

# Klärendes Gespräch an der Bettkante

**Geschlechtskrankheiten** Sexuell übertragbare Infektionen nehmen in der Schweiz jedes Jahr zu. Viele Ansteckungen könnten verhindert werden, sagt Arzt Kurt April – wenn Paare offener reden würden, bevor sie miteinander schlafen.

Melissa Müller

Sonne, Meer und Strand: Max war in Feierlaune, als er in den Ferien einen Drink nach dem anderen bestellte. An der Strandbar traf er eine schöne Unbekannte und ging mit ihr ins Bett. Am Morgen danach hatte er einen Filmriss: Er konnte sich an nichts erinnern. «Haben wir verhütet?», fragte er sich. «Ist sie nun schwanger, oder habe ich mir möglicherweise eine Geschlechtskrankheit eingefangen?» Vor Sorgen konnte Max nächtelang nicht mehr schlafen. – Solche Geschichten hört der Mediziner und Sexualberater Kurt April in seiner Praxis in Horgen des Öfteren. «Hochrisikosex» nennt er es, wenn Menschen unter Drogeneinfluss in einem fremden Bett erwachen und erschrecken. Weil der Mensch, der neben ihnen liegt, so gar nicht dem entspricht, was sie sich erträumen.

«Wie konnte ich nur?», fragte sich auch Kurt Aprils Patient Max. Er liess sich auf HIV und Syphilis testen, die beiden schwerwiegendsten sexuell übertragbaren Krankheiten. «Er kam mit einem Schrecken davon», sagt Kurt April. Man solle sich fragen: «Ist mir der schnelle Sex das Risiko wert?» Viele Menschen von Jung bis Alt seien sich nicht bewusst, dass sie sich mit einer Geschlechtskrankheit wie Syphilis, Chlamydien oder Tripper anstecken könnten. Sie kennen höchstens Aids und HIV und denken, «das passiert mir sowieso nicht».

Bei den Love-Life-Kampagnen heisst es jeweils: «Sperma und Blut nicht in den Mund.» Diese Flüssigkeiten seien sehr ansteckend, sagt Kurt April. Bei Syphilis und Herpes genüge schon etwas Flüssigkeit aus einem Geschwür, um die Krankheit zu übertragen. «Darum ist es ideal, wenn man auch beim Oralsex Kondome benutzt.» Die Gummis schützen zwar gut vor HIV und senken das Risiko anderer Krankheiten, «aber anstecken kann man sich trotzdem».

In der Schweiz nehmen Geschlechtskrankheiten trotz millionenteuren Plakatkampagnen des Bundes zu. Besonders stark angestiegen sind im vergangenen Jahr die Fälle von Gonorrhö, auch Tripper genannt. Sie stiegen laut dem Bundesamt für Gesundheit um über einen Viertel auf fast 2500 Fälle an. Gemeldet werden auch jährlich mehr Chlamydien-Fälle – eine wenig bekannte, aber sehr häufige Infektion, die unbehandelt bei Mann und Frau zu Unfruchtbarkeit führen kann.

Vor den 90er-Jahren waren Syphilis und Gonorrhö in unseren Breitengraden weitgehend verschwunden. Heute sind sie wieder weit verbreitet. Der Aids-Schock der 80er ist weg, was risikofreudiger stimmt. Dating-Apps wie Tinder machen es leichter, anonymen Sex zu haben. Hinzu kommt, dass manche Geschlechts-



Damit das Vorspiel kein übles Nachspiel hat: Das Tabuthema ansprechen.

Bild: Aleksandar Nakic/Getty

krankheiten lange unerkannt bleiben. «Sie verursachen nicht bei allen Infizierten Beschwerden, oder erst längere Zeit nach der Ansteckung», sagt April. Manche Personen wissen jahrelang nicht, dass sie einen Virus in sich tragen, und geben die Krankheitserreger an ihre Sexpartner weiter. «Bei Ausfluss, Brennen beim Wasserlassen und Geschwüren sollte man zum Arzt.» Viele Infektionen liessen sich gut behandeln. Wichtig sei es auch, sich zu fragen, woher man sich angesteckt ha-

ben könnte. Und alle in Frage kommenden Partner zu informieren. «Dadurch wird die Rate der Ansteckungen gesenkt.»

