

Hepa- titis B

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

In dieser Broschüre kannst du dich über Hepatitis B informieren.



Mit Kondomen schützt du dich vor HIV und senkst das Risiko einer Ansteckung mit anderen sexuell übertragbaren Infektionen (STI). Gegen Hepatitis B gibt es außerdem eine Impfung, mit der du eine Ansteckung verhindern kannst.



Hast du dich mit einer sexuell übertragbaren Infektion (STI) angesteckt, ist das kein Grund, dich zu schämen.

Wichtig ist, dass du zu einer Ärztin oder zu einem Arzt 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 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 sich untersuchen lassen.

Hepatitis B - was ist das?

Hepatitis B ist eine weltweit verbreitete Erkrankung der Leber. Sie wird durch Viren ausgelöst, die auch beim Sex leicht übertragen werden können.

Oft heilt die Hepatitis B ganz von alleine aus. Sie kann aber auch chronisch, also dauerhaft, werden und dann langfristig schwere gesundheitliche Schäden verursachen.



»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. Und das gilt leider auch für Hepatitis B.

Außerdem wird Hepatitis B durch Blut übertragen, etwa wenn man Drogen gebraucht und dabei zum Beispiel Nadeln, Spritzbestecke oder Röhrchen mit anderen Menschen teilt.



Hepatitis B ist kein Grund, sich zu schämen. Wichtig ist, dass man sich beraten lässt. Denn Hepatitis B ist sehr ansteckend.

Woran merkt man, dass man Hepatitis B hat?

Hepatitis B löst häufig keine oder nur geringe Beschwerden aus. Viele Menschen merken daher gar nicht, dass sie sich angesteckt haben, und geben die Infektion weiter, ohne es zu wissen.

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



Übelkeit, Erbrechen, Bauchschmerzen | Appetitlosigkeit



Kopf- und Gliederschmerzen | leichtes Fieber | Abgeschlagenheit

Nur in seltenen Fällen kommt es zu einer sogenannten Gelbsucht mit Gelbfärbung von Haut und Bindehaut, dunklem Urin, entfärbtem Stuhl und starkem Juckreiz der Haut.

In den meisten Fällen heilt eine Hepatitis-B-Infektion von alleine aus. Sie hinterlässt dann in der Regel eine lebenslange Immunität, sodass man sich nicht mehr mit Hepatitis B anstecken kann.

In 5 bis 10 Prozent der Fälle heilt die Hepatitis-B-Infektion allerdings nicht von alleine aus. Sie wird dann chronisch, also dauerhaft anhaltend, und verursacht zunächst keine Beschwerden. Die Viren schädigen jedoch die Leber so, dass sich nach einigen Jahren schwere Leberschäden entwickeln können.





»Wie kann ich mich vor Hepatitis B schützen?«

So kannst du das Risiko einer Ansteckung mit Hepatitis B senken:



Benutze Kondome beim Vaginalsex (Penis in der Scheide) und beim Analsex (Penis im Po) - auch wenn der Penis nur kurz in Scheide oder Po eindringt.



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



Vermeide den Kontakt mit Blut.

Auf diese Weise kannst du dein Risiko für eine Ansteckung mit Hepatitis B verringern. Den sichersten Schutz bietet aber eine Impfung gegen Hepatitis B. Mit ihr kannst du verhindern, dass du dich mit Hepatitis B ansteckst.

Die Hepatitis-B-Impfung

Die Impfung gegen Hepatitis B wird für Säuglinge ab einem Alter von zwei Monaten empfohlen. Kinder und Jugendliche, die noch nicht geimpft sind, sollten dies möglichst bald nachholen - bis zu einem Alter von einschließlich 17 Jahren übernehmen die Krankenversicherungen die Kosten für eine Hepatitis-B-Impfung.

