INFORMATIONSBLATT

STIs - SEXUELL ÜBERTRAGBARE INFEKTIONEN

Expertenkomitee für Reisemedizin
Comité d'experts pour la médecine des voyages
Comitato di esperti per la medicina di viaggio
Expert committee for travel medicine

Das Wesentliche in Kürze

- STIs sind ein weltweit verbreitetes Gesundheitsproblem und können durch Prävention (Safer-Sex), regelmässiges Testen und Behandlung in den Griff bekommen werden.
- Bei einem möglichen HIV-Risiko ist es wichtig, schnell zu handeln. Lassen Sie sich so bald wie möglich beraten, ob eine Post-Expositionsprophylaxe (PEP) sinnvoll ist**.**
- Nach einer Risikosituation z. B. ungeschütztem Sex mit einer neuen Partnerin oder einem neuen Partner wird empfohlen, sich auf STIs testen zu lassen, auch wenn Sie keine Symptome haben.

Das freie und verantwortungsbewusste Gestalten der eigenen Sexualität ist Teil eines gesunden Lebens. Zu wissen, wie man auf sich selbst und andere achtet, ist besonders wichtig, wenn man sich in neuen Situationen befindet – beispielsweise auf Reisen.

Reisende, die Gelegenheitssex haben, sind einem erhöhten Risiko ausgesetzt, sich mit sexuell übertragbaren Infektionen, sogenannten Sexually Transmitted Infections (STIs), einschliesslich HIV, anzustecken. Ein Auslandaufenthalt, wobei man auch neue Menschen kennen lernt, kann damit verbunden sein, sich anders zu verhalten und mehr Risiken einzugehen, als man dies zu Hause tun würde. Es ist wichtig daran zu denken, dass ungeschützter Sex und mehrere neue Sexualpartner ein Risiko für STIs darstellen. STIs können unter Umständen schwere Komplikationen verursachen und zudem auf weitere Partner übertragen werden, sofern diese nicht rechtzeitig bemerkt und behandelt werden. Sind Sie nicht sicher, ob es sich um eine Risikosituation handelt, dann hilft der 'Risk-Check' von Love Life weiter.

Infektionen

STIs sind Infektionen, die durch sexuellen Kontakt (vaginaler, analer oder oraler Geschlechtsverkehr) übertragen werden. Sie werden durch mehr als 30 verschiedene Bakterien, Viren oder Parasiten verursacht. Es ist auch möglich, dass mehrere STIs gleichzeitig übertragen werden. Einige der bedeutendsten STIs sind HIV, Hepatitis B, das humane Papillomavirus (HPV), Herpes simplex (HSV), Syphilis, Chlamydien und Gonorrhö.

Vorkommen / Risikogebiete

STIs treten **weltweit** auf und können jeden und jede treffen, unabhängig von Alter, Geschlecht oder der sexuellen Orientierung. Einige der STIs sind in bestimmten Regionen oder Bevölkerungsgruppen häufiger, z. B. HIV bei Frauen in Subsahara-Afrika oder Gonorrhö bei Männern, die Sex mit Männern haben (MSM), in Westeuropa.

Übertragung

Solche Infektionen werden in der Regel durch ungeschützten vaginalen, oralen oder analen Geschlechtsverkehr übertragen. Sie können aber auch durch andere intime Kontakte weitergegeben werden, wie z. B. HSV und HPV, die durch Hautkontakt/Küssen übertragen werden. Andere können auch auf nicht sexuellem Wege übertragen werden, wie beispielsweise durch Kontakt mit Blut oder die gemeinsame Nutzung von Spritzen. Viele STIs – z. B. Syphilis, Hepatitis B, HIV, Chlamydien, Tripper, Herpes und HPV - können auch während der Schwangerschaft und bei der Geburt von der Mutter auf das Kind übertragen werden. Auch Zika-Viren können auch nach einer Reise noch über sexuellen Kontakt übertragen werden, weshalb man sich bei geplanter Schwangerschaft beraten lassen sollte.

Symptome

- Brennen oder Juckreiz im Genitalbereich
- Schmerzhaftes, häufiges Wasserlösen oder Schmerzen im Unterleib
- Schmerzen oder Beschwerden beim Stuhlgang.
- Ungewöhnlicher Ausfluss aus dem Penis, After oder der Vagina
- Wunden, Rötungen, Bläschen im Mund/Lippen oder Genitalbereich sowie Warzen im Intimbereich
- Manchmal auch Fieber (eher selten)

Wichtig: STIs können auch ohne oder mit nur leichten Symptomen auftreten. Auch wenn Sie keine Symptome haben, sollten Sie Ihren Arzt aufsuchen, wenn Sie ungeschützten Sex mit einer neuen oder mehreren Partnerinnen oder Partnern hatten. Denn eine frühzeitige Diagnose und Behandlung sind wichtig, um eine Übertragung und Komplikationen durch unbehandelte Infektionen zu verhindern.

