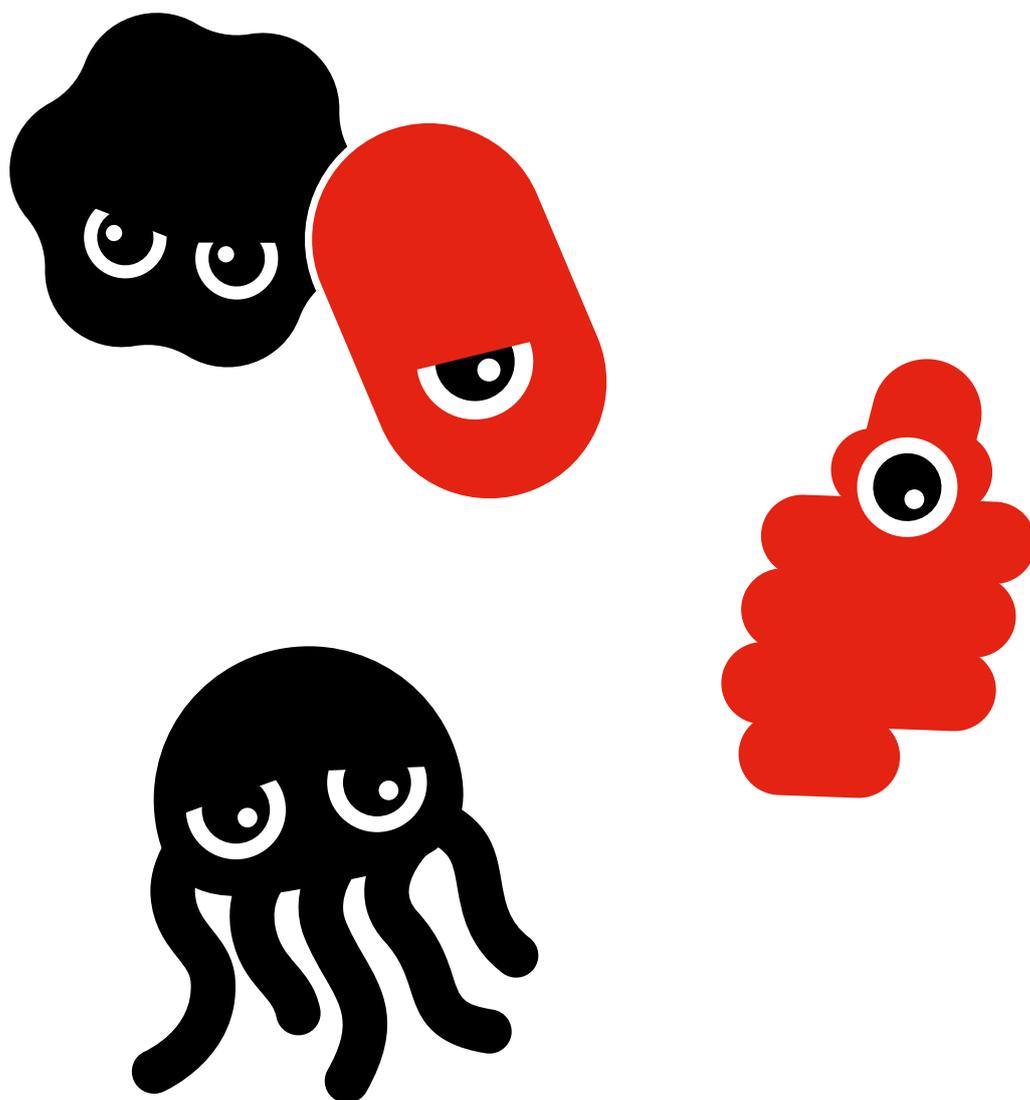


# Riesenmikroben

Das Risiko einer STI- bzw. HIV-Infektion mittels Comic-Karten, großen Briefmarken oder STI-Symptom-Karten einschätzen und besprechen



### Vorbereitung

Besorgen Sie passende Mikroben und bereiten Sie eine der u. g. Umsetzungsvarianten vor. Entscheiden Sie, welche Inhalte/Themen gruppenspezifisch behandelt werden sollen.

