

Sexuelle Gesundheit

LOVE LIFE: Safer-Sex-Check anstelle des Kondoms im Fokus

Das Kondom war für Generationen der Inbegriff und das Symbol von «Safer Sex». Seit der Lancierung der diesjährigen LOVE-LIFE-Kampagne «Ready!» am 25. April stehen neu mit dem Safer-Sex-Check persönliche, risikobasiert angepasste Schutz- und Testempfehlungen im Zentrum. Der Check ersetzt keine ärztliche Beratung, ergänzt sie aber sinnvoll und stärkt die Risikokompetenz der Nutzenden. Er ist explizit auch für Menschen mit erhöhten Infektionsrisiken konzipiert.

Bundesamt für Gesundheit

Der Begriff «Safer Sex» wurde ursprünglich als Name für die HIV-Präventionsstrategie entwickelt und hat sich über die Jahre und Jahrzehnte immer weiter ausgedehnt. Insbesondere in den letzten rund 15 Jahren hat sich die Prävention von HIV, sexuell übertragbaren Infektionen (STI) und Hepatitis B und C stark weiterentwickelt. Ein Grund hierfür sind neue medizinische Erkenntnisse und Möglichkeiten: das sogenannte Swiss Statement, wonach Menschen mit HIV unter wirksamer antiretroviraler Therapie (ART) nicht infektiös sind [1], sowie die Einführung der Postexpositionsprophylaxe (PEP), die Einführung der HIV-Präexpositionsprophylaxe (PrEP) oder die Einführung eines antiviralen Medikaments, das eine Hepatitis-C-Infektion heilen kann.

Epidemiologische Situation

Die Zahl der HIV-Neuinfektionen konnte seit dem Höhepunkt in den 1980er Jahren – mit jährlichen Schwankungen – stetig gesenkt werden. Auch bei den viralen Hepatitiden zeigt der Trend in dieselbe Richtung: Die Diagnosemeldungen von Hepatitis C sind seit gut zwanzig Jahren rückläufig. Die Hepatitis-B-Fälle sind relativ stabil geblieben, aber die akuten Infektionen sind über die letzten 20 Jahre langsam gesunken.

Die Diagnosen von Gonorrhoe und Chlamydien nahmen im selben Zeitraum zu, ein Hauptgrund dafür ist die Zunahme von Tests. Syphilisdiagnosen scheinen sich auf hohem Niveau zu stabilisieren, obwohl mehr getestet wird.

Die Übertragungen von STI konzentrieren sich auf besonders gefährdete Bevölkerungsgruppen wie schwule, bisexuelle, queere und andere Männer, die Sex mit Männern haben (MSM), sowie Sexarbeitende und deren Kunden [3].

Gesellschaftliche Rahmenbedingungen

Die gesellschaftlichen Diskurse über eng mit der Präventionsarbeit verknüpfte Themen haben sich über die Zeit stark verändert. Heute findet beispielsweise eine öffentliche Diskussion über Themen der sexuellen und geschlechtlichen Vielfalt statt; es gibt unterstützende und auch kritische Kräfte.

Auch ergeben sich immer wieder neue, relevante Entwicklungen in unterschiedlichen Populationen: Die Digitalisierung der Dating-Szene ist beispielsweise ein Phänomen, das sich in den letzten rund 15 Jahren immer stärker akzentuiert hat. Gleichzeitig wird seit einigen Jahren eine stärkere Durchmischung von Szenen beobachtet, die von besonders gefährdeten Bevölkerungsgruppen geprägt sind. Diese und weitere Veränderungen sind komplexe Herausforderungen, die eine adäquate Antwort der Präventionsarbeit erfordern.

Neues Programm NAPS

Die Grundlage hierfür hat der Bundesrat am 29. November 2023 mit dem neuen Nationalen Programm «Stopp HIV, Hepatitis B-, Hepatitis C-Virus und sexuell übertragene Infektionen (NAPS)» verabschiedet [2]. Das Programm wird von der Vision geleitet, dass es bis 2030 in der Schweiz keine Übertragungen von

HIV, Hepatitis B und C mehr gibt, die Inzidenzen sexuell übertragener Infektionen sinken und sich dadurch die sexuelle Gesundheit der in der Schweiz lebenden Menschen verbessert. Diese ambitionierte Vision stimmt mit den Zielen der World Health Organisation (WHO) überein.

