

zeitbild
SPECIAL

SO bleibst du gesund

So

- schützt
- du dich vor
- Gebärmutter-
- halskrebs!

FOR GIRLS
only?

Fühl dich wohl
in deinem Körper

Exklusiv-Interview mit Sookee

Gebärmutterhalskrebs ist eine Krebsart, die durch einen Virus ausgelöst wird. Das Gute ist:

Es gibt eine Impfung, die dich vor diesem Virus schützen kann. Wie das geht? Ob das was kostet?

Und wie du rundum sicher und entspannt sein kannst? Antworten auf deine Fragen

findest du auf der Pinnwand. Es ist dein Körper – pass auf ihn auf!

So schützt du dich vor Gebärmutterhalskrebs!

Was ist Gebärmutterhalskrebs?

Gebärmutterhalskrebs ist eine Viruserkrankung, die durch das humane Papillomvirus (HPV) verursacht wird. Es gibt viele verschiedene Typen des Virus, von denen die meisten harmlos sind. Sie verursachen zum Beispiel unschöne Warzen auf der Haut oder auch unangenehme, aber ungefährliche Feigwarzen im Genitalbereich. Andere HPV-Typen, beispielsweise HPV 16 und 18, sind sehr gefährlich. Sie erzeugen Zellveränderungen im Gebärmutterhals, die zu Krebs – eben zu Gebärmutterhalskrebs – führen können. Gegen diese Viren kannst du dich jetzt impfen lassen!

Wie kann ich mich schützen?

Gegen HPV gibt es eine Impfung – genauer: Gegen die gefährlichen HPV-Typen 16 und 18, die drei Viertel der Fälle von Gebärmutterhalskrebs verursachen, kannst du dich impfen lassen. Du bekommst 3 Spritzen innerhalb von sechs Monaten in den Oberarm. Die Impfung ist am wirkungsvollsten vor dem ersten Sex. Sie kostet dich nichts, wenn du zwischen 12 und 17 Jahre alt bist. Du kannst dich von deinem Kinderarzt, deinem Hausarzt oder deinem Frauenarzt impfen lassen. Frage deine Ärztin oder deinen Arzt auch, wie du dich vor Feigwarzen schützen

Wie stecke ich mich mit dem Virus an?

HPV wird fast ausschließlich durch sexuellen Kontakt übertragen. 70 % der sexuell aktiven Menschen infizieren sich im Laufe ihres Lebens mit dem Virus. In den meisten Fällen besiegt der Körper diese Infektion selbst und das Virus verschwindet. In einigen Fällen aber bleibt die Infektion bestehen und es kann sich eine Krebserkrankung entwickeln.

Bin ich dann rundum sicher?

Die Impfung schützt dich vor den Virentypen, die am häufigsten Gebärmutterhalskrebs auslösen. Um ganz sicher zu sein, solltest du ab dem 20. Lebensjahr – auch nach der Impfung – regelmäßig zu den Vorsorgeuntersuchungen bei deiner Frauenärztin gehen. Außerdem geht's bei den Vorsorgeuntersuchungen nicht nur um HPV, sondern beispielsweise auch um Brustkrebs. Und du kannst immer die Gelegenheit nutzen, deiner Ärztin oder deinem Arzt alle Fragen zu stellen, die dir wichtig sind!

Wie wirkt die HPV-Impfung?

Die HPV-Impfung hilft deinem Körper, sich selbst zu schützen. Bei einer Impfung werden dir virusähnliche Teilchen gespritzt, die für deine Gesundheit nicht gefährlich sind. Du kannst dir diese Teilchen als Virenhüllen vorstellen, die aussehen wie die echten Viren, aber kein Viren-Erbmaterial (DNA) enthalten. Gegen diese Teilchen bildet dein Immunsystem Abwehrstoffe, die dich im Ernstfall schützen, wenn du mit dem tatsächlichen Virus in Berührung kommst – und du bleibst gesund!

Fragen?

Deine Eltern, deine Freundinnen oder dein

Arzt – das sind die Richtigen, um über

HPV und Gebärmutterhalskrebs zu reden.

Oder klick ins Netz: Unter www.tellsomeone.de

findest du viele Infos zum Thema!

Und was ist mit Kondomen?

Kondome sind sehr wichtig zur Verhütung und schützen dich zugleich vor vielen sexuell übertragbaren Krankheiten, wie vor AIDS. Gegen das humane Papillomvirus (HPV) schützen sie nur teilweise, da das Virus nicht nur beim Geschlechtsverkehr, sondern beispielsweise auch schon beim Petting übertragen werden kann. Für alle Fälle – und besonders wenn du deinen Partner noch nicht so gut kennst – solltest ihr beim Sex ein Kondom verwenden. Wenn du zum Thema Sex, Verhütung und ansteckende Krankheiten Fragen hast, dann hilft dir Leila weiter, auf der Internetseite www.leilas-haus.de – schau dich da mal um!

FOR GIRLS only?