## Sogar Ärzte sind bei diesem Thema befangen

Um sich optimal vor sexuell übertragbaren Infektionen schützen zu können, sei das Reden über Sex Voraussetzung, ist Kurt April überzeugt. Er hat darüber ein Buch geschrieben. Nackte Busen und Pos verfolgen uns auf Schritt und Tritt. «Aber

im Schlafzimmer sind die meisten Menschen stumm wie Fische.» Wenn's hoch kommt, fragt der Mann: «Nimmst du die Pille?» Dann kommt vielleicht von der Frau noch die Frage nach dem Kondom, bevor es zur Sache geht.

«Es ist erstaunlich, wie selten wortgewandte Menschen vor dem ersten Sex mit einem neuen Partner über ihre sexuelle Gesundheit reden», sagt der Mediziner mit Fachausbildung in Psychiatrie und Psychotherapie. Auch den Ärzten wirft er

vor, dass sie ihre Patienten zu wenig über sexuell übertragbare Krankheiten aufklären. «Wer sich mit HIV infiziert, bekommt oft nach ein paar Wochen dieselben Symptome wie bei einer Grippe.» An diese Möglichkeit sollte ein Arzt denken, die Gelegenheit packen und den Patienten auf sein Sexleben ansprechen. Und ihm gegebenenfalls einen HIV-Test vorschlagen. Heute gebe es auch gegen HIV wirksame Medikamente.

Eine monogame Beziehung oder zumindest eine möglichst geringe Zahl an Sexualpartnern mit geschütztem Sex ist laut April das einfachste Mittel, um sich vor einer Ansteckung zu bewahren. Seine Devise: erst der HIV-Test, dann der Sex. Und Treue statt «Hochrisikosex» – darunter versteht der Autor häufigen Partnerwechsel, den Besuch von Darkrooms oder Sexualpraktiken, bei denen Schleimhäute verletzt werden können. Doch was ist mit jenen, die weder monogam leben wollen noch können? «Immer Kondome richtig anwenden», sagt April. Ab fünf verschiedenen Partnern im Jahr solle man laut dem Bundesamt für Gesundheit jährlich zum Arzt, um sich auf sexuell übertragbare Krankheiten untersuchen zu lassen.

## Vorausschauende Planung vor dem ersten Sex

Der Sexualtherapeut gibt den Tip, mit vorausschauender Planung an den ersten Sex mit einem neuen Partner, einer neuen Partnerin heranzugehen. Über Infektionsrisiken zu sprechen, ist aber alles andere als sexy. Viele Menschen sind bei diesem Tabu befangen. «Brechen Sie den Bann», sagt der Arzt. «Die meisten sind froh, wenn der eine anfängt und fragt: Hast du jeweils Kondome benutzt bei deinen Partnern? Bist du sicher, dass du dir keine Krankheit geholt hast?» Es sei nicht ganz ausgeschlossen, angelogen zu werden, gerade wenn das Gegenüber auf ein schnelles Abenteuer aus ist. Und es sei ratsam, das Gespräch nicht im Eifer des Gefechts zu führen, wenn Hormone und Gefühle Oberhand haben. Sondern in guter Stimmung, sachlich und an einem ungestörten Ort. Und etwa sagen: «Ich möchte mit dir über ein Thema sprechen, das mir nicht leicht fällt. Trotzdem finde ich es wichtig. Ich möchte mit dir über Safer Sex und Verhütung reden.»

Da es schwierig ist, diese Themen anzugehen, kann man auch einen Termin bei der Gynäkologin oder dem Hausarzt vereinbaren und sich beraten lassen. «Das braucht Mut», sagt Kurt April. «Aber es lohnt sich.»

## Buchtip

Kurt April: Sprechen über Sex und über Infektionsrisiken. Verlag Hans Huber, ca. 20 Fr.

