



STI

Sexuell übertragbare Infektionen

**Erkennen. Behandeln.
Sich schützen.**



Bundesinstitut für
Öffentliche Gesundheit




**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 STI; das ist die englische Abkürzung für sexuell übertragbare Infektionen («Sexually Transmitted Infections»). Früher wurden sie auch ungenau als »Geschlechtskrankheiten« bezeichnet.



Mit Kondomen schützt du dich vor HIV und senkst das Risiko einer Ansteckung mit anderen sexuell übertragbaren Infektionen (STI).



Hast du dich mit einer sexuell übertragbaren Infektion (STI) angesteckt, ist das kein Grund, dich zu schämen. Wichtig ist, dass du zu Ärzt*innen gehst. Denn STI können deiner Gesundheit auf Dauer schwer schaden, wenn sie nicht behandelt werden. Außerdem erhöhen sie das Risiko für eine Ansteckung mit HIV.

Wenn bei dir eine STI festgestellt wird, solltest du mit deinen (Sex-)Partner*innen sprechen. Denn auch sie sollten sich untersuchen lassen.

STI - was ist das?

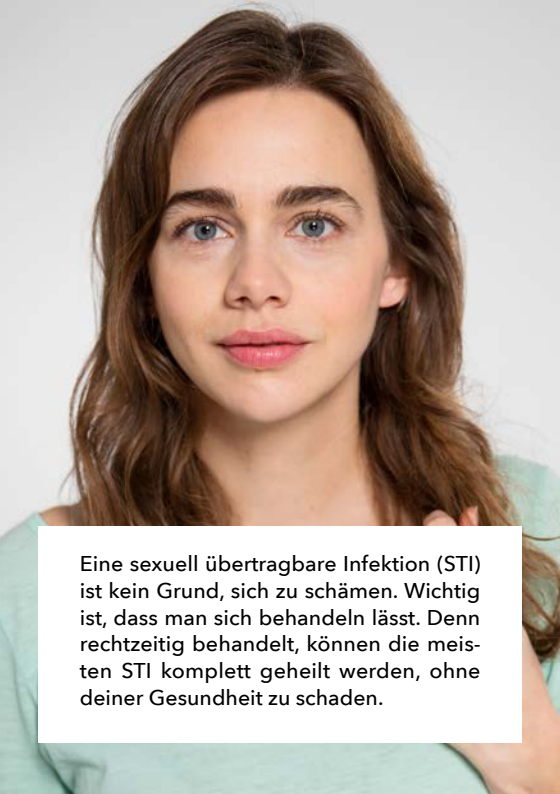
Mit sexuell übertragbaren Infektionen (STI) kann man sich vor allem beim Sex anstecken. Sie sind Infektionskrankheiten wie andere auch. Und so wie jeder Mensch eine Grippe oder einen Schnupfen bekommen kann, kann sich auch jeder Mensch mit Bakterien, Viren oder Parasiten anstecken, die eine STI hervorrufen. Beim Sex werden diese Erreger mitunter sehr leicht übertragen.



»Was hat das mit mir zu tun?«

Viele Menschen denken: »Das betrifft mich nicht!« Aber das stimmt leider nicht, denn viele Menschen stecken sich im Laufe ihres Lebens mit einer sexuell übertragbaren Infektion (STI) an. Das liegt daran, dass STI beim Sex mitunter sehr leicht übertragen werden können.

Weltweit stecken sich jeden Tag ungefähr eine Million Menschen mit einer STI an - ganz egal, ob sie in Deutschland oder im Rest der Welt leben, wie alt sie sind, welches Geschlecht oder welche sexuelle Orientierung sie haben. Denn STI können alle betreffen.



Eine sexuell übertragbare Infektion (STI) ist kein Grund, sich zu schämen. Wichtig ist, dass man sich behandeln lässt. Denn rechtzeitig behandelt, können die meisten STI komplett geheilt werden, ohne deiner Gesundheit zu schaden.

Woran merkt man, dass man eine STI hat?

Es gibt verschiedene Krankheitsanzeichen, die auf eine sexuell übertragbare Infektion (STI) hindeuten.

Wenn du eines oder mehrere der folgenden Krankheitsanzeichen feststellst, solltest du dich untersuchen lassen:



Ungewöhnlicher Ausfluss aus Vagina, Penis oder Anus sowie Zwischenblutungen



Juckreiz, Ausschlag und Hautrötungen - insbesondere im Intimbereich



Harndrang, Schmerzen und Brennen beim Pinkeln



Hautveränderungen und nässende Hautstellen, insbesondere Bläschen, Warzen oder Geschwüre



Schmerzen beim Sex und Schwellungen im Intimbereich



Fieber und grippeähnliche Anzeichen



Appetitlosigkeit, Übelkeit, Bauchschmerzen und Durchfall

Leider sind die Anzeichen für eine sexuell übertragbare Infektion (STI) nicht immer eindeutig. Manchmal hat man sogar überhaupt keine Anzeichen. Und bei einigen STI verschwinden die Beschwerden mit der Zeit wieder - die Erreger können dann aber immer noch in deinem Körper sein und deiner Gesundheit schaden. Daher können dir nur Ärzt*innen sicher sagen, ob du eine STI hast oder nicht.





»Wie kann ich mich vor STI schützen?«

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



Benutze Kondome beim Vaginalg sex («Penis in der Scheide») und beim Analsex («Penis im Po») – auch wenn der Penis nur kurz eindringt.



Benutze Kondome, wenn du Sexspielzeug mit anderen teilst. Verwende vor jeder Weitergabe ein neues Kondom.



Berühre keine Hautveränderungen und nässenden Hautstellen; dies gilt besonders für Herpes-Bläschen, Feigwarzen und Syphilis-Geschwüre.



