



**LIEBES
LEBEN**

**Es ist deins.
Schütze es.**

Mehr Wissen über sexuell übertragbare Infektionen



BZgA

Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung



Vorwort

Jeder Mensch hat seine Wünsche, wie Sex sein sollte. Ob man Vaginalsex »Penis in Scheide«, Analsex »Penis in Po« oder Oralsex »Sex mit dem Mund« hat, ob man Sexspielzeug miteinander teilt oder vielleicht auch gar nicht eindringt – Sex gehört für viele Menschen zu den schönen und aufregenden Dingen im Leben.

Aber manchmal kann man sich beim Sex auch mit Krankheiten anstecken. Diese Krankheiten nennt man sexuell übertragbare Infektionen, kurz STI (englisch »Sexually Transmitted Infection«). Früher wurden sie oft auch ungenau als »Geschlechtskrankheiten« bezeichnet.

STI kommen häufig vor – so häufig, dass sich viele Menschen im Laufe ihres Lebens mit einer STI anstecken. Daher solltest du mehrere Dinge wissen:

- Wie kann ich mich anstecken?
- Wie kann ich mich schützen?
- Woran merke ich, dass ich mich angesteckt habe?
- Wo kann ich mich behandeln lassen?
- Und welche STI gibt es überhaupt?

Auf all diese – und einige weitere – Fragen erhältst du in dieser Broschüre Antworten.

Sexuell übertragbare Infektionen

Was sind sexuell übertragbare Infektionen (STI)?	5
Was hat das mit mir zu tun?	6

Übertragung und Schutz

Wie kann ich mich anstecken?	9
Wie kann ich mich schützen?	11
Wie kann ich mein Ansteckungsrisiko weiter verringern?	17

Anzeichen und Tests

Woran kann ich eine STI erkennen?	19
Wo kann ich mich beraten und testen lassen?	21
Wie wird eigentlich getestet?	23

Behandlung

Ich habe mich angesteckt ... Was nun?	25
Muss ich wirklich in eine ärztliche Praxis?	26
Muss ich wirklich mit meinen (Sex-)Partner*innen sprechen?	27

STI im Überblick

Welche STI gibt es überhaupt?	29
Wo finde ich weitere Informationen?	58

Sexuell übertragbare Infektionen

Was sind sexuell übertragbare Infektionen (STI)?

STI 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 zum Teil sehr leicht übertragen.

Es gibt mehr als 30 verschiedene STI. Manche von ihnen sind unangenehm, jedoch weitgehend harmlos. Andere hingegen können sogar lebensbedrohlich sein. Wenn STI aber frühzeitig erkannt werden, so lassen sie sich in der Regel gut behandeln – auch wenn (noch) nicht alle komplett heilbar sind.

Eine Kurzübersicht zu einzelnen STI findest du am Ende der Broschüre:

Chlamydien	29
Filzläuse (Schamläuse)	31
Gonorrhö (Tripper)	34
Hepatitis A	36
Hepatitis B	38
Hepatitis C	40
Herpes (Herpes simplex)	42
HIV und AIDS	44
HPV (Humane Papillomviren)	47
Krätze (Skabies)	50
Syphilis (Lues)	52
Trichomonaden (Trichomoniasis)	55

Was hat das mit mir zu tun?

*»STI – das betrifft mich nicht.
Sowas bekommen immer nur andere.«*

So oder ähnlich denken viele Menschen. Du vielleicht auch? Doch Tatsache ist, dass sich weltweit jeden Tag ungefähr eine Million Menschen mit einer STI anstecken – ganz egal, ob sie in Deutschland oder im Rest der Welt leben, ob sie alt oder jung sind, welche sexuelle Orientierung und welches Geschlecht sie haben.

Je mehr du über STI, Anzeichen einer Infektion und Schutzmöglichkeiten weißt, desto besser kannst du dich schützen. Und das solltest du auch, denn eine Ansteckung kann unangenehme Folgen haben. Wie diese aussehen, ist je nach Krankheitserreger unterschiedlich. Meist gibt es aber sehr gute Behandlungsmöglichkeiten. Wenn du also Veränderungen an dir bemerkst, gehe zu Ärzt*innen deines Vertrauens. Hier wird dir weitergeholfen.

Übrigens:

Bei STI geht es nicht nur um dich – deine (Sex-) Partner*innen sind vielleicht auch betroffen.



Übertragung und Schutz

Wie kann ich mich anstecken?

Die Ansteckung mit einer STI kann bei den verschiedensten sexuellen Aktivitäten erfolgen. Dabei gibt es unterschiedliche Wege, wie Bakterien, Viren oder Parasiten in den Körper gelangen können. Zum einen ist das der **Kontakt mit ansteckenden Körperflüssigkeiten**, wie etwa Sperma, Vaginalflüssigkeit, dem Flüssigkeitsfilm der Darmschleimhaut oder (Menstruations-)Blut. Zum anderen kann eine Infektion aber auch durch den **Kontakt mit befallenen Schleimhäuten** sowie durch den **Kontakt mit Hautveränderungen**, etwa Herpes-Bläschen, Feigwarzen (ausgelöst durch HPV) oder Syphilis-Geschwüren, erfolgen. Und manchmal kann man sich auch indirekt, etwa bei der gemeinsamen Benutzung von Sexspielzeug, anstecken. Das nennt man dann **Schmierinfektion**.

Allerdings gibt es auch Erkrankungen, die eher selten beim Sex übertragen werden – obwohl das viele meinen. Vor allem Pilzinfektionen, wie die Candidose, werden meist nicht bei sexuellen Aktivitäten weitergegeben, sondern entstehen durch Hormonumstellungen, Stress oder auch durch die Einnahme von Medikamenten.

Candidose

Jeder Mensch trägt auf seiner Haut und auf Schleimhäuten verschiedene Mikroorganismen, Bakterien und Pilze. Sie bilden ein Gleichgewicht, das sehr nützlich ist und Krankheitserreger abwehrt. Gerät dieses Gleichgewicht aber durcheinander, dann können sich einzelne Mikroorganismen stark ausbreiten.

Das geschieht etwa bei einer Candidose. Hier breitet sich der Candida-Pilz massiv aus - vor allem an den Vulvalippen und der Vagina, an der Eichel und der Vorhaut. Obwohl eine Candidose in der Regel gut behandelt werden kann und keine schwerwiegenden gesundheitlichen Folgen hat, so verursacht sie doch oft Juckreiz und Schmerzen beim Sex. Deshalb solltest du dich, gerade wenn du davon öfter betroffen bist, ärztlich beraten lassen.

Wie kann ich mich schützen?



Mit Safer Sex schützt du dich vor HIV und senkst das Risiko, dich mit anderen STI anzustecken. Kondome spielen dabei eine zentrale Rolle, denn sie können beim Sex den direkten Kontakt mit infektiösen Körperflüssigkeiten, mit infektiösen Schleimhäuten und teilweise auch mit infektiösen Hautstellen verhindern. Außerdem sollten ansteckende Hautveränderungen, vor allem Herpes-Bläschen, Feigwarzen oder Syphilis-Geschwüre, nicht berührt werden. Und gegen einige STI – gegen Hepatitis A, Hepatitis B und HPV – kann man sich auch impfen lassen.

Wenn du Anzeichen für eine STI entdeckst, solltest du den Besuch einer ärztlichen Praxis nicht lange vor dir herschieben. Denn STI können, gerade wenn sie rechtzeitig erkannt werden, sehr gut behandelt und oft auch komplett geheilt werden. Außerdem verhinderst du so, dass du andere Menschen ansteckst.

Kontakt mit ansteckenden Körperflüssigkeiten verhindern

Kondome können beim Sex verhindern, dass möglicherweise infektiöse Körperflüssigkeiten, vor allem Sperma, Vaginalflüssigkeit, der Flüssigkeitsfilm der Darmschleimhaut oder (Menstruations-)Blut, in den Körper gelangen.



Du solltest Kondome beim Vaginalsex und beim Analsex verwenden – auch dann, wenn man nur kurz eindringt.



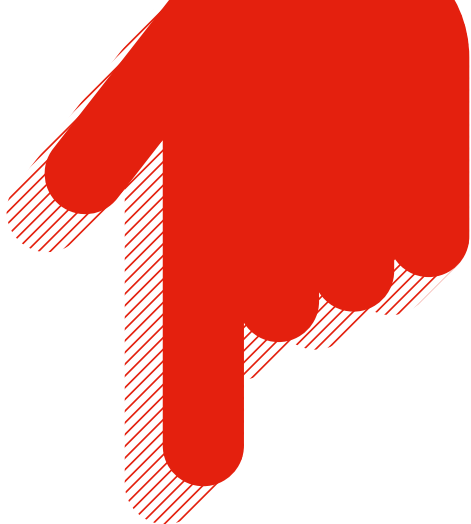
Wenn du Sexspielzeug mit anderen teilst, sollte vor jeder Weitergabe ein neues Kondom benutzt werden.



Und auch beim Oralsex sollte der Kontakt mit ansteckenden Körperflüssigkeiten, vor allem mit Sperma und Blut, vermieden werden. Dazu kann man ebenfalls Kondome oder Lecktücher¹ verwenden.

