

LES KLAMYDIA'S

# MERK- ZETTEL

zuhanden von Frauenärztinnen und -ärzten zur sexuellen  
Gesundheit von «Frauen, die Frauen lieben» und Transpersonen





## Einleitung

Für Frauen\* \*, die Frauen lieben, ist es nicht immer einfach, mit ihrer Frauenärztin oder ihrem Frauenarzt über die eigene Sexualität zu sprechen. Für eine erfolgreiche Beratung ist es jedoch wichtig, dass die Frauenärztin oder der Frauenarzt über einige Informationen zum Sexualleben ihrer Patientin verfügt. Einige Frauen fühlen sich wegen ihrer sexuellen Orientierung und/oder Geschlechtsidentität nicht angenommen und trauen sich nicht mehr, in die Sprechstunde zu gehen. Diese negativen Erfahrungen können ein Hindernis für ihren Zugang zur Gesundheitsversorgung darstellen und Auswirkungen auf ihre Gesundheit haben.

Dieser Merkzettel zuhanden von Frauenärztinnen und -ärzten soll auf die spezifischen Bedürfnisse von Frauen, die Sex mit Frauen haben (FSF), in Bezug auf ihre sexuelle Gesundheit hinweisen. Er fasst einige Informationen zusammen, die für die Beratung wichtig sein können.

\* In diesem Dokument wird der Begriff «Frau» aus Gründen der Lesbarkeit verwendet. Unser Text schliesst jede Person, die sich als Frau fühlt, und jede Person, die sich betroffen fühlt, mit ein, unabhängig von ihrer Geschlechtsidentität, sexuellen Orientierung, dem Aussehen ihrer Geschlechtsorgane oder der Begriffe, die sie verwendet, um sich selber zu bezeichnen.

## 1. Einige Hinweise

- Falls sich die Ärztin/der Arzt aufgrund der sexuellen Orientierung, der Geschlechtsidentität oder des Sexuallebens der Patientin unwohl fühlt, sollte sie/er ihr vorschlagen, eine Kollegin/einen Kollegen aufzusuchen.
- Hat sie/er keine Probleme mit der sexuellen Orientierung, der Geschlechtsidentität und dem Sexualleben ihrer/seiner Patientinnen, kann sie/er im Wartezimmer darauf hinweisen (zum Beispiel mit einer kleinen Regenbogenfahne).
- Beim Gespräch verwendet die Frauenärztin/der Frauenarzt eine geschlechterneutrale Sprache und gibt der Patientin die Möglichkeit darauf hinzuweisen, dass sie Sex mit Frauen hat (werden im Gespräch folgende Fragen gestellt: «Haben Sie Sex? Verhüten Sie? Haben Sie einen Kinderwunsch?»), kann sich eine FSF unwohl fühlen und dabei den Eindruck vermitteln, dass die Patientin nicht verantwortungsbewusst handelt). Beispiel einer offenen Frage, welche der Patientin ermöglicht, ihre sexuelle Orientierung zu offenbaren: «Haben Sie eine Partnerin oder einen Partner?».
- Es kann sein, dass die Patientin – unabhängig von ihrem Alter – aus verschiedenen Gründen (schlechte Erfahrung, die Notwendigkeit der medizinischen Vorsorge wird unterschätzt, Angst) zuvor noch nie bei einer Frauenärztin/einem Frauenarzt war oder ihre letzte Konsultation vor mehreren Jahren stattgefunden hat. Die Akzeptanz gegenüber der Lebensweise der Patientin kann dazu beitragen, dass diese die empfohlenen regelmässigen Kontrollen durchführt.
- Handelt es sich bei der Patientin um eine Transperson, empfiehlt es sich, die Begriffe und die Geschlechtsidentität zu verwenden, die sie selber verwendet, wenn sie über sich spricht. Es ist wichtig, dass eine Transfrau, die sich in einer Hormontherapie befindet und/oder eine geschlechtsangleichende Operation hinter sich hat, von einer Frauenärztin/einem Frauenarzt behandelt werden kann. Auch sollte ein Transmann, der seine weiblichen Geschlechtsorgane oder einen Teil davon behalten und/oder keine Mastektomie hinter sich hat, ebenfalls die Möglichkeit haben, sich von einer Frauenärztin/einem Frauenarzt behandeln zu lassen und regelmässig Vorsorgeuntersuchungen durchzuführen.



