



© KatarzynaBialasiewicz / iStock / Getty Images

Jetzt auch in Deutschland

Seit Ende September sind **HIV-Selbsttests**, die direkt ein Ergebnis anzeigen, frei verkäuflich. Die Hemmschwelle für einen solchen Test könnte dadurch sinken – und damit die Dunkelziffer der Infizierten.

HIV-Selbsttests sind in Großbritannien und Frankreich bereits seit 2015, in Belgien seit 2016 und in Österreich seit Juni 2018 frei erhältlich. In Deutschland galt hingegen immer noch die Regel der Medizinprodukte-Abgabeverordnung: „Keine HIV-Diagnose ohne vorherigen Arztkontakt.“ Wer einen Heimtest mit Ergebnis wollte, musste ihn über das Internet im Ausland bestellen – inklusive der Gefahr, einen fehlerhaften Test zu erwerben.

Wer hierzulande sichergehen wollte, konnte das bis Ende September nur durch einen Test bei Ärzten oder dem Gesundheitsamt. Zwar boten einzelne Beratungsstellen Heimtest-Kits an, doch auch die gingen lediglich so weit, dass man zuhause selbst Blut abnehmen konnte, die Probe für das Ergebnis aber trotzdem noch in ein Labor schicken musste. Im September folgte Deutschland schließlich dem Beispiel der anderen Länder und ebnete den Weg für frei verkäufliche HIV-Selbsttests. Dazu

wurde die Medizinprodukte-Abgabeverordnung gelockert, wobei die Änderung am 29. September 2018 in Kraft trat. Seither sind HIV-Selbsttests in Drogerien und Apotheken frei verkäuflich und über deutsche Anbieter auch im Internet erhältlich. Hierbei sollte man aber trotzdem auf die EU-Zulassung und das CE-Prüfzeichen der Europäischen Union achten und über eine deutsche Seite bestellen.

Erste Symptome häufig unspezifisch

Die Welt-Aids-Konferenz im Juli 2018 in Amsterdam vermeldete erschreckende Zahlen: 37 Millionen HIV-Infizierte weltweit, dazu viele Neuinfektionen vor allem in Osteuropa sowie unter Heterosexuellen und Menschen über 50 Jahren. In Deutschland sind die Zahlen der Neuinfektionen zwar stabil, aber sie gehen eben auch nicht zurück: Zurzeit gibt es laut Robert-Koch-Institut 88 400 HIV-Infizierte in Deutschland. Eine HIV-Infektion ist zwar heute kein Todesurteil mehr, aber für eine wirkungsvolle Behandlung muss sie möglichst früh erkannt werden. Eine frühe Diagnose ist jedoch schwierig, da die ersten Symptome eher unspezifisch sind und einem grippalen Infekt ähneln. Danach kann es sein, dass sich jahrelang gar keine Beschwerden mehr zeigen, bis die körpereigene Abwehr irreversibel geschädigt ist und es zum Ausbruch der Immunschwächekrankheit AIDS kommt – ein Kampf, den immer noch viele Menschen verlieren. Allein in Deutschland wird die Zahl der HIV-Infizierten, die nichts von ihrer Erkrankung ahnen, auf rund 13 000 geschätzt. Sie können das Virus somit unwissentlich an andere weitergeben. Die neuen Selbsttests könnten helfen, die Zahl der Neuinfektionen zu reduzieren, senken sie doch die Hemmschwelle für Menschen, die sich noch nie haben testen lassen.