Kondome schützen aber nur dann richtig, wenn sie die passende Größe haben und korrekt angewendet werden. Ausführliche Informationen dazu findest du im Internet auf **www.liebesleben.de** und in der Broschüre »Kondome – Dein Schutz beim Sex«.

¹ Ein Lecktuch ist ein hauchdünnes, etwa 15 Zentimeter breites und 15 bis 25 Zentimeter langes Tuch. Es besteht häufig aus Latex, es gibt aber auch latexfreie Lecktücher. Man bekommt sie im Internet oder in der Apotheke. Als Alternative zu einem Lecktuch kann man auch ein Kondom nutzen; dazu schneidet man einfach die Spitze des Kondoms ab und den Rest der Länge nach auf.



Kontakt mit ansteckenden Hautveränderungen vermeiden

Neben der Verwendung von Kondomen kannst du dein Risiko für eine Ansteckung mit STI weiter senken, indem du Hautveränderungen und nässende Hautstellen nicht berührst. Das gilt besonders für Herpes-Bläschen, Feigwarzen und Syphilis-Geschwüre.



Mit Impfungen einer Ansteckung vorbeugen

Gegen einige wichtige Humane Papillomviren (HPV), gegen Hepatitis A und gegen Hepatitis B kann man sich impfen lassen.² Die Impfungen bieten den besten Schutz vor einer Ansteckung mit diesen STI und werden teilweise schon im Säuglings- oder Kindesalter durchgeführt. Wenn du noch nicht geimpft bist, kannst du dich in vielen Fällen nachimpfen lassen. Ob das für dich sinnvoll ist, erfährst du bei deiner Ärztin oder deinem Arzt.

Die Hepatitis-A-Impfung

Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt die Impfung gegen Hepatitis A für Menschen mit besonders hohem Ansteckungsrisiko. Dazu zählen etwa Menschen mit häufig wechselnden (Sex-) Partner*innen, schwule Männer und andere Männer, die (auch) mit Männern Sex haben, sowie Menschen mit einer dauerhaft anhaltenden Lebererkrankung. Die Kosten für die Hepatitis-A-Impfung werden dann von den Krankenversicherungen übernommen.

Viele Krankenversicherungen übernehmen auch die Kosten für eine Impfung, wenn eine Reise in Länder geplant ist, in denen Hepatitis A häufig vorkommt. Informiere dich dazu bei Ärzt*innen.

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 sinnvoll

2 Mehr Informationen zu diesen STI findest du am Ende der Broschüre ab Seite 36.

sein – etwa für Menschen mit häufig wechselnden (Sex-)Partner*innen für schwule Männer und andere Männer, die (auch) mit Männern Sex haben, sowie für Menschen mit einer bereits vorhandenen Schwächung des Abwehrsystems. In diesen Fällen übernehmen die Krankenversicherungen in der Regel die Kosten.

Die HPV-Impfung

Die HPV-Impfung schützt vor einer Ansteckung mit den häufigsten Typen der Humanen Papillomviren (HPV). Dadurch können bestimmte Krebsarten, etwa den allergrößten Teil der Gebärmutterhalskrebs-erkrankungen, und – je nach Impfstoff – auch die Entstehung von Feigwarzen größtenteils (zu 90%) verhindert werden. Vor einer Impfung wirst du dazu beraten, welcher HPV-Impfstoff für dich in Frage kommt.

Um einen möglichst hohen Schutz zu erreichen, sollte die HPV-Impfung vor den ersten sexuellen Kontakten durchgeführt werden. Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt daher die Impfung gegen HPV für Mädchen und Jungen von 9 bis einschließlich 14 Jahren; nicht geimpfte Jugendliche können sich bis einschließlich 17 Jahren kostenlos nachimpfen lassen. Einige Krankenversicherungen übernehmen auch die Kosten für Personen über 18 Jahren. Hier lohnt es sich, bei deiner Versicherung einmal nachzufragen.

Safer Sex ist vielfältig!

Mit dem Safer-Sex-Check auf www.liebesleben.de erhältst du ganz individuelle, auf dein Liebesleben angestimmte Empfehlungen zum Schutz vor HIV und anderen STI.

Bei Krankheitsanzeichen - Ab zu Ärzt*innen

Wenn du den Kontakt mit ansteckenden Körperflüssigkeiten, Schleimhäuten sowie Hautveränderungen vermeidest und die für dich sinnvollen Impfungen erhalten hast, kannst du dein Risiko für eine Ansteckung mit STI sehr stark verringern. Doch selbst dann gibt es keinen hundertprozentigen Schutz. Das bedeutet jedoch nicht, dass diese Schutzmaßnahmen nutzlos sind. Auch vor anderen Krankheiten wie Magen-Darm-Infektionen kann man sich nicht vollständig schützen. Dennoch ist das kein Grund, vorbeugende Maßnahmen wie regelmäßiges Händewaschen zu unterlassen.

Viele STI verlaufen – zumindest zeitweise – ohne eindeutige Krankheitsanzeichen. Gerade deshalb solltest du, sobald du an deinem Körper, insbesondere im Intimbereich, aber etwa auch am Mund, Veränderungen bemerkst, zu einer Beratungsstelle oder zu Ärzt*innen gehen.

Wenn du dir nicht sicher bist, ob du Krankheitsanzeichen hast, kann es helfen, mit deinen (Sex-)Partner*innen zu sprechen. Vielleicht hat dein Gegenüber ja ebenfalls Beschwerden, die auch behandelt werden sollten, damit ihr euch nicht immer wieder gegenseitig ansteckt. Klarheit bringt dir letztlich aber nur der Besuch bei Ärzt*innen!

Wie kann ich mein Ansteckungs- risiko weiter verringern?



Grundsätzlich gilt: Je besser du dich mit dem Thema STI auskennst, desto besser kannst du dich schützen. Außerdem wirst du selbstbewusster mit dir und deiner Gesundheit umgehen.

Hygiene ist wichtig - zu viel Hygiene kann aber auch schaden. Vaginalspülungen und Intimsprays beispielsweise können den gesunden Bakterienhaushalt aus dem Gleichgewicht bringen. Dadurch können Krankheitserreger leichter eindringen. Wenn du dir unsicher bist, sprich mit Ärzt*innen über die angemessene Intimpflege.

Anzeichen und Tests

Woran kann ich eine STI erkennen?

Verschiedene Anzeichen können darauf hindeuten, dass du dich mit einer STI angesteckt hast. Wenn du deinen Körper gut kennst, werden dir Veränderungen eher auffallen. Auf folgende Anzeichen solltest du besonders achten:



Ungewöhnlicher Ausfluss aus Vagina, Penis oder Anus sowie Zwischenblutungen



Brennen und Schmerzen - auch beim Pinkeln oder beim Sex



Juckreiz, Hautrötungen und Hautveränderungen - insbesondere an Vulva, Penis, Anus oder Mund

Ist Ausfluss aus der Vagina nicht etwas ganz Normales?

Im Laufe des Monatszyklus hat man fast immer klaren oder auch weißlichen Ausfluss. Das ist ganz normal. Doch manchmal kann Ausfluss aus der Vagina auch auf eine STI hindeuten. Dies ist oft der Fall, wenn der Ausfluss:

- unangenehm riecht,
- ungewöhnlich stark ist,
- eine ungewöhnliche Farbe hat und/oder
- eine ungewöhnliche Zusammensetzung aufweist, etwa schleimig, eitrig oder schaumig ist.

Wenn du eines oder mehrere dieser Anzeichen bemerkst, solltest du dich ärztlich beraten lassen. Du kannst auch zu einer Beratungsstelle in einem Gesundheitsamt oder einer regionalen Aidshilfe gehen. Dort wird man dir weiterhelfen.

Leider sind die Anzeichen für eine STI nicht immer eindeutig: Du fühlst dich zum Beispiel, als hättest du eine Grippe, bist schwach, ständig müde, erbrichst dich, hast keinen Appetit und vielleicht Fieber. In so einem Fall denkt man oft nicht gleich an eine STI, etwa an Hepatitis. Manchmal hat man auch gar 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 nur Ärzt*innen sicher herausfinden, ob du eine STI hast oder nicht.



Wo kann ich mich beraten und testen lassen?

Grundsätzlich ist es wichtig, dass du dich beraten lässt, wenn du vermutest, dich angesteckt zu haben. Zuständig für die Erkennung und Behandlung von STI sind vor allem:

- Hausärzt*innen – sie können dich, wenn nötig, bei allen Krankheitsbildern zu Spezialist*innen überweisen.
- Frauenärzt*innen (auch Gynäkolog*innen genannt) – sie befassen sich vornehmlich mit allen Fragen, die die weiblichen Geschlechtsorgane, die Schwangerschaft und die Geburt betreffen.
- Urolog*innen – sie kümmern sich unter anderem um alle Fragen, die die männlichen Geschlechtsorgane betreffen.
- Hautärzt*innen (auch Dermatolog*innen genannt) – sie sind bei allen Veränderungen der Haut, auch im Intimbereich, zuständig.

Wichtig

Alle Ärzt*innen unterliegen der Schweigepflicht, sodass niemand etwas über deine Beschwerden erfahren wird.

In vielen deutschen Großstädten gibt es außerdem die Möglichkeit, sich anonym beraten und bei Bedarf testen zu lassen – etwa in Gesundheitsämtern oder bei regionalen Aidshilfen. Ob es ein solches Angebot auch in deiner Nähe gibt, erfährst du im Internet auf www.liebesleben.de/beratung.

