



Ach, übrigens ...

**Informationen über
sexuell übertragbare
Krankheiten**

Inhalt

Vorwort	2
---------------	---

Was sind sexuell übertragbare Krankheiten?

Fragen und Antworten

Sexuell übertragbare Krankheiten	4
Wie erkenne ich eine Ansteckung?	5
Was muss ich bei einer Ansteckung tun?	6
Was sollte ich zum Thema Behandlung wissen?	7
Wie schütze ich mich am besten?	8
Was ist eigentlich Safer Sex?	9
Wichtig: Hygiene!	10
Wichtiger: Drüber reden!	10
Am wichtigsten: Kondome!	11
Kondome richtig anwenden	12
Außerdem wichtig	13
Sicherheit von Anfang an	14
Im Urlaub und auf Reisen	15
Tipps für den Notfall	15
Das Wichtigste in Kürze	17
Was Jugendliche wissen wollen und sich häufig nicht zu fragen trauen	18

Alles über sexuell übertragbare Krankheiten

● *Durch Bakterien verursachte Krankheiten*

Gonorrhöe (Tripper)	22
Chlamydien-Infektion	24
Syphilis (Lues)	26

● *Durch Viren verursachte Krankheiten*

Hepatitis A, B und C	28
Herpes	34
Feigwarzen (Kondylome)	36
HIV und Aids	38

● *Infektionen durch Pilze*

Candidose	41
---------------------	----

● *Infektionen durch andere Erreger*

Trichomonaden-Infektion	43
Tierische Parasiten	44
Würmer und andere Darmparasiten	46

Das bedeuten die Fachausdrücke

Glossar	48
-------------------	----

Beratung, Informationen, Adressen

Hier finden Sie Beratung und Hilfe	52
Mehr Infos: Broschüren und Websites	53
Was Sie sonst noch im Internet finden	55
Impressum	57

Vorwort

Ein sexuell erfülltes Leben. Das wünschen sich viele Menschen von Jugend an bis ins hohe Alter. Jeder von uns sollte seine eigene Form von Sexualität entdecken können – ohne Angst vor unerwünschten Folgen. Hierzu ist es notwendig, dass wir unseren Körper gut kennen und verantwortlich mit ihm umgehen. **Wir sollten deshalb über sexuell übertragbare Erkrankungen Bescheid wissen. Vor allem, wie wir uns vor ihnen schützen können.**

Einige dieser Krankheiten sind weit verbreitet. Ohne es zu wissen, können wir sie haben und an andere weitergeben. Auch wenn wir die Symptome manchmal kaum spüren, führen die Erkrankungen doch gelegentlich zu Folgeschäden, die nicht rückgängig zu machen sind, z. B. Unfruchtbarkeit. Oder im Falle einer Ansteckung mit HI-Viren gar zu lebensbedrohenden Erkrankungen (Aids).

Der Schutz vor solchen Infektionen ist heute wichtiger, aber auch einfacher als je zuvor.

In dieser Broschüre möchten wir Ihnen wichtige Hinweise geben,

- woran Sie eine Ansteckung erkennen können,
- was Sie bei einer Ansteckung tun müssen,
- wo Sie sich beraten lassen können,
- wo Sie sich behandeln lassen können, und vor allem:
- **wie Sie sich vor einer Ansteckung schützen können.**

Was sind sexuell übertragbare Krankheiten?

Fragen und Antworten

Sexuell übertragbare Krankheiten

- sind Infektionskrankheiten wie andere auch. Die meisten von ihnen sind heilbar. Gefährlich wird es aber, wenn eine Infektion nicht beachtet, verschwiegen und nicht behandelt wird;
- werden durch sexuelle Kontakte von Petting bis analsex verbreitet: vor allem beim Austausch von Körperflüssigkeiten, die Krankheitserreger enthalten, aber auch durch Kontakt mit krankheitsbedingten Hautveränderungen (z.B. Geschwüre, Bläschen);
- kann grundsätzlich jede/r von uns bekommen – das eigene Geschlecht und das des Partners spielen keine Rolle;
- sind kein Grund, sich zu schämen;
- haben weltweit stark zugenommen. Urlaubs- und Geschäftsreisende treffen daher in manchen Reise-ländern auf ein wesentlich höheres Ansteckungsrisiko als hier zu Lande;
- erhöhen ihrerseits auch das Risiko einer Ansteckung mit HIV (Auslöser von Aids), da dieses Virus leichter in geschädigte Haut (etwa bei Entzündungen, Geschwüren und Schleimhautveränderungen) eindringen kann.

Für einige sexuell übertragbare Krankheiten, die durch Viren verursacht werden (z.B. Aids), gibt es keine Heilung. Aber: **Jeder kann sich durch Vorbeugung mit Kondomen davor schützen! Und gegen Hepatitis A und B gibt es gut wirksame Impfungen.**

Wie erkenne ich eine Ansteckung?

Es gibt einige Warnsignale für die mögliche Ansteckung mit einer sexuell übertragbaren Krankheit:

- Brennen beim Wasserlassen,
- veränderter, auffälliger Ausfluss aus dem Glied oder der Scheide (in unterschiedlichen Formen und Farben),
- Juckreiz, Schmerzen oder Hautveränderungen am Glied, am Scheideneingang, an der Scheide oder am After (zum Beispiel Rötungen, Schuppen, Pusteln, Knötchen, Blasen, Warzen, Geschwüre), geschwollene Lymphknoten in der Leistenbeuge,
- Schmerzen im Genitalbereich oder Unterbauch, evtl. auch Schmerzen beim Geschlechtsverkehr,
- Veränderungen in Mund und Rachen oder am Enddarm nach Oral- oder Analsex.

**Wichtig:
Nehmen Sie solche
Warnsignale ernst!**

Was muss ich bei einer Ansteckung tun?

Achten Sie auch auf kleine Warnsignale! Einige Infektionen machen nämlich zunächst kaum oder überhaupt keine Beschwerden. Aber selbst dann können Sie andere anstecken und die Krankheit kann sich bei Ihnen unbemerkt weiterentwickeln.

Schieben Sie es daher nicht hinaus, zum Arzt zu gehen – im Zweifel auch bei leichten Beschwerden!

Frauen wenden sich am besten an eine Frauenärztin oder einen Frauenarzt, Männer an einen Hautarzt oder Urologen.

Vor allem jungen Männern und Frauen ist es anfangs oft unangenehm, wenn eine Ärztin oder ein Arzt ihre intimen Körperregionen untersucht. Versuchen Sie jemanden zu finden, dem Sie vertrauen und mit dem Sie über solche Ängste auch sprechen können. Einige Frauenärzte bieten besondere Beratungstermine für junge Frauen an, die zum ersten Mal zu einer Untersuchung kommen. Vielleicht fühlen Sie sich sicherer, wenn Sie zu dem Termin eine Freundin oder den Freund mitnehmen. Für manche jungen Männer ist es ungewohnt, auf Signale ihres Körpers zu achten und sie nicht einfach zu übergehen. Besser: Sie wahrnehmen und richtig einordnen. Holen Sie sich Rat! Das ist kein Gesichtsverlust, sondern fördert Ihr Wissen und Ihre Kompetenz.

Vielen Menschen ist es peinlich, wegen einer sexuell übertragbaren Erkrankung zum Arzt zu gehen. Sie schämen sich, Probleme, die einen so intimen Lebensbereich betreffen, mit einem wenig vertrauten Menschen besprechen zu müssen. **Infektionen, die beim Sex übertragen**

werden, kommen jedoch sehr häufig vor. Sie sind deshalb für einen Arzt nichts Ungewöhnliches.

Wer sich rechtzeitig behandeln lässt, zeigt, dass er gut informiert und bereit ist, Verantwortung für die eigene und die Gesundheit des Partners bzw. der Partnerin zu übernehmen. **Frühzeitige Behandlung bietet die größte Chance auf Heilung. Behandeln Sie sich nicht selbst.** Verwenden Sie niemals Medikamente, die Sie noch von einer früheren Behandlung haben. Der Erreger Ihrer jetzigen Infektion kann dagegen unempfindlich sein.

Reden Sie mit Ihrem Partner, auch wenn es Ihnen schwer fällt. Denn Sie **beide müssen sich behandeln lassen**. Das gilt manchmal auch für frühere Sexualpartner! Was tun, wenn Sie bei Ihrem Partner Anzeichen einer sexuell übertragbaren Krankheit vermuten oder entdecken? Sprechen Sie das offen an! Denn ab sofort ist Schutz mit Kondomen notwendig, bis die Behandlung erfolgreich abgeschlossen ist. Noch besser: Sie verzichten solange ganz auf Sex

Was sollte ich zum Thema Behandlung wissen?

Eine **sexuell übertragbare Krankheit können Sie nicht selbst heilen**. Nur der **Arzt kann** die in Ihrem Fall **wirksamen Medikamente aussuchen und verschreiben**. Eine Behandlung im Selbstversuch verschleppt oder verschleiert die Erkrankung. Dadurch können Schäden entstehen, die nicht rückgängig zu machen sind.

Männer haben bei manchen Krankheiten seltener Beschwerden als Frauen. **Aber sowohl infizierte Männer wie Frauen ohne Symptome können trotzdem andere anstecken!**

Die Behandlung muss immer auch den Partner einschließen, sonst springt die Ansteckung zwischen beiden hin und her („Pingpong-Effekt“).

Bis zum erfolgreichen Ende der Behandlung ist ungeschützt, manchmal auch jeder Sex tabu. Besprechen Sie mit Ihrem Arzt, wie lange Sie mit Sex warten müssen.

Übrigens: Untersuchung und Behandlung werden von Ihrer Krankenkasse bezahlt.

Wie schütze ich mich am besten?

