

# Liebe und Gesundheit



**Liebe kann** auch Krankheit mit sich bringen. Aids ist noch immer eine große Gefahr. Doch auch andere Krankheiten können beim Sex übertragen werden. Darüber musst du genau Bescheid wissen. Auch das Thema Frauenarzt darf kein Tabu sein. Spätestens wenn Verhütung für dich aktuell wird, solltest du zum Gynäkologen gehen. Regelmäßige Untersuchungen gehören dann zu deinem Leben als Frau. Denn nur wenn du gesund bist, hast du auch wirklich Spaß an der Liebe!

## Wann musst du zum Frauenarzt?

Früher hieß es, dass man nach der ersten Periode gleich zum Frauenarzt gehen sollte. Doch das muss nicht sein. Solange du dich wohl fühlst und keine Probleme hast, kannst du abwarten, bis du einen triftigen Grund hast, zum Beispiel, weil du verhüten möchtest. Leidest du allerdings unter Beschwerden, wie Jucken oder Brennen an der Scheide, Ausfluss, starken Schmerzen während der Periode, Zwischenblutungen oder Schmerzen im Unterleib, musst du unverzüglich einen Frauenarzt aufsuchen.



## Die Wahl des richtigen Frauenarztes

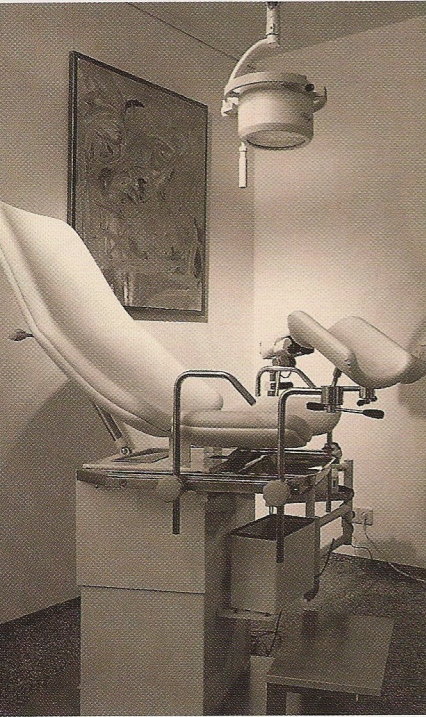
Bestimmt wird es dir nicht sehr angenehm sein, dich von einem fremden Menschen gynäkologisch untersuchen zu lassen. Doch Frauenärzte sind heute in aller Regel sehr einfühlsam und sensibel. Frag deine Mutter, welchen Arzt oder Ärztin sie dir empfehlen kann. Auch mit einer Freundin, deinem Hausarzt oder einer Lehrerin kannst du darüber sprechen. Viele Mädchen ziehen es vor, von einer Frau untersucht zu werden, weil sie meinen, dass sie einfühlsamer ist als ein Mann.

Das ist Ansichtssache.

Auf jeden Fall empfiehlt es sich, beim Arztbesuch ein langes Hemd oder einen Schlabberpulli und kein enges Kleid anzuziehen. Dann kommst du dir nicht so nackt vor, wenn du dich unten frei machen musst!

### WIE BEREITET MAN SICH AUF DEN BESUCH VOR?

Verrichte deine tägliche Intimwäsche wie immer. Allerdings solltest du weder Sprays noch Intimdeos benutzen. Achte darauf, dass du nicht gerade an dem Arzttermin deine Periode hast. Außerdem brauchst du deine Versichertenkarte und solltest wissen, wann du zum ersten Mal deine Periode hattest und wann zuletzt.