Kostenloses Chlamydien-Screening für Frauen bis einschließlich 24 Jahre

Chlamydien sind weit verbreitet; junge Menschen sind besonders häufig betroffen.³ Gerade bei Frauen kann eine unentdeckte Chlamydien-Infektion ein Grund für Unfruchtbarkeit sein. Wenn die Infektion mit Chlamydien aber frühzeitig erkannt und behandelt wird, bleiben in der Regel keine gesundheitlichen Schäden zurück. Um das zu erreichen, wurde das Chlamydien-Screening eingeführt: Für sexuell aktive junge Frauen bis einschließlich 24 Jahre bezahlen die Krankenversicherungen einmal im Jahr eine Urinuntersuchung bei Frauenärzt*innen.

Krebsfrüherkennung bei Frauenärzt*innen

Einige Krebsformen werden besonders häufig durch Viren ausgelöst, genauer gesagt durch bestimmte Humane Papillomviren (HPV).⁴ Diese können zu Zellveränderungen, sogenannten Krebsvorstufen, führen – insbesondere am Gebärmutterhals. Deshalb sollten Frauen regelmäßig zur Krebsfrüherkennung bei Frauenärzt*innen gehen. Frauen zwischen 20 und 34 Jahren erhalten dabei einmal jährlich einen sogenannten Pap-Test, bei dem ein Abstrich vom Gebärmutterhals genommen und auf veränderte Zellen untersucht wird. Frauen ab dem Alter von 35 Jahren erhalten alle drei Jahre eine Kombinationsuntersuchung bestehend aus einem solchen Pap-Abstrich und einem HPV-Test, bei dem zusätzlich auch auf HP-Viren getestet wird. Die Krankenversicherungen übernehmen in diesen Fällen die Kosten.⁵

Die Früherkennung von Gebärmutterhalskrebs ist auch für bereits geimpfte Frauen wichtig, weil die HPV-Impfung zwar den allergrößten Teil aller Gebärmutterhalskrebs Erkrankungen verhindert, aber nicht vor allen HP-Viren schützt, die Krebs auslösen können.

³ Mehr zu Chlamydien erfährst du am Ende der Broschüre ab Seite 29.

⁴ Mehr zu HPV erfährst du am Ende der Broschüre ab Seite 47.

⁵ Für Menschen, die Analsex haben, kann auch eine Untersuchung auf Krebsvorstufen am Anus sinnvoll sein. Frag am besten deine Ärzt*innen danach.



Wie wird eigentlich getestet?

Je nachdem, wie deine Beschwerden aussehen und welcher Erreger vermutet wird, kann ein Test unterschiedlich durchgeführt werden. Möglich sind:

- eine Blickdiagnose
- ein Abstrich der betroffenen Schleimhaut
- eine Untersuchung deines Urins
- eine Untersuchung deines Bluts oder anderer Körperflüssigkeiten

Solche Untersuchungen sind ganz normal – es muss dir also nicht peinlich sein!



Behandlung

Ich habe mich angesteckt ... Was nun?

Wenn du vermutest, dass du dich angesteckt hast, oder wenn du Anzeichen einer STI bei dir feststellst, solltest du eine Beratungsstelle oder eine ärztliche Praxis aufsuchen. Lass dich auch dann untersuchen, wenn deine Beschwerden von selbst besser werden oder sogar ganz verschwinden. Denn die Krankheitserreger können immer noch in deinem Körper sein und deiner Gesundheit schaden. **STI können:**

- das Risiko für eine Ansteckung mit HIV bei ungeschütztem Sex erhöhen;
- zu Unfruchtbarkeit führen;
- Krebserkrankungen und schwere Schäden an Herz, Gehirn, Nerven, Leber, Augen und Knochen verursachen.

STI lassen sich aber gut behandeln und oft auch komplett heilen. Wenn bei dir also eine STI festgestellt wird, ist das kein Grund zur Panik. Erzähl es den Personen, mit denen du Sex hattest. Das ist wichtig, damit auch sie sich untersuchen und, wenn nötig, behandeln lassen können.

Bis zum Ende der Behandlung solltest du – je nachdem, um welche Infektion es sich handelt – komplett auf Sex verzichten. Deine Ärzt*innen werden dir sagen, wie du dich verhalten solltest, um deine Gesundheit und die anderer zu schützen.

Übrigens:

Wenn du selbst Beschwerden hast oder wenn bei deinen (Sex-)Partner*innen bereits eine STI festgestellt wurde, übernehmen die Krankenversicherungen die Kosten für eine Untersuchung.

Muss ich wirklich in eine ärztliche Praxis?



Eine STI kann verschiedene Anzeichen haben und durch sehr unterschiedliche Krankheitserreger - Bakterien, Viren oder Parasiten - hervorgerufen werden. Deshalb ist es wichtig, den Erreger richtig zu erkennen und die entsprechende Behandlung zu finden. Das können nur Ärzt*innen!

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 verordnet, so lange einnehmen, wie es dir gesagt wird - selbst wenn deine Beschwerden schon vorher verschwunden sind. Das Gleiche gilt auch für Kontrolluntersuchungen; sie sind ebenfalls wichtig und sollten eingehalten werden.

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



Oft ist es sinnvoll, dass deine (Sex-)Partner*innen ebenfalls getestet und, wenn nötig, behandelt werden. Ansonsten besteht bei einigen Infektionen die Gefahr, dass ihr euch immer wieder gegenseitig ansteckt. Das nennt man dann Ping-Pong-Effekt.

Über STI zu reden, fühlt sich am Anfang vielleicht komisch an – das ist aber kein Grund, sich zu schämen. Ganz im Gegenteil: Du zeigst, dass du Verantwortung für deine eigene Gesundheit und für die anderer übernimmst.

STI übertragen sich leicht. Deshalb ist es wichtig, über dieses Thema offen und ehrlich miteinander zu reden. Im Internet auf **www.liebesleben.de** findest du Tipps für ein Gespräch mit deinen (Sex-)Partner*innen.

STI im Überblick

Welche STI gibt es überhaupt?

Weltweit gibt es **mehr als 30 verschiedene STI**. Auf den folgenden Seiten findest du eine Auswahl der wichtigsten, die auch in Deutschland vorkommen, und erfährst, wie du dich vor ihnen schützen kannst.

Chlamydien

Die Chlamydien-Infektion gehört weltweit und auch in Deutschland zu den häufigsten STI. Sie wird durch Bakterien verursacht. Betroffen sind vor allem Jugendliche und junge Erwachsene.

Mögliche Anzeichen und Folgen

Chlamydien-Infektionen lösen **häufig keine oder nur leichte 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:



Ungewöhnlicher Ausfluss aus Vagina, Penis oder Anus sowie Zwischenblutungen



Schmerzen beim Vaginal- oder Analsex



Brennen oder Schmerzen beim Pinkeln



Juckreiz an Vulva, Penis oder Anus

Lass dich auch dann untersuchen, wenn deine Beschwerden von selbst besser werden oder sogar ganz verschwinden. Denn die Chlamydien-Infektion kann immer noch in deinem Körper sein.

Unbehandelt kann eine Chlamydien-Infektion Entzündungen auslösen, die mit der Zeit zu Unfruchtbarkeit führen können. Bei einem kleinen Teil der Infektionen siedeln sich die Bakterien auch in Gelenken an und können dort eine Gelenkentzündung verursachen. Außerdem steigt mit einer Chlamydien-Infektion das Risiko, sich bei ungeschütztem Sex mit HIV anzustecken.

Übertragung und Schutz

Chlamydien werden durch **Schleimhaut-Schleimhaut-Kontakt** weitergegeben, also wenn infizierte Schleimhaut mit nicht infizierter Schleimhaut in Berührung kommt. Übertragungswege sind daher vor allem ungeschützter Vaginal-, Anal- und Oralsex sowie die gemeinsame Benutzung von Sexspielzeug ohne Kondom.

Einen vollständigen Schutz vor einer Infektion mit Chlamydien gibt es nicht. Doch die **Verwendung von Kondomen** kann das Risiko einer Ansteckung stark senken.

- Du solltest Kondome beim Vaginal- und beim Analsex verwenden – auch dann, wenn man nur kurz eindringt.
- Wenn du Sexspielzeug mit anderen teilst, sollte vor jeder Weitergabe ein neues Kondom benutzt werden.
- Und auch beim Oralsex sollte der Kontakt mit infizierter Schleimhaut vermieden werden. Dazu kann man ebenfalls Kondome oder Lecktücher verwenden.

Untersuchung und Behandlung

Eine Chlamydien-Infektion lässt sich durch eine **Urinuntersuchung** oder durch einen **Abstrich** der betroffenen Schleimhaut feststellen. Die Kosten dafür werden von den Krankenversicherungen übernommen, wenn es bei dir Anzeichen für eine Chlamydien-Infektion gibt oder wenn bei deinen (Sex-)Partner*innen bereits eine Chlamydien-Infektion festgestellt wurde. Außerdem bezahlen die Krankenversicherungen einmal im Jahr ein **Chlamydien-Screening** für sexuell aktive junge Frauen bis einschließlich 24 Jahre. Mehr dazu erfährst du auf Seite 22.