### Ablauf

Jede Gruppe bekommt/zieht 1 bis 2 Krankheitserreger, erarbeitet sich diese mit Hilfe von BZgA-Broschüren und präsentiert sie im Plenum, z. B. in Form einer kleinen Puppenspiel-Szene:

- Ich bin ... (Erreger)  
Ich komme von einem zum anderen über ... (Übertragungswege: sexuelle Kontakte, Blutaustausch oder mangelnde Hygiene, sofern entsprechende Krankheitserreger einbezogen sind)
- Wenn ich erst mal drin bin, dann merkt ihr das daran, dass ... (Symptome)
- Wenn ihr mich nicht aus dem Körper vertreibt, kann ich ... anrichten (Folgen bei Nichtbehandlung)
- Vertreiben könnt ihr mich durch ... (Behandlung)

### Variante

#### Erreger weitergeben

Alle TN nehmen sich (ggf. zu zweit) Riesenmikroben aus einer Box und

finden sich entsprechend der Erregerart (Bakterien, Viren oder Parasiten) in Gruppen zusammen. In den Gruppen sortieren sie die nicht sexuell übertragbaren Erreger aus und legen sie zurück in die Box. Anschließend stellen die Gruppen ihre Mikroben im Plenum vor. Dafür denken sie sich eine fiktive Situation aus, wie der Erreger von Gruppenmitglied A an Gruppenmitglied B im Plenum weitergegeben werden kann. A versucht also B zu infizieren. Falls es in der Geschichte zu einer Infektion kommt, beschreibt B seine Symptome und ggf. auch die Behandlungsmöglichkeiten (alle Infos dazu befinden sich auf den jeweiligen Erreger-Karten). B kann die Infektion abwehren, z. B. durch Kondome. Der Erreger bleibt dann bei A. In diesem Fall berichtet A, welche Symptome er hat. Fragen Sie nach, was zu tun ist, wenn die Symptome auftauchen, und wie die Infektion behandelt werden kann. Alle TN versuchen ihre Erreger an andere TN weiterzugeben. Dabei kann ein TN auch mehrere Erreger erhalten. In diesem Fall erklären Sie, dass dies häufig vorkommt, da man bei einer bestehenden STI empfänglicher für weitere STI ist. Wichtig sind daher eine frühzeitige Diagnose und die Behandlung jeder einzelnen STI. Wenn eine STI medizinisch behandelt

wird, kommt der Erreger zurück in die Box. Vermitteln Sie abschließend, dass alle STI behandelbar, aber nicht immer heilbar sind.

### Wurfspiel

Zur Auflockerung und/oder Festigung der neu gelernten Informationen, lassen Sie einen TN eine Mikrobe z. B. aus einem Sack ziehen, eine richtige Information dazu nennen und die Mikrobe zu einem anderen TN werfen. Dieser wiederholt ggf. den vorangegangenen Fakt und fügt einen neuen hinzu etc. Sie können auch mehrere Mikroben zeitgleich werfen lassen.

### Grabbelsack

Lassen Sie Mikroben aus einem Sack o. Ä. ziehen und befragen Sie die TN, was sie damit verbinden. Kommen sie miteinander ins Gespräch über STI, Ansteckungswege, Symptome, Schutz und Behandlung.

### STI-Nasenbärchen

Einsatz in Verbindung mit der Methode STI-Nasenbärchen: Führen Sie die Mikroben über eine der o. g. Varianten ein. Nun sollen die TN die STI-Nasenbärchen dem jeweiligen Erreger zuordnen: Über welchen Weg kann man sich mit diesem Erreger anstecken?

---

<b>Thema</b>	HIV und andere sexuell übertragbare Infektionen (STI) · Kondom · Schutz und Verhütung · Über Sex reden · Meine Einstellungen und Werte
<b>Methodentyp</b>	Einstieg/Warming-up Auflockerung/Bewegung Quiz-Variante/Mitmach-Aktion Positions-/Meinungsspiel
<b>Setting</b>	Geschlossene Gruppe
<b>Alter</b>	Empfohlen ab ca. 14 Jahren
<b>Dauer</b>	20 - 30 min
<b>Material</b>	Karten für Riesenmikroben-Schilder/-Steckbriefe Für Variante STI-Nasenbärchen: STI-Nasenbärchen-Kopiervorlage und Karten für Riesenmikroben-Schilder/-Steckbriefe Eigenes Material: große Plüschtiere als Mikroben im Internet erhältlich, außerdem ggf. Krankheitserreger, die auch nicht sexuell übertragen werden; Sack/Beutel/Box;

---

# Chlamydien

## Erreger

- Bakterien

## Symptome

- Oft keine
- Ungewöhnlicher Ausfluss aus Scheide, Penis oder Po sowie Zwischenblutungen
- Brennen oder Schmerzen beim Pinkeln
- Schmerzen beim Vaginal- (Penis in der Scheide) oder Analsex (Penis im Po)
- Juckreiz an Scheide, Penis oder Po

