

Augen, Zähne, Harntrakt, Genitalien, Frauenleiden

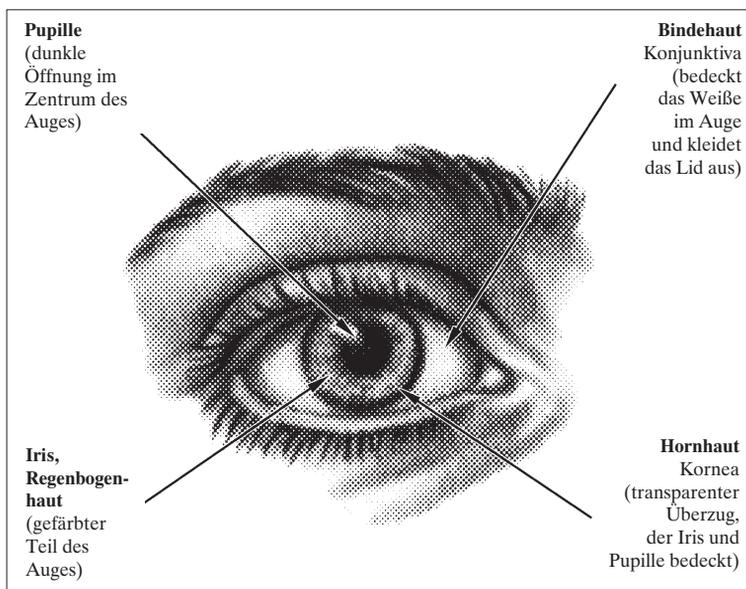
***Augen,
Zähne,
Harntrakt,
Genitalien,
Frauenleiden***

Augenkrankheiten: Gefahrensignale

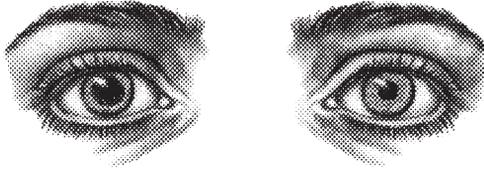
Augen-krankheiten Signale für Gefahr

Die Augen sind empfindlich und benötigen gute Behandlung. **Wenn irgendeines der nachstehenden Anzeichen auftritt, suche schnell ärztliche Hilfe:**

- Jede Verletzung, die das Auge einschneidet oder durchsticht.
- Gräuliche oder weiße Stellen auf der Hornhaut, Auge gerötet, tränend, schmerzhaft (Geschwür der Hornhaut).
- Große Schmerzen im Auge (vielleicht Iritis oder Glaukom).
- Differenz der Pupillengröße, Schmerzen in Auge und Kopf.



Verletzungen im Auge



●Die Differenz der Pupillengröße kann durch Gehirnschäden, Gerinnsel (Bluterguss), Schlag gegen das Auge, Glaukom oder Iritis entstehen. Eine kleine Differenz kann bei manchen Leuten normal sein.

●Verlust der Sehfähigkeit auf einem oder beiden Augen.

●Jede Entzündung, die trotz der Behandlung mit Augentropfen nach 5-6 Tagen nicht abgeklungen ist (oder auch nach Behandlung mit antibiotischer Salbe).

Gefahr. Die Gefahr erhöht sich noch, wenn der Schmerz nach einigen Tagen stärker wird; hier handelt es sich dann vermutlich um ein akutes *Glaukom*.

Behandlung:

●Wenn die Person trotz des verletzten Auges noch gut sehen kann, gib etwas antibiotische Augensalbe ins Auge hinein und verbinde es mit einem weichen, großen Verband (aus Gaze oder einem sauberen Tuch). Wenn das Auge sich nicht in 1-2 Tagen bessert, gehe zum Arzt.