Wird eine Infektion mit Chlamydien frühzeitig erkannt, ist sie **gut behandelbar**. Daher ist ein positiver Test auch kein Grund zur Sorge. Deine Ärzt*innen werden dir Antibiotika verordnen. Selbst wenn deine Beschwerden nach wenigen Tagen nachlassen, musst du diese Medikamente so lange einnehmen, wie es dir gesagt wurde. Ansonsten können sich die Bakterien wieder vermehren.

Bis die Behandlung beendet ist, solltest du **auf Sex verzichten**, da Chlamydien sehr leicht übertragen werden. Auch wenn du nach einigen Tagen schon keine Beschwerden mehr merkst, kannst du die Bakterien weitergeben und andere anstecken. Deshalb frage deine Ärzt*innen, wann du wieder Sex haben kannst. Und vergiss nicht, deine (Sex-)Partner*innen zu informieren.

Filzläuse (Schamläuse)

Filzläuse, auch Schamläuse genannt, sind kleine Insekten, die sich vor allem in der Schambehaarung im Intimbereich, aber auch in der Brust- und Achselbehaarung einnisten. Sie halten sich, ähnlich wie Kopfläuse, an den Haaren fest, legen Eier ab und saugen Blut.

Mögliche Anzeichen und Folgen

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



Juckreiz, Rötungen
und Entzündungen
der Haut | kleine blaue
Flecken rund um die
Bissstelle



bräunliche »Rostflecken«
in der Unterhose, die von den
Ausscheidungen der Läuse
herrühren

Filzläuse selbst bewegen sich kaum und sind daher mit bloßem Auge nur schwer zu erkennen.

Ein Befall mit Filzläusen hat in der Regel **keine schwerwiegenden gesundheitlichen Folgen**. Allerdings besteht durch aufgekratzte Hautstellen die Möglichkeit, dass du dich leichter mit HIV und anderen STI ansteckst.



Übertragung und Schutz

Filzläuse werden durch **engen Körperkontakt**, meist beim Sex, übertragen. Es ist aber auch möglich, dass Filzläuse indirekt über gemeinsam benutzte Bettwäsche, Handtücher oder Kleidung verbreitet werden.

Da bereits enger Körperkontakt für eine Übertragung der Filzläuse ausreicht, gibt es **keinen sicheren Schutz** vor einer Ansteckung. Die Rasur des Intimbereichs kann es für die Parasiten schwieriger machen, sich einzunisten. Doch auch das bietet keinen hundertprozentigen Schutz.

Untersuchung und Behandlung

Filzläuse lassen sich in der Regel durch eine **Blickdiagnose** feststellen, also indem Ärzt*innen verdächtige Hautstellen genau anschauen.

Ein Befall mit Filzläusen ist **gut behandelbar**. Dazu werden spezielle Shampoos oder Cremes verwendet, die für mehrere Stunden einwirken müssen und die Parasiten abtöten. Außerdem ist es sinnvoll, die betroffene Körperbehaarung zu entfernen.

Um zu verhindern, dass du dich erneut ansteckst, musst du für einige Tage deine **Kleidung und Bettwäsche** täglich wechseln und sie bei mindestens 60 Grad waschen. Bis zum Ende der Behandlung solltest du auf engen Körperkontakt und damit auch **auf Sex verzichten**. Und vergiss nicht, deine (Sex-)Partner*innen zu informieren.



Gonorrhö (Tripper)

Die Gonorrhö, auch Tripper genannt, wird durch Bakterien hervorgerufen. Sie kommt weltweit sehr häufig vor. In Europa sind vor allem junge Menschen, insbesondere schwule Männer und andere Männer, die (auch) mit Männern Sex haben, betroffen.

Mögliche Anzeichen und Folgen

Die Gonorrhö löst **bei Frauen oft nur leichte oder gar keine Beschwerden** aus. Viele merken daher gar nicht, dass sie sich angesteckt haben, und geben die Infektion weiter, ohne es zu wissen. Dagegen haben **Männer sehr häufig Beschwerden**.

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



Ungewöhnlicher Ausfluss aus Vagina, Penis oder Anus sowie Zwischenblutungen



Schmerzen beim Vaginal- oder beim Analsex | Halsschmerzen nach Oralsex ohne sonstige Anzeichen für eine Erkältung



Brennen oder Schmerzen beim Pinkeln



Juckreiz an Vulva, Penis oder Anus

Lass dich auch dann untersuchen, wenn deine Beschwerden von selbst besser werden oder sogar ganz verschwinden. Denn die Gonorrhö-Erreger können immer noch in deinem Körper sein.

Unbehandelt kann eine Gonorrhö nicht nur Schmerzen beim Sex verursachen, sondern auch deiner Gesundheit sehr schaden. Sie kann Entzündungen auslösen, die mit der Zeit zu Unfruchtbarkeit führen. Außerdem steigt mit einer Gonorrhö das Risiko, sich bei ungeschütztem Sex mit HIV anzustecken.⁶

⁶ Das Risiko, sich bei ungeschütztem Sex mit HIV anzustecken, ist besonders hoch, wenn man eine **rektale Gonorrhö** hat. Diese Form, die beim Analsex übertragen wird, bleibt oft unbemerkt, weil sie in vielen Fällen keine Beschwerden auslöst.

Übertragung und Schutz

Die Gonorrhö wird durch den **Kontakt mit infizierten Schleimhäuten** sehr leicht weitergegeben. Übertragungswege sind daher vor allem ungeschützter Vaginal-, Anal- und Oralsex sowie die gemeinsame Benutzung von Sexspielzeug ohne Kondom.

Einen vollständigen Schutz vor einer Gonorrhö gibt es nicht. Doch die **Verwendung von Kondomen** kann das Risiko einer Ansteckung stark senken.

- Du solltest Kondome beim Vaginal- und beim Analsex verwenden – auch dann, wenn man nur kurz eindringt.
- Wenn du Sexspielzeug mit anderen teilst, sollte vor jeder Weitergabe ein neues Kondom benutzt werden.
- Und auch beim Oralsex sollte der Kontakt mit infizierter Schleimhaut vermieden werden. Dazu kann man ebenfalls Kondome oder Lecktücher verwenden.

Untersuchung und Behandlung

Eine Gonorrhö lässt sich durch einen **Abstrich** der betroffenen Schleimhaut feststellen. Die Kosten dafür werden von der Krankenversicherung übernommen, wenn es bei dir Anzeichen für eine Gonorrhö gibt oder wenn bei deinen (Sex-)Partner*innen bereits eine Gonorrhö festgestellt wurde.

Wird eine Gonorrhö frühzeitig erkannt, ist sie **gut behandelbar**. Daher ist ein positiver Test auch kein Grund zur Sorge. Deine Ärzt*innen werden dir in der Regel Antibiotika verordnen. Selbst wenn deine Beschwerden nach wenigen Tagen nachlassen, musst du diese Medikamente so lange einnehmen, wie es dir gesagt wurde. Ansonsten können sich die Bakterien wieder vermehren.

Bis die Behandlung beendet ist, solltest du **auf Sex verzichten**, da eine Gonorrhö sehr leicht übertragen wird. Auch wenn du nach einigen Tagen schon keine Beschwerden mehr merkst, kannst du die Bakterien weitergeben und andere anstecken. Deshalb frage deine Ärzt*innen, wann du wieder Sex haben kannst. Und vergiss nicht, deine ((Sex-)Partner*innen zu informieren.

Hepatitis A

Hepatitis A ist eine durch Viren verursachte Leberentzündung. Der Krankheitsverlauf ist bei Kindern und Erwachsenen unterschiedlich: Bei Kindern verläuft die Infektion meist unbemerkt, Erwachsene hingegen leiden oft Wochen oder sogar Monate an den Beschwerden.

Mögliche Anzeichen und Folgen

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



Fieber | Abgeschlagenheit | Kopf-, Muskel- und Gliederschmerzen



Appetitlosigkeit | Übelkeit, Erbrechen, Bauchschmerzen | Abneigung gegen Fett und Alkohol

Bei etwa jedem dritten infizierten Erwachsenen kommt es zu einer sogenannten Gelbsucht mit Gelbfärbung von Haut und Bindehaut, dunklem Urin, entfärbtem Stuhl und starkem Juckreiz. Die Gelbfärbung klingt in der Regel nach zwei bis sechs Wochen wieder ab.

Eine Hepatitis A heilt ganz von alleine aus. In den meisten Fällen ist man nach einer Erkrankung **immun**, sodass man sich nicht mehr mit Hepatitis A anstecken kann.



Übertragung und Schutz

Hepatitis A wird häufig durch Lebensmittel oder Trinkwasser übertragen, die mit Kots Spuren verunreinigt sind. Das passiert oft in Ländern mit schlechten Hygieneverhältnissen; darum spricht man auch von einer **Reisehepatitis**.

Etwa die Hälfte aller Hepatitis-A-Infektionen in Deutschland wird beim Sex übertragen. Das geschieht durch **Kontakt- oder Schmierinfektionen**, meist bei oral-analen Praktiken (»Lecken am Po«) oder wenn Finger erst mit dem Anus und dann mit dem Mund in Berührung kommen.

