

Сексуальность, Здоровье и Ты **Sexualität, Deine Gesundheit und Du**

Информация о заболеваниях, передаваемых половым путём
Informationen über sexuell übertragbare Krankheiten



**GIB AIDS
KEINE
CHANCE**

BZgA

Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung

Содержание / Введение

Как ты можешь заразиться?	2
Как узнать о том, что заразился?	6
Как защитить себя?	8
Защита - правильное использование презервативов	10
Информация о симптомах, путях заражения и защиты.	12
Где можно получить консультацию и пройти тест?	16
Где можно получить более подробную информацию?	18
Как сказать об этом?	22

Здоровье для многих людей является самой важной вещью в жизни. Ты сам хотел бы быть и оставаться здоровым. Сексуальность также немаловажна для многих людей. Сексуальность есть нечто хорошее.

Но существуют заболевания, которыми можно заразиться во время секса. Эти заболевания называются болезнями, передаваемыми половым путём. **Поэтому необходимо знать, как можно защитить себя от них!**

Любой человек, независимо от того, мужчина это или женщина, молодой или старый, в браке или холост, может заразиться ими. Следовательно, стыдиться здесь нечего.

Очень важно как можно быстрее обратиться к врачу, если у тебя наблюдаются симптомы – ведь большинство заболеваний, передаваемых половым путем, излечимы.

В противном случае можно запустить болезнь. И как следствие может случиться так, что ты не сможешь больше иметь детей.

Inhalt / Einleitung

Wie kannst Du Dich anstecken?	3
Woran merkst Du, dass Du dich angesteckt hast?	7
Wie kannst Du Dich schützen?	9
Schutz – Kondome richtig benutzen . . .	11
Übersicht über Zeichen, Ansteckungswege und Schutz	14
Wo kannst Du Dich beraten und testen lassen?	17
Wo bekommst Du mehr Information? . .	19
Wie sagst Du es?	23

Gesundheit ist für viele Menschen das wichtigste im Leben. Du möchtest, dass Du selber gesund bist und gesund bleibst. Auch Sexualität ist für viele Menschen wichtig. Sexualität ist etwas Gutes.

Aber es gibt Krankheiten, die man beim Sex bekommen kann. Diese Krankheiten heißen sexuell übertragbare Krankheiten (STD). Dazu gehören zum Beispiel HIV (das Virus, das AIDS auslösen kann), Hepatitis, Syphilis, Tripper und andere. **Daher musst Du wissen, wie Du Dich davor schützen kannst!**

Jeder Mensch kann sie bekommen, egal ob Mann oder Frau, jung oder alt, verheiratet oder nicht verheiratet. Man muss sich also nicht schämen.

Es ist sehr wichtig, dass Du schnell zu einer Ärztin oder einem Arzt gehst, wenn Du Krankheitszeichen hast – die meisten sexuell übertragbaren Krankheiten kann man heilen.

Sonst kannst Du sehr krank werden. Es kann auch passieren, dass Du keine Kinder mehr bekommen kannst.

Как ты можешь заразиться?

Заразиться можно прежде всего во время секса. Ты заражаешься болезнью от человека, который уже болен. Возбудители болезни находятся прежде всего в крови, сперме и выделениях из влагалища. Поэтому ты можешь легко заразиться во время:



Вагинальный секс
(пенис входит
во влагалище)



Оральный секс
(секс ртом)



Анальный секс
(пенис входит в попу)

Wie kannst Du Dich anstecken?

Du kannst die Krankheiten vor allem beim Sex bekommen. Du bekommst die Krankheiten von einem Menschen, der die Krankheit schon hat. Die Krankheitserreger sind vor allem im Blut, im Sperma und der Scheidenflüssigkeit. Deshalb kannst Du Dich leicht anstecken beim:



Vaginalsex

(der Penis kommt in die Scheide)



Oralsex

(Sex mit dem Mund)



Analsex

(der Penis kommt in den Po)

Как ты можешь заразиться?