Diagnose

STIs können bei einer körperlichen Untersuchung oder durch die Untersuchung von Urin, einer Wunde oder eines Abstrichs aus der Vagina, dem Penis, dem Rachen oder dem Anus diagnostiziert werden. Bluttests können bei der Diagnose bestimmter Infektionen (Hepatitis A, B und C, HIV und Syphilis) auch helfen.

Der Zeitpunkt des Tests ist wichtig, da manche Infektionen kurz nach einer Ansteckung noch nicht nachweisbar sind (diagnostisches Fenster). Bei **HIV und Syphilis** sollte der Test in der Regel frühestens **6 Wochen** nach dem sexuellen Kontakt

Eine Gewähr für die Richtigkeit und Vollständigkeit der medizinischen Informationen sowie eine Haftung für eventuell eintretende Schäden kann nicht übernommen werden.

gemacht werden. Bei **Chlamydien und Gonorrhö** sollte der Test frühestens **2 Wochen** nach dem Kontakt gemacht werden. Dies gilt nur, wenn keine Symptome vorliegen.

Beachten Sie auch, dass der Zugang zu zuverlässigen Tests und Behandlungen an manchen Reisezielen eingeschränkt sein kann.

Wann sollte man sich testen lassen?

- Wenn Sie Symptome haben (siehe oben)
- Wenn Sie mehrere Sexualpartner haben, wird empfohlen, mindestens einmal jährlich einen STI-Check zu machen.
- Wenn Sie einer Bevölkerungsgruppe mit erhöhtem STI-Risiko angehören. z. B. MSM, Sexarbeiterinnen und Sexarbeiter sowie deren Kunden
- Wenn bei einem Sexualpartner kürzlich eine STI diagnostiziert wurde
- Nach der Rückkehr von einer Reise, wenn Sie einen risikoreichen Kontakt hatten
- Zu Beginn einer neuen monogamen Beziehung

Behandlung

Viele STIs sind heilbar. Andere, wie z. B. HIV, sind nicht heilbar, können aber mit einer lebenslangen medikamentösen Behandlung wirksam kontrolliert werden, sodass es nicht zu Komplikationen kommt. Beispielsweise können mit Antibiotika bakteriell verursachte STIs geheilt werden. Eine frühzeitige Behandlung verringert zudem das Risiko von Komplikationen. Denn unbehandelt können einige STIs langfristig unter Umständen zu Gesundheitsproblemen führen, wie z. B. zu Unfruchtbarkeit, Geburtsfehlern und einigen Arten von Krebs. Wenn eine schwangere Frau eine STI hat, kann dies zu Gesundheitsproblemen beim Baby führen. Auch Sexualpartner sollten gleichzeitig behandelt werden, um eine erneute Infektion zu verhindern (Ping-Pong-Übertragung).

Vorbeugung

Vor der Reise:

- Eine STI-Testung kann sinnvoll sein, wenn Sie kürzlich eine Risikosituation hatten.
- Stellen Sie sicher, dass Ihre Impfungen auf dem neuesten Stand sind (Hepatitis B, HPV und je nach Sexualverhalten Hepatitis A und Mpox).
- Lassen Sie sich von einer medizinischen Fachperson zur HIV-PrEP beraten, wenn diese für Sie infrage kommt.

Während der Reise:

- Beachten Sie die **Safer-Sex**-Regeln von Love Life.
- Nehmen Sie Kondome aus zuverlässigen Quellen mit, da Qualität und Verfügbarkeit an manchen Reisezielen unterschiedlich sein können.
- Denken Sie daran, dass es bei **Oralverkehr** auch zu Übertragungen von STIs kommen kann.
- Nach einer Risikosituation sollten Sie so schnell wie möglich abklären, ob eine **HIV-Postexpositionsprophylaxe (PEP)** sinnvoll ist. **Am wirksamsten ist sie innerhalb weniger Stunden, spätestens 48 Stunden nach dem Risikokontakt**.
- Denken Sie daran, dass Alkohol oder Drogen zu erhöhtem Risikoverhalten führen.
- Denken Sie daran, dass Sie beim Sex andere Personen anstecken können, wenn Sie eine unbehandelte STI haben.
- Menschen mit einer neu diagnostizierten STI sind angehalten ihre früheren Sexualpartner zu informieren, damit auch sie behandelt werden können.
- Auch ohne Symptome wird nach einer Risikoexposition ein STI-Check empfohlen.

Weitere Informationen

- Love Life: www.lovelife.ch
- Sexuelle Gesundheit Schweiz: www.sexuelle-gesundheit.ch
- Hepatitis Schweiz: https://hepatitis-schweiz.ch/formen/was-ist-hepatitis
- World Health Organization (WHO). Factsheets. Sexually transmitted infections (STIs). 20.12.2025: www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/sexually-transmitted-infections-(stis)

Eine Gewähr für die Richtigkeit und Vollständigkeit der medizinischen Informationen sowie eine Haftung für eventuell eintretende Schäden kann nicht übernommen werden.