

**STI**

## **Sexuell übertragbare Infektionen**

**Erkennen. Behandeln.  
Sich schützen.**

**BZgA**  
Bundeszentrale  
für  
gesundheitliche  
Aufklärung



**LIEBES  
LEBEN**

**Es ist deins.  
Schütze es.**

# Sex und Gesundheit

Sex gehört für viele Menschen zu den schönen und aufregenden Dingen im Leben. Aber manchmal können beim Sex auch Krankheiten übertragen werden. Diese Krankheiten nennt man sexuell übertragbare Infektionen (STI).





Hast du dich beim Sex mit einer STI angesteckt, ist das kein Grund, dich zu schämen. Wichtig ist, dass du zu einer Ärztin oder einem Arzt gehst.

Wenn die Ärztin oder der Arzt bei dir eine STI feststellt, solltest du mit deiner Partnerin oder deinem Partner sprechen. Denn auch sie oder er sollte zur Ärztin oder zum Arzt gehen und sich untersuchen lassen.

In dieser Broschüre erfährst du, wie du das Risiko einer Ansteckung mit STI senken und an welchen Beschwerden du eine STI erkennen kannst.

## Wichtig!

**Kondome schützen vor HIV und senken das Risiko einer Ansteckung mit anderen STI.**

# STI - sexuell übertragbare Infektionen - was ist das?

Die Abkürzung STI steht für sexuell übertragbare Infektionen (Sexually Transmitted Infections). Damit sind Krankheiten gemeint, mit denen man sich beim Sex anstecken kann. STI können deine Gesundheit auf Dauer schwer schädigen, wenn sie nicht behandelt werden. Außerdem erhöhen sie das Risiko einer Ansteckung mit HIV.



**Geh also zu einer Ärztin oder einem Arzt, wenn du denkst, dass du dich mit einer STI angesteckt hast. Denn STI lassen sich gut behandeln und können meist komplett geheilt werden.**

# *»Was hat das mit mir zu tun?«*

Viele Menschen denken: sexuell übertragbare Infektionen (STI) - das betrifft mich nicht! Heute weiß man aber, dass sich viele Menschen im Laufe ihres Lebens mit einer STI anstecken. Das liegt daran, dass STI beim Sex sehr leicht übertragen werden können.





**Weltweit stecken sich jeden Tag ungefähr eine Million Menschen mit einer STI an. Auch in Deutschland kommen STI oft vor. Sie sind kein Grund, sich zu schämen.**

# Woran merkt man, dass man eine STI hat?

Es gibt verschiedene Krankheitszeichen, an denen du eine STI erkennen kannst.



**Wenn du eine oder mehrere der folgenden Beschwerden hast, solltest du zu einer Ärztin oder einem Arzt gehen und dich untersuchen lassen:**



Ausfluss aus Penis, Scheide oder Po



Juckreiz in der Scheide, am Po oder am Penis



Brennen oder Schmerzen beim Pinkeln



Bläschen, Geschwüre oder kleine Warzen an Penis, Scheide, Po oder Mund



Schmerzen und Schwellungen  
am Penis, an den Hoden oder an  
der Scheide



Schmerzen beim Sex



Geschwollene Lymphknoten in  
der Leiste



Halsschmerzen ohne weitere  
Erkältungsbeschwerden



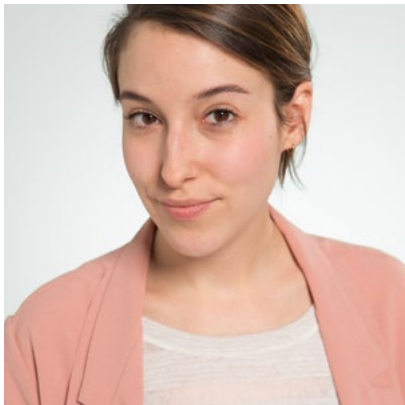
Zwischenblutungen

Geh auch dann zur Ärztin oder zum Arzt, wenn die Krankheitszeichen von allein schwächer werden oder ganz zurückgehen. Denn die sexuell übertragbare Infektion (STI) kann immer noch in deinem Körper sein und deine Gesundheit im Laufe der Zeit schwer schädigen.

STI führen aber nicht immer zu Krankheitszeichen. Viele Menschen merken daher gar nicht, dass sie sich angesteckt haben. Deshalb werden STI oft unwissentlich weitergegeben.

Wenn du unsicher bist, ob du dich mit einer STI angesteckt hast: Lass dich anonym bei der Online- und Telefonberatung der BZgA beraten oder geh zu einer Ärztin oder einem Arzt deines Vertrauens.







*»Ausfluss aus der  
Scheide ist meistens  
ganz normal.«*

Wann Ausfluss bei Mädchen und Frauen zu einem Anzeichen für eine **STI** wird, erfährst du unter **[www.liebesleben.de](http://www.liebesleben.de)**





# Wie kann ich mich schützen?

So kannst du das Risiko einer Ansteckung mit sexuell übertragbaren Infektionen (STI) stark senken:



Benutze Kondome schon beim ersten Eindringen des Penis in Scheide oder Po.



Benutze Kondome beim Vaginalsex (Penis in der Scheide) und Analsex (Penis im Po).