Absolut sicheren Schutz vor einer Ansteckung mit sexuell übertragbaren Krankheiten gibt es nur bei völligem Verzicht auf Sex oder vollständiger, lebenslanger Treue zweier nicht infizierter Partner. Aber – nur wenige Menschen können so leben. Wer einen neuen Partner sucht oder außerhalb einer festen Beziehung sexuelle Kontakte eingeht, muss sich klar sein: auch der Mensch, den man liebt, kann sich angesteckt haben und die Erreger übertragen. **Nur wer sich gut informiert – und durch Safer Sex schützt – vermeidet diese Krankheiten weitgehend.**

Was ist eigentlich Safer Sex?

Beim Safer Sex (engl. für „sicherer Sex“) gelangen Sperma, Scheidenflüssigkeit und Blut nicht in den Körper der Partnerin oder des Partners.

Das können Sie erreichen,

- indem Sie beim Sex **nicht** in den Körper des Partners oder der Partnerin **„eindringen“**;
- indem Sie beim vaginalen Sex (der Penis gleitet in die Scheide) und beim analen Sex (der Penis wird in den After geführt) **Kondome benutzen**;
- indem Sie beim Oralverkehr (sexuelle Praktiken mit dem Mund) **kein Sperma und keine Scheidenflüssigkeit in den Mund aufnehmen**:
Beim Oralsex mit Männern können Sie sich schützen, indem Sie entweder ein Kondom verwenden oder die Aufnahme von Sperma in den Mund vermeiden.
Beim Oralsex mit Frauen können Sie die Aufnahme von Scheidenflüssigkeit verhindern, indem Sie Dental Dams (Latex- oder Lecktücher¹) verwenden, die auf die Scheide gelegt werden;
- indem Sie den **Kontakt mit krankheitsbedingten Hautveränderungen** (z. B. Geschwüre, Bläschen) vermeiden;
- indem Sie gemeinsamen **Sexspielzeugen** (z. B. Dildo) ein **Kondom überstreifen**. Nehmen Sie ein neues Kondom, wenn ein anderer Partner ins Spiel kommt.

¹ Solche Tücher erhalten Sie bei einigen Apotheken, oder sie können beim Vertrieb der Deutschen AIDS-Hilfe bestellt werden (Adresse auf Seite 54).

Wichtig: Hygiene!

Auch **Sauberkeit und Kleidung** haben etwas mit sexuell übertragbaren Krankheiten zu tun. Wer seinem Körper beim täglichen Waschen Aufmerksamkeit schenkt, entwickelt ein gutes Körpergefühl und nimmt Veränderungen rascher wahr. Auch Warnsignale für Infektionen entdeckt er früher. **Scheidenspülungen** und **Intimsprays können den ausgeglichenen Bakterienhaushalt der Scheide schädigen**: Die Scheide trocknet aus, Krankheitserreger können leichter eindringen. Daher: Besser weglassen!

Kleidung, die Sie direkt auf der Haut tragen, sollte „**atmungsaktiv**“ sein. Sonst staut sich die Feuchtigkeit – vor allem im Intimbereich. Weil viele Krankheitserreger eine feuchtwarme Umgebung mögen, gedeihen sie dort besonders gut. Unterwäsche aus Baumwolle ist deshalb besser geeignet als Kunstfaser.

Einige Infektionen, zum Beispiel Hepatitis A, können auch als „**Schmier- und Kontaktinfektion**“ weitergegeben werden. Dies bedeutet, dass Erreger beispielsweise über kleinste Kot-Teilchen beim Stuhlgang auf die Hände und anschließend auf Gegenstände wie z. B. ein Handtuch gelangen und dort von anderen aufgenommen werden. Auch Chlamydien und Gonokokken (Tripper) können durch Kontaktinfektion übertragen werden, wenn der Erreger über die Hände auf Schleimhäute gelangt.

Wichtiger: Drüber reden!

Sex ist etwas Prickelndes. Aber darüber zu reden, wie man sich selbst und den anderen schützen will – nicht nur vor Aids –, ist nun mal schwierig. Jeder hat Angst, damit die tolle Stimmung zu verderben. Vor allem,

wenn man sich erst kurz kennt und noch nicht vertraut miteinander ist. Doch gerade dann ist das Gespräch besonders wichtig. **Warten Sie nicht darauf, dass der andere das Thema anspricht. Ergreifen Sie am besten selbst die Initiative**, auch wenn Sie Hemmungen haben. Es ist sehr wahrscheinlich, dass auch **Ihr Partner darüber reden will, sich aber ebenfalls nicht traut!**

Mit Menschen aus anderen Kulturkreisen kann das Gespräch besonders schwierig sein. Versuchen Sie es trotzdem. Wahrscheinlich ist Ihr Partner sogar dankbar, wenn Sie diese Hürde nehmen.

Am wichtigsten: Kondome!

Kondome schützen nicht nur vor ungewollter Schwangerschaft, sie verringern auch das Risiko einer Ansteckung beim Geschlechtsverkehr. Denn sie verhindern, dass die Schleimhäute der Geschlechtsorgane mit Krankheitserregern in Berührung kommen. Die Latexhaut² heutiger Qualitäts-Kondome ist extrem dünn und trotzdem sehr belastbar. **Kondome** unterliegen hohen Qualitätsstandards und **bieten eine sehr große Sicherheit, wenn Sie sie richtig verwenden**. Deshalb liegt jeder Kondompäckchen eine Gebrauchsanleitung bei.

² Es gibt auch spezielle Kondome aus Polyurethan (einem auch für Lebensmittel gebräuchlichen Kunststoff). Solche Kondome sind nach heutigem Wissen genauso sicher wie Latexkondome. Ebenfalls aus Polyurethan besteht das Femidom, „das Kondom für die Frau“. In Deutschland ist es wenig verbreitet, kann aber über Apotheken rezeptfrei bezogen werden. Bei richtiger Anwendung entspricht seine Sicherheit der des Kondoms für den Mann.

Kondome richtig anwenden

- Reißen Sie die Packung vorsichtig auf. Vermeiden Sie, dass Sie den dünnen Gummi durch spitze Fingernägel oder durch scharfkantige Gegenstände (z. B. Schmuck, auch Piercing!) beschädigen.
- Rollen Sie das Kondom nicht aus, um es auf Dichte zu prüfen – Sie könnten es beschädigen.
- Ziehen Sie die Vorhaut des Gliedes zurück. Drücken Sie vorne aus dem Nippel (dem Reservoir) des Kondoms mit Daumen und Zeigefinger die Luft heraus. So schaffen Sie Platz für den Samen.
- Setzen Sie das Kondom auf die Spitze des steifen Gliedes. Die „Rolle“ muss dabei außen liegen. *Rollen* Sie das Kondom bis ganz zum Ende ab. Ziehen Sie nicht – es sollte ganz leicht gehen. Nehmen Sie ein neues Kondom, wenn Sie es versehentlich falsch herum aufgesetzt haben (Röllchen innen) oder das Überrollen mal nicht geklappt hat. Am alten könnte schon Samen haften.
- Nach dem Höhepunkt: Ziehen Sie das Glied vor dem Erschlaffen heraus. Halten Sie dabei das Kondom fest, damit es nicht abrutscht. Achten Sie darauf, dass kein Samen herausgedrückt wird.
- Verwenden Sie ein Kondom immer nur einmal. Werfen Sie es nach Gebrauch in den Abfall – auf keinen Fall in die Toilette.

Außerdem wichtig:

- Verwenden Sie nur Kondome, die die **CE-Kennzeichnung [CE] mit einer Prüfnummer** tragen und deren **Haltbarkeitsdatum** nicht überschritten ist.
- Achten Sie auf eine **unbeschädigte Verpackung!** Wenn beim Drücken Luft entweicht, nehmen Sie eine andere.
- Kondome dürfen **nur mit fettfreien, wasserlöslichen Gleitmitteln** verwendet werden. Fette oder Öle greifen das empfindliche Latex an – das Kondom wird porös und reißt leicht. Achtung: Möchte eine Frau zur Sicherheit zusätzlich noch mit chemischen Mitteln wie Schaum oder **Zäpfchen** verhüten, braucht sie auch dafür ein **fettfreies Produkt**. In der Apotheke danach fragen!
- Kondome müssen **vor Hitze** (z. B. Heizkörper, pralle Sonne, Auto-Handschuhfach) und Druckbelastung (z. B. in Portemonnaie, Hosentasche) **geschützt** werden.
- Zwei Kondome übereinander bieten nicht etwa mehr Sicherheit. Stattdessen wächst sogar die Gefahr, dass die Kondome beschädigt werden und dann beim Sex reißen.
- Speziell für den Analverkehr gibt es „**extra starke**“ **Kondome**, die besonders reißfest sind. Wichtig dabei: Um die Kondome möglichst wenig zu belasten, genügend fettfreies Gleitmittel nehmen!

Sicherheit von Anfang an

Sich und den Partner beim Sex geschützt wissen und auch „danach“ ein gutes Gefühl haben – das ist für viele Menschen wichtig. Trotzdem treten bei der Verwendung von Kondomen manchmal Probleme auf. Vor allem, wenn Sie noch nicht viel Erfahrung damit sammeln konnten,

- sind Sie möglicherweise noch nicht so sicher in der Handhabung,
- stört Sie die Unterbrechung beim Sex,
- haben Sie Angst, das Kondom könnte abrutschen,
- fühlen Sie sich in Ihrer Empfindungsfähigkeit eingeschränkt,
- befürchten Sie vielleicht, dass Ihr Partner die Verwendung von Kondomen als ein Zeichen des Misstrauens empfindet.

Viele Paare haben solche Gedanken und Gefühle, vor allem wenn sie sich noch nicht lange kennen oder noch nicht so erfahren sind. **Am besten, Sie sprechen gemeinsam darüber.** Vieles löst sich oft bereits im Gespräch. **Mit zunehmender Erfahrung** erleben Sie, dass Sie **gemeinsam mehr Sicherheit** haben – und die anfänglichen Probleme spielen keine große Rolle mehr.