## Übertragung

- Ungeschützter Oral-, Vaginal- und Analsex ohne Kondome
- Gemeinsames Benutzen von Sexspielzeug ohne Kondom
- Schleimhaut-Schleimhaut-Kontakt

## Mögliche Folgen

- Entzündungen und Unfruchtbarkeit bei Mann und Frau
- Steigert das Risiko, sich mit HIV anzustecken

## Behandlung

- Lässt sich durch Antibiotika heilen
- Partnerin oder Partner mitbehandeln und informieren
- Bis Behandlungsende kein Sex (Arzt fragen)

## Schutz

- Kondome benutzen beim Vaginal- und Analsex, auch wenn der Penis nur kurz in die Scheide oder den Po eindringt
- Immer ein neues Kondom verwenden, wenn Sexspielzeug mit anderen geteilt wird
- Beim Oralsex sollte Kontakt mit infizierter Schleimhaut vermieden werden
- Partnerinformation
- Sexuell aktive Frauen bis einschließlich 24 können sich 1 Mal im Jahr kostenlos testen lassen

# Gonorrhö (Tripper)

## Erreger

- Bakterien

## Symptome

Frauen oft nur leichte oder gar keine Beschwerden, Männer sehr häufig Beschwerden:

- Ungewöhnlicher Ausfluss aus Scheide, Penis oder Po sowie Zwischenblutungen
- Brennen oder Schmerzen beim Pinkeln
- Juckreiz an Scheide, Penis oder Po
- Schmerzen beim Vaginal- (Penis in der Scheide) oder beim Analsex (Penis im Po)
- Halsschmerzen nach Oralsex (Sex mit dem Mund), ohne dass es sonst Anzeichen für eine Erkältung gibt

## Übertragung

- Kontakt mit infizierten Schleimhäuten
- Oral-, Vaginal- und Analsex ohne Kondome
- Gemeinsame Benutzung von Sexspielzeug ohne Kondom

## Mögliche Folgen

- Entzündungen und Unfruchtbarkeit bei Mann und Frau
- Schmerzen beim Sex
- Eine Infektion mit Gonorrhö erhöht das Risiko, sich mit HIV anzustecken (besonders bei rektaler Gonorrhö)

## Behandlung

- Lässt sich durch Antibiotika heilen
- Partnerin oder Partner informieren
- Bis Behandlungsende auf Sex verzichten (Arzt fragen)

## Schutz

- Kondome benutzen

# Syphilis (Lues)

## Erreger

- Bakterien

## Symptome

Verschiedene Stufen mit symptomlosen Zeiträumen

### Erste Stufe

Schmerzloses, hartes Knötchen bildet sich rund um die Eintrittsstelle und wird zu einem flachen Geschwür (Primäraffekt)

- Häufiges Auftreten an Penis, Hoden, Schamlippen, in der Scheide, im Anus (Poloch) oder im Mund

### Zweite Stufe

Verschiedene mögliche Anzeichen, die im Laufe der Zeit schwächer werden:

- Nicht juckender und anfangs auch nicht nässender Hautausschlag am Oberkörper, an den Handflächen und Fußsohlen; später nässende Hautausschläge, die nach einiger Zeit abheilen und dann erneut ausbrechen
- Schwellung der Lymphknoten
- Fieber
- Kopf-, Muskel- und Gelenkschmerzen
- Stellenweiser Haarausfall
- Appetitlosigkeit und Gewichtsverlust
- Entzündungen unterschiedlicher Organe

### Dritte Stufe (meist 3 bis 5 Jahre nach Ansteckung)

- Ausbreitung der Erreger im ganzen Körper
- Typische Anzeichen: gummiartig verhärtete Knoten (Gummen), die im und am ganzen Körper auftreten können

## Übertragung

- Oral-, Vaginal- und Analsex ohne Kondome
- Kontakt- oder Schmierinfektion
- Kontakt mit Syphilis-Geschwüren
- Gemeinsame Benutzung von Sexspielzeug ohne Kondom

## Mögliche Folgen

- Im Spätstadium: schwere Schäden an inneren Organen und am Herz-Kreislauf-System
- Erhöhtes Risiko einer HIV-Infektion

## Behandlung

- Frühzeitig erkannt durch Antibiotika gut behandelbar, nur Folgeschäden nicht
- Partnerin oder Partner informieren
- Bis Behandlungsende kein Sex (Arzt fragen)

