

FAQs - Frequently Asked Questions (Häufig gestellte Fragen)

Auf welche STI (=sexually transmitted infection) kann ich mich beim Gesundheitsamt Kreis Recklinghausen testen lassen

Zurzeit ist eine kostenlose Testung auf HIV, Syphilis (Lues), Gonorrhoe (Tripper) und Chlamydien möglich. Gegen einen geringen Kostenbeitrag kann auch auf Hepatitis B/C getestet werden und/oder der Impfschutz für Hepatitis B untersucht werden. Die Testung ist in jedem Fall anonym und vertraulich.

An welchen Standorten findet die STI-Untersuchung statt?

Die Standorte der Beratungsstelle Sexuelle Gesundheit AIDS/STI befinden sich an den Gesundheitsämtern in Marl und Recklinghausen. Wie bieten alle Testungen an beiden Standorten an. Zugleich ist nach Terminvereinbarung an beiden Standorten eine medizinische Untersuchung durch eine Fachärztin möglich.

Marl	Gesundheitsamt Marl Lehmbecker Pfad 35 45770 Marl	Montags und Donnerstags
Recklinghausen	Gesundheitsamt Recklinghausen Am Erenkamp 16-18 45657 Recklinghausen	Dienstags

Vereinbaren Sie hier einen Termin [Terminbuchung \(kreis-re.de\)](https://www.kreis-re.de/terminbuchung).

Muss ich krankenversichert sein oder eine Überweisung mitbringen?

Nein. Das Beratungs- und Testangebot ist für alle Menschen. Auch Menschen ohne Krankenversicherung und ohne „Papiere“ sind bei uns willkommen und können das Angebot wahrnehmen.

In welchem Fall sollte ich mich testen lassen?

Sie sollten sich testen lassen, wenn Sie einen oder mehrere riskante Sexualkontakte hatten. Riskanter Sexualkontakt meint ungeschützten vaginal-, Anal- oder Oralverkehr, also ohne Kondom, Lecktuch oder Fingerling. Beispielsweise kann es sein, dass sie gemerkt haben, dass das Kondom beim Sex abgerutscht oder kaputt gegangen ist. Eine Testung ist auch sinnvoll, wenn Sie

- > die Information bekommen haben, dass einer Ihrer letzten Sexualkontakte eine sexuell übertragbare Infektion hat.
- > ein Mann sind und (ungeschützten) Sex mit Männern haben.
- > häufig wechselnde Sexualkontakte haben (z. B. ab mehr als 3 verschiedenen Kontakten in 3 Monaten)
- > eine neue Partnerschaft/langfristigen Sexualkontakt haben und sicher gehen möchten, ob Sie ungeschützten Sex haben können.
- > gemeinsam mit anderen schutzlos (ohne Kondom/Fingerling aus Latex) Sex-Spielzeuge teilen oder geteilt haben.

Wenn Sie unsicher sind, ob eine Testung für Sie sinnvoll ist, können Sie sich gerne bei uns melden telefonisch **02365 935 7540** oder per Mail aids-beratung@kreis-re.de. Online können Sie auch direkt einen Beratungstermin ausmachen [Terminbuchung \(kreis-re.de\)](https://www.kreis-re.de/terminbuchung).

Wie lange muss ich nach einem riskanten Sexualkontakt warten, um einen STI-Test machen zu können?

Um eine Infektion sicher auszuschließen, ist es sinnvoll, je nach STI eine bestimmte Zeit abzuwarten, bevor ein Test gemacht wird. Als "diagnostisches Fenster" bezeichnet man den Zeitraum zwischen Übertragung des Erregers und dem erstmaligen Auftreten von im Blutserum nachweisbaren Infektionsmarkern wie Antikörper oder Antigene. Sowohl Virusbestandteile als auch Antikörper gegen

Virusbestandteile sind erst einige Zeit nach der Ansteckung nachweisbar. Also trägt man den Krankheitserreger vielleicht im Körper, aber der Test auf die Infektion schlägt noch nicht bzw. noch nicht sicher an. Es ist daher nicht nützlich, sich direkt nach einer Risikosituation testen zu lassen.

Für HIV und Syphilis (Lues) beträgt die Wartezeit in diesem Fall **6 Wochen** nach Risikokontakt. Eine Infektion mit Gonorrhoe (Tripper) und Chlamydien kann nach **3 Wochen** sicher ausgeschlossen werden. Eine Beratung kann auch schon vorher stattfinden.

Wie bereite ich mich auf die Untersuchung vor? Was muss ich beachten?

Infos für Menschen mit langer Harnröhre (Männer und Transpersonen): Für die Testung von Chlamydien und Gonorrhoe (Tripper) wird u. a. der Urin untersucht. Dafür ist es wichtig, dass Sie vor dem Termin **mindestens 4 Stunden** nicht mehr Wasser gelassen haben.

Infos für Frauen und Transpersonen mit (Neo)-Vagina: Für den Fall, dass Sie eine gynäkologische Untersuchung und Testung wünschen, und Sie sich fragen, ob dies auch mit einer **Regelblutung** möglich ist: Das ist **kein Problem!** Wenn Sie keine gynäkologische Untersuchung wünschen, ist das auch vollkommen in Ordnung, in diesem Fall können Sie einen Selbstabstrich machen. Bei Frauen wird der Urin nicht untersucht, daher können Sie auch kurz vor Ihrem Besuch oder Gespräch bei uns noch Wasser lassen.