Im Urlaub und auf Reisen

Sexuell übertragbare Krankheiten haben in den letzten Jahren weltweit (auch in Europa) stark zugenommen. Und in vielen Ländern gibt es Kondome, die nicht der bei uns gewohnten Qualität entsprechen. Das gilt auch für Gleitmittel. Stecken Sie **vorsorglich Markenkondome und Gleitcremes aus Deutschland mit in den Koffer** – sicher ist sicher. Verwenden Sie zu Ihrem Schutz bei sexuellen Kontakten mit neuen Partnern stets Kondome – immer und unabhängig von Ihrem Reiseziel!

Tipps für den Notfall

Trotz aller Sorgfalt und Erfahrung kann doch einmal das Kondom reißen oder abrutschen. Als **Sofortmaßnahmen** zur Verhinderung einer Infektion können Sie Folgendes tun:

- Wenn beim Oralverkehr Sperma in Ihren Mund gelangt ist, Sperma sofort ausspucken und Mund und Rachen, wenn möglich, mit hochprozentigem Alkohol ausspülen.
- Wenn das Kondom gerissen ist, nur äußerlich abbrausen; keine Spülungen der Scheide oder des Darms vornehmen! Es besteht die Gefahr, dass Sie die Krankheitserreger noch tiefer in den Körper hineinspülen.
- Nach aktivem Scheiden- oder Darmverkehr können Sie die Infektionsgefahr durch Wasserlassen und durch Abbrausen des Gliedes vermindern (Vorhaut zurückziehen).

Ist ein Kondom gerissen und Sie haben besonderen Anlass, eine Infektion mit HIV zu befürchten (zum Beispiel, weil Sie konkret wissen, dass Ihr Partner HIV-positiv ist), sollten Sie sich schnellstens über eine HIV-Postexpositions-Behandlung (HIV-PEP) beraten lassen. Diese HIV-Behandlung kann eventuell eine HIV-Ansteckung verhindern, wenn Sie sofort mit der Einnahme von (verschreibungspflichtigen!) virus-hemmenden Medikamenten beginnen. Diese Medikamente können unangenehme Nebenwirkungen (z. B. Durchfall, Erbrechen, Übelkeit) haben, ernstere oder gar bleibende Schäden sind aber in der Regel nicht zu befürchten. Die Medikamente müssen vier Wochen lang eingenommen werden.

Da für die HIV-PEP strenge Vorschriften gelten, lassen Sie sich am besten direkt bei der persönlichen **Telefonberatung der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung** (siehe Beratung und Hilfe auf Seite 52, **Telefon 0 1805 555 444** (Kostenpflichtig. Es gilt der Preis entsprechend der Preisliste Ihres Telefonanbieters – in der Regel 0,14 €/Min. aus dem deutschen Festnetz.), täglich ab 10 Uhr) beraten. Nach einer klärenden Beratung kann Ihnen dort ggf. auch eine Notfallklinik oder Arztpraxis genannt werden, wo eine HIV-PEP möglich ist.

Das Wichtigste in Kürze:

- Eine sexuell übertragbare Krankheit kann jeder bekommen.
- Zum Schutz vor Infektionen vermeiden Sie Kontakte mit krankheitsbedingten Hautveränderungen. Und: Schützen Sie sich mit Safer Sex!
- Gehen Sie bei jedem Warnsignal möglichst bald zum Arzt und beziehen Sie Ihren Partner in die Behandlung ein.
- „Doktern“ Sie keinesfalls selbst mit vorhandenen Medikamenten herum.
- Verzichten Sie bis zum Abschluss der Behandlung auf Sex.
- In vielen Gesundheitsämtern und größeren Kliniken gibt es Spezialsprechstunden zu sexuell übertragbaren Krankheiten. Die Beratung ist kostenlos und auf Wunsch anonym.
- Gesundheitsämter informieren Sie auch vorbeugend über die Verhütung sexuell übertragbarer Krankheiten.

Der Arzt ist bei sexuell übertragbaren Krankheiten Ihr wichtigster Gesprächspartner!

Was Jugendliche wissen wollen und sich häufig nicht zu fragen trauen

Hilfe, ich habe keine Ahnung, wie ein Kondom funktioniert! Was kann ich tun, um die große Pleite beim ersten Mal zu verhindern?

Dass du vor dieser neuen und aufregenden Situation Angst hast, ist völlig normal. Erwachsenen geht es oft genauso, wenn sie sich neu verlieben. Besorg dir einfach schon mal ein Päckchen Kondome. Die gibt's in der Drogerie, in der Apotheke und – am unauffälligsten – aus dem Automaten, beispielsweise in deiner Lieblingskneipe. **Wenn du vorher ein wenig allein übst, geht's später zu zweit leichter.** Versuch das Kondom auszurollen, zieh es über den Zeige- oder Mittelfinger. Wie fühlt es sich an? Blas das Kondom doch mal auf wie einen Luftballon oder füll es mit Wasser. Du kannst es auch platzen lassen.

Für Jungen: Rolle das Kondom über deinen steifen Penis. Die Übung macht's.

Für Mädchen: Ziehe das Kondom über eine Banane oder kleine Gurke. Es schadet nicht, zu wissen, wie es geht.

Traut euch auch, miteinander darüber zu reden, wie ihr euch den Sex vorstellt: über eure Gefühle und Wünsche. Das macht das erste Mal noch schöner.

*Seit ein paar Tagen habe ich Ausfluss aus der Harnröhre und die Eichel ist rot und entzündet.
Ich bin 17 und wohne noch bei meinen Eltern.
Mir ist das peinlich. Was soll ich tun?*

Warten und hoffen ist die falsche Strategie, auch wenn die Symptome erstmal wieder von allein verschwinden sollten. Fast jedem ist es peinlich, sich eine sexuell übertragbare Krankheit geholt zu haben. Dem Arzt nicht, denn der kennt das aus seiner täglichen Praxis. Also **such dir rasch aus dem örtlichen Telefonbuch einen Hautarzt oder einen Urologen** oder frage deinen besten Freund, ob er einen guten Arzt kennt. Vielleicht kann er dich auch dorthin begleiten. Einziger kleiner Haken bei der Sache: Du brauchst deine Versichertenkarte. Ist das Vertrauen zwischen Eltern und Kindern nicht so groß, sagen Jugendliche oft ihren Eltern, sie brauchen die Karte wegen Pickeln oder Hautausschlag. Der **Arzt steht übrigens unter Schweigepflicht**. Das heißt, deine Eltern erfahren nur das, was du ihnen erzählen willst.

Die **Untersuchung tut nicht weh**. Um herauszufinden, womit du dich angesteckt hast, macht der Arzt einen Abstrich. Die meisten sexuell übertragbaren Krankheiten sind leicht und schnell zu behandeln. Rede mit deinem Freund oder deiner Freundin, denn der oder die muss sich auch behandeln lassen. Tut ihr das nicht, steckt ihr euch immer wieder gegenseitig an. Geht doch einfach zusammen zum Arzt. Damit zeigst du, dass du verantwortungsvoll mit eurer Gesundheit umgehst – und das braucht dir wirklich nicht peinlich zu sein.

Ich trage ständig dünne Slipeinlagen, weil ich häufig Ausfluss habe. Ist das schädlich?

Auf Dauer schon. Denn Slipeinlagen sind auf der Unterseite meist mit einer dünnen Schicht Plastikfolie bezogen. Dadurch **staut sich Feuchtigkeit** in der Scheide. Die Folge: Die gesunde Scheidenflora gerät aus der Balance, **Erreger können sich besser ansiedeln**. Übrigens: Ein leichter weißlicher oder auch etwas gelblicher Ausfluss ist bei Frauen völlig normal. Wechselt die Farbe jedoch von klarem Weiß zu Gelbgrün oder auch ins Bräunliche und riecht dazu noch unangenehm, ist das ein deutliches Signal, dass etwas nicht in Ordnung ist. Mach möglichst schnell einen Termin mit deiner Frauenärztin aus.

Ich nehme die Pille – da sind doch Kondome wirklich überflüssig – oder etwa nicht?

Um eine Schwangerschaft zu verhüten, genügt tatsächlich die Pille. Aber **nur ein Kondom verringert das Risiko, dass du dich mit sexuell übertragbaren Krankheiten ansteckst**. Auf der sicheren Seite bist du, wenn du beides nimmst.

Sexuell übertragbare Krankheiten sind doch eklig. Gibt es denn nichts, was uns davor schützt?

Nein. Leider gibt es nichts, mit dem du dich absolut dagegen schützen kannst. **Kondome vermindern jedoch das Risiko enorm**. Und falls du noch nicht gegen Hepatitis B geimpft bist, solltest du deine Ärztin danach fragen. Denn Hepatitis B, eine Leberentzündung, wird vor allem sexuell übertragen. Die Krankenkassen übernehmen deshalb bis zum 18. Lebensjahr die Kosten der Impfung.

Alles über sexuell übertragbare Krankheiten

**Die verschiedenen Infektionen
sind nach der Art
ihrer Erreger geordnet:**

**Durch Bakterien
verursachte Infektionen**



**Durch Viren
verursachte Infektionen**



**Infektionen durch
Pilze**



**Infektionen durch
andere Krankheitserreger**



GONORRHÖE (Tripper)

*Was ist das?
Wie sind
die Symptome?*

Die **Gonorrhöe** (Tripper) wird durch **Bakterien** (Gonokokken) übertragen und gehört zu den bekanntesten Geschlechtskrankheiten. Am häufigsten erfolgt eine Infektion der Scheide bzw. der Harnröhre, die sich zwei bis fünf Tage nach der Ansteckung folgendermaßen bemerkbar macht:

■ **Bei der Frau:** vermehrter grünlich-gelber **Ausfluss**, **Brennen beim Wasserlassen**, eventuell **Schmierblutungen**.

