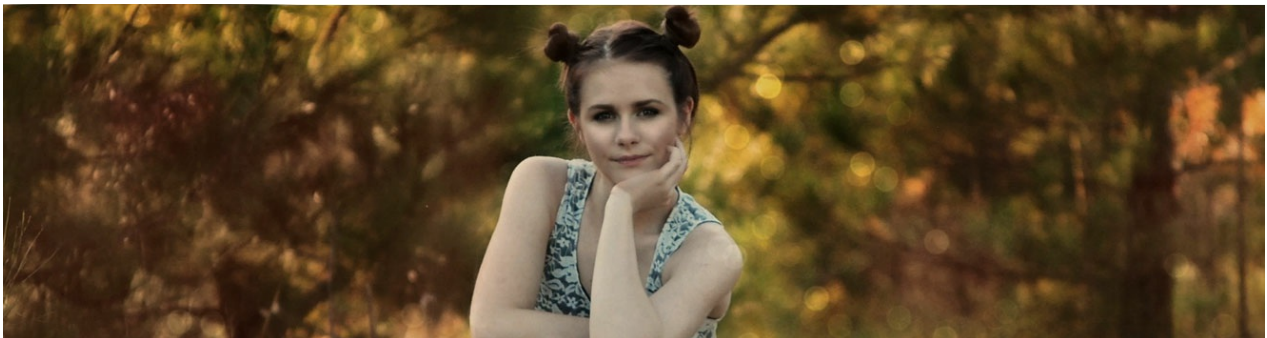


S I P E

FAQ Sexuelle Gesundheit

Antworten auf Ihre Fragen über die sexuelle
Gesundheit.



› Ich bin 13 ½ Jahre alt. Eines Abends habe ich meinen Penis im erigierten Zustand gemessen. Ich finde ihn zu klein, er misst 10 cm. Ich habe Angst, dass ich nicht normal bin.

Im Laufe der Pubertät wird der Penis noch wachsen. Keine Sorge. Um zu messen muss man einen Lineal ohne Druck am Penis-Schaft am Bauch ansetzen und die Distanz bis zur Eichelspitze messen. Man muss auch wissen, dass die Länge und Dicke des Penis unter dem Einfluss der Hormone variieren kann. Somit sind die Masse nicht an allen Tagen gleich.

› Ich bin 23 Jahre alt. Vor 10 Tagen habe ich eine ungeschützte sexuelle Beziehung gehabt. Kann ich bei Ihnen vorbeikommen um einen Schwangerschaftstest zu machen?

Ein Schwangerschaftstest zeigt erst 5 Tage nach Ausbleiben der Monatsblutung oder 21 Tage nach einer ungeschützten sexuellen Beziehung ein aussagekräftiges Resultat an.

› Ich bin 30 Jahre alt und ich habe Schmerzen, wenn ich mit meinem Partner Sex habe. Was kann ich dagegen tun?

Schmerzen können auftreten, wenn eine sexuell übertragbare Infektion vorhanden ist. Andere Ursachen für Schmerzen bei der Penetration können mangelnde Befeuchtung der Scheide oder Verkrampfung der Muskeln sein. Sprechen Sie mit Ihrem Gynäkologen/Ihrer Gynäkologin oder mit einer Beraterin in sexueller Gesundheit um die Ursache dieser Symptome genauer zu klären.

› Ich nehme die Pille, 21 Tabletten im Monat. Ich nehme sie jeden Abend um 19.00 Uhr ein. Letzten Samstag kam ich morgens um 2.00 Uhr nach Hause und habe sie erst dann eingenommen. War das zu spät?

Nein, das war nicht zu spät weil die Pille zwar regelmässig eingenommen werden soll, aber 12 Stunden Differenz möglich sind. In Ihrem Fall sind es 7 Stunden Unterschied. Es ist aber wichtig, dass Sie am selben Tag um 19.00 Uhr die Pille wie gewohnt erneut einnehmen. Auf der Internetseite sex.i.ch finden Sie eine Tabelle wie vorgegangen werden soll, wenn eine Pille mehr als 12 Stunden vergessen wurde. Oder Sie können uns anrufen!

› Ich bin 45 Jahre alt. Ich habe am Wochenende eine Affäre gehabt. Unter Alkoholeinfluss habe ich kein Kondom benutzt. Ich realisiere, dass ich hinsichtlich STI ein Risiko eingegangen bin. Ich habe Angst, dass ich mich mit HIV angesteckt habe.

Ein HIV-Schnelltest kann in unseren Beratungszentren gemacht werden. Um ein zuverlässiges Resultat zu erhalten, kann der Test erst 12 Wochen nach einem ungeschützten Sexualverkehr gemacht werden.

› Ich bin 28 und lebe seit 4 Jahren in Beziehung. Ich habe einen positiven Schwangerschaftstest gemacht. Mein Freund hat seine Arbeitsstelle verloren. Es gibt Momente, wo wir die Schwangerschaft behalten möchten und andere, nicht. Was sollen wir tun?

Eine Beraterin in sexueller Gesundheit begleitet Sie beim Überdenken dieser unvorhergesehenen Schwangerschaft. Sie wird mit Ihnen eingehen auf den Umstand dieser Schwangerschaft in der aktuellen Situation, auf Ihre wechselnden Gefühle, auf Ihre Lebens- und Paargeschichte eingehen, so dass Sie eine gut überlegte Entscheidung ohne Zeitdruck fällen können.

› Ich bin 15-jährig. Alle Mädchen in meiner Klasse haben ihre Monatsblutung, nur ich noch nicht. Bin ich normal? Ich habe grosse Angst, dass ich nie Kinder bekommen kann!

Du musst keine Angst haben. Junge Mädchen bekommen ihre Blutung zwischen 11 und 17 Jahren. Wir sind alle sehr unterschiedlich was die Entwicklung in der Pubertät betrifft.

› Ich bin 13-jährig. Ich habe kleine weisse, klebrige Punkte vorne an meiner Eichel entdeckt. Es riecht ein wenig.

Man nennt dies Smegma. Das sind natürliche Sekrete, die die Eichel befeuchten. Eine gute Hygiene ist wichtig, damit die Sekrete sich nicht unter der Haut festsetzen. Es genügt, die Vorhaut beim Duschen zurückzuschieben oder sich mit einem weichen Waschlappen zu waschen und anschliessend gut abzutrocknen.

› Ich bin homosexuell. Ich habe kürzlich einen neuen Partner kennengelernt. Vor 10 Tagen hatten wir eine ungeschützte sexuelle Beziehung. Beim Duschen habe ich ein ziemlich grosses Eiterbläschen an meinem Penis entdeckt. Muss mich das beunruhigen?

Beim Auftreten von Eiterbläschen, übelriechenden Sekreten, Brennen an den Geschlechtsteilen, aber auch bei Ausschlägen anal oder im Mund, ist es wichtig sich auf STIs testen zu lassen. Melde Sie sich bei einem Arzt oder bei uns.

› Wir sind seit 5 Jahren verheiratet und versuchen seit 2 Jahren ein Baby zu bekommen. Leider hat sich bis heute unser Wunsch nicht erfüllt. Was uns vor allem beunruhigt ist, dass wir zunehmend die sexuelle Lust verlieren. Was sollen wir tun?

Wenn sich ein Kinderwunsch über längere Zeit nicht erfüllt, verlieren einige Paare die Freude an sexuellen Beziehungen und somit auch die Lust dazu. Eine Beraterin kann Sie in dieser Zeit begleiten, damit Ihre Paarbeziehung daran nicht zerbrechen wird.