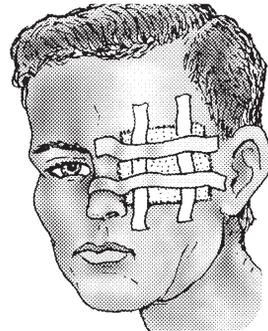
●Wenn die Person nicht mehr gut sehen kann, wenn sich Blut im

Verletzung im Auge

Jede Augenverletzung muss als gefährlich angesehen werden,

weil sie zur Erblindung führen kann. Selbst kleinste Risse in der Hornhaut können sich infizieren und die Sehfähigkeit beeinträchtigen, wenn man sie nicht sorgfältig pflegt. Wenn eine Wunde so tief geht, dass ein schwarzer Punkt oder eine schwarze Stelle im Weißen des Auges erscheint, besteht große Gefahr. Das bedeutet, dass die innere Auskleidung des Auges sichtbar wird.

Wenn sich das Auge nach einem Schlag etwa mit Blut füllt, ist es in



Wie man etwas aus dem Auge holt, Rote, schmerzende Augen

Auge sammelt, die Verletzung tief ist, verbinde das Auge sauber und suche schnell ärztliche Hilfe.

●Versuche nicht, Dornen, Splitter oder Holzstückchen aus dem Auge zu ziehen. Suche den Arzt auf.

Wie man etwas aus dem Auge holt

Oft kann man Sandkörnchen aus dem Auge holen, indem man Wasser darüber laufen lässt oder mit der Taschentuchspitze oder nasser Watte oder Ähnlichem in Richtung Nase wischt.

Wenn sich das Sandkorn unter dem Oberlid befindet, versuche das Lid über einem stumpfen Stöckchen (am besten Watteträger, „Q-Tip“) nach oben zu klappen, und dann das Sandkorn herauswischen. Wenn das nicht geht, gib etwas antibiotische Augensalbe in das Auge, verbinde es und geh zum Arzt.

Rote, schmerzende Augen

Gerötete und schmerzende Augen können durch verschiedene Ursachen entstehen:

Fremdkörper im Auge

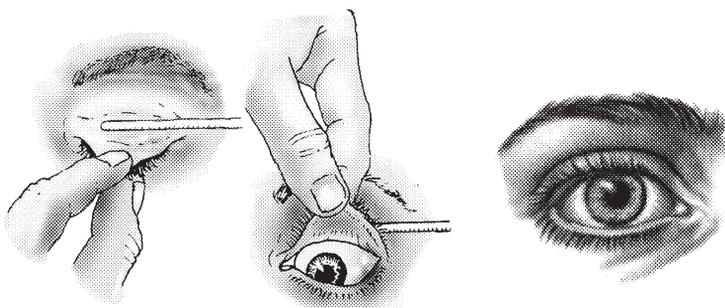
normalerweise ist nur *ein* Auge betroffen, gerötet, starker oder schwacher Schmerz.

Verbrennungen oder gefährliche Flüssigkeiten

ein oder beide Augen betroffen: gerötet, schwacher oder starker Schmerz.

Bindehautentzündung, allergische Bindehautentzündung, Trachom, Masern

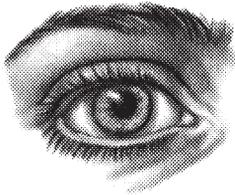
im Allgemeinen *beide* Augen betroffen (kann in einem Auge beginnen oder in einem schlimmer sein), meist nur leichtes Brennen.



Bindehautentzündung, Trachom

Akutes Glaukom, Iritis, Hornhautgeschwür

im Allgemeinen wird *nur ein* Auge angegriffen, oft sehr schmerzhaft,
 ● stärkere Rötung in der Nähe der Iris und Hornhaut.



Bindehaut- entzündung

Eine Bindehautentzündung verursacht Rötungen, Ausfluss (Eiter) und ein leichtes Brennen in einem oder beiden Augen. Die Lider sind beim Aufwachen verklebt.

- etwas röter an den Rändern.

Behandlung:

- Zuerst putze die Augen mit einem sauberen Tuch und abgekochtem Wasser aus.
- Tagsüber gib antibiotische Augentropfen ins Auge. Einen Tropfen alle zwei Stunden. Nachts gib eine antibiotische Salbe ins Auge. Zieh das Unterlid etwas hervor und gib die Salbe hinein. Es hat keinen Zweck, die Salbe außerhalb des Auges aufzutragen.