Oh nein, auch die Jungs geht's was an. Denn auch Jungs können sich mit dem Virus anstecken. Normalerweise merken sie nichts davon und wissen daher auch nicht, dass sie den Virus beim Sex übertragen können. Das Virus kann bei Jungs Feigwarzen verursachen, und damit du dich nicht ansteckst, solltest du auch dagegen geimpft sein – frage deine Ärztin oder deinen Arzt um Rat! Kondome schützen gegen andere Krankheiten und sind deshalb sehr wichtig. Gegen HPV schützen sie dich allerdings nicht zuverlässig.

Was sind denn Feigwarzen?!?

Feigwarzen werden ebenfalls durch das humane Papillomvirus (HPV) verursacht und entstehen im Genitalbereich, also in oder um die Scheide oder am Penis. Aus diesen Warzen entsteht fast nie Krebs. Feigwarzen sind aber sehr unangenehm, die Behandlung ist langwierig und manchmal auch schmerzhaft. Und sie kehren oft nach der Behandlung wieder. Doch das muss zum Glück nicht sein, denn einer der beiden Impfstoffe kann Dich zusätzlich gegen Warzen schützen, die durch die HPV-Typen 6 und 11 hervorgerufen werden.

Wo liegt eigentlich der Gebärmutterhals?

Gebärmutterhals wird das untere Ende der Gebärmutter genannt. Der Gebärmutterhals verbindet den Gebärmutterkörper mit der Scheide. Zwischen dem äußeren Teil des Gebärmutterhalses und dem inneren Teil liegt ein sehr empfindlicher Bereich. Und genau dort entsteht in den häufigsten Fällen Gebärmutterhalskrebs. Ein Schaubild sowie weitere Infos zu HPV findest du unter www.mädchen-checken-das.de!

Sookee

lebt und rappt in Berlin: über Gott, die Welt und die Hauptstadt. Und über Mädchen. Denn Sookee ist ein Mädchen und behauptet sich mit ihrem Debütalbum „Kopf Herz Arsch“ in der Männerdomäne HipHop. Aber: Lest und hört selbst!

*Sieh dein Körper ist dein Haus _ mach's dir gemütlich / Richt es ein so wie du willst mach die Fassade unverwü-
stlich / Fühl dich wohl _ mach's dir vergnüglich / Wie schön es ist wenn man im Glückhsein gut und geübt ist //
Gib alles was du hast und gib all deine Kraft / Dass dein Haus schön wird und bleibt wie am Tag so in der Nacht /
Du hast nur dieses Haus einst aus Liebe gebäut / Es ist einzigartig lehn's nicht ab sei lieber erstaunt // Lange Zeit _
wirst du hier wohnen / Freu ühch drauf ertreu dich dran man kann's gar nicht zu viel betonen / Du bestimmst _ wer
dich besucht / Sprich es aus und sag es weiter und dann geht's dir richtig gut // Dein Haus dein Heim der schönste
Ort / Sei gut zu dir kein böses Wort / Kein Zeitpunkt / scheint mir wohl zu früh / Um sich im Haus auch wohl zu fühlen
Einzig / Dein Körper / Sag es weiter * Sei du selbst bewusst / Gesund*

Sookee, auf www.tellsomeone.de ist ein Stück von dir zu hören –
„Dein Körper – dein Haus“: Um was geht es da?

Der Song soll Mädchen anregen, ihren Körper schätzen zu lernen und sich in ihm wohlfühlen. Du bist mit deinem Körper untrennbar ein Leben lang verbunden, das ist ein guter Grund, sich als Einheit mit ihm zu verstehen und dafür zu sorgen, dass man gesund lebt. Themen wie Körperbewusstsein und Gesundheit sollten viel offener diskutiert werden, besonders, wenn sie mit Sexualität zu tun haben. Denn dafür interessiert sich ja schließlich auch sonst jede und jeder.

Welche Passagen sind dir
am wichtigsten und warum?

- „Sei du selbst, du bist es wert
Mach es von Herzen gern und du machst nichts verkehrt“
- Ich finde es enorm wichtig, dass Mädchen sich mit ihrem Körper auseinandersetzen – um sich selbst zu gefallen und nicht anderen. Viele Mädchen haben große emotionale Probleme, weil sie sich zu sehr von bestimmten Schönheitsnormen vor allem in den Medien beeinflussen lassen. Solche „Vorbilder“ haben wenig mit der Realität zu tun.
- Da muss jede selbst aktiv werden und diesem Körper-Diktat die kalte Schulter zeigen.

Hast du dich vorher schon
mal mit dem Thema HPV
und Krebs beschäftigt?
Was hat sich seitdem für
dich verändert?

Meistens werden einem solche Themen erst bewusst, wenn man sie im eigenen Freundes- oder Familienkreis erlebt oder einem selbst so etwas passiert. Für mich war es auf jeden Fall sehr erhellend, darüber Bescheid zu wissen. Sexuell übertragbare Krankheiten scheinen immer nur die anderen zu betreffen – aber das stimmt nicht!