## Was geschieht bei der Untersuchung?

Bevor dich der Arzt untersucht, wird er ein eingehendes Beratungsgespräch mit dir führen. Er möchte erfahren, wie alt, wie groß, wie schwer du bist. Ob du rauchst oder Medikamente einnimmst. Welche Kinderkrankheiten oder Krankheiten du hattest und wie du dich allgemein fühlst. In diesem Gespräch kannst du auch das Thema Verhütung ansprechen. Außerdem erklärt er dir, was er während der Untersuchung machen wird. Danach zeigt er dir den gynäkologischen Untersuchungsstuhl, dann machst du dich unten- oder obenrum frei. Du kannst dabei immer entweder Hemd oder Hose anbehalten, musst also nicht nackt auf den Stuhl. Nachdem er deine Brüste abgetastet hat, legst du dich mit gespreizten Beinen auf den Untersuchungsstuhl. Zunächst tastet der Arzt deine Bauchdecke ab, um eventuelle Anomalien der inneren Organe zu spüren.

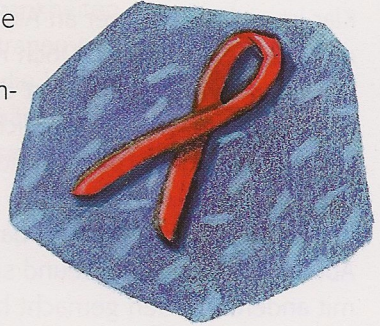
Bei der Untersuchung von Scheide, Muttermund und Gebärmutter führt der Arzt zwei Finger in deine Scheide und tastet mit der anderen Hand die Bauchdecke ab, um eventuelle Anomalien der inneren Organe zu spüren. Außerdem tastet er nach den Eierstöcken. Danach schaut er mit dem Spekulum, das ist ein kleines Rohr mit Lichtquelle, in deine Scheide und macht einen Abstrich. Das bedeutet, dass er etwas Schleim von Muttermund und Scheide entnimmt und anschließend untersucht. Der Schleim zeigt eventuelle Infektionen, Krankheiten oder Veränderungen an. Danach ist die Untersuchung beendet. Sie tut nicht weh!

► *Laß dir von deiner Mutter sagen, welche Krankheiten du bisher hattest. Nimm den Kalender mit, in den du einträgst, wann du deine Periode hast. Schreibe auf, wann du sie zum ersten Mal gehabt hast.*

## Aids ist immer noch ein Thema!

Aids ist eine unheilbare Immunkrankheit, die durch die so genannten HIV-Viren ausgelöst wird. Sie wird von infizierten Personen durch Blut, Sperma und Scheidenflüssigkeit auf andere übertragen.

Obwohl alle über Aids reden, wissen viele immer noch nicht, dass Aids sehr leicht zu vermeiden ist. Das HIV-Virus ist nämlich sehr empfindlich und kann nur in Flüssigkeit überleben. An der Luft stirbt es sehr schnell ab.



### So wird Aids übertragen

- Ungeschützter Geschlechtsverkehr, das heißt ohne Kondom, kann zu einer Infektion führen, weil sich das Virus im Samen befindet und durch kleine Risse in der Scheidenschleimhaut in die Blutbahn geraten kann. Ebenso ist es beim Analverkehr. Wenn der Penis in den After eindringt, kommt es oft zu kleineren Verletzungen, wodurch der Erreger in die Blutbahn gelangen kann.

- Durch Blutübertragung: Zwar wird seit 1985 jede Blutkonserve auf HIV-Viren getestet. Es sind aber immer wieder Pannen mit verseuchten Konserven aufgetreten. Vor einer größeren Operation empfiehlt es sich, vorsorglich eigenes Blut zu spenden, das dann im Notfall verwendet werden kann.

- Beim Oralverkehr besteht die Gefahr durch kleine Verletzungen im Mund. Auf diese Weise kann das Virus über das Sperma in die Blutbahn gelangen.

- Tausende von Drogenabhängigen haben sich durch den gemeinsamen Gebrauch von Spritzen infiziert!

### Dabei besteht keine Aids-Gefahr

- Händeschütteln, Streicheln, Küssen und Umarmen sind völlig ungefährlich. Selbst bei ausgedehnten Zungenküssen ist noch kein Fall einer Übertragung bekannt geworden.