Vorbeugung:

Bindehautentzündung ist sehr ansteckend. Die Infektion wandert problemlos von einer Person zur anderen. Lasse Kinder mit geröteten Augen nicht mit anderen im selben Bett schlafen und auch nicht ein und dasselbe Handtuch benutzen.

Wasche deine Hände jedesmal, nachdem du das Auge berührt hast.

Trachom („Ägyptische Augenkrankheit“)

Form einer ansteckenden chronischen Bindehautentzündung, die langsam, über Monate oder Jahre fortschreitet. Wenn sie nicht rechtzeitig behandelt wird, führt sie zur

Iritis

Erblindung und ist die weltweit häufigste Ursache für Blindheit. Sie wird durch direkten Kontakt oder durch Fliegen und Mücken übertragen und breitet sich in ärmlichen und beengten Verhältnissen besonders aus.

Signale:

- Beginnt wie eine gewöhnliche Bindehautentzündung, mit geröteten und tränenden Augen.
- Nach einem Monat oder mehr bilden sich kleine rosa-graue Bläschen, genannt Follikel, und zwar in der Innenseite des Oberlides. Um das festzustellen, ziehe das Lid wie vorher beschrieben nach oben.
- Das Weiße des Auges ist ein wenig entzündet.
- Wenn du sehr genau hinsiehst oder mit einem Vergrößerungsglas, kannst du erkennen, dass das Oberlid etwas gräulich aussieht, weil sich dort viele kleine, neue

Blutgefäße (Pannus) gebildet haben. Das Vorhandensein von Follikeln und Pannus ist ein sicheres Erkennungszeichen für Trachom.

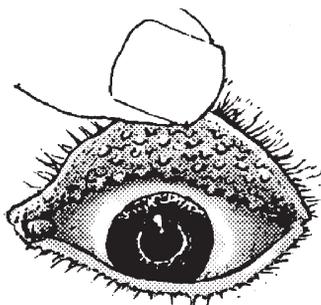
- Nach einigen Jahren verschwinden die Follikel und hinterlassen kleine weißliche Narben. Diese Narben lassen das Lid schrumpfen, und manchmal wird es schwierig, das Auge zu öffnen. Oder die Wimpern drehen sich nach innen und kratzen auf der Hornhaut, was zur Erblindung führt.

Behandlung:

Tetracyclin- oder *Erythromycinhaltige* (1 %) Augensalbe muss über einen Monat 3x täglich ins Auge gegeben werden. Zusätzlich ist eine Tablettenbehandlung mit *Tetracyclin*, *Erythromycin* oder einem *Sulfonamid* für 3 Wochen erforderlich.

Vorbeugung:

Eine vollständige und gleich zu Beginn der Erkrankung durchgeführte Behandlung hilft, die Übertragung zu vermeiden. Überall, wo Menschen gerötete und tränende Augen haben (vor allem Kinder), sollte man schnell mit der Behandlung anfangen. Es ist auch wichtig, die Hygieneregeln zu befolgen.

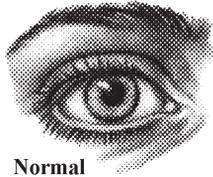


Iritis

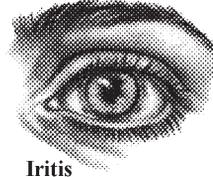
(Entzündung der Iris)

Signale:

- Kleine, oft unregelmäßige Pupille.
- Rötung um die Iris herum.



Normal



Iritis

- Sehr schmerzhaft. Der Schmerz kann plötzlich oder nach und nach auftreten.
- Der Schmerz ist bei hellem Licht stärker, auch die Berührung ist schmerzhaft.
- Das Auge tränt sehr.
- Die Klarsicht ist erschwert. Kein Eiter wie bei Bindehautentzündung.
- Das Sehvermögen ist vermindert.

