; beim Sex also am ehesten beim ungeschützten Analverkehr. Hepatitis C ist nicht heilbar. In 70-80% der Fälle verläuft sie chronisch und 5-30% der Infizierten erleiden als Spätfolge eine Leberzirrhose oder einen Leberkrebs. Es gibt leider keine Impfung.

SYPHILIS oder Lues oder harter Schanker

Eine Ansteckung erkennst du zuerst an roten Flecken am Penis (oder am Ort der Übertragung). Nach ca. 3 Wochen treten schmerzlose, eitrig belegte Geschwüre auf. Diese heilen wieder ab (Stadium 1). Einige Wochen später kannst du Hautausschläge am ganzen Körper bekommen (Stadium 2). Jahre später kann es zu Schäden an Hauptschlagadern und Nervensystem kommen, die zum Tod führen (Stadium 3). Übertragbar ist Syphilis über die Schleimhäute, also beim Blasen, Lecken sowie beim ungeschützten vaginal- und Analverkehr. Syphilis ist heilbar, wenn rechtzeitig mit Antibiotika behandelt wird. Falls keine Behandlung erfolgt, ist eine Übertragung auf andere auch dann möglich, wenn keine Beschwerden vorliegen. Stadium 3 ist unheilbar.

WEICHER SCHANKER oder Ulcus molle

Wenige Tage nach der Ansteckung bilden sich an der Eichel oder der Vorhaut kleine Bläschen, die zu weichen, schmerzhaften Geschwüren werden. Einige Tage später tritt ein schmerzhaftes Anschwellen der Lymphknoten in der Leistengegend auf. Der weiche Schanker überträgt sich über Schleimhäute. Beim Sex, also beim Blasen, Lecken, ungeschützten vaginal- und Analverkehr und Arschlecken. Mit Antibiotika ist die Krankheit heilbar.

GONORRHOE oder Tripper

Wenige Stunden oder Tage nach der Ansteckung spürst du ein Jucken und Brennen beim Pinkeln. Wenig später tritt eitriger Ausfluss aus der Harnröhre. Der Tripper ist über Schleimhäute übertragbar, beim Sex also beim Blasen, Lecken sowie beim ungeschützten vaginal- und Analverkehr. Mit Antibiotika ist der Tripper heilbar.

CHLAMYDIEN oder Lymphogranuloma Inguinale

Eine Ansteckung erkennst du daran, dass du Mühe hast beim Pinkeln und schleimiger, eitriger Ausfluss aus dem Penis kommt. Du hast das Gefühl, du musst unbedingt pinkeln, kannst aber nicht. 7 bis 14 Tage nach Ansteckung treten die Schwierigkeiten auf. Übertragbar ist die Krankheit über die Schleimhäute der Genitalien. Die Krankheit kann chronisch werden, wenn sie nicht richtig behandelt wird. Mit Antibiotika behandelt ist sie heilbar.

HERPES GENITALIS

Wenige Tage nach der Ansteckung zeigen sich kleine Bläschen am Penis, die bald platzen und ein kleines, aber schmerzhaftes Geschwür hinterlassen. Herpes wird über die Schleimhäute übertragen. Beim Sex also beim Blasen, Lecken, ungeschützten vaginal- und Analverkehr. Herpes ist nicht heilbar. Es gibt aber Medikamente, die die Symptome lindern und den Schweregrad und die Dauer der akuten Phasen vermindern können.

FEIGWARZEN, SPITZWARZEN

Sind erkennbar an unterschiedlich aussehenden Hautveränderungen an der Eichel oder den Hoden, am Anus oder im After. Von der Ansteckung bis zum Ausbruch können Wochen bis Monate vergehen. Es entstehen Hautwucherungen, die blutigen Urin hervorrufen, wenn sie die Harnröhre befallen. Die Feigwarzen im After sind nur bei einer gezielten ärztlichen Untersuchung erkennbar. Warzen werden über Hautkontakt übertragen. Beim Sex, also beim Blasen, Lecken, ungeschützten vaginal- und Analverkehr sowie beim Arschlecken. Warzen können mit verschiedenen Methoden entfernt werden.