Fokus auf Schlüsselgruppen

Um eine Annäherung an diese Vision zu erreichen, fokussiert das NAPS auf Schlüsselgruppen; denn die Epidemien betreffen nur noch bedingt die gesamte Bevölkerung. Für Männer, die Sex mit Männern haben, setzt die Aids-Hilfe Schweiz (AHS) bereits seit vielen Jahren fokussierte Massnahmen um, die sich bewähren. Dieser Ansatz soll in naher Zukunft auch für weitere Schlüsselgruppen umgesetzt werden, beispielsweise für Menschen aus Ländern mit erhöhter Prävalenz von HIV, Hepatitis B und/oder Hepatitis C, oder für Menschen, die im In- oder Ausland für Sex bezahlen.

Strukturen und Individuen

Auf struktureller Ebene muss der niederschwellige Zugang zu bedürfnisgerechten Angeboten gewährleistet werden. Auf individueller Ebene müssen die Menschen sensibilisiert, informiert und handlungskompetent sein. So sind sie in der Lage, sich zu schützen und die Angebote bei Bedarf in Anspruch zu nehmen, um sich beraten, impfen, testen und gegebenenfalls behandeln zu lassen.

Safer Sex ist heute risikobasiert

Das heisst: Prävention ist heute individuell, situationsgerecht und risikobasiert. Entspre-

chend «genügt» die allgemeine Kondom-Regel nicht mehr, auch wenn das Kondom ein wichtiges Präventionsmittel bleibt.

Sexualität im Alltag

Sexualität ist im Alltag der Menschen in unterschiedlichsten Facetten allgegenwärtig: Auf Plakaten im öffentlichen Raum, in Musikvideos und Beiträgen in sozialen Medien, im Sonntagabendkrimi, im lockeren Gespräch an der Bartheke bis hin zum Konsum von Pornografie. In all diesen Situationen ist die Auseinandersetzung mit Sexualität «unpersönlich», man muss nichts von sich preisgeben.

Offenheit in der Arztpraxis signalisieren

Für viele Menschen braucht es grosse Überwindung, Fragen zur eigenen Sexualität in der Arztpraxis zu stellen. So kann es enorm erleichternd und unterstützend sein, wenn die ärztlichen Fachpersonen ihre Offenheit in Bezug auf die Thematik Sexualität in der Praxis signalisieren: Im Wartezimmer oder im Sprechstundenzimmer können Flyer zum Safer-Sex-Check oder sonstige Flyer und Broschüren zu sexueller Gesundheit aufliegen oder es kann irgendwo ein gut sichtbares LOVE-LIFE-Plakat aufgehängt sein.

Hinhören und rückfragen lohnt sich

Bei Andeutungen oder «Fragen durch die Blume» von Patientinnen oder Patienten lohnt es sich, gezielt und explizit nachzufragen; so eröffnet sich die Möglichkeit einer adäquaten Beratung und bei Bedarf Behandlung. Wurden die Signale falsch interpretiert und es bestehen aktuell keine Anliegen im Bereich der Sexualität, hat das Gegenüber aber die Offenheit erfahren, sich auch mit solchen Fragestellungen an die ärztliche Fachperson wenden zu können. Diese Erfahrung muss nicht, könnte aber in Zukunft wichtig sein.

Symptome erfordern Sexualanamnese

Werden in einer Arztpraxis Menschen mit Symptomen an den Genitalien oder auch an anderen Körperstellen vorgestellt, die auf eine STI- oder auf eine HIV-Infektion hinweisen könnten, ist es für viele Menschen hilfreich und oft auch eine Erleichterung, wenn die ärztliche Fachperson dies offen und direkt anspricht. So können aufgrund einer sorgfältigen Sexualanamnese einerseits angezeigte Tests vorgeschlagen werden, andererseits kann die ärztliche Fachperson betreffend künftigen Schutzstrategien beraten, eine mögliche Partnerinformation oder Partnerbehandlung kann besprochen werden. Es kann auch sinnvoll sein, an eine spezialisierte Stelle zu verweisen,

beispielsweise an einen Check Point, der auf Männer, die mit Männern Sex haben, spezialisiert ist. Wenn der Verdacht auf sexuelle Gewalt besteht, ist möglicherweise das Angebot der Vernetzung mit entsprechenden Beratungsstellen angezeigt.