## Schutz

- Beim Vaginal- und Analsex Kondome benutzen
- Kontakt mit Geschwüren und nässenden Hautstellen vermeiden
- Immer ein neues Kondom verwenden, wenn Sexspielzeug mit anderen geteilt wird

# Hepatitis A

## Erreger

- Hepatitis-A-Viren

## Symptome

- Abgeschlagenheit
- Appetitlosigkeit
- Kopf-, Muskel- und Gelenkschmerzen
- Übelkeit, Erbrechen, Bauchschmerzen
- Fieber
- Abneigung gegen Fett und Alkohol
- Teilweise Gelbsucht mit Gelbfärbung von Bindehaut, Haut, dunklem Urin, entfärbtem Stuhl und starkem Juckreiz

## Übertragung

- Verunreinigte Lebensmittel/verunreinigtes Trinkwasser
- Kontakt- oder Schmierinfektion, meist bei oral-analen Praktiken (Lecken am Po)
- Wenn Finger erst mit dem Anus (Po) und dann mit dem Mund in Berührung kommen

## Behandlung

- Heilt in der Regel von selbst aus
- Ruhe, Schonung und Vermeidung von fettreicher Nahrung, leberbelastenden Medikamenten und Alkohol
- Auf oral-anale Praktiken verzichten (Ärztin oder Arzt fragen)

## Schutz

- Dental Dams (Lecktücher)
- Impfung

# Hepatitis B

## Erreger

- Hepatitis-B-Viren

## Symptome

- Oft keine oder nur geringe Beschwerden
- Abgeschlagenheit
- Appetitlosigkeit
- Kopf- und Gliederschmerzen
- Übelkeit, Erbrechen, Bauchschmerzen
- Leichtes Fieber
- Nur selten Gelbsucht mit Gelbfärbung von Haut, Bindehaut, dunklem Urin, entfärbtem Stuhl und starkem Juckreiz

## Übertragung

- Kontakt mit infektiösen Körperflüssigkeiten
- Vaginal-, Anal- oder Oralsex ohne Kondome
- Blut

## Mögliche Folgen

- Hepatitis B kann von allein ausheilen
- Gefahr der Chronifizierung
- Chronische Hepatitis B kann zur Leberzerstörung führen

## Behandlung

- Heilt oft von selbst aus
- Ruhe, Schonung und Vermeidung von fettreicher Nahrung, leberbelastenden Medikamenten und Alkohol
- Eine chronische Hepatitis B kann mit Medikamenten behandelt werden
- Partnerin oder Partner informieren

## Schutz

- Hepatitis-B-Impfung
- Kondome beim Vaginal-, Anal- und Oralsex
- Immer ein neues Kondom verwenden, wenn Sexspielzeug mit anderen geteilt wird

# Hepatitis C

## Erreger

- Hepatitis-C-Virus

## Symptome

- Abgeschlagenheit
- Appetitlosigkeit
- Kopf- und Gliederschmerzen
- Übelkeit, Erbrechen, Bauchschmerzen
- Leichtes Fieber
- Nur wenige Menschen bekommen eine Gelbsucht mit Gelbfärbung der Haut, der Bindehaut, dunklem Urin, entfärbtem Stuhl und starkem Juckreiz

## Übertragung

- Kontakt mit infiziertem Blut
- Beim Sex durch Praktiken, bei denen es zu - mitunter kleinen/unbemerkten - Verletzungen kommen kann, wie ungeschützter Anal- oder auch Vaginalsex

## Mögliche Folgen

- Hohe Gefahr der Chronifizierung

## Behandlung

- Heilt nur selten von alleine aus
- Gut mit Medikamenten behandelbar
- Ruhe, Schonung und Vermeidung von fettreicher Nahrung, leberbelastenden Medikamenten und Alkohol
- Partnerin oder Partner informieren

## Schutz

- Kondome beim Vaginal- und Analsex
- Immer ein neues Kondom verwenden, wenn Sexspielzeug mit anderen geteilt wird
- Sexspielzeug, das mit Blut in Berührung kommt, gut reinigen

# Herpes (Herpes simplex), Lippenherpes und Genitalherpes

## Erreger

- Viren

## Symptome (bei akutem Schub)

- Brennende, juckende und schmerzende Bläschen mit wässrigem Inhalt
- Herpes-Bläschen können an verschiedenen Stellen vorkommen - meist am Mund und im Rachenbereich, an den Schamlippen, am Penis, am Anus (Poloch) und im Enddarm
- Manchmal Fieber, Muskelschmerzen, Kopfschmerzen