- Einige FSF haben gelegentlich oder häufig Sex mit Männern und möchten daher verhüten. Andere wiederum wollen verhüten, um eine Amenorrhö herbeizuführen (Beispiel: ständige Einnahme der Pille).
- Studien haben gezeigt, dass beinahe drei Viertel der FSF in bestimmten Lebensphasen Sex mit männlichen Partnern hatten oder haben, dabei haben sie häufig Sex mit mehreren Partnern und weisen somit ein risikoreiches Sexualverhalten auf. Hier kann es Sinn machen, einen HIV-Test vorzuschlagen.
- Einige FSF haben eindringenden Geschlechtsverkehr, andere nicht. Deshalb ist es unter Umständen angebracht, ein kleineres Spekulum zu verwenden.
- Die Sexualität an sich hat keinen Einfluss auf das Brustkrebsrisiko. Die FSF weisen jedoch ein höheres Brustkrebsrisiko auf, da sie seltener ein Kind vor dem 30. Lebensjahr bekommen. Zudem weisen einige Studien darauf hin, dass FSF im Durchschnitt mehr Tabak und Alkohol konsumieren als andere Frauen.
- Transmänner haben auch nach einer Mastektomie ein gewisses Brustkrebsrisiko und sollten entsprechend abgetastet werden. Auch Transfrauen können Brustkrebs bekommen.
- Falls eine Patientin ihrer Ärztin/ihrem Arzt anvertraut, dass sie eben erst ihr Coming-out hatte und deshalb gerade eine schwierige Phase durchlebt, kann sie/er sie an eine lokale Organisation für Lesben, Schwule, Bi- oder Transpersonen verweisen und ihr Flyers abgeben. Diese Organisationen können bei diesen Fragen unterstützend wirken.
- Wenn FSF einen Kinderwunsch hegen: da die Insemination mit Spendersamen in der Schweiz für gleichgeschlechtliche Paare und ledige Frauen nicht erlaubt ist, begeben sich einige Frauen in Länder wie Belgien oder Spanien, in denen dies möglich ist. Einige haben auch eines oder mehrere Kinder aus einer früheren Beziehung mit einem Mann oder möchten im Rahmen einer gemeinsamen Elternschaft Kinder bekommen (z.B. ein Frauenpaar mit einem Männerpaar oder einem einzelnen Mann, die ein oder mehrere Kinder gemeinsam grossziehen).
- Transmänner, die ihre ursprünglichen Geschlechtsorgane noch haben, können ohne Hormone oder nach Absetzen der Hormone auf natürlichem Weg oder durch Insemination schwanger werden. Eine Transfrau ohne geschlechtsangleichende Operation kann unter Umständen noch zeugungsfähig sein.

## 2. Einige Informationen für FSF, die während der Konsultation erwähnt werden können

Eine Frau, die Sex mit Frauen hat, sollte von einer Frauenärztin/einem Frauenarzt medizinisch betreut werden

Die gynäkologische Kontrolle und die Untersuchung der Brust wird sämtlichen Frauen und Transmännern empfohlen, unabhängig von ihrer sexuellen Orientierung, ihrer Geschlechtsidentität und ob sie Sex haben oder nicht.

Auch eindringender Geschlechtsverkehr birgt das Risiko einer Übertragung von sexuell übertragbaren Infektionen (STI)

Es ist möglich, sich beim Sex zwischen Frauen mit einer STI oder einer Vaginitis anzustecken (bestimmte Zärtlichkeiten, Cunnilingus, Tribadie, Penetration, Anilingus usw.). Die häufigsten Infektionen sind Pilzkrankheiten, Genitalwarzen, Chlamydien, Herpes, Trichomoniasis und Gardnerella. Wenn auch seltener als bei heterosexuellen Kontakten, so besteht doch ein Risiko, dass eine Frau beim Sex das HI-Virus an eine andere Frau überträgt (Kontakt der Schleimhaut mit Blut, darunter Menstruationsblut). Die Übertragung anderer STI erfolgt hingegen viel häufiger. Es wird deshalb auch den FSF empfohlen, sich regelmässig auf STI testen zu lassen und sich gegen Hepatitis B und HPV zu impfen. Zieht sich die Patientin eine STI zu, müssen (wie üblich) auch ihre Partner\_in/Partnerinnen behandelt werden.

Es gibt Schutzmöglichkeiten, um die Übertragung von STI zwischen Frauen zu verhindern

Dental Dams schützen wirkungsvoll bei Oral- oder Oral-Analverkehr vor verschiedenen STI. Da es sehr schwierig ist, diese in Apotheken zu kaufen, kann als Alternative Klarsichtfolie (nicht jene, die sich auch für die Mikrowelle eignet, diese ist porös) verwendet werden. Auch kann aus einem Kondom für Frauen ein Latex-Rechteck hergestellt werden, indem dieses nach dem Entfernen der Ringe längs aufgeschnitten wird.

Da es peinlich sein kann, einer Partnerin vorzuschlagen, einen Dental Dam zu verwenden – in der Tat verwenden ihn nur wenige Frauen - ist es notwendig, regelmässig die Frauenärztin/den Frauenarzt für eine Kontrolle und insbesondere für einen STI-Test aufzusuchen. Bei Schmerzen, Juckreiz, Brennen, Ausfluss oder anderen Beschwerden im Genitalbereich ist rasch ein Termin bei der Frauenärztin/beim Frauenarzt zu vereinbaren.

Sexspielzeug nicht mit Seife reinigen!

Mit einer gewöhnlichen Seife lassen sich die Keime auf dem Sexspielzeug nicht entfernen. Es ist empfehlenswert, das Spielzeug mit einem geeigneten Desinfektionsmittel zu reinigen. Generell wird empfohlen, die Sexspielzeuge mit einem Kondom zu überziehen (Verwendung mit einem Gleitmittel) und es bei jedem Partnerinnenwechsel oder Wechsel der Körperöffnung auszutauschen.





Weitere Informationen finden Sie unter dem folgenden Link: [www.klamydias.ch](http://www.klamydias.ch)

Rubrik: [Ressources / Pour les professionnels de la santé](#)

Rubrik: [Ressources / Suivi gynécologique & cancers](#)

Kontakt: [lesklamydias@gmail.com](mailto:lesklamydias@gmail.com)

Mit der Unterstützung von SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz realisiert

[www.sexuelle-gesundheit.ch](http://www.sexuelle-gesundheit.ch)

Flyer und Dental Dam können bestellt werden unter <https://www.sante-sexuelle.ch/shop/de>