Auch im Erwachsenenalter kann die Hepatitis-B-Impfung für Menschen mit besonders hohem Ansteckungsrisiko sinnvoll sein. Dazu zählen etwa Menschen mit häufig wechselnden Partnerinnen oder Partnern, schwule Männer und andere Männer, die (auch) mit Männern Sex



haben, sowie Menschen mit einer bereits vorhandenen Schwächung des Abwehrsystems. In diesen Fällen übernehmen die Krankenversicherungen in der Regel die Kosten.

Kann man das behandeln?

Eine akute Hepatitis B wird in der Regel nicht mit Medikamenten behandelt. Menschen mit einer akuten Hepatitis B sollten sich schonen, keinen Alkohol trinken und möglichst keine Medikamente nehmen, die die Leber zusätzlich belasten.

Im Gegensatz zur akuten Hepatitis B wird eine chronische Hepatitis B mit speziellen Medikamenten behandelt. Diese Medikamente können eine Heilung ermöglichen, aber nicht garantieren.



Eine ausgeheilte Hepatitis B hinterlässt in der Regel eine lebenslange Immunität, sodass man sich nicht mehr mit Hepatitis B anstecken kann.

Muss ich mit meinem Partner sprechen?

Da Menschen mit einer Hepatitis-B-Infektion das Virus auch dann weitergeben können, wenn sie keine Beschwerden haben, solltest du deine Partnerin oder deinen Partner informieren. Oft ist eine Impfung auch für sie oder ihn sinnvoll.



*»Was passiert,
wenn eine chronische
Hepatitis B nicht
behandelt wird?«*

Ohne Behandlung verursacht eine chronische Hepatitis B zunächst keine Beschwerden. Die Viren schädigen jedoch die Leber so, dass sich nach einigen Jahren schwere Leberschäden entwickeln können.

Muss ich wirklich zum Arzt?

Nur eine Ärztin oder ein Arzt kann sicher feststellen, ob du dich mit Hepatitis B angesteckt hast oder nicht.

Wenn du den Verdacht hast, dich mit Hepatitis B angesteckt zu haben, solltest du zu deiner Hausärztin oder deinem Hausarzt gehen. Sie können dir weiterhelfen.



Wenn du Fragen hast oder unsicher bist, kannst du dich persönlich - und wenn du möchtest anonym - an die Telefon- und Onlineberatung der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) oder an die Beratung der Deutschen AIDS-Hilfe (DAH) wenden.



»Was untersucht der Arzt?«

Um festzustellen, ob du dich mit Hepatitis B angesteckt hast, nimmt dir die Ärztin oder der Arzt Blut ab.

Die Krankenversicherungen übernehmen die Kosten, wenn du Anzeichen für eine Hepatitis B hast oder wenn bei deiner Partnerin oder deinem Partner bereits eine Hepatitis B festgestellt wurde.

Seit Oktober 2021 können sich Menschen ab 35 Jahren im Rahmen der Gesundheitsuntersuchung, dem sogenannten Check-up 35, einmalig auf Hepatitis B und Hepatitis C testen lassen. Durch das Angebot sollen symptomlose oder schleichend verlaufende Infektionen erkannt und frühzeitig behandelt werden.

Wo finde ich weitere Informationen?

Wenn du mehr über Hepatitis B und andere 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 der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) wenden: telefonisch unter 0221 - 89 20 31 sowie im Internet auf **www.liebesleben.de/beratung**.

Impressum

Herausgegeben von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), 50819 Köln, im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit, gefördert durch die Bundesrepublik Deutschland, in Kooperation mit dem Verband der Privaten Krankenversicherung e.V.



Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung



Verband der Privaten
Krankenversicherung

Redaktion

Dr. Johannes Breuer

Gestaltung

HW Hochhaus Agentur GmbH

Druck

Warlich Druck Meckenheim GmbH,
Am Hambuch 5, 53340 Meckenheim
Dieses Medium wurde klimaneutral gedruckt.

4. Auflage

4.25.02.23 (Best.-Nr. 70382000)

Diese Broschüre wird von der BZgA 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