- Insektenstiche

- Im Schwimmbad oder in der Sauna besteht keine Ansteckungsgefahr, weil das Virus an der Luft und im Wasser sehr schnell absterbt.

- Beim Zahnarzt: Er benützt Gummihandschuhe und ein starkes Desinfektionsmittel, das das Virus abtötet.

- Auf fremden Toiletten kannst du dir zwar Geschlechtskrankheiten zuziehen, aber kein Aids!

- Gemeinsam aus einem Glas trinken

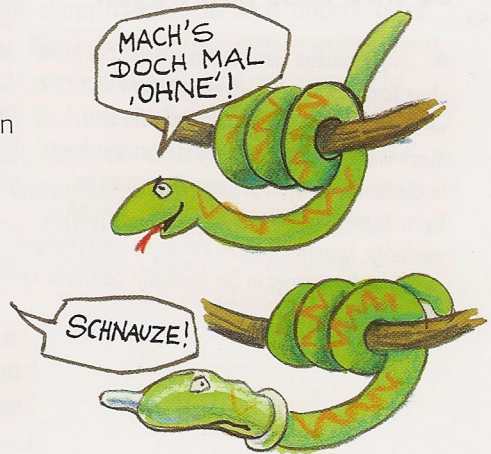
## Bau auf Safersex

Klar ist es lästig, immer an Aids zu denken, wenn dich die Liebe mitreißt. Doch nur durch Verantwortungsbewusstsein kannst du dich vor einer Ansteckung schützen. Lass dich nie auf einen Geschlechtsverkehr ohne Kondom ein. Natürlich gehst du kaum ein Aids-Risiko ein, wenn es für dich und deinen Freund das „erste Mal“ ist. Aber was, wenn dein Freund schon Erfahrungen mit anderen Frauen gemacht hat? Er könnte sich schon angesteckt haben. Und jeder Junge – so nett er auch sein mag – kann das Virus theoretisch tragen. Du bist also bei jedem Geschlechtsverkehr gefährdet. Deshalb ist es am besten, von Anfang an Safersex zu betreiben. Das bedeutet: Verhütung und zusätzlich immer ein Kondom!

» Inas Bruder Lukas hat Aids. Wir gehen oft zusammen aus. Zum Glück ist seine Krankheit noch nicht ausgebrochen. Mit Medikamentencocktails versucht Lukas, möglichst lange gesund zu bleiben. Ganz schön hart, wenn man immer damit rechnen muss, bald zu sterben!  
ANNE, 16 Jahre «

» Ohne Kondom läuft bei mir gar nichts. Ich bin es schon so gewöhnt, dass es mich überhaupt nicht mehr stört!

ILKA, 18 Jahre «



► Aids ist die Abkürzung für „Acquired Immune Deficiency Syndrome“. Es ist eine schlimme Krankheit, die nicht dazu geeignet ist, darüber Witze zu machen oder Betroffene auszugrenzen und zu diskriminieren. Aids ist aber auch kein Grund, Zärtlichkeiten oder Sexualität aus dem Weg zu gehen – verantwortungsvolles Verhalten ist gefragt!

## Vorsicht vor Geschlechtskrankheiten!

Nicht nur Aids, sondern auch andere Krankheiten können beim Geschlechtsverkehr übertragen werden. Dabei handelt es sich um Infektionen, die hauptsächlich an der Haut und den Schleimhäuten der Geschlechtsorgane auftreten. Sie sind sehr ansteckend!