## Häufige Geschlechtskrankheiten

— **Syphilis** Früher starben Tausende an der «Lustseuche» – darunter Komponist Franz Schubert, Dichter Heinrich Heine und Maler Paul Gauguin. Syphilis wird heute mit Antibiotika behandelt. Rechtzeitig erkannt, ist die Krankheit heilbar. Unbehandelt verläuft sie in Phasen. Zunächst entsteht im Intimbereich oder Mund ein Geschwür, das nach ein paar Wochen wieder abklingt. Das führt zum falschen Schluss, die Infektion sei geheilt. Dann aber treten Ausschläge, Fieber, Muskel- oder Kopfschmerzen auf. In der dritten Phase attackiert die Krankheit innere Organe und das Nervensystem. Nervengewebe in Gehirn und Rückenmark wird abgebaut. Der schleichende Prozess kann Jahre dauern und zum Tod führen.

— **Gonorrhö (Tripper)** Gonorrhö ist eine der häufigsten Geschlechtskrankheiten. Das Bakterium Gonokokkus verursacht bei Frauen Infektionen der Harnröhre, Eileiter, Eierstöcke und Gebärmutter, was zu Unfruchtbarkeit führen kann. Bei Männern greift sie die Harnröhre, Prostata und Nebenhoden an. Es kommt zu einem weisslichen Ausfluss. Über Schmierinfektion (infiziertes Sekret an den Fingern) kann es zu einer Augenentzündung kommen, mit Rötungen bis hin zu Löchern an der Hornhaut. Gonorrhö kann mit Antibiotika geheilt werden. Falls der Partner infiziert ist, sollte man sexuell abstinenter bleiben, bis die Behandlung abgeschlossen ist. Das Risiko einer Ansteckung bleibt, auch wenn man Kondome benutzt.

— **Humane Papillomaviren (HPV)** 75 Prozent der sexuell aktiven Männer und Frauen stecken sich mit Humanen Papillomaviren an. HP-Viren können sich auch durch Oralverkehr verbreiten. Die meisten Personen merken nichts davon, da sich bei ihnen keine Symptome zeigen. In manchen Fällen verursachen die HP-Viren Genitalwarzen, die mit Salben behandelt werden oder chirurgisch entfernt werden sollten. Selten lösen HP-Viren Krebs aus. Bei Frauen kann es zu bösartigen Gewebeveränderungen am Muttermund kommen. Sie können durch den jährlichen Krebsabstrich beim Gynäkologen frühzeitig erkannt werden. Jugendliche können sich mit einer Impfung vor dem ersten Sex vor einer HPV-Infektion schützen.

— **Genitaler Herpes** Es gibt zwei Virentypen: Typ 1 wird Lippenherpes genannt, Typ 2 Genitalherpes. Kondome reduzieren das Übertragungsrisiko. Nach einer Infektion bleibt das Virus lebenslang im Körper. Ein Merkmal sind juckende und brennende Bläschen im Mund, an den Lippen oder im Genitalbereich. Die Bläschen sollten nicht berührt werden. Und wenn es doch passiert, sollte man die Hände waschen. Bei einer Lippenherpes sollte man auf Küssen und Oralsex verzichten. Weiter können Schmerzen beim Wasserlassen, geschwollene Lymphknoten und Fieber auftreten. Eine Infektion kann aber auch ohne solche Zeichen verlaufen. Wer mehr als sechs Mal pro Jahr Symptome hat, sollte mit dem Arzt oder der Ärztin darüber sprechen.

— **Chlamydien** Chlamydien-Infektionen werden durch Bakterien verursacht und sind die häufigste sexuell übertragbare Infektion in Europa. Juckreiz an den Geschlechtsteilen und unüblicher Ausfluss sind mögliche Symptome. Viele Betroffene merken aber nichts von der Chlamydien-Infektion, weil sie keine Beschwerden haben. Die Infektion kann aber trotzdem langfristige Folgen haben. Unbehandelt kann sie bei Frauen zu Beckenentzündungen oder Verklebung der Eileiter und in der Folge zu Bauchhöhlenschwangerschaften oder Unfruchtbarkeit führen. Bei Männern ist in seltenen Fällen eine Nebenhodenentzündung mit anschliessender Unfruchtbarkeit die Folge. Chlamydien werden mit Antibiotika behandelt.