■ **Beim Mann:** **Brennen beim Wasserlassen**, gelblich-eitriger **Ausfluss** aus der Harnröhre. Bei rund 50% der Frauen und etwa 10% der Männer bleibt die Infektion der Harnröhre bzw. Scheide jedoch unerkannt, weil keine oder nur geringe Symptome auftreten. Die Infektion kann trotzdem weitergegeben werden. Noch häufiger bleiben **Infektionen im Darm oder Rachen** unbemerkt, die bei analem oder oralem Sex übertragen werden können; wenn Symptome auftreten, bestehen diese in **Ausfluss aus dem Darm** bzw. **Halsschmerzen**; geraten die Keime auf die Hände und von dort in die Augen, zeigen sich Symptome, die einer Bindehautentzündung ähneln.

*Wie häufig
kommt diese
Krankheit vor?*

Genauere Angaben zur Zahl der Neuinfektionen in Deutschland gibt es derzeit nicht. Es wird geschätzt, dass es **jährlich etwa 20 000 bis 30 000** Neuinfektionen mit Gonorrhöe gibt.

*Was sind
die Folgen?*

Unbehandelte Infektionen können ernste Folgen haben:

■ **Bei der Frau:** **Entzündungen der Gebärmutter-schleimhaut, der Eileiter und der Eierstöcke**, was häufig zu **Unfruchtbarkeit** oder auch zu einer

gefährlichen Eileiterschwangerschaft führt. Eine infizierte Schwangere kann während der Geburt die Erreger an ihr Kind weitergeben. Dann kann das **Neugeborene erblinden**.

■ **Beim Mann** kann die **Entzündung auf Samenstrang, Samenbläschen und Nebenhoden** übergreifen. Häufige Folge: Unfruchtbarkeit.

■ **Bei beiden** kann eine unbehandelte Gonorrhöe **andere Organe** und sogar **den ganzen Körper befallen**. Der Betroffene leidet dann z.B. an **Ausschlägen, Fieber und Gelenkschmerzen**.

Das **Risiko einer HIV-Übertragung** ist durch die Schleimhautreizungen, die ein Tripper hervorruft, **stark erhöht**, weil das HI-Virus leichter in den Körper eindringen kann.

Beim Kontakt der Schleimhäute **mit eitrigem Ausfluss** werden die Gonokokken übertragen. Das geschieht vor allem bei ungeschütztem vaginal-, oral- und analsex. Eine indirekte Übertragung durch die Hände oder Sexspielzeuge, wie Dildos, ist möglich.

Wie steckt man sich an?

Kondome vermindern das Risiko einer Ansteckung deutlich.

Wie lässt sich diese Krankheit vermeiden?

Der Arzt verordnet **Antibiotika**. Die Gonorrhöe heilt normalerweise völlig aus, vorausgesetzt, sie wird beim Auftreten der ersten Symptome behandelt. Auf Sex sollten Sie bis zum Abschluss der Behandlung verzichten. Fragen Sie hierzu Ihren Arzt.

Wie wird behandelt?

Der Partner muss mit behandelt werden!

CHLAMYDIEN- INFEKTION

*Was ist das?
Wie sind
die Symptome?*

Chlamydien (sprich: Klamüdien) können besonders leicht **beim Sex übertragen** werden. Viele Menschen sind infiziert, ohne es zu wissen, da **häufig keine oder nur leichte Symptome** auftreten. Trotzdem kann die Infektion weitergegeben werden. Beschwerden können sich etwa ein bis sechs Wochen nach der Ansteckung zeigen.

■ **Bei der Frau: Brennen beim Wasserlassen** und/oder schleimig-eitriger **Ausfluss**, außerdem unklare **Schmerzen im Unterleib, Schmerzen beim Sex** und unterschiedliche Formen von **Blutungsstörungen**.

■ **Beim Mann: Brennen beim Wasserlassen** und/oder schleimig-eitriger **Ausfluss**.

■ **Bei beiden** können nach oraler Übertragung auch **Halsschmerzen**, nach analer Übertragung **Ausfluss aus dem Darm** auftreten. Erreger, die auf die Hände und von dort in die Augen gelangen, können eitrige **Bindehautentzündungen** hervorrufen.

*Wie häufig
kommt diese
Krankheit vor?*

Die Zahl der Chlamydien-Infektionen in Deutschland wird auf **rund eine Million jährlich** geschätzt. Es ist die häufigste sexuell übertragbare Erkrankung durch Bakterien. Da die Symptome oft unauffällig sind und auch ohne Behandlung wieder verschwinden können (nicht jedoch die Infektion!), bleibt die Erkrankung **häufig unerkannt und ansteckend**.

*Was sind
die Folgen?*

■ **Bei der Frau: Entzündungen, Verklebungen und Vernarbungen der inneren Geschlechtsorgane**, z. B. der Eileiter, die zu Eileiterschwangerschaften und zu **Unfruchtbarkeit** führen können. Experten gehen davon aus, dass erworbene Unfruchtbarkeit am

häufigsten durch Chlamydien-Infektionen verursacht wird. Das **Neugeborene** einer infizierten Frau kann bei der Geburt angesteckt werden und ernste **Lungen- und Augenerkrankungen** (Folge: z. B. Blindheit) bekommen.

■ **Beim Mann:** insbesondere **Harnröhrentzündungen**. Es können sich jedoch auch **Entzündungen der Nebenhoden und der Prostata** entwickeln – die Fruchtbarkeit ist gefährdet.

■ **Bei beiden** erhöht sich das **Risiko einer Ansteckung mit HIV**, da das HI-Virus bei gereizter Schleimhaut leichter eindringen kann.

Eine Ansteckung erfolgt am häufigsten **durch ungeschützten Vaginal-, Oral- und Analsex**.

Wie steckt man sich an?

Kondome vermindern das Risiko einer Ansteckung deutlich.

Wie lässt sich diese Krankheit vermeiden?

Die Chlamydien-Infektion wird meist mit einer einmaligen hohen Dosis **Antibiotika** behandelt. Bis zur Freigabe durch den Arzt ist ungeschützter Sex tabu! **Partnerbehandlung!**

Wie wird behandelt?

Syphilis (Lues)

*Was ist das?
Wie sind
die Symptome?*

Syphilis ist eine sehr ernste Erkrankung, die in drei Stadien verläuft.

Stadium I: Am Übertragungsort, meistens am **Penis**, dem **Hodensack**, den **Schamlippen** oder der **Scheide**, dem **Darmausgang** oder dem **Mund** entwickelt sich etwa drei Wochen nach der Ansteckung ein **Knoten** oder ein **schmerzloses Geschwür**. Nach einigen Wochen verschwindet es wieder von selbst. Das **bedeutet** jedoch **keine Heilung!**

Stadium II: Etwa acht Wochen bis zwei Jahre nach der Ansteckung treten **Fieber**, **Schwellungen der Lymphknoten** und **Hautausschläge** auf, die nicht jucken.

Stadium III: Mehrere Jahre nach der Ansteckung können bei einer nicht behandelten Infektion die **inneren Organe** und das **Nervensystem** von den Bakterien schwer **geschädigt** werden.

*Wie häufig
kommt diese
Krankheit vor?*

In Deutschland liegt die Zahl der Neuinfektionen mit Syphilis derzeit bei rund **2.000 bis 3.000 pro Jahr**. Seit Ende der 90er Jahre nimmt diese Erkrankung wieder deutlich zu.

*Was sind
die Folgen?*

Unbehandelt führt die Infektion zu **schweren Organschäden**, z. B. an Herz, Gehirn, Augen und Knochen. In der Schwangerschaft kann die Syphilis das **Ungeborene schwer schädigen** (z. B. Verformung der Knochen, geistige Behinderung). Eine Syphilis-Infektion **erhöht das Risiko, sich mit HIV anzustecken**.

*Wie steckt
man sich an?*

Die Syphilis wird übertragen, wenn **verletzte Haut** oder **Schleimhaut mit den Bakterien in Kontakt** kommt. Das geschieht z. B. über die Geschwüre

und Knoten. Am häufigsten passiert das bei **ungeschütztem Vaginal-, Oral- und Analsex**. Drogenbenutzer können sich über **gemeinsame Spritzbestecke** anstecken, weil die Bakterien auch über das Blut übertragen werden.

Kondome vermindern das Risiko einer Ansteckung. Aber Vorsicht: Jeder Kontakt mit dem Erreger kann zu einer Infektion führen. Das kann **sogar beim Küssen** passieren, wenn sich das Geschwür im Mund befindet. Deshalb sollten Sie die Symptome kennen und gegebenenfalls einen Arzt aufsuchen oder Ihren Sexualpartner dazu ermutigen.

Kein Sprizentausch beim Benutzen von Drogen!

Die Erkrankung wird über mindestens zwei Wochen mit **Antibiotika** behandelt und kann in jedem Stadium geheilt werden. Organschäden, die im Stadium III auftreten (z. B. eine Erkrankung der Herzklappen), können jedoch nicht mehr rückgängig gemacht werden. **Während der Behandlung unbedingt auf Sex verzichten. Partnerbehandlung!**

Wie lässt sich diese Krankheit vermeiden?

Wie wird behandelt?

Hepatitis A, B und C

Hepatitis A

*Was ist das?
Wie sind
die Symptome?*

Hepatitis A ist eine **durch Viren** verursachte **Leberentzündung**, die auf der ganzen Welt weit verbreitet ist. Beschwerden wie **Müdigkeit, Appetitlosigkeit, Übelkeit mit Erbrechen und Fieber** treten etwa eine bis vier Wochen nach der Ansteckung auf. In etwa der Hälfte der Erkrankungsfälle entwickelt sich „**Gelbsucht**“, die sich in einer Gelbfärbung der Haut, vor allem der Bindehaut des Auges, hellem Stuhl und dunklem Urin zeigt. Wie schwer jemand an Hepatitis A erkrankt, hängt vom Alter ab: Bei Kindern verläuft die Erkrankung meist unbemerkt; mit zunehmendem Alter kann es Wochen oder gar Monate dauern, bis der Patient wieder gesund ist. Knapp die Hälfte aller Infektionen holen sich die Deutschen im Urlaub und auf Reisen.