### Welche Anzeichen treten auf?

Ständiger Juckreiz und Brennen in der Scheide, Schmerzen beim Wasserlassen, gelblicher, grünlicher oder bräunlicher Ausfluss aus der Scheide, der meist unangenehm riecht, oder gerötete und entzündete Haut im Intimbereich sind erste Anzeichen für eine Geschlechtskrankheit. Falls du an solchen Symptomen leidest, solltest du sofort einen Frauenarzt oder Hautarzt aufsuchen. Im Anfangsstadium sind bei nahezu allen Geschlechtskrankheiten mit Medikamenten leicht zu heilen. Wichtig ist, dass du während der Infektion keinen Geschlechtsverkehr hast. Sonst steckst ihr euch ständig gegenseitig an.



### Wie beugt man einer Ansteckung vor?

- Sauberkeit ist das A und O. Du solltest auch darauf achten, dass dein Freund seinen Penis sauber hält, besonders seine Eichel. Denn unter der Vorhaut sammelt sich schnell ein bakterienhaltiger Belag, der bei ungeschütztem Geschlechtsverkehr in die Scheide gelangt und dort zu Infektionen führen kann.
- Kondome schützen nicht nur vor Aids, sondern auch vor Geschlechtskrankheiten!

Krankheit/Erreger	Ansteckung	Symptome	Behandlung
<b>Chlamydieninfektion</b> (bakterienähnliche Lebewesen, die zu Unterleibs- bzw. Harnleiterentzündungen führen)	Auf Toiletten, in Schwimmbädern oder beim Geschlechtsverkehr	Wässriger oder blutiger Ausfluss und Brennen beim Wasserlassen. Viele spüren lange überhaupt nichts.	Antibiotikum
<b>Herpes</b> (entzündliche Haut- und Schleimhautrekrankung mit Bläschenbildung)	Durch Tröpfcheninfektion beim Husten, Niesen und Sprechen oder durch Geschlechtsverkehr	Brennen und Jucken an Mund, Lippen, Schamlippen, Scheideneingang, am Muttermund oder After. Später bilden sich Bläschen. Da die Viren lange in den Hautzellen überleben können, kommen die Bläschen bei Stress immer wieder.	Austrocknen mit speziellen Salben und Tinkturen. Das verkürzt zumindest die schmerzhafteste Zeit der Bläschenbildung.
<b>Pilzinfektion</b>	In Schwimmbad oder Sauna, durch Stress oder Medikamente und durch Geschlechtsverkehr mit einer infizierten Person	Juckreiz, entzündete Scheide, oft stark riechender, gelblicher Ausfluss	Scheidencreme, Scheidenzäpfchen
<b>Trichomonaden</b> (einzellige Schleimhautparasiten)	Waschlappen, feuchte Handtücher, Toiletten, Schwimmbäder und durch Geschlechtsverkehr	Brennender Schmerz beim Wasserlassen, Juckreiz und stark gerötete Haut	Antibiotikum
<b>Tripper</b> (Gonorrhoe, wird durch die Bakterienart Gonokokken übertragen)	Geschlechtsverkehr	Grünlich-gelber Ausfluss, brennender Schmerz beim Wasserlassen, leicht entzündete Scheide	Antibiotikum. Kein Geschlechtsverkehr! Der Partner muss mitbehandelt werden. Wird Tripper nicht rechtzeitig behandelt, können sich die Bakterien bis in die Gebärmutter, die Eierstöcke und die Eileiter ausbreiten!
<b>Syphilis</b> (Lues, Harter Schanker)	Geschlechtsverkehr und Blut	Die Erkrankung verläuft in drei Stadien: 1. Nach etwa drei Wochen bildet sich im Genitalbereich ein schmerzloses, hartes Geschwür. Es heilt nach einiger Zeit von alleine wieder ab. 2. Nach etwa neun Wochen fleckenartiger Ausschlag, Fieber, Schlaflosigkeit und Haarausfall. 3. Diese Phase kann bis zu 20 Jahren dauern. Nach und nach werden alle Organe, auch das Gehirn, angegriffen und lahm gelegt. Schlimmste Folge: der Tod	Gute Behandlungschancen nur im Frühstadium der Krankheit mit Antibiotika