TRICHOMONADEN

Sind Parasiten, die vor allem die Geschlechtsteile befallen, oft aber nicht bemerkt werden. Übertragen werden sie über Schleimhäute. Beim Sex also beim Blasen, Lecken, ungeschützten vaginal- und Analverkehr sowie beim Arschlecken, aber auch bei Natursekt. Eine Behandlung ist möglich.

KRÄTZMILBEN

Sind kleine Plagegeister, die die Haut des ganzen Körpers (ausser dem Gesicht) befallen. Sie verursachen stark juckende Stellen vor allem zwischen den Fingern, aber auch an anderen Körperstellen. Übertragen werden Krätzmilben bei Körperkontakt. Die Krankheit ist mit speziellen Mitteln heilbar. Es muss aber auch daran gedacht werden, Bettwäsche und alle Kleidungsstücke gründlich zu reinigen.

FILZLÄUSE

Du erkennst sie zuerst an einem Jucken in den Schamhaaren, aber auch Achselhaare und Augenwimpern können befallen werden. Schaust du etwas später genauer hin, kannst du auch die Tierchen und deren Eier (Nissen) dort entdecken. Übertragen werden Filzläuse über Körperkontakt mit befallenen Stellen. Filzläuse wird man mit verschiedenen Methoden wieder los.

SAFERSEXREGEL

3

Wenn du Oralverkehr ohne Kondom praktizieren willst, dann lasse kein Sperma in den Mund kommen und schlucke kein Sperma.



GESUNDHEITS-TIPPS

DAS ANSCHAFFEN IST MIT VERSCHIEDENEN GESUNDHEITLICHEN GEFAHREN VERBUNDEN. ES SIND GEFAHREN, DIE SICH SEHR STARK REDUZIEREN LASSEN, WENN DU ÜBER DIE WICHTIGSTEN SCHUTZMASSNAHMEN UND KRANKHEITSSYMPTOME INFORMIERT BIST UND DU DEINEN KÖRPER BEOBACHTEST. JEDER, DER SEX MACHT, KANN SEXUELL ÜBERTRAGBARE KRANKHEITEN KRIEGEN UND AUF ANDERE ÜBERTRAGEN. NUR WENN DU GUT INFORMIERT BIST, KANNST DU DEINE GESUNDHEIT SCHUTZEN UND DICH AUCH GEGENÜBER FREIERN BEHAUPTEN, DIE UNSAFEN SEX VON DIR WOLLEN. ZUDEM REDUZIERT EINE GUTE INFORMATION VIELE ÄNGSTE, DA DU GENAU SAGEN KANNST, WO DIE GEFAHREN SIND UND WELCHE SEXPRAKTIKEN SICHER SIND.

GESUNDHEITSTIPP 1: BEIM FICKEN KONDOME UND GLEITMITTEL VERWENDEN

Beim Ficken können eine ganze Reihe von Krankheiten übertragen werden: Tripper, Syphilis, Hepatitis, HIV, usw. Auch wenn nicht abgespritzt wird! Ungeschützter Analverkehr ist die riskanteste Sexualpraktik überhaupt.

Vor der HIV-Infektion kannst du dich schützen, indem du die Safer-Sex-Regeln beachtest, also nur mit Kondom und Gleitmittel fickst. Dies bietet auch den bestmöglichen Schutz vor anderen sexuell übertragbaren Krankheiten.

Verwende nur gute Präservative, am Besten solche mit dem ok-Gütesiegel. Sie haben die strengsten Qualitätschecks bestanden. Verwende für Analsex extra starke Präservative, extra dünne und genoppte oder gerillten Präservative platzen bzw. reißen schneller.

Das Gleitmittel sollte unbedingt fettfrei sein, damit das Kondom nicht durchlässig wird. Also keine Experimente, wenn kein geeignetes Gleitmittel vorhanden ist! Finger weg von Vaseline, Nivea oder gar Margarine!

GESUNDHEITSTIPP 2: AUCH BEIM BLASEN MIT FREIERN KONDOME VERWENDEN

Um dich vor HIV zu schützen, reicht zwar die Safer-Sex-Regel (kein Sperma in den Mund oder schlucken) solange es nicht zu Verletzungen kommt. Andere sexuell übertragbare Krankheiten wie Hepatitis B, Herpes, Tripper, usw. können so aber trotzdem übertragen werden. Und du hast wenig Sicherheit, dass dein Kunde sich rechtzeitig zurückzieht. Deshalb empfehlen wir allen Sexarbeitern, auch beim Blasen Kondome zu verwenden.