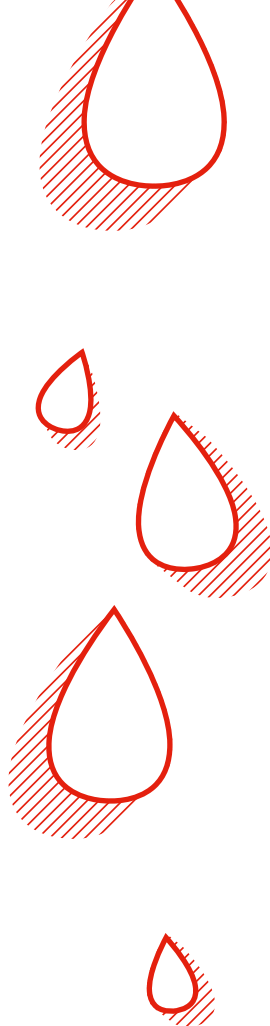
Das Risiko einer Ansteckung bei oral-analen Praktiken kann durch die **Verwendung von Lecktüchern** verringert werden. Den sichersten Schutz vor Hepatitis A bietet aber eine **Impfung** – auch als Kombinationsimpfung gegen Hepatitis A und Hepatitis B. Mehr dazu erfährst du auf Seite 14.

Untersuchung und Behandlung

Hepatitis A lässt sich durch eine **Blutuntersuchung** feststellen. Dafür nimmt man dir eine kleine Menge Blut ab, die auf Antikörper geprüft wird.

Hepatitis A wird in aller Regel nicht mit Medikamenten behandelt, weil sie ganz **von selbst ausheilt**. Wichtig sind vor allem Ruhe, Schonung und das Vermeiden von fettreicher Nahrung, leberbelastenden Medikamenten und Alkohol.

Bis die Hepatitis A ausgeheilt ist, solltest du **auf orale Praktiken verzichten**. Frage dazu bei deinen Ärzt*innen nach



Hepatitis B

Auch bei Hepatitis B handelt es sich um eine durch Viren ausgelöste Leberentzündung. Im Unterschied zu Hepatitis A kann sie jedoch chronisch, also dauerhaft anhaltend werden und dann langfristig schwere gesundheitliche Folgen haben.

Mögliche Anzeichen und Folgen

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:



leichtes Fieber |
Abgeschlagenheit |
Kopf- und Glieder-
schmerzen



Appetitlosigkeit | Übelkeit,
Erbrechen, Bauchschmerzen

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

In den meisten Fällen heilt eine Hepatitis-B-Infektion ganz 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. Dann wird sie **chronisch** und verursacht zunächst keine Beschwerden. Die Viren schädigen jedoch die Leber so, dass sich nach einigen Jahren schwere Folgen, wie Leberzirrhose (Zerstörung des Lebergewebes) und Leberzellkrebs, entwickeln können.

Übertragung und Schutz

Hepatitis B wird durch den **Kontakt mit infektiösen Körperflüssigkeiten** weitergegeben, wenn diese auf verletzte Haut oder auf Schleimhäute gelangen. Das Virus ist in vielen Körperflüssigkeiten enthalten, die beim Sex eine Rolle spielen - in Lusttropfen, Sperma, Vaginalflüssigkeit, im Flüssigkeitsfilm auf der Darmschleimhaut sowie im Speichel. In großen Mengen kommt das Hepatitis-B-Virus auch im Blut von infizierten Menschen vor. Übertragungswege

sind daher – neben Blut-zu-Blut-Kontakten – vor allem ungeschützter Vaginal-, Anal- und Oralsex sowie die gemeinsame Benutzung von Sexspielzeug ohne Kondom.

Die **Verwendung von Kondomen** kann das Risiko einer Ansteckung senken.

- Du solltest Kondome beim Vaginal- und beim Analsex verwenden – auch dann, wenn man nur kurz eindringt.
- Wenn du Sexspielzeug mit anderen teilst, sollte vor jeder Weitergabe ein neues Kondom benutzt werden.
- Und auch beim Oralsex sollte der Kontakt mit infektiösen Körperflüssigkeiten vermieden werden. Dazu kann man ebenfalls Kondome oder Lecktücher verwenden.

Den sichersten Schutz vor Hepatitis B bietet aber eine **Impfung** – auch als Kombinationsimpfung gegen Hepatitis A und Hepatitis B. Mehr dazu erfährst du ab Seite 14.

Untersuchung und Behandlung

Hepatitis B lässt sich durch eine **Blutuntersuchung** feststellen. Dafür nimmt man dir eine kleine Menge Blut ab, die auf Antikörper und/oder auf Bestandteile des Erregers geprüft wird.

Eine akute, also frische Hepatitis B wird in der Regel nicht mit Medikamenten behandelt, weil sie ganz **von selbst ausheilt**. Wichtig sind vor allem Ruhe, Schonung und das Vermeiden von fettreicher Nahrung, leberbelastenden Medikamenten und Alkohol. Im Gegensatz zur akuten Hepatitis B kann eine chronische, also dauerhaft anhaltende Hepatitis B mit speziellen Medikamenten behandelt werden. Diese Medikamente können gefährliche Folgeschäden meistens verhindern und das Fortschreiten der Krankheit hemmen, aber die Infektion nicht beseitigen. Sie müssen daher in der Regel auch langfristig eingenommen werden.

Da Menschen mit einer Hepatitis-B-Infektion das Virus auch dann an andere weitergeben können, wenn sie keine Beschwerden haben, solltest du deine (Sex-)Partner*innen informieren. Oft ist eine Impfung auch für sie sinnvoll.

Hepatitis C

Hepatitis C ist ebenfalls eine durch Viren verursachte Leberentzündung. Sie nimmt im Unterschied zu Hepatitis A und Hepatitis B sehr häufig einen chronischen, also dauerhaft anhaltenden Verlauf.

Mögliche Anzeichen und Folgen

Hepatitis C verursacht häufig **keine oder nur geringe Beschwerden**. 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:



leichtes Fieber |
Abgeschlagenheit |
Kopf- und Glieder-
schmerzen



Appetitlosigkeit | Übelkeit,
Erbrechen, Bauchschmerzen

Nur bei wenigen Menschen kommt es zu einer sogenannten Gelbsucht mit Gelbfärbung von Haut und Bindehaut, dunklem Urin, entfärbtem Stuhl und starkem Juckreiz.

Eine Hepatitis-C-Infektion heilt nur selten von alleine aus. In drei Vierteln aller Fälle wird sie **ohne Behandlung chronisch** und verursacht zunächst keine Beschwerden. Die Viren schädigen jedoch die Leber so, dass sich nach einigen Jahren schwere Folgen, wie Leberzirrhose (Zerstörung des Lebergewebes) und Leberzellkrebs, entwickeln können.

Übertragung und Schutz

Hepatitis C wird durch den **Kontakt mit infiziertem Blut** weitergegeben. Das geschieht beim Sex meist durch Praktiken, bei denen es zu – mitunter kleinen und vielleicht unbemerkten – Verletzungen kommen kann, etwa bei ungeschütztem Analsex, aber auch bei ungeschütztem Vaginalsex.

Da es gegen Hepatitis C keine Impfung gibt, besteht die einzige Schutzmöglichkeit in der **Verwendung von Kondomen**.

- Du solltest Kondome beim Vaginal- und beim Analsex verwenden – auch dann, wenn man nur kurz eindringt.
- Wenn du Sexspielzeug mit anderen teilst, sollte vor jeder Weitergabe ein neues Kondom benutzt werden. Außerdem solltest du Sexspielzeug, das mit Blut in Berührung kommt, gründlich reinigen.

Untersuchung und Behandlung

Hepatitis C lässt sich durch eine **Blutuntersuchung** feststellen. Dafür nimmt man dir eine kleine Menge Blut ab, die auf Antikörper und/oder auf Bestandteile des Erregers geprüft wird.

Hepatitis C kann mit Medikamenten mittlerweile **gut behandelt** und oft geheilt werden. Wichtig sind außerdem Ruhe, Schonung und das Vermeiden von fettreicher Nahrung, leberbelastenden Medikamenten und Alkohol.

Im Gegensatz zu Hepatitis A und Hepatitis B kann man sich auch nach einer ausgeheilten Hepatitis-C-Infektion immer wieder neu mit Hepatitis C anstecken. Eine Immunität gibt es nicht.



Herpes (Herpes simplex)

Herpes, genauer gesagt Herpes simplex, ist sehr bekannt und verbreitet. Es gibt zwei verschiedene Arten: **Lippenherpes** und **Genitalherpes**. Gerade während eines akuten Schubs, der sich durch schmerzhaftes Bläschen auszeichnet, können die Herpes-Viren übertragen werden – wobei Lippenherpes auch auf Vulva, Penis oder Anus weitergegeben wird, ebenso wie umgekehrt Genitalherpes auch auf den Mund- und Rachenbereich übertragen werden kann.

Mögliche Anzeichen und Folgen

Typische Beschwerden bei einem akuten, also frischen Herpes-Schub sind:



brennende, juckende
und schmerzende
Bläschen mit wässrigem
Inhalt



Fieber | Kopf- und
Muskelschmerzen

Herpes-Bläschen können an verschiedenen Stellen vorkommen – meist am Mund und im Rachenbereich, an den Vulvalippen, am Penis, am Anus und im Enddarm. Oft kündigt sich ein neuer Herpes-Schub schon vorher durch Brennen, Jucken oder ein Spannungsgefühl der zuletzt betroffenen Hautstelle an.