Iritis ist ein ärztlicher Notfall.

Antibiotische Salbe hilft nicht.

Sofort Arzt aufsuchen.

Akutes Glaukom (Signale):

- Beginnt plötzlich mit Kopfschmerz und sehr starken Schmerzen im Auge.
- Das Auge rötet sich und die Sicht wird getrübt.
- Erbrechen möglich.
- Die Pupille des befallenen Auges ist größer als die andere.

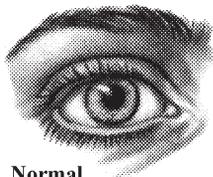
Wenn keine rasche Behandlung erfolgt, führt das akute Glaukom innerhalb weniger Tage zur Blindheit. Oft ist eine Operation nötig. **Suche schnellstens ärztliche Hilfe!** So lange keine ärztliche Hilfe in Aussicht ist, gib **Acetazolamid** (1 Tablette à 250 mg alle 4 Stunden).

Chronisches Glaukom (Signale):

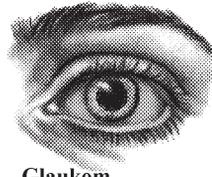
- Der Augendruck erhöht sich langsam.
- Oft keine Schmerzen.

Glaukom

Diese Erkrankung ist gefährlich und wird durch Überdruck im Auge hervorgerufen. Meistens beginnt sie nach dem vierzigsten Lebensjahr und ist einer der häufigsten Gründe für Blindheit. Um die Erblindung zu vermeiden, ist es wichtig, die Signale eines Glaukoms zu kennen und sofort ärztliche Hilfe zu suchen.



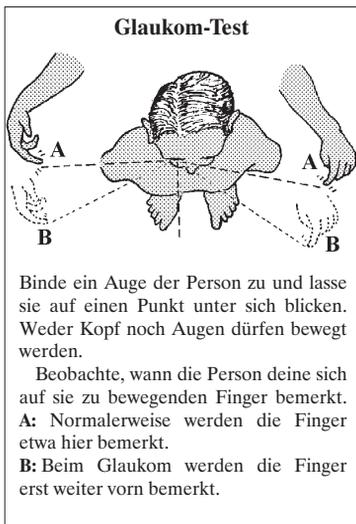
Normal



Glaukom

Infektion der Tränensäcke

- Die Sicht trübt sich langsam ein, damit beginnend, dass man nicht mehr zur Seite blicken kann, meistens bemerkt die Person den Sichtverlust nicht.
- Ausprobieren, ob die Person zur Seite sehen kann, hilft bei der Diagnose der Erkrankung



Wenn man es früh genug entdeckt, kann Blindheit durch ein Augenmittel, das von einem Arzt verabreicht werden muss, verhindert werden. Dieses Mittel muss für den Rest des Lebens eingenommen werden.

Vorbeugung:

Menschen, die über 40 Jahre alt sind oder deren Verwandte ein Glaukom haben, müssen jährlich den Augendruck messen lassen.

Infektion der Tränensäcke

(Dakryozystitis)

Signale:

- Rötung, Schmerz und Schwellung unter dem Auge, nahe der Nase.
- Das Auge trânt sehr.
- Ein Eitertropfen kann im Augwinkel erscheinen, wenn man auf die geschwollene Region drückt.



Behandlung:

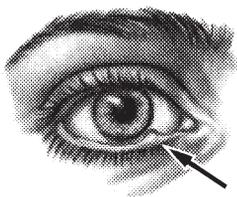
- Mache heiÙe Kompressen.
- Gib antibiotische Augentropfen oder eine antibiotische Augensalbe ins Auge.
- Gib *Penicillin*.
- Bei sehr starker Schwellung und Entzündung muss evtl. der Tränensack operativ entfernt werden.

Gerstenkorn, Pterygium, Geschwür**Gerstenkorn****(Hordeolum)**

Eine Beule (meistens nah am Rand), rot, geschwollen, sehr schmerzhaft.