Wenn du ohne Kondom blasen willst, solltest du beachten, dass dein Mund nicht verletzt ist und es während des Blasens weder zu Verletzungen im Mund, noch zu Verletzungen am Schwanz kommt. Und vor allem soll nicht in den Mund abgespritzt werden! Wenn du dennoch einmal Sperma in den Mund bekommst, spucke es schnell aus und spüle mit etwas Wasser nach. Auf gar keinen Fall solltest du dir dann die Zähne putzen. Dadurch kann die Schleimhaut gereizt werden!

Blasen ohne Kondom hat für den, der sich einen blasen lässt, ein geringes Risiko – egal, ob er abspritzt oder nicht. Zu einer Ansteckung mit HIV könnte es dann kommen, wenn er am Schwanz kleine Wunden hat und der Sexpartner gleichzeitig im Mund blutet. Wenn man den Schwanz hart und tief in den Rachen stösst, kann es dort zu Verletzungen kommen.

GESUNDHEITSTIPP 3: IMPFGUNG GEGEN HEPATITIS A UND HEPATITIS B

Die Gefahren einer Hepatitis A, -B oder -C-Infektion werden häufig unterschätzt. Eine Hepatitis ist eine gefährliche Leberentzündung, die unter bestimmten Umständen sogar tödlich verlaufen kann. Das Hepatitis B-Virus ist leichter übertragbar als HIV! Häufig verläuft eine Hepatitis anfänglich ohne oder mit nur sehr schwachen Symptomen. Dadurch kann sie unbemerkt weitergegeben werden! Gegen Hepatitis A und B kannst du dich impfen lassen. Eine Impfung ist der beste Schutz! Für Sexworker ist diese Impfung wichtig.

Das häufig vorkommende Hepatitis C-Virus ist eine Gefahr für sich, da es bis heute keine Impfung gibt! Das Risiko einer sexuellen Übertragung ist bei Hepatitis C deutlich kleiner als bei Hepatitis A und B. Durch Einhalten der Safer-Sex-Regeln wird das Risiko zusätzlich verringert! Besonders gefährlich sind Blut/Blut-Kontakte! S/M-Sex stellt in diesem Zusammenhang eine Gefahr dar. Niemand soll aus einem S/M-Spiel ernsthaft körperlich verletzt herausgehen. Sollte es bei S/M-Spielen zu kleinen Wunden kommen, so dürfen sie nicht mit Blut, Sperma oder anderen Körperausscheidungen in Kontakt kommen. Wenn du dies beachtest, kannst du dich und deinen Sexpartner schützen!

GESUNDHEITSTIPP 4: BEI KÖRPERLICHEN ANZEICHEN RASCH ZUM ARZT

Es ist wichtig, dass Infektionen mit sexuell übertragbaren Krankheiten (z.B. Syphilis oder Tripper) schnell erkannt und behandelt werden, weil sich die Erreger in deinem Körper verstecken können. Damit können die Krankheiten chronisch werden und sind in der Folge viel schwerer zu behandeln. Wichtig ist, dass du deinen Körper beobachtest und Veränderungen und Beschwerden rechtzeitig bemerkst. Bei folgenden Symptomen oder Beschwerden, solltest du einen Arzt aufsuchen: Ausfluss aus Schwanz oder Arsch; Rötungen oder weisse Beläge im Mund-, Schwanz- oder Arschbereich; Brennen beim Wasserlassen; starker Juckreiz im Bereich der Harnröhre; schmerzhaft geschwollene Lymphknoten in der Leistenengegend oder am Hals; Schmerzen und Schwellungen im Bereich der Hoden; ungewöhnliche Hautausschläge oder Wucherungen; Gelbfärbung der Augen oder der Haut.