Gegen HPV, gegen Hepatitis A und gegen Hepatitis B kannst du dich auch impfen lassen. Frage am besten bei Ärzt*innen danach.

Auf diese Weise kannst du dein Risiko für eine Ansteckung stark verringern. Doch selbst dann gibt es keinen hundertprozentigen Schutz. Achte deshalb auf deinen Körper und schiebe bei Anzeichen den den Besuch bei Ärzt*innen nicht lange vor dir her.



Ist Oralsex sicher?

Mit manchen sexuell übertragbaren Infektionen (STI) kann man sich leider auch beim Oralsex («Sex mit dem Mund») anstecken. Dieses Risiko ist jedoch sehr gering. Und du kannst es mit den für dich richtigen Impfungen noch weiter senken.

Falls sich Hautveränderungen, insbesondere Herpes-Bläschen, Feigwarzen und Syphilis-Geschwüre, an Penis, Vulva, Anus oder Mund befinden, solltest du vorerst besser auf Oralsex verzichten. Außerdem kannst du auch beim Oralsex Kondome oder Lecktücher verwenden.



Kann man das behandeln?

Sexuell übertragbare Infektionen (STI) lassen sich gut behandeln und können oft auch komplett geheilt werden. Wenn bei dir also eine STI festgestellt wird, ist das kein Grund zur Panik!

Am besten ist es, wenn du den Besuch bei Ärzt*innen nicht lange vor dir herschiebst und dich auch nicht mit Tipps von Freund*innen oder aus dem Internet selbst zu behandeln versuchst. Außerdem solltest du Medikamente, die dir Ärzt*innen verordnen, so lange einnehmen, wie es dir gesagt wird - selbst wenn deine Beschwerden schon vorher verschwunden sind.



Muss ich mit meinen (Sex-) Partner*innen sprechen?

Wenn bei dir eine sexuell übertragbare Infektion (STI) festgestellt wird, solltest du allen Personen Bescheid sagen, mit denen du in der letzten Zeit Sex hattest. Denn auch sie sollten sich untersuchen und behandeln lassen. Außerdem kannst du so verhindern, dass ihr euch immer wieder gegenseitig ansteckt.



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

Da sexuell übertragbare Infektionen (STI) beim Sex mitunter sehr leicht weitergegeben werden, solltest du so lange auf Sex verzichten, bis du wieder ganz gesund bist. Frage am besten bei deinen Ärzt*innen nach.




Ohne Behandlung können sexuell übertragbare Infektionen (STI) schwere Folgen haben. Sie können nicht nur Schmerzen beim Sex verursachen, sondern zum Beispiel auch zu Unfruchtbarkeit führen, sodass man keine Kinder mehr auf natürlichem Wege bekommen kann. Außerdem steigt mit einer STI das Risiko, sich bei ungeschütztem Sex mit HIV anzustecken.

»Was passiert, wenn STI nicht behandelt werden?«

Muss ich wirklich zu Ärzt*innen?

Nur Ärzt*innen können sicher feststellen, ob du dich mit einer sexuell übertragbaren Infektion (STI) angesteckt hast oder nicht.

Fachärzt*innen für Haut- und Geschlechtskrankheiten kennen sich gut mit der Behandlung von STI aus. Aber auch Hausärzt*innen, Frauenärzt*innen (auch Gynäkolog*innen genannt) und Urolog*innen können weiterhelfen.



Wenn du Fragen hast oder unsicher bist, kannst du dich persönlich - und wenn du möchtest anonym - an die Telefon- und Onlineberatung des Bundesinstituts für öffentliche Gesundheit (BIÖG) oder an die Beratung der Deutschen AIDS-Hilfe (DAH) wenden.

»Wie wird eigentlich getestet?«

Je nachdem, wie deine Beschwerden aussehen und welche sexuell übertragbare Infektion (STI) vermutet wird, kann ein Test unterschiedlich durchgeführt werden: Oft reicht es schon, wenn Ärzt*innen verdächtige Hautstellen genau anschaut. Es kann aber auch sein, dass dein Blut, dein Urin oder andere Körperflüssigkeiten untersucht werden. Und manchmal wird auch ein Abstrich der betroffenen Schleimhaut gemacht. Solche Untersuchungen sind ganz normal - es muss dir also nicht peinlich sein!





Wo finde ich weitere Informationen?

Wenn du mehr über sexuell übertragbare Infektionen (STI) wissen möchtest, findest du viele Informationen im Internet unter **www.liebesleben.de**. Dort kannst du dir auch weitere Broschüren kostenlos bestellen.

Außerdem kannst du dich auch persönlich - und wenn du möchtest anonym - an die Telefon- und Onlineberatung des Bundesinstituts für öffentliche Gesundheit (BIÖG) wenden: telefonisch unter 0221 - 89 20 31 sowie im Internet auf **www.liebesleben.de/beratung**.

Impressum

Herausgegeben vom Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG), 50819 Köln, im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit, gefördert durch die Bundesrepublik Deutschland, in Kooperation mit dem Verband der Privaten Krankenversicherung e.V.



Bundesinstitut für
Öffentliche Gesundheit



Redaktion

Dr. Johannes Breuer

Druck

Warlich Druck Meckenheim GmbH,
Am Hambuch 5, 53340 Meckenheim

Dieses Medium wurde umweltbewusst produziert.

6. Auflage

6.20.06.25 (Artikelnummer: 70380000)

Diese Broschüre wird vom Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit kostenlos abgegeben. Sie ist nicht zum Weiterverkauf bestimmt.

Alle Rechte vorbehalten.

**Besuche [LIEBESLEBEN](#) und informiere dich
rund um die Themen Liebe, Sex und Schutz.**



[liebesleben.de](https://www.liebesleben.de)