Ergebnis nach kurzem Pieks

Die Selbsttests funktionieren alle nach demselben Prinzip: Man desinfiziert einen Finger und entnimmt mit einer Lanzette einen Blutropfen (am besten den ersten abwischen und erst den zweiten verwenden), gibt diesen in das Teströhrchen oder -schälchen, fügt bei manchen Tests noch Verdünnungslösung hinzu und wartet 10 bis 15 Minuten ab, bis die Reaktion beendet ist. Nach spätestens 20 Minuten sollte man das Ergebnis abgelesen haben. Das sieht ähnlich aus wie bei einem Schwangerschaftstest: Bildet sich unter dem Kontroll-

strich kein weiterer, ist das Ergebnis negativ, ist ein zweiter Strich zu sehen, ist es positiv. Die Tests weisen Antikörper gegen HIV-1 und HIV-2 im Blut nach, zeigen also an, ob das Immunsystem mit einer dieser beiden Formen des Virus in Kontakt gekommen ist. Wie alle medizinischen Tests sind auch die Selbsttests nicht absolut fehlerfrei. Falsch positive Ergebnisse durch Kreuzreaktionen kommen genauso vor wie falsch negative. Je höher die Sensitivität des Tests, desto geringer ist zwar die Gefahr eines falschen Testergebnisses, ganz ausgeschlossen ist es jedoch auch bei einer Sensitivität von 100 Prozent nicht. Diese 100-prozentige Sensitivität müssen übrigens alle frei verkäuflichen Tests aufweisen.

3-Monats-Diagnosefenster beachten

Der Vorteil des Selbsttests liegt auf der Hand: Man kann ihn rasch zuhause durchführen und spart sich den Weg zum Arzt oder Gesundheitsamt. Auch wenn der Test dort ebenfalls anonym durchgeführt wird, haben viele Menschen Hemmungen, vor Ort darüber zu sprechen, weshalb der Heimtest für sie eine große Hilfe sein kann. Doch der Nachteil ist: Man wird mit dem positiven – oder möglicherweise auch falsch-positiven – Testergebnis zunächst einmal alleine gelassen, was enorm belastend ist. Bei einem vom Arzt oder Gesundheitsamt durchgeführten Test ist das nicht der Fall, denn bei einem positiven Ergebnis wird sofort erneut getestet und der Betroffene erst informiert, wenn auch der zweite Test positiv ausfällt. Hierdurch kann ein eventuell falsch-positives Testergebnis keinen unnötigen psychischen Stress verursachen. Die von den Ärzten angewendeten Testmethoden sind zudem empfindlicher, sodass bereits zwei bis sechs Wochen nach dem Risikoreignis getestet werden kann. Beim Selbsttest müssen für ein gesichertes Ergebnis hingegen mindestens drei Monate zwischen Ereignis und Test liegen. Da sich trotz hoher Sensitivität trotzdem noch ein falsches Er-

gebnis einschleichen kann, muss ein positiver Test durch einen zweiten gesichert werden. Diesen sollte man dann auf jeden Fall beim Arzt oder Gesundheitsamt durchführen lassen. Die psychische Belastung, die mit einem positiven HIV-Selbsttest verbunden sein kann, darf keinesfalls unterschätzt werden. Man sollte sich daher zuvor über Anlaufstellen für eine weitere Beratung informieren, und nach Möglichkeit eine nahe stehende Person bitten, beim Test anwesend zu sein.

Medaille mit zwei Seiten

Der HIV-Selbsttest kann möglicherweise dabei helfen, die Dunkelziffer der HIV-Infizierten in Deutschland deutlich zu senken. Allerdings besteht auch die nicht zu unterschätzende Gefahr, dass er die generell zu beobachtende Sorglosigkeit in Sachen HIV noch verschlimmert. So könnte er als „Bettkantentest“ missbraucht werden, nach dem Motto: „Wir machen mal schnell einen Test, und wenn der negativ ist, können wir ungeschützten Sex haben.“ Bei Menschen, die nichts von dem dreimonatigen Diagnosefenster wissen, könnte dies verheerende Folgen haben. Zudem steigt durch ungeschützten Geschlechtsverkehr mit wechselnden Partnern nicht nur das HIV-Infektionsrisiko, sondern generell die Gefahr, sich mit anderen sexuell übertragbaren Krankheiten anzustecken. Und diese sind auf dem Vormarsch: So sind Syphilis, Tripper, Chlamydien auch in Deutschland wieder weit verbreitet. Ob der Nutzen des Tests seine Risiken übersteigt, wird sich in der Zukunft erweisen müssen. ■

*Dr. Holger Stumpf,
Medizinjournalist*