Herpes hat in der Regel **keine schwerwiegenden gesundheitlichen Folgen**. Die Herpes-Bläschen verkrusten nach einigen Tagen und heilen in zwei bis drei Wochen von alleine ab. Die Viren aber bleiben das ganze Leben lang im Körper und können erneut die Bildung von Bläschen auslösen, etwa wenn das Immunsystem geschwächt ist oder du gestresst bist. Außerdem steigt während eines akuten Schubs das Risiko, sich bei ungeschütztem Sex mit HIV anzustecken.

Übertragung und Schutz

Herpes kann sehr leicht durch **Kontakt- oder Schmierinfektionen** weitergegeben werden, gerade wenn du mit dem Inhalt der Herpes-Bläschen in Berührung kommst. Übertragungswege sind dann vor allem ungeschützter vaginaler, Anal- und Oralsex sowie die gemeinsame Benutzung von Sexspielzeug ohne Kondom. Bei Bläschen im Mundraum oder an den Lippen kann Herpes auch durch Küssen weitergegeben werden.

Einen vollständigen Schutz vor einer Infektion mit Herpes gibt es nicht. Doch die **Verwendung von Kondomen** kann das Risiko einer Ansteckung senken.

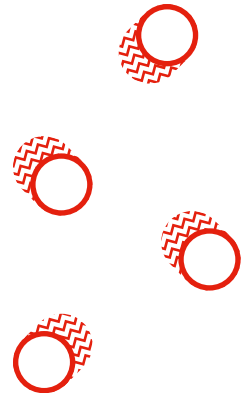
- Du solltest Kondome beim Vaginal- und beim Analsex verwenden – auch dann, wenn man nur kurz eindringt.
- Wenn du Sexspielzeug mit anderen teilst, sollte vor jeder Weitergabe ein neues Kondom benutzt werden.
- Außerdem sollten Herpes-Bläschen und nässende Hautstellen nicht berührt werden; wenn sie an Penis, Vulva, Anus oder Mund zu finden sind, solltest du vorerst auf Oralsex verzichten.

Untersuchung und Behandlung

Eine akute Herpes-Infektion lässt sich durch eine **Blickdiagnose** feststellen, also indem Ärzt*innen verdächtige Hautstellen genau anschaut. Befinden sich die Herpes-Bläschen in der Vagina oder im Anus kann die Infektion auch durch einen Abstrich nachgewiesen werden.

Spezielle Salben und andere virushemmende Mittel können das Abheilen der Bläschen beschleunigen und die Schmerzen mildern. Die **Herpes-Viren verbleiben aber in deinem Körper** und können immer wieder neu ausbrechen.

Bis die Bläschen komplett verschwunden sind, solltest du **auf Sex verzichten**, weil Herpes sehr leicht übertragen wird. Dazu kannst du auch bei deinen Ärzt*innen nachfragen.



HIV und AIDS

Die Abkürzung **HIV** steht für »Human Immunodeficiency Virus«, was so viel wie menschliches Immunschwäche-Virus heißt. Das HI-Virus schädigt die körpereigenen Abwehrkräfte, die den Körper vor anderen Krankheitserregern schützen sollen. Wird eine Infektion mit HIV nicht behandelt, so kann sich der Körper irgendwann nicht mehr gegen andere Erreger wehren und erkrankt an normalerweise harmlosen Krankheiten schwer. Diesen Zustand nennt man **AIDS**.

Mögliche Anzeichen und Folgen

Bei einigen Menschen, die sich mit HIV angesteckt haben, kommt es einige Tage bis wenige Wochen nach der Ansteckung zu folgenden Anzeichen:



Fieber | grippeähnliche Symptome (Muskel- und Gliederschmerzen, allgemeines Krankheitsgefühl) | Lymphknotenschwellungen an mehreren Körperstellen



deutlicher Ausschlag am Körper (durch Fieber bedingte fleckige Rötung)



Durchfall

Allerdings deutet keines dieser Anzeichen alleine auf HIV hin – zumal **sie nicht immer auftreten**. Viele Menschen merken daher gar nicht, dass sie sich angesteckt haben.

Nach den ersten Reaktionen des Körpers auf die HIV-Infektion machen sich bei den meisten Menschen **über Jahre hinweg keine weiteren Anzeichen** bemerkbar. Das ändert sich erst, wenn das Immunsystem durch die Viren so weit geschädigt ist, dass andere Krankheitserreger nicht mehr ausreichend abgewehrt werden. Nun können unterschiedliche Krankheiten auftreten. Wenn aber **rechtzeitig mit einer Behandlung** begonnen wird, können die Schäden am Abwehrsystem stark verzögert und verringert werden. Deshalb ist es wichtig, eine HIV-Infektion möglichst frühzeitig festzustellen.

Übertragung und Schutz

HIV kann durch den **Kontakt mit infektiösen Körperflüssigkeiten** weitergegeben werden, wenn diese auf verletzte Haut oder auf Schleimhäute gelangen. In großen Mengen ist das HI-Virus in vielen Körperflüssigkeiten enthalten,



die beim Sex eine Rolle spielen – in Sperma⁷, Vaginalflüssigkeit, im Flüssigkeitsfilm auf der Darmschleimhaut und in (Menstruations-)Blut. Übertragungswege sind daher vor allem ungeschützter Vaginal- und analsex.

Wenn du bereits eine andere STI hast, erhöht das dein Risiko, dich bei ungeschütztem Sex mit HIV anzustecken. HIV ist im Vergleich zu anderen Krankheitserregern aber schwerer übertragbar. Darum wird es **in alltäglichen Situationen nicht weitergegeben**, beim Husten oder Niesen genauso wenig wie beim Umarmen, Streicheln oder Küssen.

Kondome schützen vor HIV und senken zusätzlich das Risiko, sich mit anderen sexuell übertragbaren Infektion (STI) anzustecken.

- Du solltest Kondome beim Vaginal- und beim Analsex verwenden – auch dann, wenn man nur kurz eindringt.
- Und achte darauf, dass beim Oralsex kein Sperma oder Blut in den Mund gelangt. Dazu kann man auch Kondome oder Lecktücher verwenden.

⁷ Sogenannte Lusttropfen gelten hierbei nur als gering gefährdend.

Schutz vor HIV

Kondome bieten einen guten Schutz vor HIV und senken zusätzlich das Risiko, sich mit anderen STI anzustecken. Mittlerweile gibt es aber auch weitere Möglichkeiten, um HIV-Infektionen zu verhindern - Schutz durch Therapie und die sogenannte Prä-Expositions-Prophylaxe, kurz PrEP. Beide bieten auch einen guten Schutz vor HIV - nicht jedoch vor anderen STI. Mehr dazu erfährst du auf www.liebesleben.de und in der Broschüre »Mehr Wissen über HIV und AIDS«.

Untersuchung und Behandlung

HIV lässt sich durch eine Blutuntersuchung, den sogenannten **HIV-Test**, feststellen. Dafür wird eine kleine Menge Blut auf Antikörper und/oder auf Bestandteile des Virus selbst geprüft. Allerdings kann man je nach Testverfahren eine HIV-Infektion **erst sechs Wochen bis drei Monate nach einer Risikosituation**, also etwa nach ungeschütztem Sex, mit Sicherheit ausschließen.

Eine HIV-Infektion ist nach wie vor **nicht heilbar**. Die Medikamente, die zur Behandlung einer HIV-Infektion eingesetzt werden, können dem Virus aber einiges entgegensetzen. Sie unterdrücken seine Vermehrung im Körper wirkungsvoll und senken die Zahl infizierter Zellen in den Körperflüssigkeiten und Schleimhäuten. Nach einiger Zeit ist HIV im Blut dann sogar meist nicht mehr nachweisbar. HIV aus dem Körper entfernen, also heilen, können diese Medikamente aber nicht.

Eine erfolgreich behandelte HIV-Infektion kann man heute als **chronische Krankheit** bezeichnen. Betroffene Menschen haben eine weitgehend normale Lebenserwartung, sie müssen jedoch lebenslang Medikamente einnehmen.

Mehr zum Thema HIV findest du in der Broschüre »Mehr Wissen über HIV und AIDS« oder im Internet auf www.liebesleben.de.

HPV (Humane Papillomviren)

HPV steht für Humane Papillomviren, von denen es mehr als 200 Typen gibt. Einige von ihnen, die sogenannten **Niedrigrisiko-Typen**, können lästige, aber weitgehend ungefährliche Feigwarzen, auch Kondylome genannt, verursachen. Andere, die sogenannten **Hochrisiko-Typen**, können dazu führen, dass sich Zellen des Körpers verändern. Dadurch kann nach vielen Jahren Krebs entstehen.

Mögliche Anzeichen und Folgen

HPV-Infektionen verursachen meist **keine Beschwerden und heilen oft von alleine aus**. Viele Menschen merken daher gar nicht, dass sie sich angesteckt haben.

Wenn eine HPV-Infektion mit Hochrisiko-Typen nicht von alleine ausheilt, können sich Zellveränderungen, sogenannte **Krebsvorstufen**, entwickeln. Bleiben diese unbemerkt, kann daraus über einen Zeitraum von vielen Jahren Krebs entstehen – vor allem am Gebärmutterhals und am Anus, seltener auch an den Lippen, am Penis und im Mund- oder Rachenbereich.