Женщина может заразить своего ребенка ВИЧ и другими заболеваниями, передаваемыми половым путем, если она сама заражена. Заражение может произойти во время беременности, родов или через грудное вскармливание.



Люди, употребляющие инъекционные наркотики, могут заразиться, если будут использовать шприцы и иглы, которые уже были использованы другими людьми.

Wie kannst Du Dich anstecken?



Eine Mutter kann ihr Kind mit HIV und anderen sexuell übertragbaren Krankheiten anstecken, wenn sie selber angesteckt ist. Die Ansteckung kann während der Schwangerschaft, während der Geburt oder beim Stillen passieren.



Menschen, die Drogen spritzen, können sich anstecken, wenn sie Spritzen und Nadeln benutzen, die andere Menschen benutzt haben.

Как узнать о том, что ты заразился?

Симптомами болезней, передаваемых половым путем, являются:



- 1 желтоватые и зловонные выделения из пениса, влагалища или попы



- 2 Боли, когда писаешь, зуд и жжение, как огонь



- 3 Дерматологические изменения такие, как пузырьки, бородавки, фурункулы (открытые раны) и прыщи на коже.

Но бывает и так, что ты можешь ничего не видеть или чувствовать! **При заражении ВИЧ, часто люди много лет ничего не замечают.**

Woran merkst Du, dass Du Dich angesteckt hast?

Zeichen für eine sexuell übertragbare Krankheit sind meistens:



- 1 gelblicher und stinkender Ausfluss aus dem Penis, aus der Scheide oder aus dem Po



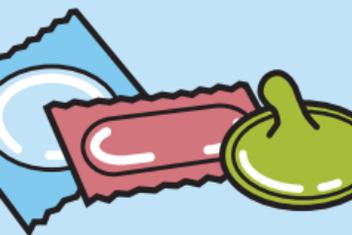
- 2 Schmerzen beim Pinkeln, Jucken und Brennen wie Feuer



- 3 Hautveränderungen wie Blasen, Warzen, Geschwüre (offene Haut) und Pickel auf der Haut.

Es kommt auch vor, dass man gar nichts sehen oder spüren kann! **Bei einer Ansteckung mit HIV merken die Menschen oft viele Jahre gar nichts.**

Как защитить себя?

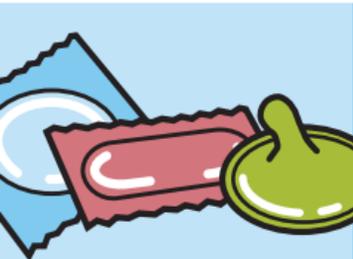


Наиболее эффективной защитой от заражения ВИЧ и другими заболеваниями, передаваемыми половым путем, являются презервативы! Поэтому используй презервативы во время вагинального, орального и анального секса.

Против некоторых заболеваний, передаваемых половым путём, можно поставить прививку. Просто спроси своего врача, против чего можно сделать прививку.

Если у тебя вообще нет секса, то ты защищен от сексуальных инфекций. Но большинство людей находят жизнь без секса для себя неприемлемой.

Wie kannst Du Dich schützen?

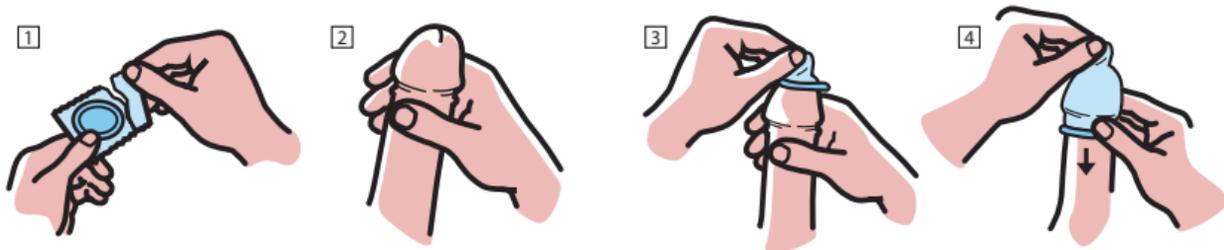


Der wichtigste Schutz vor einer Ansteckung mit HIV und anderen sexuell übertragbaren Krankheiten sind Kondome! Benutze deshalb Kondome beim Vaginal-, Oral- und Analsex.