Behandlung:

Leg ein paar warme, feuchte Kompressen mit etwas Salzzusatz aufs Auge. Die Verwendung von antibi-
otischen Augentropfen, 3-4mal pro Tag, und der Gebrauch einer anti-
biotischen Augensalbe während der Nacht hilft, neue Gerstenkörner zu verhindern.

**Pterygium**

Das ist eine fleischige Vergrößerung der Oberfläche des Auges, die sich vom Augenwinkel langsam über die Hornhaut hin zur Mitte des Auges schiebt. Es wird oft durch Sonnen-, Wind- und Staubeinwirkung provoziert.

**Pterygium**

Dunkle Brillen können die Reizung lindern und das Wachstum eindämmen. Es muss chirurgisch entfernt werden, bevor die Pupille erreicht wird.

Hausmittel dürfen nicht benutzt werden. Allerdings können Tropfen von Kamillentee (abgekocht und ohne Zucker) das Brennen und den Juckreiz lindern.

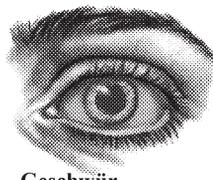
Geschwür

Wenn die sehr feine Oberfläche der Hornhaut verletzt oder infiziert ist, kann daraus ein schmerzhaftes Augengeschwür entstehen.

Wenn man sehr genau und mit Licht hinsieht, kann man eine gräuliche, weniger glitzernde Fläche auf der Hornhaut erkennen. Wenn sie nicht gut behandelt werden, führen diese Geschwüre zur Erblindung.

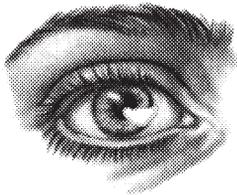
Behandlung:

Gib eine antibiotische Augensalbe ins Auge, verschließe es und gib auch *Penicillin*. Wenn das Auge nach 2 Tagen nicht besser wird, suche einen Arzt auf.

**Geschwür**

Narben im Auge, Blutungen

Narben im Auge



Eine Narbe auf der Hornhaut ist ein weißer Fleck, der nicht schmerzt. Kann die Folge einer Verbrennung, eines Augengeschwürs oder sonst eines Schadens am Auge sein.

Die einzige Behandlungsart ist die Chirurgie: Hornhauttransplantation. Das ist teuer und ergibt nicht immer gute Resultate. Die Operation darf nur gemacht werden, wenn die Person zwar blind ist, aber noch Licht erkennt.

Blut im Weiß des Auges

(Hyposphagma)

Ein roter Fleck, blutfarben, nicht schmerzhaft, erscheint manchmal wenn die Person schwere Sachen hebt, stark hustet oder einen

Schlag aufs Auge bekommen hat. Kann auch durch zu hohen Blutdruck verursacht werden.

Der Fleck ist entstanden, weil ein kleines Blutgefäß geplatzt ist. Das ist nicht gefährlich und verschwindet langsam ohne Behandlung.

Kleine rote Flecken in Augen von Neugeborenen sind häufig. Sie benötigen keine Behandlung.

Blutung hinter der Hornhaut

(Hyphaeme)

Eine Blutung hinter der Hornhaut ist ein Gefahrenzeichen.

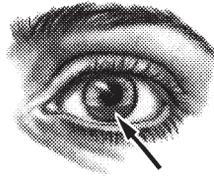
Meistens handelt es sich um eine Verletzung mit einem größeren Gegenstand, wie einem Stachel.

Behandle es, indem du das Auge verschließt. Die Person soll sich einige Tage lang ins Bett legen.

Wenn die Schmerzen nach einigen Tagen nicht nachlassen, hat es vermutlich eine Verhärtung im Auge gegeben (Glaukom). Bringe die Person sofort zu einem Augenspezialisten.