## Übertragung

- Kontakt- oder Schmierinfektion
- Kontakt mit Inhalt der Herpes-Bläschen
- Vaginal, Anal- und Oralsex ohne Kondome
- Gemeinsame Benutzung von Sexspielzeug ohne Kondom
- Bei Bläschen im Mundraum oder an den Lippen auch durch Küssen

## Mögliche Folgen

- Keine schwerwiegenden Folgen
- Bläschen heilen in 2 bis 3 Wochen von alleine ab
- Können immer wieder auftreten

## Behandlung

- Salben und andere virushemmende Mittel
- Bei akutem Schub auf Sex verzichten, bis Bläschen komplett verschwunden sind (Arzt fragen)

## Schutz

- Kondome benutzen beim Vaginal- und Analsex
- Immer ein neues Kondom verwenden, wenn Sexspielzeug mit anderen geteilt wird
- Bläschen nicht berühren
- Wenn Bläschen an Penis, Scheide, Po oder Mund auftreten, sollte vorerst auf Oralsex verzichtet werden

---

# HPV (Humane Papillom Viren)

## Erreger

- Humane Papillom Viren (HPV)

## Symptome

- Oft keine, heilt meist von alleine aus
- Feigwarzen an Scheide, Penis oder Po

## Übertragung

- Kontakt mit kleinen Mengen virushaltiger Körperflüssigkeiten oder winzigen Hautschüppchen
- Vaginal-, Anal- und Oralsex ohne Kondome
- Gemeinsame Benutzung von Sexspielzeug ohne Kondom
- Berührung von Feigwarzen

## Mögliche Folgen

- Krebsvorstufen und Krebserkrankung möglich, insbesondere am Gebärmutterhals und Anus (Poloch)
- Bildung von Feigwarzen an Scheide, Penis oder Po
- Schmerzen beim Sex
- Eine Infektion mit HPV erhöht das Risiko, sich mit HIV anzustecken

## Behandlung

- Gut behandelbar
- Warzen mit Cremes oder Salben behandeln oder mittels Vereisen, Lasern oder Operation durch Arzt entfernen lassen
- Frauen sollten regelmäßig zur kostenlosen Krebsfrüherkennung bei der Frauenärztin oder beim Frauenarzt gehen
- Regelmäßige Kontrolle

## Schutz

- HPV-Impfung für Mädchen von 9 bis 14 Jahren, vor dem ersten Sex, bis 18 Jahren Nachimpfung möglich, teilweise auch für Jungs möglich
- Kondome beim Vaginal- und Analsex
- Kontakt mit Warzen vermeiden
- Immer ein neues Kondom verwenden, wenn Sexspielzeug mit anderen geteilt wird
- Auch nach einer Impfung sollten Kondome verwendet werden, um eine Ansteckung mit den Virustypen zu vermeiden, die nicht im Impfstoff enthalten sind

# HIV/AIDS

## Erreger

- HI-Viren (HIV)

## Symptome

### Einige Tage bis wenige Wochen nach Ansteckung

- Fieber
- Grippeähnliche Symptome (Muskel- und Gliederschmerzen, allgemeines Krankheitsgefühl)
- Deutlicher Ausschlag am Körper (durch Fieber bedingte fleckige Rötung)
- Durchfall
- Lymphknotenschwellungen an mehreren Körperstellen
- Symptome treten nicht immer auf
- Symptome nicht immer eindeutig
- Nach ersten Anzeichen, oft jahrelang keine Symptome mehr

## Übertragung

- Kontakt mit infektiösen Körperflüssigkeiten
- Vaginal- und Analsex ohne Kondom
- Aufnahme von Sperma oder Blut in den Mund
- Wenn bereits eine andere STI vorhanden, erhöht sich das Risiko, sich mit HIV anzustecken

- In alltäglichen Situationen wie Husten, Niesen, Umarmen, Streicheln oder Küssen keine Übertragung

## Mögliche Folgen

- Ohne Behandlung Schädigung des Abwehrsystems bis zum Krankheitssyndrom AIDS

## Behandlung

- Antivirale Therapie verhindert/verzögert die Infektion
- Keine Heilung

## Schutz

- Kondome beim Vaginal- und Analsex benutzen
- Ein neues Kondom verwenden, wenn Sexspielzeug mit anderen geteilt wird
- Beim Oralsex kein Sperma oder Blut in den Mund kommen lassen
- Schutz durch Therapie  
Wenn eine (Sex-)Partnerin oder ein (Sex-)Partner HIV-positiv ist, können die Medikamente, die zur Behandlung einer HIV-Infektion eingesetzt werden, die Viruslast (Anzahl der Viren, die in einer Körperflüssigkeit enthalten sind) so weit senken, dass bei erfolgreicher Therapie eine Übertragung von HIV äußerst unwahrscheinlich ist.