Der Gang zum Arzt ist nicht immer ganz leicht. Aber in jeder Stadt gibt es Ärzte, für die Sex unter Männern und Prostitution von Jungen und Männern nichts Ungewöhnliches ist. Vielleicht hilft es dir aber auch, zuerst mit einem Mitarbeiter des MSW-Projektes zu reden. Die MSW-Mitarbeiter haben gute Kontakte zu Ärzten. Sprich uns an, wenn du Unterstützung und Begleitung brauchst!

GESUNDHEITSTIPP 5: SCHNELLE BERATUNG BEI KONDOMVERSAGEN

Wenn das Kondom ist gerissen und du Angst hast dich angesteckt zu haben, dann wende dich sofort – spätestens am nächsten Tag – an eine der nebenstehenden Beratungsstellen! Sie können dich über jetzt noch mögliche Schritte beraten, die das Risiko nachträglich senken.

Denke daran, dass der HIV-Test erst drei Monate nach der Risikosituation ein sicheres Resultat liefert. Es ist ganz wichtig, dass du dich in der Zwischenzeit an die Safer-Sex-Regeln hältst.

SAFERSEXREGEL 4

Lasse dich gegen Hepatitis A und Hepatitis B impfen.

ANONYME HIV-TEST- UND BERATUNGSSTELLEN

BASEL

Kantonsspital
HIV-Sprechstunde
061 265 24 31

BERN

Inselspital
HIV-Sprechstunde
031 632 25 25

CHUR

Kantonsspital
Sekretariat Dr. F. Fleisch
Infektiologie
081 256 63 39

FRAUENFELD

Fachstelle
für Aids und
Sexualpädagogik TG
052 722 30 33

GENÈVE

Hôpital Cantonal HUG
Information et
consultation Sida
022 372 96 17 et
022 372 95 25

GENÈVE

Dialogai
CHECKPOINT
022 906 40 40

LAUSANNE

CHUV
Consultation Sida
021 314 10 22

LUGANO

Ospedale Civico
Ambulatorio di
malattie invettive
091 811 60 21

SOLOTHURN

Bürgerspital
HIV-Sprechstunde
032 627 33 26

ST. GALLEN

Kantonsspital
HIV-Sprechstunde
071 494 10 28

ZÜRICH

Universitätsspital
HIV-Sprechstunde
01 255 20 27



SAFER-SEX-REGELN

SAFERSEXREGEL *1*

VERWENDE ZUM BUMSEN IMMER KONDOME UND REICHLICH WASSERLÖSLICHES ODER SILIKON-BASIERTES GLEITMITTEL.

SAFERSEXREGEL *2*

BENUTZE AUCH ZUM BLASEN EIN KONDOM.

SAFERSEXREGEL *3*

WENN DU ORALVERKEHR OHNE KONDOM PRAKTIZIEREN WILLST, DANN LASSE KEIN SPERMA IN DEN MUND KOMMEN UND SCHLUCKE KEIN SPERMA.

SAFERSEXREGEL *4*

LASSE DICH GEGEN HEPATITIS A UND HEPATITIS B IMPFEN.

DROGEN

Der Drogenkonsum beim Sex kann eine höhere Risikobereitschaft auslösen. Durch die veränderte Wahrnehmung kann eine Bereitschaft entstehen, die Safer-Sex-Regeln nicht mehr zu befolgen. Somit besteht die Möglichkeit einer HIV-Infektion oder einer anderen sexuell übertragbaren Krankheit.

Es gibt keinen Drogenkonsum ohne Risiko. Wenn du diese Risiken ganz vermeiden willst, nimm keine Drogen. Wenn du dich trotzdem entscheidest, Drogen zu konsumieren, beachte die Safer-Use-Regeln, um Schädigungen an Körper, Geist und Seele zu vermindern.

ALKOHOL

Alkohol ist entspannend für Körper und Geist. Er wirkt enthemmend und lässt dich dadurch einfach und vertraut in Kontakt mit anderen treten. Aber zuviel Trinken löst Sehschwierigkeiten, Übelkeit oder gar Brechreiz aus und macht oftmals gewalttätig. Obwohl Alkohol legal ist, ist er eine starke Droge, welche eine körperliche und psychische Abhängigkeit zur Folge haben kann. Er ist zudem für viele Verkehrsunfälle verantwortlich.

Beachte: Gleichzeitiger Konsum von Alkohol mit anderen Drogen ist sehr gefährlich!