*Was sind
die Folgen?*

Hepatitis A heilt in der Regel von selbst vollständig aus.

*Wie steckt
man sich an?*

Hepatitis A wird vor allem durch **verunreinigte Lebensmittel oder verschmutztes Trinkwasser** übertragen. Eine **sexuelle Übertragung** ist **bei oral-analen Kontakten möglich**.

*Wie lässt sich
diese Krankheit
vermeiden?*

Vor Hepatitis A schützt eine wirksame und gut verträgliche **Impfung**. Es gibt auch eine Kombinations-Impfung gegen Hepatitis A und B. Wer auf Reisen geschützt sein will, sollte sich die erste Teilimpfung mindestens zwei Wochen vor Reiseantritt geben lassen. Wenn die Impfung nach sechs bis zwölf Monaten aufgefrischt wird, hält der Impfschutz ungefähr zehn Jahre an.

Impfungen vor einer Reise müssen Sie selbst bezahlen.³ Falls Sie zur Gruppe der beruflich gefährdeten Menschen gehören (z. B. Pflegepersonal im Krankenhaus), trägt meist der Arbeitgeber die Kosten der Impfung. Wenn aus anderen Gründen ein besonders hohes Infektionsrisiko besteht, zahlen die Krankenkassen. Fragen Sie hierzu Ihren Arzt.

Hepatitis B

Hepatitis B ist eine Form der **übertragbaren Leberentzündung**. Am häufigsten holt man sie sich beim **Sex**, da die Viren in fast allen Körperflüssigkeiten vorkommen. Sie befinden sich in Samenflüssigkeit, „Lusttropfen“ und Scheidenflüssigkeit, aber auch im Speichel, im Urin und vor allem im Blut.

Rund ein bis sechs Monate nach der Ansteckung können **Beschwerden ähnlich wie bei einer Grippe** auftreten, z. B. Abgeschlagenheit, Müdigkeit und Gliederschmerzen. Die meisten Infizierten bekommen – anders als bei der Hepatitis A – keine „Gelbsucht“. Nach drei bis fünf Monaten heilt die Erkrankung bei rund 90 Prozent der Erkrankten von selbst wieder aus, bei 10 Prozent zerstört das Virus aber nach und nach die Leber.

Die Zahl der **jährlichen** Hepatitis-B-Neuinfektionen wird in Deutschland auf **50.000** geschätzt.

*Was ist das?
Wie sind
die Symptome?*

*Wie häufig
kommt diese
Krankheit vor?*

³ Kosten etwa 50 Euro pro Teilimpfung

Was sind die Folgen?

Fast **zehn Prozent der Infektionen** heilen nicht aus, werden also **chronisch** (oft zunächst ohne Beschwerden). Nach einigen Jahren können sich daraus schwere **Leberschäden** entwickeln. Einige Erkrankte bekommen eine gefährliche **Leberzirrhose** oder sogar **Leberkrebs**.

Wie steckt man sich an?

Am häufigsten stecken sich Menschen mit dem Virus bei sexuellen Kontakten an, da es sich in allen Körperflüssigkeiten befinden kann. **Ungeschützter Vaginal- und Analsex sind ein wesentliches Risiko. Hepatitis B** kann aber auch bei oralem Sex übertragen werden, vor allem wenn Sperma in den Mund gelangt. Da das Virus im Speichel vorhanden ist, kann die Infektion auch beim Küssen übertragen werden. Selbst bei einer chronischen Infektion völlig ohne Symptome können die Hepatitis-B-Viren weitergegeben werden. Eine infizierte Frau kann das Virus während der Schwangerschaft oder bei der Geburt auf ihr Kind übertragen.

Die Übertragung durch Bluttransfusionen und Blutprodukte wird in Deutschland heute durch ein gutes Testverfahren weitestgehend verhindert. In Arztpraxen und Krankenhäusern sind **strenge Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen** vorgeschrieben, um die Übertragung des Virus zu unterbinden. Bei unsachgemäß durchgeführtem **Piercing und Tätowierungen** kann der Erreger über mit Blut verunreinigte Instrumente weitergegeben werden. **Drogenbenutzer** können sich bei **gemeinsamer Benutzung von Spritzen** anstecken.

Kondome verringern das Risiko einer Übertragung, können es jedoch nicht ausschließen.

Der beste Schutz ist eine wirksame **Hepatitis-B-Impfung**. Sie wird heute für Säuglinge sowie Jugendliche zwischen dem 9. und 18. Lebensjahr empfohlen und von den Kassen bezahlt. Das Gleiche gilt für Personen mit einem erhöhten Infektionsrisiko, z. B. Angehörige von chronisch Infizierten, homosexuell aktive Männer, Dialyse-Patienten und Drogenabhängige.⁴ Empfohlen wird die Impfung auch für medizinisches Personal. Dann trägt meist der Arbeitgeber die Kosten. Die Impfung wird in mehreren Teilimpfungen gegeben und sollte nach etwa zehn Jahren aufgefrischt werden. Es gibt auch eine Kombinations-Impfung gegen Hepatitis A und B.

Heute kann Hepatitis B vor allem im Frühstadium **medikamentös** behandelt werden; dadurch wird möglicherweise die Entwicklung einer chronischen Leberentzündung verhindert. Auch die chronische Hepatitis B wird in einigen Fällen erfolgreich mit antiviralen Medikamenten (v. a. Interferon) behandelt.

Hepatitis C

Hepatitis C ist eine ebenfalls weltweit verbreitete, übertragbare **Entzündung der Leber**. In Deutschland leben etwa eine halbe Million Menschen mit einer chronischen Hepatitis C. Die akute Infektion wird nur selten bemerkt: Weil die Symptome denen einer

Wie lässt sich diese Krankheit vermeiden?

Wie wird behandelt?

*Was ist das?
Wie sind die Symptome?*

⁴ Kosten etwa 50 Euro pro Teilimpfung

leichten Grippe ähneln, bringen die Betroffenen sie oft nicht mit einer Hepatitis-C-Infektion in Verbindung. Wenn Beschwerden auftreten, zeigen sie sich zwei Wochen bis sechs Monate nach der Ansteckung, danach verläuft die Erkrankung **oft über Jahre unbemerkt** weiter.

Was sind die Folgen?

Die Hepatitis C nimmt in **50 bis 80 Prozent** der Fälle einen **chronischen Verlauf**. Auch dann sind die Symptome, zum Beispiel Müdigkeit und **Leistungsabfall**, eher allgemeiner Natur. Die Infektion kann jedoch trotzdem weitergegeben werden. Im Laufe vieler Jahre entwickelt sich möglicherweise aus der andauernden **Leberentzündung eine Leberzirrhose oder Leberkrebs**.

Außerdem ist in seltenen Fällen eine Übertragung von Hepatitis C während Schwangerschaft und Geburt von der Mutter auf das Kind möglich.

Wie steckt man sich an?

Hepatitis-C-Viren befinden sich vor allem im Blut, so dass das Risiko einer Übertragung besonders hoch ist, wenn **infiziertes Blut auf verletzte Haut und Schleimhaut oder direkt in die Blutbahn gerät**. Daher sind **Drogengebraucher**, die ihr **Spritzbesteck mit anderen teilen**, besonders gefährdet. Eine Übertragung bei **unsachgemäß durchgeführtem Piercing und Tätowierungen** ist möglich. Eine Ansteckung bei Bluttransfusionen oder durch Blutprodukte ist heute dank guter Testverfahren fast ausgeschlossen. Hepatitis C kann, wenn auch **selten, bei ungeschütztem Vaginal- und Analsex** übertragen werden.

Leider gibt es noch **keine Impfung** gegen Hepatitis C. **Beim Sex schützen Kondome.** Drogenbenutzer sollten ihr Spritzbesteck nicht mit anderen teilen.

Der sonst häufig chronische Verlauf lässt sich oft verhindern, wenn die **akute Infektion frühzeitig entdeckt** und behandelt wird.

Gegen chronische Infektionen verordnet der Arzt **virushemmende Medikamente** und speziell Interferon. Die Behandlung hat häufig starke Nebenwirkungen und ist nur bei einem Teil der Patienten erfolgreich.

Wie lässt sich diese Krankheit vermeiden?

Wie wird behandelt?

Hepatitis

Herpes

*Was ist das?
Wie sind
die Symptome?*

„Herpesbläschen“, meist an den **Lippen**, aber auch an den **Geschlechtsorganen**, kennen die meisten von uns. Bei dieser Infektionskrankheit treten fünf bis zehn Tage nach der ersten Ansteckung schmerzhafte, manchmal mit **Fieber und Schwellungen der Lymphknoten** verbundene **Entzündungen der Schleimhäute** oder **Hautausschläge** auf: **Kribbeln und Brennen der Haut, Jucken, Rötung, dann Bläschenbildung, Öffnung der Bläschen** und Bildung von kleinen Geschwüren, die innerhalb von zwei bis vier Wochen wieder abheilen. Die Flüssigkeit in den Bläschen ist höchst ansteckend. Wer sich einmal mit dem Herpesvirus infiziert hat, bleibt sein **Leben lang Virusträger** und kann immer wieder einmal schubweise an Virusbläschen erkranken. Für die Bläschen im Bereich der Geschlechtsorgane ist meist ein anderer Virustyp verantwortlich als für die Lippenbläschen. Beide Virustypen können jedoch grundsätzlich jede Körperregion infizieren, z. B. beim Oralsex.

*Wie häufig
kommt diese
Krankheit vor?*

Die **meisten Menschen haben Antikörper** gegen Herpesviren. Das heißt: Sie haben bereits eine Infektion durchgemacht. Aber längst nicht alle Betroffenen entwickeln die typischen Symptome.