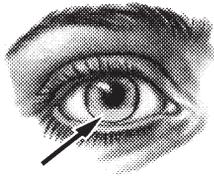


Hyposphagma



Hyphaeme

Eiter, Grauer Star, Nachtblindheit, Augendarre



Eiter unter der Hornhaut

Eiter unter der Hornhaut

(Hypopyon)

Das ist ein Signal für eine schwere Infektion. Manchmal erscheint der Eiter mit Geschwüren der Hornhaut. Das bedeutet, dass das Auge in Gefahr ist. Gib *Penicillin* (oral) und suche sofort ärztliche Hilfe.

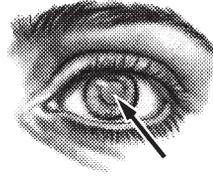
Grauer Star

(Katarakt)

Die Linse des Auges, hinter der Pupille, beginnt sich einzutrüben, was zur Folge hat, dass die Pupille grau oder weiß erscheint, wenn man sie beleuchtet.

Der Graue Star ist verbreitet unter alten Leuten, kann aber auch bei Babys erscheinen. Dann liegt sehr wahrscheinlich eine Erb- oder Stoffwechselkrankheit vor (untersuchen lassen).

Wenn ein blinde Person mit grauem Star noch Hell und Dunkel unterscheiden oder Bewegungen er-



Katarakt

kennen kann, kann eine Operation ihr zu erneuter Sehfähigkeit verhelfen. Aber nach der Operation benötigt man starke Brillen.

Medikamente bessern den grauen Star nicht.

Nachtblindheit, Augendarre

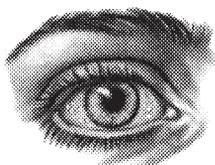
(Vitamin-A-Mangel, Xerophthalmie)

Diese Augenkrankheit ist verbreitet unter Kindern von 2 bis 5 Jahren. Sie wird verursacht durch eine Ernährung ohne Vitamin A. Wenn diese Erkrankung nicht schnell erkannt wird, kann das Kind davon blind werden.

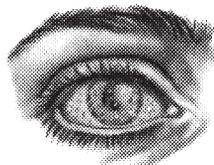
Signale:

1. Anfangs kann das Kind Nachtblindheit haben. Es sieht im Dunkeln nicht so gut wie andere Personen.
2. Danach werden die Augen trocken (Augendarre). Das Weiße des Auges verliert seinen Glanz und beginnt zu verrunzeln.
 - Es können kleine graue Kügelchen im Auge erscheinen.

Nachtblindheit, Augendarre



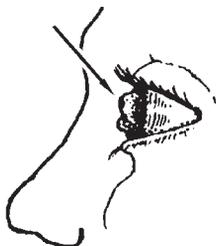
2



3

3. Im Laufe der Verschlechterung kann auch die Hornhaut trocken und runzelig werden und kleine Geschwüre bilden.

4. Danach kann die Hornhaut ganz plötzlich sehr weich werden, sich wölben und sogar platzen. Normalerweise tut das nicht weh. Die Erblindung kann durch Infektionen, Vernarbungen oder ein anderes Problem entstehen.



4

●Die Augendarre beginnt oder verschlechtert sich oft, wenn das Kind Kontakt zu anderen Kindern hat, die Keuchhusten, Durchfall, TB oder Masern haben. Untersuche die Augen aller kranken und unterernährten Kinder.

Vorbeugung und Behandlung:

Die Augendarre kann einfach durch Vitamin-A-haltige Kost behoben werden. Mache folgendes:

●Das Kind mindestens 1 Jahr lang stillen.

●Nach 6 Monaten beginne damit, dem Kind Vitamin-A-reiche Kost zu geben.

●Wenn das Kind diese Kost nicht bekommen kann, gib ihm Vitamin-tabletten.

●Wenn es Signale von Nachtblindheit oder Augendarre aufweist, gib ihm 50.000 Einheiten Vitamin A pro Tag, 4 Tage lang. Das alle 6 Monate wiederholen. Nicht Kindern unter 6 Monaten geben.