Du kannst Dich gegen manche sexuell übertragbaren Krankheiten impfen lassen. Frag einfach Deine Ärztin oder Deinen Arzt, wogegen eine Impfung möglich ist.

Wenn Du gar keinen Sex hast, bist Du vor einer sexuellen Ansteckung geschützt. Gar keinen Sex finden die meisten Menschen aber für sich gar nicht passend.

Защита - правильное использование презервативов



1 *Осторожно открой упаковку презерватива*

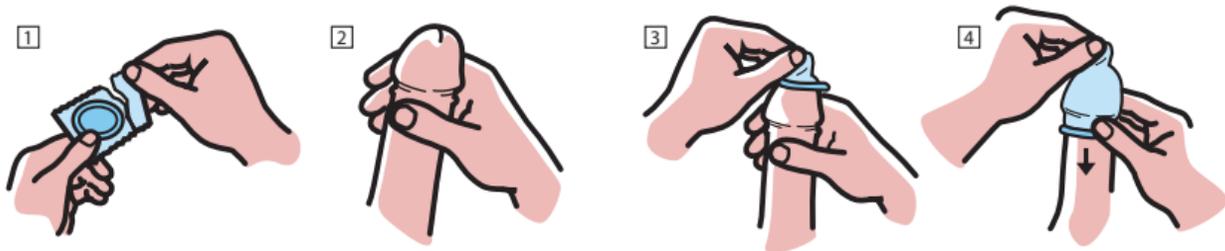
2 *Если твой член не обрезаноттяни крайнюю плоть*

3 *Сожми кончик презерватива и надевай его так на эрегированный пенис*

4 *Затем разверни презерватив по всей длине пениса*

Вскоре после семяизвержения, важно извлечь пенис вместе с презервативом!

Schutz – Kondome richtig benutzen



1 Mach die Kondompackung vorsichtig auf

2 Wenn Dein Penis nicht beschnitten ist, ziehe die Vorhaut zurück

3 Presse die Spitze des Kondoms zusammen und setze es so auf den steifen Penis

4 Rolle dann das Kondom bis ganz nach hinten ab

Kurz nach dem Samenerguss ist es wichtig, den Penis zusammen mit dem Kondom zurückzuziehen!

Информация о симптомах, путях заражения и защиты

ВИЧ

Симптомы



В начале похоже на грипп



Зачастую в течение многих лет симптомов нет!

ЗППП



Боли, когда писаешь, или внизу живота



Выделение из влагалища, пениса или попы



Зуд и жжение, как огонь



Изменения кожи (пузырьки, открытые раны)



Часто симптомы вообще отсутствуют!

Путизараже ния



Вагинальный, оральный или анальный сек с без презерватива!



Через использ ованные шприцы



Заражение от матери к ребенку



Вагинальный, оральный или анальный сек с без презерватива!



Через использ ованные шприцы



Некоторые ЗППП передаются от матери к ребенку



Через прикосн овение к открытой ране

Защита



Презервативы защищают!



Используй только новые шприцы для укола!



Сделай тест на ВИЧ во время, а лучше до беременности!



Презервативы защищают!



Используй только новые шприцы для укола!



Иди к врачу, если у тебя появились симптомы!



Не прикасайся к открытой ране!



Прививка против отдельных ЗППП

Übersicht über Zeichen, Ansteckungswege und Schutz

HIV

Zeichen



Am Anfang oft wie Grippe



Oft viele Jahre keine Anzeichen

STD



Schmerzen beim Pinkeln oder ganz unten im Bauch



Ausfluss aus Scheide, Penis oder Po



Jucken und Brennen wie Feuer



Hautveränderungen
(Blasen, offene Haut)



Oft aber geringe oder keine Anzeichen

Ansteckungsweise



**Vaginal-, Oral- und Analsex
ohne Kondom**



Über gebrauchte Spritzen



Mutter- Kind- Übertragung



**Vaginal-, Oral- und Analsex
ohne Kondom**



Über gebrauchte Spritzen



Mutter-Kind-Übertragung bei
einigen STD möglich



durch Berühren offener Haut

Schutz



Kondome schützen!