Benutze Kondome, wenn du Sexspielzeug mit anderen gemeinsam benutzt. Verwende für jede Partnerin und jeden Partner ein neues Kondom.



Berühre keine Herpesbläschen, Warzen oder Geschwüre.

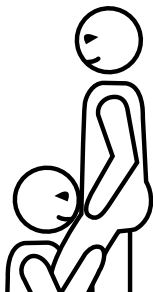


Gegen HPV, Hepatitis A und B kannst du dich impfen lassen. Frage deine Ärztin oder deinen Arzt.

Einen 100%igen Schutz vor einer Ansteckung mit STI gibt es nicht. Wenn du Anzeichen für eine STI bei dir bemerkst, solltest du zum Arzt gehen und dich untersuchen lassen. Wenn du unsicher bist, lass dich beraten.

# Ist Oralsex sicher?

Beim Oralsex (Sex mit dem Mund) kannst du dich vor HIV schützen, indem du kein Sperma oder Blut in den Mund gelangen lässt.



Das Risiko einer Ansteckung mit sexuell übertragbaren Infektionen (STI) kannst du beim Oralsex mit dem Mann (Blasen) und beim Oralsex mit der Frau (Lecken der Frau) senken, indem du dich gegen Hepatitis B impfen lässt und mit keinen Herpesbläschen, Warzen oder Geschwüren in Kontakt kommst.

# Kann man STI behandeln?

Fast alle STI können behandelt und geheilt werden. Wenn die Ärztin oder der Arzt bei dir eine STI feststellt, dann erzähle es deiner Partnerin oder deinem Partner. Das ist wichtig, denn auch sie oder er sollte zur Ärztin oder zum Arzt gehen, sich untersuchen und gegebenenfalls behandeln lassen. Sonst steckt ihr euch immer wieder gegenseitig an.



## *»Darf ich während der Behandlung Sex haben?«*

Da sexuell übertragbare Infektionen (STI) sehr leicht beim Sex übertragen werden, solltest du bis zum Ende der Behandlung auf Sex verzichten. Am besten fragst du deine Ärztin oder deinen Arzt.





## *»Was passiert, wenn STI nicht behandelt werden?«*

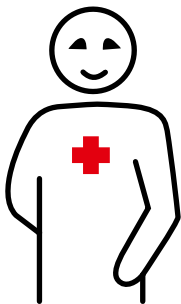
Bleiben STI unbehandelt, können sie die Gesundheit auf Dauer schwer schädigen. Unfruchtbarkeit kann die Folge sein. Das heißt, dass man keine Kinder mehr bekommen kann. Außerdem steigt mit einer STI das Risiko, sich beim Sex ohne Kondom auch mit HIV anzustecken.

# Muss ich unbedingt zum Arzt?

Nur ein Arzt kann feststellen, ob du dich mit einer sexuell übertragbaren Infektion (STI) angesteckt hast. Ärzte, die sich gut mit STI auskennen, sind Fachärzte für Haut- und Geschlechtskrankheiten. Außerdem können Mädchen und Frauen zu ihrer Frauenärztin oder ihrem Frauenarzt gehen. Jungen und Männer zur Urologin oder zum Urologen. Natürlich kannst du dich auch an deine Hausärztin oder deinen Hausarzt wenden.



Wenn du nicht weißt, an wen du dich wenden kannst: Anonyme und vorurteilsfreie Beratung erhältst du bei der Online- und Telefonberatung der BZgA, bei vielen Gesundheitsämtern sowie bei der Onlineberatung der Deutschen AIDS-Hilfe.



**Was untersucht  
der Arzt?**

Vor einer Untersuchung auf sexuell übertragbare Infektionen (STI) muss man keine Angst haben. Die Ärztin oder der Arzt nimmt entweder Blut ab oder untersucht den Urin oder macht einen Abstrich aus der Scheide, dem Po oder der Harnröhre des Penis.

Der Arzt oder die Ärztin macht oft solche Untersuchungen. Es muss dir also nicht peinlich sein.



# Wo finde ich weitere Informationen?

Wenn du mehr über STI (sexuell übertragbare Infektionen) wissen möchtest, findest du weitere Informationen unter

**[www.liebesleben.de](http://www.liebesleben.de)**

**[www.gib-aids-keine-chance.de](http://www.gib-aids-keine-chance.de)**

Du kannst dich auch anonym bei der Telefonberatung der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung beraten lassen.

Montags bis donnerstags      10 bis 22 Uhr

Freitags bis sonntags        10 bis 18 Uhr

**Telefonnummer 0221 892031**

## **Impressum:**

Herausgegeben von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln, im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit, gefördert durch die Bundesrepublik Deutschland

Alle Rechte vorbehalten.

2. Auflage November 2016

2.100.11.16

**Best.-Nr.: 70380000**

Diese Broschüre wird von der BZgA, 50819 Köln, kostenlos abgegeben. Sie ist nicht zum Weiterverkauf durch die Empfängerin oder den Empfänger oder durch Dritte bestimmt.

**Telefonberatung der BZgA:**

**0221 892031**

**Weitere Informationen:**

**[www.liebesleben.de](http://www.liebesleben.de)**