Infos für alle: Für die Beratung und Untersuchung brauchen Sie nichts mitzubringen. Sie müssen **nicht nüchtern kommen**, sondern dürfen z. B. frühstücken. Sie können gerne Ihren **Impfausweis** mitbringen damit wir schauen können, ob Sie z.B. gegenüber einer Hepatitis B-Infektion geschützt sind. Die STI- und HIV-Testung erfolgt **kostenlos** und **vertraulich** (Schweigepflicht). Das Testergebnis erfahren Sie von uns telefonisch oder persönlich vor Ort. Wir testen außerdem **anonym** d.h. wir stellen weder Bescheinigungen aus noch geben wir namentliche Befunde heraus.

Wie läuft eine STI-Untersuchung ab?

Zunächst findet ein Beratungsgespräch auf Augenhöhe mit einer Sozialarbeiterin oder Ärztin statt. Hier klären wir gemeinsam, welche Untersuchung/Testung Sie wünschen bzw. in Ihrem Fall sinnvoll sein könnten. Es besteht keine Pflicht zur Testung, Sie entscheiden, welche Untersuchungen und Testungen durchgeführt werden. Bringen Sie gerne Ihre Fragen mit, wir sind für Sie da. Im Anschluss werden Sie je nach Testung möglicherweise gebeten, Urin abzugeben, es wird Blut abgenommen und/oder Sie oder eine Kollegin machen unterschiedliche Abstriche (Rachen-, Vaginal- und Analabstrich). Es besteht auch die Möglichkeit von unserer Fachärztin untersucht zu werden, z.B. wenn Sie Beschwerden haben. Wenn Sie danach keine Fragen mehr haben, ist die Untersuchung beendet. Ungefähr 3 Arbeitstage später können Sie sich telefonisch oder persönlich bei uns melden, um ihr Testergebnis abzufragen. Per Email werden keine Befunde mitgeteilt.

Ich habe eine sexuell übertragbare Infektion. Wie geht es weiter?

Alle Infektionen, die wir untersuchen, können auch medikamentös behandelt werden. Die Behandlung findet in der Regel durch Ihre*n Hausärzt*in, Gynäkolog*in, Urolog*in, Venerolog*in oder in einer Schwerpunktpraxis statt. Wenn bei Ihnen eine Infektion festgestellt werden sollte, ist es wichtig, dass Sie Ihre/n **Sexualkontakt/e** (der letzten 3-6 Monate) darüber **informieren**. Nur so können weitere Infektionen verhindert und die betroffenen Menschen behandelt werden.

Gonorrhoe	Partner*innen der letzten 6 Monate
Chlamydien	Partner*innen der letzten 6 Monate
Syphilis	mindestens Partner*innen der letzten 3 Monate

Muss mein*e Partner*in mitbehandelt werden?

Bei allen sexuell übertragbaren Infektionen (STI) ist es sinnvoll Partner*innen auch zu testen und gegebenenfalls mit zu behandeln. STI sind leicht übertragbar, verursachen häufig keine Symptome und sind gut mit Medikamenten behandelbar. Auf diese Weise können Reinfektionen (Ping-Pong) ausgeschlossen und Infektionsketten unterbrochen werden. Sollte bei Ihnen eine HIV-Infektion festgestellt werden, sind wir für Sie da! Sie werden psychosozial beraten und ggf. an eine auf HIV-Therapie spezialisierte Einrichtung, wie z.B. die Aidshilfen oder HIV-Schwerpunktpraxen vermittelt.

Wie lange sollte ich auf Sex verzichten, wenn eine STI bei mir nachgewiesen wird?

Gonorrhoe	bis mindestens 1 Woche nach Abschluss der Behandlung Besser bis zur Nachkontrolle
Chlamydien	bis zum Ende der Behandlung (diese dauert in der Regel 7 Tage)
Syphilis	bis zu 3 Wochen nach Behandlung

Ich hatte eine Infektion und wurde behandelt. Wie kann ich sicher gehen, dass ich wieder gesund bin?

Eine Nachkontrolle/Test of Cure (ToC) ist wichtig um zu überprüfen, ob die Therapie erfolgreich war.

STI	ToC (Nachkontrolle)
Gonorrhoe	4 Wochen nach Ende der Behandlung
Chlamydien	8 Wochen nach Ende der Behandlung
Syphilis	4 Wochen nach Behandlungsbeginn Danach Verlaufskontrollen alle 3 Monate (1 Jahr lang)

Quelle: Deutsche STI-Gesellschaft - Gesellschaft zur Förderung der Sexuellen Gesundheit (2023/2024): Leitfaden STI-Therapie und -Prävention, 4. Auflage.

Kann ich mich auch ohne Testung beraten lassen?

Ja, eine Beratung ist auch ohne Testung oder Untersuchung möglich. Vereinbaren Sie hierfür einen Termin. Entweder telefonisch **02365 935 7540** , per Mail aids-beratung@kreis-re.de oder online [Terminbuchung \(kreis-re.de\)](https://www.kreis-re.de/terminbuchung).

Wie bieten auch eine Videosprechstunde für Jugendliche und junge Menschen an. Diese findet **donnerstags von 15 bis 17 Uhr** statt. Vereinbaren Sie hier einen Termin: [sprechstunde.online](https://www.sprechstunde.online).

Welche Themen kann ich in der Beratung noch ansprechen?

Alle Themen, die die sexuelle Gesundheit betreffen, z.B.

- > Verhütung
- > Kinderwunsch
- > Schwierigkeiten in der Sexualität
- > Fragen zur sexuellen Identität
- > Fragen zur HPV-Impfung (Vorbeugung von Gebärmutterhals-, Anal-, Penis-, Hoden- und Mund- und Rachenraumkrebs)