Beim Spritzen nur neue Spritzen
benutzen!



Bei Schwangerschaft oder
besser vorher HIV-Test machen!



Kondome schützen!



Beim Spritzen nur neue Spritzen
benutzen!



Gehe zur Ärztin oder zum Arzt
wenn Du Krankheitszeichen hast!

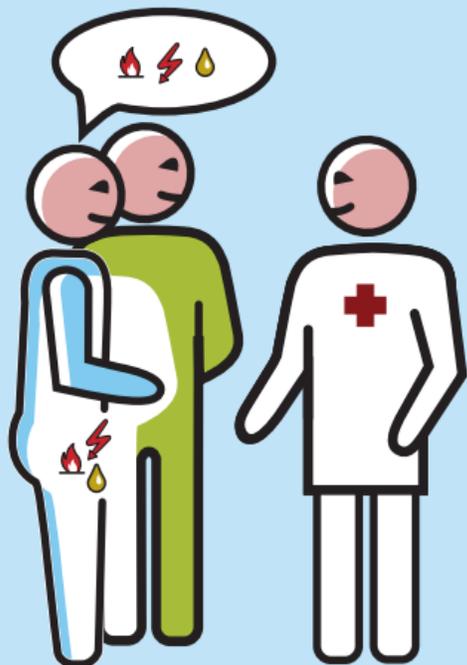


Offene Haut nicht berühren!



Impfung gegen einzelne STD

Где можно получить консультацию и пройти тест?

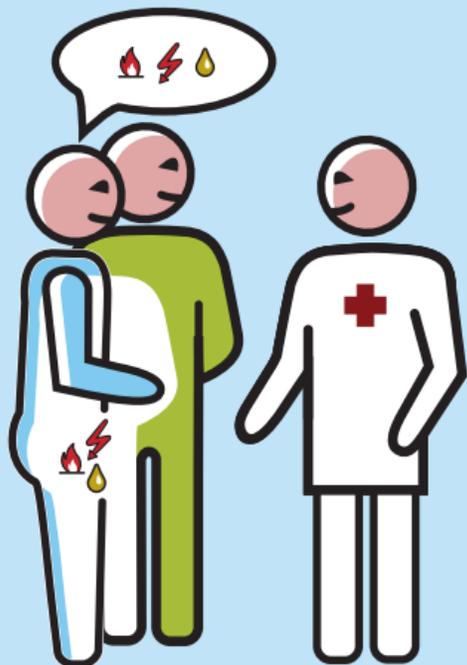


**Непреренно иди к врачу, если у тебя
наблюдаются симптомы.**

*Иди к врачу, даже если симптомы прекратились
сами по себе: так как вирусы и бактерии могут ещё
скрыватьсЯ в организме. Женщины идуТ к женскому
врачу – гинекологу; мужчину идуТ к врачу-кожнику или
к урологу.*

*Также твой партнер или партнерша должен быть
немедленно осмотрен.*

Wo kannst Du Dich beraten und testen lassen?



Gehe immer zu einer Ärztin oder einem Arzt, wenn Du Krankheitszeichen hast.

Gehe auch zur Ärztin oder zum Arzt, wenn die Krankheitszeichen von alleine aufhören, denn die Viren und Bakterien können sich im Körper verstecken. Frauen gehen zur Frauenärztin, Männer gehen zum Hautarzt oder Urologen.

Auch Dein Partner oder Deine Partnerin sollte sich untersuchen lassen.

Где можно получить более подробную информацию?



Непрерменно иди к врачу, если у тебя наблюдаются симптомы!



Если у тебя есть вопросы, ты можешь обратиться в ближайший Департамент здравоохранения. Там ты можешь анонимно (ты не должен называть свое имя) проконсультироваться.