# Trichomonaden (Trichomoniasis)

## Erreger

- Einzellige Parasiten

## Symptome

- Bei den meisten Männern und bei rund einem Viertel der Frauen oft nur leichte oder gar keine Beschwerden
- Ungewöhnlicher, oft stark riechender Ausfluss aus der Scheide oder Ausfluss aus dem Penis oder Po sowie Zwischenblutungen
- Juckreiz
- Harndrang und Brennen beim Pinkeln
- Schmerzen beim Sex

## Übertragung

- Kontakt- oder Schmierinfektion
- Vaginal-, Oral- und Analsex ohne Kondome
- Gemeinsame Benutzung von Sexspielzeug ohne Kondom
- Petting (selten)

## Mögliche Folgen

- Entzündungen und Unfruchtbarkeit bei Mann und Frau
- Bei einer Infektion mit Trichomonaden steigt das Risiko, sich mit HIV anzustecken

## Behandlung

- Gut behandelbar
- Heilt mit Tabletten/Scheidenzäpfchen aus
- Partnerin oder Partner informieren
- Bis Behandlungsende kein Sex (Arzt fragen)

## Schutz

- Kondome beim Vaginal- und Analsex benutzen
- Immer ein neues Kondom verwenden, wenn Sexspielzeug mit anderen geteilt wird
- Auch beim Oralsex Kontakt mit infizierten Schleimhäuten vermeiden, z. B. mit Dental Dams = Lecktüchern oder Kondomen

# Filzläuse (Schamläuse)

## Erreger

- Kleine Insekten

## Symptome

- Juckreiz
- Rötungen und Entzündungen der Haut
- Bräunliche »Rostflecken« in der Unterhose, die von den Ausscheidungen der Läuse herrühren
- Kleine blaue Flecken rund um die Bissstelle

## Übertragung

- Enger Körperkontakt, meist beim Sex
- Gemeinsam benutzte Bettwäsche, Handtücher und Kleidung

## Mögliche Folgen

- Keine schwerwiegenden gesundheitlichen Folgen, allerdings durch aufgekratzte Hautstellen erhöhtes HIV- und STI-Risiko

## Behandlung

- Mit Mitteln wie Shampoos oder Cremes
- Betroffene Körperbehaarung entfernen
- Kleidung und Bettwäsche täglich wechseln und bei mind. 60 Grad waschen (einige Tage lang)
- Partnerin oder Partner sowie Familie informieren
- Bis zum Ende der Behandlung auf Sex und engen Körperkontakt verzichten

## Schutz

- Es gibt keinen sicheren Schutz
- Rasur des Intimbereichs kann Risiko für Filzläuse senken

# Krätze (Skabies)

## Erreger

- Bestimmte Milben (Krätzmilben)

## Symptome

- Starker Juckreiz in der Nacht
- Aufgekratzte Hautstellen
- Juckende Knötchen oder Pusteln
- Graue schuppige Hautentzündungen
- Befallen vor allem dünne Hautstellen an warmen Körperregionen (Fingerzwischenräume, Innenseiten der Handgelenke, die Umgebung von Brustwarzen, Ellenbogen, Knien sowie Leisten- und Intimbereich)

## Übertragung

- Enger Körperkontakt, also auch beim Sex
- Gemeinsame Benutzung von Bettwäsche, Handtüchern und Kleidung

## Mögliche Folgen

- Krätze hat in der Regel keine schwerwiegenden gesundheitlichen Folgen
- Kann durch Juckreiz sehr unangenehm sein
- Durch aufgekratzte Hautstellen erhöhtes HIV- und STI-Risiko

## Behandlung

- Durch spezielle Lotionen oder Cremes gut behandelbar
- Für einige Tage Kleidung und Bettwäsche täglich wechseln und sie bei mind. 60 Grad waschen
- Bis zum Ende der Behandlung auf engen Körperkontakt und Sex verzichten
- Partnerin oder Partner sowie Familie informieren

## Schutz

- Es gibt keinen sicheren Schutz
- 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