Heilt eine HPV-Infektion mit Niedrigrisiko-Typen nicht von alleine aus, entstehen häufig **Feigwarzen** – meist stecknadelkopfgroße, flache Knötchen (Papeln), die schwer zu erkennen sind. Sie treten einzeln oder in kleinen Gruppen häufig an Vulva, Penis oder Anus auf. Feigwarzen selbst sind eher harmlos, sie sind aber sehr ansteckend, störend und beim Sex mitunter schmerzhaft. Nicht behandelte Feigwarzen können sich weiter ausbreiten und zu größeren Gebilden wachsen.

Außerdem steigt mit einer HPV-Infektion das Risiko, sich bei ungeschütztem Sex mit HIV anzustecken.

Die HPV-Infektion

Infektionen mit HPV kommen sehr häufig vor. Fast jeder sexuell aktive Mensch steckt sich im Laufe seines Lebens mehrmals mit einem oder mehreren HP-Viren an. Doch obwohl eine Ansteckung so häufig geschieht, führt sie nicht automatisch zu Veränderungen der Zellen, zu Feigwarzen oder sogar zu Krebs. Denn normalerweise heilen Infektionen mit HPV ganz von alleine aus. Und selbst wenn es zu Zellveränderungen kommt, so werden sie, gerade wenn man jung ist, meist vom eigenen Körper erkannt und zerstört. Deshalb ist eine HPV-Infektion kein Grund zur Panik – sie sollte aber durch Ärzt*innen im Auge behalten werden.

Übertragung und Schutz

HPV kann beim Sex sehr leicht übertragen werden, denn bereits **kleine Mengen virushaltiger Körperflüssigkeiten oder winzige Hautschüppchen** reichen für eine Weitergabe aus, wenn sie auf verletzte Haut oder auf Schleimhäute gelangen. Übertragungswege sind daher vor allem ungeschützter Vaginal-, Anal- und Oralsex sowie die gemeinsame Benutzung von Sexspielzeug ohne Kondom. Eine Ansteckung ist auch durch die Berührung von Feigwarzen möglich.

Einen vollständigen Schutz vor einer Infektion mit HPV gibt es nicht. Doch die **Verwendung von Kondomen** kann das Risiko einer Ansteckung senken.

- Du solltest Kondome beim Vaginal- und beim Analsex verwenden – auch dann, wenn man nur kurz eindringt.
- Wenn du Sexspielzeug mit anderen teilst, sollte vor jeder Weitergabe ein neues Kondom benutzt werden.
- Außerdem sollten Feigwarzen nicht berührt werden; wenn sie an Penis, Vagina, Anus oder Mund zu finden sind, solltest du vorerst auf Oralsex verzichten.

Zum Schutz vor HPV gibt es zusätzlich auch eine **Impfung**, die sehr wirksam ist und noch besser als Kondome vor den häufigsten Hochrisiko-Typen schützt. Mehr dazu erfährst du auf Seite 15.



Untersuchung und Behandlung

Sollte eine HPV-Infektion nicht von alleine ausheilen, so können ihre Folgen **sehr gut untersucht und behandelt** werden. Außerdem kann die Infektion selbst durch einen HPV-Test nachgewiesen werden, der Test zeigt allerdings nur die Viren an - ob die Infektion von alleine ausheilt oder nicht, wird damit nicht erfasst.

Krebsvorstufen, die durch Hochrisiko-Typen hervorgerufen werden können, lassen sich durch verschiedene Methoden, **häufig durch einen Abstrich** der betroffenen Schleimhaut, nachweisen. Sie sollten ärztlich kontrolliert werden. Falls es nötig ist, können sie durch Laser oder durch Operationen entfernt werden - oft noch bevor Krebs entsteht. Damit Krebsvorstufen rechtzeitig entdeckt werden können, sollten Frauen einmal im Jahr zur **kostenlosen Krebsfrüherkennung** gehen. Mehr dazu erfährst du auf Seite 22.

Feigwarzen, die durch Niedrigrisiko-Typen ausgelöst werden können, lassen sich in der Regel durch eine **Blickdiagnose** feststellen, also indem verdächtige Hautstellen durch die Lupe genau anschaut und die Haut abtastet. Sie können mit verschiedenen Methoden behandelt werden: Manchmal reicht es, die Warzen mehrere Wochen mit bestimmten Lösungen, Zäpfchen oder Cremes zu behandeln. Es kann aber auch sein, dass die Behandlung durch Ärzt*innen durchgeführt werden müssen. Die Warzen werden dann durch Vereisen, durch Laser oder durch Operationen entfernt. Leider können Feigwarzen sehr hartnäckig sein und auch nach einer Behandlung wieder auftreten. Darum sind **regelmäßige Kontrolluntersuchungen** wichtig.

Krätze (Skabies)

Die Krätze, auch Skabies genannt, wird durch bestimmte Milben, die sogenannten Krätzmilben, hervorgerufen. Das sind winzige Spinnentiere, die in den oberen Hautschichten von Menschen leben, dort Gänge bohren und ihre Eier ablegen.

Mögliche Anzeichen und Folgen

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



starker Juckreiz
in der Nacht |
aufgekratzte Hautstellen



juckende Knötchen oder
Pusteln | graue schuppige
Hautentzündungen

Krätzmilben befallen vor allem dünne Hautstellen an warmen Körperregionen. Häufig sind das die Fingerzwischenräume, die Innenseiten der Handgelenke, die Umgebung von Brustwarzen, Ellenbogen und Knien sowie der Leisten- und Intimbereich.

Krätze hat in der Regel **keine schwerwiegenden gesundheitlichen Folgen**, ist aber durch den starken Juckreiz sehr unangenehm. Außerdem besteht durch aufgekratzte Hautstellen die Möglichkeit, dass du dich leichter mit HIV und anderen STI ansteckst.

Übertragung und Schutz

Krätzmilben werden durch **engen Körperkontakt**, also auch beim Sex, übertragen. Außerdem ist es möglich, dass die Milben indirekt über gemeinsam benutzte Bettwäsche, Handtücher oder Kleidung verbreitet werden.

Da bereits enger Körperkontakt für eine Übertragung der Krätze ausreicht, gibt es **keinen sicheren Schutz** vor einer Ansteckung. Durch sorgfältige, nicht aber übertriebene Körperhygiene und regelmäßiges Wechseln der Wäsche kann man das Risiko einer Ansteckung senken. Diese Maßnahmen können einen Befall mit der Krätzmilbe jedoch nicht immer verhindern.

Untersuchung und Behandlung

Krätze lässt sich in der Regel durch eine **Blickdiagnose** feststellen, also indem verdächtige Hautstellen genau anschaut werden. Zusätzlich kann auch Material aus der Haut unter dem Mikroskop untersucht werden.

Krätze ist **gut behandelbar**. Das geschieht durch spezielle Lotionen oder Cremes, die meist einmalig auf den gesamten Körper - mit Ausnahme der Gesichtsregion - aufgetragen werden und für mehrere Stunden einwirken müssen. Dadurch werden die Milben abgetötet. Außerdem kann es je nach Mittel sinnvoll sein, die Behandlung später noch ein- oder zweimal zu wiederholen.

Um zu verhindern, dass du dich erneut ansteckst, musst du für einige Tage deine **Kleidung und Bettwäsche** täglich wechseln und sie bei mindestens 60 Grad waschen. Bis zum Ende der Behandlung solltest du auf engen Körperkontakt und damit auch **auf Sex verzichten**, um nicht andere mit Krätze anzustecken. Und vergiss nicht, deine (Sex-)Partner*innen zu informieren.



Syphilis (Lues)

Syphilis, auch Lues genannt, ist weltweit verbreitet und wird durch Bakterien hervorgerufen. Das Erscheinungsbild der Krankheit ist sehr vielfältig. In Deutschland und Westeuropa sind von der Syphilis vor allem schwule Männer und andere Männer, die (auch) mit Männern Sex haben, betroffen; in anderen Teilen der Welt sind es eher heterosexuelle Menschen.

Mögliche Anzeichen und Folgen

Wenn eine Syphilis-Infektion nicht behandelt wird, verläuft sie in **drei unterschiedlichen Stufen**. Die ersten beiden Stufen nennt man Frühsyphilis, die letzte Stufe Spätsyphilis. Jede Stufe löst unterschiedliche Beschwerden aus, die manchmal insgesamt so schwach sind, dass man nichts davon merkt. Und auch zwischen den Stufen gibt es **Phasen ohne Beschwerden**, die mehrere Jahre andauern können. 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:

- In der **ersten Stufe** bildet sich rund um die Eintrittsstelle, also dort, wo die Bakterien in den Körper gelangt sind, ein schmerzloses, hartes Knötchen, das zu einem flachen Geschwür wird (Primäraffekt). Häufig tritt es am Penis, an den Hoden, an den Vulvalippen, in der Vagina, im Anus oder im Mund auf.
- In der **zweiten Stufe** gibt es sehr verschiedene mögliche Anzeichen, die im Laufe der Zeit schwächer werden:



nicht juckender und zunächst nicht nässender Hautausschlag am Oberkörper, an den Handflächen und Fußsohlen; später treten nässende Hautausschläge auf, die nach einiger Zeit abheilen und dann erneut ausbrechen



Appetitlosigkeit und Gewichtsverlust



stellenweiser Haarausfall | Entzündungen unterschiedlicher Organe



Fieber | Schwellung der Lymphknoten | Kopf-, Muskel- und Gelenkschmerzen

- In der **dritten Stufe** – meist drei bis fünf Jahre, nachdem man sich infiziert hat – haben sich die Erreger im ganzen Körper ausgebreitet. Typische Anzeichen sind nun gummiartig verhärtete Knoten (Gummen), die im und am ganzen Körper auftreten können.