*Was sind
die Folgen?*

Bei Personen mit einem **geschwächten Immunsystem**, zum Beispiel nach Operationen oder schwerer Krankheit, bei körperlichen und seelischen Belastungen **kann sich das Virus im ganzen Körper ausbreiten.**

Während einer Schwangerschaft kann eine Infektion zu schweren Erkrankungen, sogar zum Verlust

des Ungeborenen führen. Eine sorgfältige ärztliche Betreuung während der Schwangerschaft ist für Herpes-infizierte Frauen daher dringend notwendig. Infektionen während der Geburt können beim **Neugeborenen schwere Krankheiten** verursachen, z. B. Hirnhautentzündung oder allgemeine Blutvergiftung. Herpes-Infektionen gelten bei Frauen auch als Risikofaktor für Gebärmutterhalskrebs.

Herpes wird **durch Kontakt** mit der **sehr infektiösen Flüssigkeit aus den Bläschen** übertragen. Die Ansteckung ist aber auch über **Speichel, Vaginal-, Prostatasekret und Sperma** möglich, selbst wenn die Bläschen an der betreffenden Hautstelle bereits verheilt sind. Die Viren verschwinden auch nach einer Behandlung nicht ganz aus dem Körper, sondern bleiben in diesen Bereichen der Haut.

Wie steckt man sich an?

Kondome sind ein guter Schutz bei oralem, vaginalem und analem Sex. **Vermeiden Sie** vor allem auch den **Kontakt mit der Flüssigkeit aus den Herpesbläschen**.

Da Herpesviren sehr leicht übertragbar sind, können Sie eine Ansteckung nicht immer verhindern. Deshalb ist es gut, die Symptome zu kennen und gegebenenfalls einen Arzt aufzusuchen.

Wie lässt sich diese Krankheit vermeiden?

Es gibt heute **virushemmende Medikamente**, die umso wirksamer sind, je früher sie eingesetzt werden. Da die Viren jedoch trotzdem im Körper bleiben, können Sie das Wiederauftreten von Bläschen, oft ausgelöst durch Stress, Übermüdung oder UV-Bestrahlung, nicht dauerhaft verhindern.

Wie wird behandelt?

Feigwarzen (Kondylome)

*Was ist das?
Wie sind
die Symptome?*

Feigwarzen werden durch Humane Papillomviren (HPV) verursacht. Sie treten als **schmerzlose, sehr unterschiedlich aussehende, meist warzenartige Gebilde am Glied, an oder in der Scheide, am oder im Darmausgang** auf. Es gibt viele verschiedene Typen von Papillomviren. Nicht alle werden sexuell übertragen oder verursachen Warzen.

*Wie häufig
kommt diese
Krankheit vor?*

Rund **zehn Prozent aller Menschen** in Deutschland sind mit sexuell übertragbaren HPV infiziert. Sichtbare Feigwarzen entwickeln sich jedoch nur bei einem Prozent der Betroffenen. Wer sexuell sehr aktiv ist, hat ein höheres Risiko, sich anzustecken. So ist etwa jede fünfte Frau im sexuell aktiven Alter mit genitalen Papillomviren infiziert, davon etwa jede dritte mit Papillomvirus-Typen, die sogar Krebs verursachen können.

*Was sind
die Folgen?*

Einige Arten befallen die **Schleimhäute im Genitalbereich** und können, auch ohne sich vorher durch **Warzen** bemerkbar zu machen, nach länger dauernder Infektion **Krebs auslösen**. Gebärmutterhalskrebs bei Frauen, sowie vermutlich Scheiden-, Penis- und Analkarzinome sind Folge solcher Infektionen.

- **Die jährliche Krebsvorsorge** ist deshalb **für Frauen** besonders wichtig.
- **Auch Männer** sollten sich **regelmäßig untersuchen** lassen.

Wachsen Feigwarzen unkontrolliert, zum Beispiel wenn die Körperabwehr durch eine andere Erkrankung geschwächt ist, verursachen sie Probleme. Im Enddarm können sie beim Stuhlgang schmerzen. Große Warzen im Geburtskanal können den Geburtsverlauf beeinträchtigen.

Jeder ungeschützte Vaginal-, Oral- und Analsex ist ein Infektionsrisiko. Die Viren gelangen z. B. über winzige Hautpartikel aus den Warzen auf verletzte Haut oder Schleimhaut des Partners. Sitzen Feigwarzen beispielsweise in der Harnröhre, ist eine Übertragung durch Sperma möglich.

Wie steckt man sich an?

Kondome schützen, soweit sie den Kontakt mit krankhaften Hautveränderungen oder mit Körperflüssigkeiten verhindern, in denen sich Erreger befinden. Vermeiden Sie vor allem auch den direkten Kontakt mit sichtbaren Warzen.

Wie lässt sich diese Krankheit vermeiden?

Feigwarzen können **chemisch behandelt oder operativ entfernt** werden. Heute werden oft auch Medikamente verwendet, die auf die Haut aufgebracht werden und die Zellen des Immunsystems beeinflussen. Auch nach einer Entfernung der Warzen bleiben die Viren in der Haut und können neue Warzen bilden. Die Behandlung erfordert deshalb oft viel Geduld.

Wie wird behandelt?

HIV und Aids

*Was ist das?
Wie sind
die Symptome?*

Aids ist eine schwere, durch das **HI-Virus** verursachte **Schwächung des körpereigenen Abwehrsystems**. Nach einer Ansteckung mit HIV sind die meisten Menschen jahrelang ohne Beschwerden. Trotzdem wird der Körper bei fortschreitender Infektion wehrlos gegen viele Krankheitserreger, die ein gesunder Mensch ohne Probleme bekämpfen kann. Trotz der großen Erfolge bei der medikamentösen Therapie ist eine **Heilung der Erkrankung nicht möglich** und ein **Impfstoff nicht verfügbar**. Heute kann der **Krankheitsverlauf** durch wirksame Medikamente zwar **stark verlangsamt**, das Virus jedoch nicht aus dem Körper entfernt werden. Deshalb können auch HIV-Infizierte, bei denen im Blut keine Viren mehr nachweisbar sind, andere anstecken!

*Wie häufig
kommt diese
Krankheit vor?*

In Deutschland leben derzeit etwa **40.000 Menschen mit HIV**, die meisten im Alter zwischen 20 und 40 Jahren. **Jährlich** kommt es bei uns zu etwa **2.000 Neuinfektionen**. In sehr vielen Ländern sind HIV-Infektionen deutlich häufiger als in Deutschland, auch in beliebten Urlaubsregionen in nah und fern.

*Was sind
die Folgen?*

Mit den heutigen „**Kombinationstherapien**“ lässt sich die Aids-Erkrankung, die früher oft rasch zum Tode führte, **besser beherrschen**. Viele HIV-Patienten können durch die starken Medikamente, die lebenslang eingenommen werden müssen, ihre Lebensqualität deutlich verbessern. Es ist jedoch individuell sehr unterschiedlich, wie stark und wie lange die Virusvermehrung beim Einzelnen unterdrückt werden kann.

Ein Problem sind die unerwünschten Wirkungen der Arzneien, wie z. B. Hautausschläge, Störungen des Fettstoffwechsels oder Diabetes; diese Krankheiten müssen gesondert behandelt werden.

HI-Viren werden durch Blut, Samen- und Scheidenflüssigkeit übertragen. Wenn diese stark virushaltigen Körperflüssigkeiten in die Blutbahn oder auf Schleimhäute, zum Beispiel die Vaginal- oder Darmschleimhaut eines anderen Menschen, gelangen, kann HIV weitergegeben werden.

Der Haupt-Ansteckungsweg ist Sex ohne Kondom: Besonders riskant ist Analsex (Darmverkehr), sehr riskant ist Vaginalsex (Scheidenverkehr). Übertragungen sind auch möglich beim Oralsex (Mundverkehr), vor allem, wenn Samenflüssigkeit in den Mund gelangt. Häufig wird HIV auch über die gemeinsame Nutzung von Spritzen bei Drogengebrauchern übertragen. Eine infizierte Frau kann ihr Kind während der Schwangerschaft, bei der Geburt oder beim Stillen anstecken. Wird die Schwangere mit virushemmenden Medikamenten behandelt, kann diese Art der Übertragung fast immer verhindert werden.

Produkte aus Blut sind heute aufgrund sorgfältiger Spenderauswahl, HIV-Tests und virusabtötender Produktionsverfahren **sicher**. Bei Bluttransfusionen bleibt ein äußerst geringes Restrisiko, denn in den ersten Wochen nach einer Infektion des Spenders sind HIV-Antikörper oder Virusbestandteile im Blut nicht sicher nachweisbar.

Wie steckt man sich an?

Wie lässt sich diese Infektion vermeiden?

Das **Risiko**, sich mit HIV anzustecken, ist deutlich **erhöht, wenn andere sexuell übertragbare Erkrankungen bestehen**. Das HI-Virus kann nämlich leichter in bereits vorgeschädigte Haut eindringen, z. B. bei einer Schleimhautentzündung wie beim Tripper oder bei Chlamydien.

Safer Sex (siehe Seite 9 und 50) bietet wirksamen Schutz. Beim Oralsex sollten Sie keine Samenflüssigkeit in den Mund nehmen, also auch dann ein Kondom verwenden.

Für Frauen empfiehlt sich ein Lecktuch (siehe Seite 9 und 54), das auf die Scheide gelegt wird und dadurch die Aufnahme von Scheidenflüssigkeit verhindert. Besonders während der Menstruation auf einen ausreichenden Schutz achten!

Wichtig: Auch wenn eine HIV-Infektion mit Medikamenten behandelt wird, bleibt der Infizierte ansteckend – sogar dann, wenn im Blut zeitweise keine Viren mehr nachweisbar sind. Und: Eine HIV-Infektion kann man niemandem ansehen!

Candidose

Auslöser einer **Candidose** sind **Candida-Pilze**. Diese Hefepilze kommen überall vor und sind **Teil unserer normalen Körperflora**, der natürlichen Mischkultur aus Bakterien und Pilzen auf Haut und Schleimhäuten. Ist das **Gleichgewicht gestört**, z.B. bei einer Hormonumstellung in der Schwangerschaft oder durch Einnahme der Antibabypille, **nehmen die Pilze überhand und werden lästig**. Das passiert ebenso durch manche Medikamente, die das Abwehrsystem einschränken, z.B. Antibiotika oder Cortison. Psychische und partnerschaftliche Probleme können ebenfalls das Immunsystem schwächen und eine Pilzinfektion fördern.