AMPHETAMIN/METHAMPHETAMIN/SPEED

Amphetamin oder Speed ist eine vollsynthetische Substanz mit einem stark aufputschenden und psychostimulierenden Effekt, Speed wird geschnupft oder als Tablette eingenommen. Die Konsumation von Amphetamin kann eine Beeinträchtigung des Allgemeinzustandes zu Folge haben. Mangelernährung und lang anhaltende Wachheit führen zu einem Erschöpfungszustand, einer grossen Nervosität und manchmal zu massiven psychischen Schwierigkeiten (Psychosen, Paranoia). Es ist auch sehr gefährlich bei vorhandener Depression, Herzproblemen oder Epilepsie. Amphetamin führt in eine starke psychische und körperliche Abhängigkeit.

CANNABIS

Cannabis gibt es in drei Varianten: getrocknete Blätter und Blüten (Marihuana), konzentriertes Harz (Haschisch) und Öl. In der Regel wird es geraucht, aber manchmal auch gegessen oder getrunken.

Es bremst die Wirkung des Ecstasy. Meist wird es wegen seiner entspannenden Wirkung konsumiert, auch wirkt es Appetit anregend.

In starker Dosierung kann es paranoide Zustände, Halluzinationen und Übelkeiten auslösen.

ECSTASY/MDMA

Ecstasy wirkt stimulierend und entspannend, es macht unbeschwert und bewirkt ein wohlige Körpergefühl. Seh- und Hörvermögen verändern sich, Berührungen und Musik werden intensiver empfunden. Die Wirkung setzt nach ca. 30 Minuten ein und dauert 4-6 Stunden. Unter Ecstasy werden verschiedene Substanzen unterschiedlicher Qualität, Quantität und Wirkung als Pillen angeboten, darum konsumiere nur getestete Pillen. Es besteht die Gefahr eines Hitzschlages, da die Körpertemperatur erhöht wird, Krämpfe, Muskelzittern, Übelkeit/Erbrechen oder auch Halluzinationen können auftreten. Wird beim Abklingen der Wirkung eine weitere Pille eingenommen, kann es zu einer unangenehmen Desorientierung führen

GHB/LIQUID ECSTASY

GHB wirkt stimmungsaufhellend und luststeigernd, die Wirkung hält ca. 2 bis 3 Stunden. Da es getrunken wird, nennt es die Technoszene auch Liquid Ecstasy, obwohl es nicht mit dem Ecstasy (MDMA) verwandt ist. GHB wird als Kuschel- und Sexdroge eingenommen, aber bei zu hohen Dosierungen (ab 2,5 g) verschwindet das Glücksgefühl und Müdigkeit, Übelkeit, Erbrechen und Schwindelgefühle treten ein.

HEROIN

Heroin wird gespritzt, geraucht oder geschnupft. Dem euphorischen Flash zu Beginn folgt ein Zustand des Wohlbefindens und ein Gefühl der Gleichgültigkeit, Gelassenheit und Unbeschwertheit. Achtung: Heroin ist oft mit anderen, manchmal gefährlichen, Substanzen gemischt. Verwende immer dein eigenes, sauberes Spritzbesteck (Spritze, Nadel, Filter, Watte, Löffel) und steriles Wasser.

Durch den Konsum besteht ein grosses Risiko der psychischen und physischen Abhängigkeit.

LSD

LSD ist eine synthetische Droge, meist in Form eines Papiertrips (getränktes Löschpapier) oder als Microtableten aus Gelatine erhältlich. Die Wirkung (8-12 Stunden) ist stark von Dosis, Umgebung und Persönlichkeit abhängig. LSD intensiviert und verfremdet die Sinneswahrnehmung und das Raum-Zeit-Empfinden. Bei höheren Dosen kann es zur Loslösung vom eigenen Körper und/oder einer Ich-Auflösung kommen. Durch diese intensiven Eindrücke kann es zu Orientierungsverlust, Panik, Paranoia und Horrortrips kommen.