Lass dich auch dann untersuchen, wenn deine Beschwerden von selbst besser werden oder sogar ganz verschwinden. Denn die Syphilis kann immer noch in deinem Körper sein.

Unbehandelt kann eine Syphilis immer weiter fortschreiten. Sie kann dann deine inneren Organe und dein Herz-Kreislauf-System, aber auch dein Gehirn so schwer schädigen, dass Lebensgefahr besteht. Außerdem steigt mit einer Syphilis-Infektion das Risiko, sich bei ungeschütztem Sex mit HIV anzustecken.

Übertragung und Schutz

Syphilis kann sehr leicht durch **Kontakt- oder Schmierinfektionen** weitergegeben werden – besonders dann, wenn du mit dem Inhalt der Syphilis-Geschwüre oder mit nässenden Hautausschlägen in Berührung kommst. Übertragungswege sind daher vor allem ungeschützter Vaginal-, Anal- und Oralsex sowie die gemeinsame Benutzung von Sexspielzeug ohne Kondom.

Einen vollständigen Schutz vor einer Infektion mit Syphilis gibt es nicht. Doch die **Verwendung von Kondomen** kann das Risiko einer Ansteckung stark senken.

- Du solltest Kondome beim Vaginal- und beim Analsex verwenden – auch dann, wenn man nur kurz eindringt.
- Wenn du Sexspielzeug mit anderen teilst, sollte vor jeder Weitergabe ein neues Kondom benutzt werden.
- Außerdem sollten Syphilis-Geschwüre und nässende Hautstellen nicht berührt werden; wenn sie an Penis, Vulva, Anus oder Mund zu finden sind, solltest du vorerst auf Sex verzichten.



Untersuchung und Behandlung

Syphilis lässt sich durch eine **Blutuntersuchung** feststellen. Dafür nimmt man dir eine kleine Menge Blut ab, die auf Antikörper geprüft wird. Manchmal wird auch die Flüssigkeit aus dem Primäraffekt oder von nässenden Hautstellen untersucht. Die Kosten dafür werden von den Krankenversicherungen übernommen, wenn es bei dir Anzeichen für eine Syphilis-Infektion gibt oder wenn bei deinen (Sex-)Partner*innen bereits eine Syphilis-Infektion festgestellt wurde.

Wird Syphilis frühzeitig erkannt, ist sie **gut behandelbar**. Daher ist ein positiver Befund auch kein Grund zur Sorge. Ärzt*innen werden dir Antibiotika verabreichen. Bereits entstandene Schäden an den Organen können allerdings nicht mehr geheilt werden.

Bis die Behandlung beendet ist, solltest du **auf Sex verzichten**, da Syphilis sehr leicht übertragen wird. Auch wenn du nach einigen Tagen schon keine Beschwerden mehr merkst, kannst du die Bakterien weitergeben und andere anstecken. Deshalb frage deine Ärzt*innen, wann du wieder Sex haben kannst. Und vergiss nicht, deine (Sex-)Partner*innen zu informieren.

Trichomonaden (Trichomoniasis)

Die Trichomonaden-Infektion, auch Trichomoniasis genannt, wird durch einzellige Parasiten ausgelöst. Sie kommt weltweit sehr häufig vor.

Mögliche Anzeichen und Folgen

Die Trichomonaden-Infektion löst **bei den meisten Männern und bei rund einem Viertel der Frauen oft nur leichte oder gar keine Beschwerden** aus. Viele 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:



Ungewöhnlicher, oft stark riechender Ausfluss aus der Vagina, Ausfluss aus Penis oder Anus sowie Zwischenblutungen



Harndrang und Brennen beim Pinkeln



Juckreiz



Schmerzen beim Sex

Lass dich auch dann untersuchen, wenn deine Beschwerden von selbst besser werden oder sogar ganz verschwinden. Denn die Trichomonaden-Infektion kann immer noch in deinem Körper sein.

Unbehandelt kann eine Trichomonaden-Infektion nicht nur Schmerzen beim Sex verursachen, sondern deiner Gesundheit auch sehr schaden. Denn die Erreger können Entzündungen auslösen, die mit der Zeit zu Unfruchtbarkeit führen. Außerdem steigt mit einer Trichomonaden-Infektion das Risiko, sich bei ungeschütztem Sex mit HIV anzustecken.

Übertragung und Schutz

Trichomonaden werden leicht durch **Kontakt- oder Schmierinfektionen**, meist beim Sex, weitergegeben. Übertragungswege sind daher vor allem ungeschützter Vaginal-, Anal- und Oralsex sowie die gemeinsame Benutzung von Sexspielzeug ohne Kondom. Auch beim Petting können Trichomonaden weitergegeben werden.

Einen vollständigen Schutz vor einer Trichomonaden-Infektion gibt es nicht. Doch die **Verwendung von Kondomen** kann das Risiko einer Ansteckung senken.

- Du solltest Kondome beim Vaginal- und beim Analsex verwenden – auch dann, wenn man nur kurz eindringt.
- Wenn du Sexspielzeug mit anderen teilst, sollte vor jeder Weitergabe ein neues Kondom benutzt werden.
- Und auch beim Oralsex sollte der Kontakt mit infizierter Schleimhaut vermieden werden. Dazu kann man ebenfalls Kondome oder Lecktücher verwenden.

Untersuchung und Behandlung

Eine Trichomonaden-Infektion lässt sich durch eine **Urinuntersuchung** oder durch einen **Abstrich** der betroffenen Schleimhaut feststellen. Auch durch eine Untersuchung der Scheidenflüssigkeit, des Harnröhrensekrets oder des Darmsekrets kann die Infektion nachgewiesen werden. Die Kosten dafür werden von der Krankenversicherung übernommen, wenn es bei dir Anzeichen für eine Trichomonaden-Infektion gibt oder wenn bei deinen (Sex-)Partner*innen bereits eine Trichomonaden-Infektion festgestellt wurde.

Wird eine Trichomonaden-Infektion frühzeitig erkannt, ist sie **gut behandelbar**. Daher ist ein positiver Befund auch kein Grund zur Sorge. Deine Ärzt*innen werden dir in der Regel Tabletten oder Vaginalzäpfchen verordnen.

Bis die Behandlung beendet ist, solltest du **auf Sex verzichten**, da Trichomonaden sehr leicht übertragen werden. Auch wenn du nach einigen Tagen schon keine Beschwerden mehr merkst, kannst du die Parasiten weitergeben und andere anstecken. Deshalb frage deine Ärzt*innen, wann du wieder Sex haben kannst. Und vergiss nicht, deine (Sex-)Partner*innen zu informieren.



Wo finde ich weitere Informationen?

Auf **www.liebesleben.de** findest du ausführliche Informationen zu HIV und anderen sexuell übertragbaren Infektionen (STI). Dort kannst du dir auch weitere Broschüren kostenlos bestellen:

- Wenn du mehr zu HIV erfahren möchtest, findest du viele Informationen in der Broschüre »Mehr Wissen über HIV und AIDS« (Artikelnummer 70010000).
- Mehr zu Safer Sex und zu Kondomen erfährst du in der Broschüre »Safer Sex und Kondome – gut zu wissen« (Artikelnummer 70500000). Diese Broschüre gibt es auch in Leichter Sprache (Artikelnummer 70500001).

Einen schnellen Überblick zum Thema STI und zu einzelnen Infektionen erhältst du auch in den Kurzbroschüren:

- »STI – Sexuell übertragbare Infektionen. Erkennen. Behandeln. Sich schützen.« (Artikelnummer 7038000)
- »Chlamydien. Erkennen. Behandeln. Sich schützen.« (Artikelnummer 70381000)
- »Gonorrhö. Erkennen. Behandeln. Sich schützen.« (Artikelnummer 70385000)
- »Hepatitis B. Erkennen. Behandeln. Sich schützen.« (Artikelnummer 70382000)
- »HPV. Sich vor Gebärmutterhalskrebs und anderen Krebsarten schützen.« | »Feigwarzen. Erkennen. Behandeln. Sich schützen.« (Wendebroschüre; Artikelnummer 70383000)
- »Syphilis. Erkennen. Behandeln. Sich schützen.« (Artikelnummer 70386000)

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



Text

Dr. Christine Hutterer

Redaktion

Dr. Johannes Breuer

In Kooperation mit dem Robert Koch-Institut erstellt.

Gestaltung

HW Hochhaus Agentur GmbH

Druck

Kern GmbH, In der Kolling 120, 66450 Bexbach
Dieses Medium wurde umweltbewusst produziert.

5. Auflage

5.26.09.24 (Artikelnummer 70430000)

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