■ **Zeichen der Infektion** sind **gerötete und geschwollene Schamlippen, starker Juckreiz und Brennen in der Scheide, Ausfluss**

(weiß und bröcklig) und **Schmerzen beim Sex**. Vor allem **Frauen** leiden darunter.

■ **Bei Männern** äußern sich Pilzinfektionen oft nur durch eine **gerötete, manchmal juckende Eichel mit kleinen Pünktchen**.

In besonders schweren Fällen können sich **Pilzinfektionen über den ganzen Körper** ausbreiten. Vor allem für Personen mit stark geschwächtem Immunsystem (HIV-Infizierte, Aids-Kranke, Drogenabhängige und Organempfänger) ist das eine Gefahr.

Candida-Infektionen werden **selten sexuell übertragen**. Erst wenn die normale Bakterienflora gestört ist, kann es zum Überwiegen der Pilze und damit zur Erkrankung kommen. Dann können die Pilze auch sexuell übertragen werden.

*Was ist das?
Wie sind
die Symptome?*

*Was sind
die Folgen?*

*Wie steckt
man sich an?*

Wie lässt sich diese Krankheit vermeiden?

Wer Medikamente nehmen muss, die laut Beipackzettel eine Pilzinfektion fördern, kann versuchen, die normale **Scheidenflora durch entsprechende Mittel (z. B. Milchsäurebakterien) zu stützen**. Fragen Sie Ihren Arzt oder Ihre Ärztin.

Wie wird behandelt?

Die Beschwerden einer Candida-Infektion können mit speziell gegen diese Pilze **wirksamen Medikamenten** behandelt werden.

Trichomonaden-Infektion

Trichomonaden sind einzellige Parasiten, die sich in der Scheide, im Darm und in der Harnröhre einnisten. Erste Anzeichen einer Ansteckung treten ungefähr nach vier Tagen bis zu einem Monat nach der Ansteckung auf:

- **Bei der Frau: schaumiger, übelriechender Ausfluss aus der Scheide, Juckreiz und Brennen.**
- **Beim Mann: Schmerzen beim Wasserlassen oder ständiger „Druck auf der Blase“.** Oft zeigen sich beim Mann auch gar keine Symptome. Trotzdem besteht Ansteckungsgefahr!

Eine Infektion mit Trichomonaden kann vor allem **Wegbereiter für andere sexuell übertragbare Krankheiten** sein.

Bei **ungeschütztem Sex ohne Kondom**, besonders bei Analverkehr. Die Übertragung ist auch über gemeinsam benutzte Handtücher oder andere Gegenstände möglich, beispielsweise Sexspielzeuge. Trichomonaden überleben in feuchter Umgebung (z. B. Sauna) mehrere Stunden lang.

Beim Sex schützen Kondome.

Trichomonaden-Infektionen lassen sich gut mit **Antibiotika** behandeln und heilen normalerweise komplett aus. **Wichtig: Partnerbehandlung!**

*Was ist das?
Wie sind
die Symptome?*

*Was sind
die Folgen?*

*Wie steckt
man sich an?*

*Wie lässt sich
diese Krankheit
vermeiden?*

*Wie wird
behandelt?*

Tierische Parasiten

Krätze

*Was ist das?
Wie sind
die Symptome?*

Die Krätze wird durch eine **Milbe verursacht**, die kleine Gänge in die oberste Hautschicht gräbt und dort ihre Eier ablegt. Meist bilden sich graue, schorfige Schwellungen auf der Haut, normalerweise zwischen den Fingern, an den Handgelenken, an den äußeren Genitalien und unter den Achseln. Symptome treten erst Wochen nach einer Ansteckung auf: **vor allem heftiger Juckreiz, besonders nachts.**

*Was sind
die Folgen?*

Durch **Kratzen** können **zusätzliche kleine Wunden** entstehen, die Eintrittspforte für andere Infektionen sein können.

*Wie steckt
man sich an?*

Durch engen Körperkontakt. Auch bei gemeinsamer Benutzung von Bett, Handtuch, Kleidung usw. können die Parasiten übertragen werden.

*Wie lässt
sich der Befall
vermeiden?*

Sorgfältige **Körperhygiene** und **regelmäßiger Wechsel der Wäsche** wirken einer Ansteckung entgegen.

*Wie wird
behandelt?*

Der Parasiten-Befall wird meist äußerlich mit **chemischen Mitteln** behandelt. **Sexualpartner und alle Familienangehörigen sollten mitbehandelt werden**, selbst wenn bei ihnen noch keine Anzeichen eines Befalls zu entdecken sind. In den Beipackzetteln der Medikamente finden Sie wichtige Hinweise, wie eine Wiederaansteckung (z. B. durch benutzte Wäsche) verhindert werden kann.

Filzläuse

Diese kleinen **flügellosen Insekten** nisten sich meist in den **Schamhaaren** ein und legen ihre Eier (Nissen) darin ab. Läuse und Eier sind sichtbar. Bei starkem Befall können Filzläuse auch an anderen Körperhaaren, etwa am Anus, an den Beinen auftreten. Nach drei bis sechs Tagen verursachen die Bisse der Läuse **Juckreiz, Hautflecken und kleine Blutungen**.

Vor allem beim Sex (Kontakt im Schamhaarbereich). Bei Befall gelten dieselben Vermeidungs- und Behandlungsmöglichkeiten wie bei Krätze.

*Was ist das?
Wie sind
die Symptome?*

*Wie steckt
man sich an?*

Würmer und andere Darmparasiten

*Was ist das?
Wie sind
die Symptome?*

Würmer und einzellige Parasiten finden sich vorwiegend im Darm. **Übelriechender oder blutig-schleimiger Stuhl, Durchfälle, Fieber, Magen-Darmkrämpfe und Gewichtsverlust** können auftreten.

*Was sind
die Folgen?*

Wegen der Beschwerden wird die Krankheit normalerweise rechtzeitig erkannt. Deshalb sind **schlimme Folgen selten**. Parasiten sind jedoch eine ernste Bedrohung für abwehrgeschwächte Personen.

*Wie steckt
man sich an?*

Die Parasiten werden leicht durch **oral-analen Kontakt** (Zunge/Mund – Anus), aber auch durch **Schmierinfektion** (Kontakt Stuhl zu Finger oder Mund) übertragen.

*Wie lässt sich
der Befall ver-
meiden?*

Körperhygiene (z. B. Händewaschen nach der Toilette, regelmäßiges gründliches Waschen, häufiger Wechsel der Wäsche) kann dazu beitragen, eine Übertragung zu verhindern.

*Wie wird
behandelt?*

Je nach Erreger stehen verschiedene **Medikamente** zur Verfügung. Während der Behandlung muss auf Sexpraktiken verzichtet werden, die die Analgegend einbeziehen. Die allgemeine **Körperhygiene** ist besonders zu beachten.

***Das bedeuten
die Fachausdrücke***

Glossar

Abstrich

- Mit einem Wattestäbchen oder einer Öse werden Zellen und Sekret von Schleimhäuten oder erkrankten Hautpartien abgenommen, um sie auf einem Glasplättchen unter dem Mikroskop zu untersuchen.

Aids

- Englisch: „Acquired Immune Deficiency Syndrome“, das heißt erworbene Immunschwäche. Aids wird durch das HI-Virus übertragen.

Anal

- Betrifft den Anus, auch After (Darmausgang) genannt.

Analsex

- Der Penis wird in den After (Darmausgang) des Partners eingeführt.

Bakterien

- Sind einzellige Mikroorganismen. Sie gehören zu den ältesten bekannten Lebewesen und können überall siedeln.

Dermatologe

- Arzt für Haut- und Geschlechtskrankheiten. Er betreut auch Patienten mit sexuell übertragbaren Krankheiten.

Dildo

- Vibrator und Gummipenis. Wird als Sexspielzeug benutzt.

Genitalien, Genitalbereich

- Äußere und zum Teil innere Geschlechtsorgane (bei der Frau: Venushügel, Schamlippen, Scheide, Klitoris, auch Kitzler und Perle genannt; beim Mann: Penis, Hodensack; bei beiden Schambehaarung).

Gynäkologe

- Arzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe.

Hygiene

- Alle Maßnahmen, die die Gesundheit erhalten, Infektionen verhindern und die Ausbreitung von Krankheiten vermeiden (z. B. regelmäßiges Waschen des Körpers, der Unterwäsche usw.).

- Ansteckung mit einem Krankheitserreger. Infektiös (= ansteckend) sind Körpersekrete und Wunden, die Krankheitserreger enthalten.
- Auch als Präservativ, Gummi, Pariser oder Präser bezeichnet. Hülle aus dünnem Latex oder Polyurethan, die beim Safer Sex und zur Verhütung über den Penis gerollt wird (siehe Seite 12). Kondome sind extrem belastbar, wenn sie richtig angewendet werden. Latexkondome dürfen nur mit dafür geeigneten wasserlöslichen (fettfreien) Gleitmitteln in Berührung kommen. Markenkondome mit dem hohen EG-einheitlichen Sicherheitsniveau sind medizinisch und technisch geprüft und tragen auf der Verpackung die CE-Kennzeichnung [CE] mit einer Nummer der nach EG-Recht zugelassenen Prüf stelle. Auf der Verpackung ist das Haltbarkeitsdatum angegeben.
- Der Penis oder der Kitzler des Sexpartners wird mit dem Mund und der Zunge gereizt.
- Parasiten sind winzige Tierchen (Würmer, Milben, Läuse, auch Einzeller), die sich bei einem anderen Lebewesen (dem „Wirt“) einnisten. Sie leben vom und/oder im Wirt und schaden ihm dabei. Dies äußert sich oft in Krankheiten.
- Glied, männliches Geschlechtsorgan.
- Schmusen und Streicheln an den sexuell erregbaren Stellen des Körpers, auch an den Geschlechtsorganen, manchmal bis zum Orgasmus.