Также ты можешь позвонить на консультативную линию федерального центра просвещения по вопросам здравоохранения (BZgA). Консультация проводится также анонимно и на немецком языке. Там ты сможешь задать вопросы и получить адреса учреждений здравоохранения или других консультационных центров: **0221-892031**.



Более подробную информацию о заболеваниях, которые передаются половым путем, ты можешь найти в интернете на немецком языке: **www.sti-ratgeber.de**

Wo bekommst Du mehr Information?



Wenn Du Krankheitszeichen hast, gehe unbedingt zu einer Ärztin oder einem Arzt!



Wenn Du Fragen hast, kannst Du zu einem Gesundheitsamt in Deiner Nähe gehen. Dort kannst Du Dich anonym (Du musst Deinen Namen nicht nennen) beraten lassen.



Du kannst auch die Telefonberatung der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung anrufen. Die Beratung findet in deutscher Sprache statt und ist auch anonym. Dort kannst Du Deine Fragen stellen und Adressen von Gesundheitsämtern oder anderen Beratungsstellen bekommen: **0221-892031**.



Mehr deutschsprachige Informationen über Krankheiten, mit denen man sich beim Sex anstecken kann, findest Du im Internet: **www.sti-ratgeber.de**

Выпускные данные

Опубликован Федеральной службой просвещения по вопросам здравоохранения, Кёльн

по заказу Федерального Министерства здравоохранения при финансовой поддержке Федеральной Республикой Германия.

Все права защищены.

Иллюстрации, Оформление:

*Bosbach Kommunikation & Design GmbH,
Köln*

Печать: Asmuth, Köln

Дата выпуска: Ноябрь 10

номер печати: 1.50.11.10

Эта брошюра будет распространяться бесплатно под руководством VZgA.

Она не предназначена для перепродажи получателем или третьим лицом.

No Заказа 70432011

Impressum

Herausgegeben von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln

Im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit gefördert durch die Bundesrepublik Deutschland.

Alle Rechte vorbehalten.

Illustrationen, Gestaltung:

Bosbach Kommunikation & Design GmbH,
Köln

Druck: Asmuth, Köln

Erscheinungsdatum: Nov. 10

Druck-Nummer: 1.50.11.10

Diese Broschüre wird von der BZgA kostenlos abgegeben. Sie ist nicht zum Weiterverkauf durch die Empfängerin/den Empfänger oder Dritte bestimmt.

Best.-Nr. 70432011

Как сказать об этом?



Если тебе трудно говорить о своих симптомах, отметь их на листке и отдай его в кабинете врача. Врач знает, как он может помочь тебе.

Информация для медицинских клиник

Эта карточка является частью просветительной брошюры Федеральной службы просвещения по вопросам здравоохранения (BZgA). Ее целью является содействие к упрощению общения о болезнях передаваемых половым путём.

У меня:

- желтоватые и зловонные выделения из пениса, влагалища или попы
- Зуд, чувство жжения в области половых органов
- Боли внизу живота
- Изменения кожи на половом члене, на половых губах, попе, на и во рту
- Боли, когда я писаю

и я хотел бы обследоваться.

Wie sagst Du es?



Falls es Dir schwer fällt über Deine Krankheitszeichen zu reden, kreuze sie einfach an und gib den Zettel in der Arztpraxis ab. Die Ärztin oder der Arzt weiß, wie sie oder er Dir helfen kann.

Informationen für die Arztpraxen Diese Karte ist Teil einer Aufklärungsbroschüre der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). Sie soll die Kommunikation über sexuell übertragbare Infektionen erleichtern.

Ich habe:

- gelben und stinkenden Ausfluss aus dem Penis, aus der Scheide oder aus dem Po
- Jucken, Brennen im Genitalbereich
- Schmerzen ganz unten im Bauch
- Hautveränderungen am Penis, an den Schamlippen, am Po, am und im Mund
- Schmerzen beim Pinkeln

und möchte mich untersuchen lassen.

Брошюра для людей различных культур

Eine Broschüre für Menschen aus verschiedenen Kulturen