Neuer Safer-Sex-Check

Safer-Sex-Check ergänzt Beratung

Der Safer-Sex-Check mit seinen risikobasierten Schutz- und Testempfehlungen ist eine sinnvolle Ergänzung zu einem Gespräch mit einer ärztlichen Fachperson: Er ist zu jeder Tages- und Nachtzeit verfügbar, und aufgrund der Anonymität ist es für die Nutzenden niederschwelliger, Informationen zu tabuisierten und schambehafteten Themen zu erfragen. Im diesjährigen LOVE-LIFE-Kampagnenkonzept stellt er das Herzstück dar: Der Check soll zu den selbstverständlichen Vorbereitungen einer sexuellen Begegnung gehören – genauso wie das Aufbauen eines Zelts für eine romantische Nacht im Freien oder das frische Beziehen des Betts. Erst dann ist man im Sinne von LOVE LIFE «Ready!» für eine sexuelle Begegnung. Die neuen Erkenntnisse und die gewonnene Risikokompetenz durch die Nutzung des Safer-Sex-Checks können Menschen darin unterstützen, bei Bedarf in einer Arztpraxis einen Termin zu vereinbaren.

Inhalte Safer-Sex-Check

Der Safer-Sex-Check ist in die Kampagnenseite lovelife.ch eingebunden, ansprechend und im bekannten LOVE-LIFE-Pink gestaltet. Er ist einfach und intuitiv wie ein Chat bedienbar und in Deutsch, Französisch, Italienisch, Rätoromanisch und Englisch verfügbar. Im Vergleich zum ersten Safer-Sex-Check ist er komplett neu: technisch, strukturell, grafisch und auch inhaltlich. Inhaltliche Neuerungen sind beispielsweise auf die persönliche Situation zugeschnittene konkrete Testempfehlungen. Zudem wird die Präexpositionsprophylaxe (PrEP) deutlich fundierter behandelt als im alten Safer-Sex-Check; auch Eingang gefunden haben Themen und Empfehlungen rund um Hepatitis B und C.

Informationsplattform lovelife.ch

Unter lovelife.ch sind nebst dem Check viele Informationen zu finden über: Schutz, Risiken, Symptome, Tests, sexuell übertragene Infektionen (STI) und auch Links zu Adressen von Beratungsstellen. Die Seite wird auch nach der Lancierung weiter ausgebaut.

Breite fachliche Abstützung

Die AHS hat im vergangenen Jahr aus eigener Initiative einen Safer-Sex-Leitfaden erarbeitet,

der im Juni 2023 von der Eidgenössischen Kommission für Fragen zu sexuell übertragbaren Infektionen (EKSI) validiert wurde. Die Inhalte des Tools «Safer-Sex-Check» wurden darauf basierend vom Bundesamt für Gesundheit (BAG) gemeinsam mit der AHS und Sexuelle Gesundheit Schweiz (SGCH) und unter Einbezug medizinischer und sexualpädagogischer Fachpersonen entwickelt.

Das neue Konzept von «Safer Sex» wird vom BAG gemeinsam mit der AHS, SGCH und der EKSI verantwortet.

Korrespondenz

Bundesamt für Gesundheit
Stefan Enggist
Direktionsbereich Prävention und Gesundheitsversorgung
Abteilung Übertragbare Krankheiten
[EP\[at\]bag.admin.ch](mailto:EP[at]bag.admin.ch)

Conflict of Interest Statement

Die Autorinnen und Autoren haben deklariert, keine potentiellen Interessenskonflikte zu haben.

Literatur

- Vernazza P, Hirschel B, Bernasconi E, Flepp M. HIV-infizierte Menschen ohne andere STD sind unter wirksamer antiretroviraler Therapie sexuell nicht infektiös. *Schweiz Ärztztg.* 2008;89(5):165–9.
- Bundesamt für Gesundheit. Nationales Programm (NAPS) Stopp HIV, Hepatitis B-, Hepatitis C-Virus und sexuell übertragene Infektionen. Bern; 2023. Online verfügbar unter: <https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/strategie-und-politik/nationale-gesundheitsstrategien/nationales-programm-hiv-hep-sti-naps.html>.
- Bundesamt für Gesundheit. Sexuell übertragene Infektionen und Hepatitis B/C in der Schweiz im Jahr 2022: eine epidemiologische Beurteilung. *BAG Bulletin;* 2023(48):12–62.

Weitere Informationen

Mehr Infos unter:
www.lovelife.ch



www.bag.admin.ch/hiv-sti




Materialien der aktuellen LOVE-LIFE-Kampagne finden Sie auf: www.lovelife.ch/de/publikationen




READY! FÜR DEN EX.

Dazu gehört dein
Safer-Sex-Check:
lovelife.ch

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra
Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Bundesamt für Gesundheit BAG

 Aids-Hilfe Schweiz
Aide Suisse contre le Sida
Aiuto Aids Svizzera

* SANTÉ SEXUELLE
SEXUELLE GESUNDHEIT
SALUTE SESSUALE
SUSA SALUTE SESSUALE

 LOVE LIFE