Infektion

Kondom

Oralsex

Parasiten

Penis

Petting

Pilzerkrankung

- Umgangssprachlicher Ausdruck für Mykose, eine durch Faden-, Hefe- oder Schimmelpilze hervorgerufene Erkrankung.

Safer Sex

- Darunter versteht man sexuelle Kontakte, bei denen weder Samen- noch Scheidenflüssigkeit oder Blut in den Körper des Partners gelangt. Auf jeden Fall Kondome beim Scheiden- oder Analverkehr!

Schmierinfektion

- Krankheitsübertragung durch indirekten Kontakt mit infektiösen Körpersekreten einschließlich Stuhl/ Urin über die Hände, Handtücher, Dildos usw., die direkt mit Krankheitserregern in Kontakt gekommen sind.

Sperma

- Beim männlichen Orgasmus ausgestoßene Samenflüssigkeit einschließlich Spermien (Samenzellen).

Symptome

- Spürbare und teilweise sichtbare, oft unangenehme Anzeichen einer Erkrankung.

Vagina

- Scheide, weibliches Geschlechtsorgan.

Viren

- Sind ansteckende Partikel, die gegen Antibiotika unempfindlich sind. Um sich zu vermehren, brauchen sie eine Wirtszelle in einem anderen Organismus, z. B. den menschlichen Körper.

***Beratung
Informationen
Adressen***

Hier finden Sie Beratung und Hilfe

Wenn Sie Beschwerden haben oder bei sich oder Ihrem Sexualpartner eine sexuell übertragbare Krankheit vermuten, sollten Sie **möglichst bald zu einem Arzt** Ihres Vertrauens gehen, z. B. zu Ihrem Hausarzt, zum Dermatologen oder einem Urologen, als Frau auch zum Gynäkologen.

In den meisten **Gesundheitsämtern** und in einigen **Kliniken** gibt es **spezielle Beratungsangebote**, z. B. Sprechstunden für sexuell übertragbare Krankheiten und Aids. Das Gesundheitsamt informiert Sie auch vorbeugend über die Verhütung dieser Krankheiten. Die **Beratung ist anonym** – wenn Sie nicht wollen, brauchen Sie Ihren Namen nicht zu nennen. Viele Gesundheitsämter bieten im Rahmen ihrer Beratung auch einen **kostenlosen und anonymen HIV-Test** an.

Die **persönliche und anonyme Telefonberatung** der BZgA informiert Sie täglich **ab 10 Uhr** zu HIV/Aids, Safer Sex sowie sexuell übertragbaren Krankheiten unter **0 18 05 555 444** (Kostenpflichtig. Es gilt der Preis entsprechend der Preisliste Ihres Telefonanbieters – in der Regel 0,14 €/Min. aus dem deutschen Festnetz.). Die Berater/innen sind auch per **E-Mail** erreichbar unter: **telefonberatung@bzga.de**. Im Internet finden Sie unter **www.aidsberatung.de** zusätzliche ausführliche Informationen zu Aids/HIV, Safer Sex, Infektionen auf Reisen, sowie einen Überblick über Beratungsstellen in Ihrer Nähe.

Mehr Infos: Broschüren und Websites

Kostenlose Broschüren der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung:

Speziell zu **Aids** sowie zu **Safer Sex** gibt es **kostenloses Informationsmaterial bei der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)**. Eine Übersicht finden Sie hier und im Internet bei **www.gib-aids-keine-chance.de**

„HIV-Übertragung und Aids-Gefahr“

Situationen, Risiken, Ratschläge. Kurz gefasste Informationen anhand von Piktogrammen.

Best-Nr. 70280000

Auch in den Sprachen:

Türkisch Best-Nr. 70280060

Englisch Best-Nr. 70280070

Französisch Best-Nr. 70280080

Russisch Best-Nr. 70280110

In 29 Sprachen können diese Informationen im Internet abgerufen und ausgedruckt werden **www.gib-aids-keine-chance.de**

„Safer Sex ... sicher“

Informationen über Safer Sex zum Schutz vor der HIV-Infektion und Aids und anderen sexuell übertragbaren Krankheiten.

Best-Nr. 70420000

„Aids von A bis Z – Fragen, Antworten und Informationen zu Aids, HIV und zum Test.“

Best-Nr. 70010000

„Heterosexuell? Homosexuell“

Broschüre für Jugendliche und Eltern über sexuelle Orientierungen und Coming-out.

Best-Nr. 13080000

„Wie geht's – wie steht's“

Wissenswertes für Jungen und Männer. Informationen über den männlichen Körper, über Sexualität und Verhütung

Best-Nr. 13030000

„Mädchensache(n)“

Ein Magazin für Mädchen über wahre Liebe, das erste Mal, Lust und Frust, Freundschaft und Sex.

Best-Nr. 70450000

„In unserer Straße ...“

Jungsgeschichten über Liebe,
Freundschaft, Sex und Aids.

Best-Nr. 70460000

„Reisefieber!“

**Gesundheitstipps für einen
unbeschwerten Urlaub“**

Ausführliche Gesundheitstipps
für Reisende, einschließlich
Prävention von sexuell übertrag-
baren Krankheiten.

Best-Nr. 80040000

**„reiselust.
tipps für schöne ferien“**

Tipps zur Urlaubsplanung und
für unterwegs für Jugendliche.

Best-Nr. 13252000

Dental Dams bzw.

Latextücher oder Lecktücher

sind zu bestellen bei

DAH-Vertrieb

**(Vertrieb der Deutschen
AIDS-Hilfe e.V.)**

Dieffenbachstraße 33

10967 Berlin

Telefon 0 30/69 00 87 13

www.wetwildworld.de

**Ab September 2007 neue
Anschrift:**

Deutsche Aids-Hilfe e.V.

Wilhelmstraße 138

10963 Berlin

Bestellungen, schriftlich:

BZgA, 51101 Köln

Fax: 02 21/ 8 99 22 57

Internet: www.bzga.de

E-Mail: order@bzga.de

Was Sie sonst noch im Internet finden

Im Internet finden Sie unter den **Suchbegriffen**

„Sexuell übertragene Krankheiten“, „Sexuell übertragbare Krankheiten“, „Sexuell übertragene Infektionen“, „Sexuell übertragbare Infektionen“ oder auch „Sexually Transmitted Diseases“ bzw. „STD“

zahlreiche Informationen mit Tausenden von Webadressen. Englischsprachige Seiten können Sie sich automatisch ins Deutsche übersetzen lassen, z.B. über www.google.de

Einige ausgewählte Seiten nennen wir Ihnen hier (angesichts der Fülle und der raschen Veränderung des Internet-Angebotes empfiehlt sich eventuell eine zusätzliche Suche):

www.rki.de

Website des Robert-Koch-Instituts in Berlin, unter anderem mit Informationen über die Verbreitung sexuell übertragbarer Krankheiten, insbesondere zu HIV und Aids.

www.aidsberatung.de

Die persönliche und anonyme Beratung der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. Neben FAQs (frequently asked questions/ häufig gestellte Fragen) zu Themen wie Safer Sex, Aids von A–Z, Sexualität finden Sie hier die Möglichkeit, sich online beraten zu lassen, wichtige Informationen zur Telefonberatung sowie einen genauen Überblick über die Beratungsangebote zu Aids in Ihrer Stadt.

www.bzga-reisegesundheit.de

Gesundheitstipps für einen unbeschwerten Urlaub. Ausführliche Informationen (einschließlich Checklisten) zur optimalen Vorbereitung Ihrer Reise, Hinweise darauf, was auf der Reise zu beachten ist und was Sie nach der Rückkehr im Falle gesundheitlicher Probleme tun können. Eine Menge weiterführender Links und genaue Informationen, wie und wo Sie reisemedizinische Beratung bekommen.

www.aidshilfe.de

Website der Deutschen AIDS-Hilfe; Informationen speziell zu HIV und Aids für Menschen aus stark gefährdeten Gruppen und in besonderen Lebenssituationen sowie Menschen mit HIV und Aids.

www.aids-info.net

Von der Pharma-Industrie unabhängige Website mit vielen interessanten Informationen über Aids.

www.dstdg.de

Ausführliche Informationen für Patienten zu Feigwarzen (Kondylomen) der Deutschen STD-Gesellschaft.

www.hpa.org.uk

Website der britischen „**Health Protection Agency**“; umfangreiche Informationen zu allen sexuell übertragbaren Erkrankungen (englisch).

www.cdc.gov

Website der amerikanischen „**Centers for Disease Control**“; umfangreiche und aktuelle Informationen, unter anderem zu allen sexuell übertragbaren Erkrankungen (englisch).

www.herpesweb.net

Ausführliche Informationen zu Herpes genitalis (englisch).

www.loveline.de

Jugendhomepage der BZgA zu Liebe, Partnerschaft, Sexualität und Verhütung.

Impressum

Herausgegeben von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln, im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit. Alle Rechte vorbehalten.

Druck: Rasch, Bramsche
3.150.6.07

Best.-Nr. 70410000

Diese Broschüre wird von der BZgA, 51101 Köln, kostenlos abgegeben. Sie ist nicht zum Weiterverkauf durch die Empfängerin/den Empfänger oder Dritte bestimmt.

Gestaltung:
Hansen Kommunikation, Köln



TELEFONBERATUNG:

01805 555 444

(Kostenpflichtig. Es gilt der Preis entsprechend der Preisliste Ihres Telefonanbieters – in der Regel 0,14 €/Min. aus dem deutschen Festnetz.)

ONLINE-BERATUNG:

telefonberatung@bzga.de

www.aidsberatung.de

INTERNET:

www.gib-aids-keine-chance.de

www.bzga-reisegesundheit.de

www.machsmitt.de