KOKAIN

Kokain stimuliert sehr schnell und intensiv, aber von kurzer Dauer. Es wird geschnupft, geraucht oder gespritzt. Kokain hemmt die Wirkungen von Ecstasy und anderen Drogen. Die Trinkhalme zum Schnupfen können das Hepatitis C Virus übertragen: niemals gemeinsam benutzen! Durch den Konsum besteht ein grosses Risiko, eine psychische Abhängigkeit zu entwickeln.

KETAMIN

Ketamin ist ein starkes Narkotikum mit schneller und heftiger Wirkung. Es wird geschnupft, geschluckt oder intramuskulär gespritzt. Die Wahrnehmung des Körpers und der Realität werden dabei voneinander getrennt. Der Effekt variiert je nach Dosierung bis zum Koma bei einer Überdosierung. Die als angenehm beschriebene Wirkung hält nur einige Sekunden an. Es können danach zum Teil schreckliche Horrorvisionen begleitet von körperlichen Unwohlsein, Erbrechen und Lähmungserscheinungen folgen.

ZAUBERPILZE

Zauberpilze existieren in unzähligen unterschiedlichen Variationen. Sie werden gegessen und wirken ähnlich wie LSD, doch die Wirkungsdauer ist kürzer (3-6 Stunden). Schlechte Trips sind zwar weniger häufig aber nicht zu unterschätzen. Zauberpilze können Vergiftungen mit Durchfall oder Erbrechen bewirken.

POPPERS

Poppers ist ein Herzmedikament und wird wegen seiner luststeigernden Wirkung konsumiert. Es ist flüssig und wird direkt aus einer kleinen Flasche inhaliert. Die Wirkung tritt sogleich ein und dauert ca. 2 Minuten. Es besteht die Möglichkeit eines Kreislaufkollapses und einer Verätzung der Nasenschleimhaut. Zusammen mit Viagra eingenommen, besteht die Gefahr eines tödlichen Kreislaufzusammenbruchs. Keinesfalls darf Poppers getrunken werden, in die Augen oder andere Schleimhäute geraten.

VIAGRA

Viagra ist ein Medikament gegen Impotenz und ist rezeptpflichtig. Deshalb lies die Packungsbeilage und frag deinen Arzt oder Apotheker. Als Partydroge ist Viagra absolut ungeeignet! Zusammen mit Poppers eingenommen, besteht die Gefahr eines tödlichen Kreislaufzusammenbruchs.

Info-Sets mit ausführlichen Informationen zu Drogen und Partydrogen erhältst du von den MSW-Mitarbeitern oder unter <http://www.eve-rave.ch>

SAFER-USE-REGELN

- Wenn du beabsichtigst Drogen zu konsumieren, mach dies mit Personen, denen du vertraust, in einem wohlgesinnten Umfeld.
- Informiere dich gut über die Qualität und den Effekt des Produktes, welches du einnehmen willst.
- Sei bei den ersten Verabreichungen sehr vorsichtig, teile die Dosierung in kleinere Einheiten auf.
- Fahre nicht Auto, benutze die öffentlichen Verkehrsmittel oder geh zu Fuss.
- Vermeide einen leeren Magen.
- Trage bequeme Kleider.
- Trink regelmässig Wasser oder Energiegetränke, mindestens 1/2 Liter pro Stunde. Trink aber keinen Alkohol oder höchstens geringe Mengen.
- Iss vitaminhaltige und gesüsste Produkte (Bonbons, Früchte).
- Gönn dir genügend Erholungszeit nach dem Konsum.
- Das Mischen verschiedener Substanzen, auch mit Alkohol, ist sehr gefährlich (oder umgekehrt, es werden alle Wirkungen aufgehoben).
- Benutze eigene Nadeln, Spritzen, Filter, Watte, Löffel und sauberes Wasser.
- Tausche auch Sniff-Utensilen nicht.
- Und: Vergiss die Safer-Sex-Regeln nicht.

www.malesexwork.ch



Aids-Hilfe Schweiz

Postfach 1118
8031 Zurich
Tel. 044 447 11 11
Fax 044 447 11 12
e-mail: aids@aids.ch
www.aids.ch
PC: Zürich 80-23678-6



Die Aids-Hilfe Schweiz ist
Mitglied der ZEWO und
untersteht deren Kontrolle.

© Aids-Hilfe Schweiz
Juni 2005
Auflage: 1500