●Wenn die Hornhaut austrocknet und ihren Glanz verliert, kann sich der Zustand des Kindes innerhalb weniger Stunden verschlechtern, und nach wenigen Tagen kann das Kind erblinden. Gib 200.000 Einheiten Vitamin A (4 Tabletten à 50.000) auf einmal. Wenn sich die Augen innerhalb einer Woche nicht verbessern, gib eine Dosis von 100.000 Einheiten und wiederhole sie am folgenden Tag.

●Wenn die Augen des Kindes schon sehr angegriffen sind, die Hornhaut getrübt, gewölbt ist oder kleinen Ulcera hat, suche schnell einen Arzt auf. Die Augen des Kindes müssen verdeckt werden, und es muss Vitamin A bekommen. Und zwar 100.000 Einheiten oder per Ta-

Flecken vor den Augen, Doppelsehen, Onchozerkose

blette 200.000 auf einmal. Dunkelgrünes Gemüse und gelbes Gemüse verhindern Blindheit bei Kindern.

Achtung: Zuviel Vitamin A ist giftig. Gib nicht mehr als 200.000 Einheiten pro Woche und insgesamt nicht mehr als 1.000.000.

Flecken oder „Fliegen“ vor den Augen

Manchmal beklagen sich ältere Personen darüber, dass sie Flecken sehen, wenn sie gegen eine helle Fläche blicken (Wand, Himmel). Diese Flecken bewegen sich, wenn sich die Augen bewegen und kommen einem vor wie kleine Fliegen.

Meist sind diese Flecken nicht gefährlich und brauchen nicht behandelt zu werden. Allerdings können sie zu einem Notfall werden, wenn sie die Sicht zu sehr behindern und zahlreich vorhanden sind. (Veränderung der Netzhaut). Suche dann den Arzt auf.

Doppelsehen

Dafür gibt es viele Ursachen:

Wenn das plötzlich auftritt, chronisch ist oder sich langsam verschlechtert, so handelt es sich wahrscheinlich um das Signal eines ersten Problems. (Sofort zum Arzt.)

Wenn das Doppelsehen nur ab und zu auftritt, kann das ein Zeichen von Schwäche oder Abgespanntheit sein, vielleicht Unterernährung.

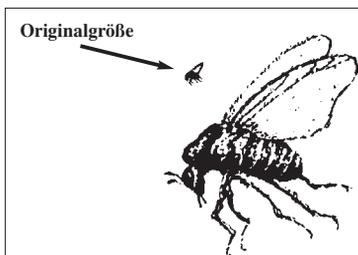
Onchozerkose

(River-Blindness)

Diese Krankheit gibt es in weiten Teilen Afrikas, in gewissen Regionen Mittelamerikas und im Norden Südamerikas. Sie wird von kleinen Würmern von Person zu Person übertragen. Transportmittel ist eine kleine Fliege, genannt „schwarze Fliege“ (etwa 1 mm groß). Die Würmer werden von der Fliege in die Person „eingimpft“.

Signale:

- Mehrere Monate nachdem die Fliege gestochen hat, bilden die in den Körper eingedrungenen Würmer kleine Beulen unter der Haut. In den amerikanischen Ländern treten die Beulen eher am Kopf und am Oberkörper auf. In Afrika befinden sie sich mehr am Unterkörper und auf dem Rücken. Oft entstehen



Onchozerkose

nicht mehr als 3-6 Beulen. Sie wachsen langsam bis auf eine Größe von 2-3 cm an und tun im Allgemeinen nicht weh.

- Es kann allerdings ein starker Juckreiz als allergische Folgereaktion auftreten. Manche Hautpartien können dick, dunkel und schuppig werden.

- Sehr oft entstehen Augenprobleme. Zuerst werden die Augen rot und tränen, dann tauchen Iritiszeichen auf. Die Hornhaut trübt sich ein, und kleine Geschwüre entstehen. Letztendlich verliert die Person das Sehvermögen wegen Vernarbung der Hornhaut, eines grauen Stars, Glaukoms oder einer anderen Erkrankung.

Behandlung:

Wenn die Behandlung am Anfang der Krankheit erfolgt, kann Blindheit vermieden werden.

- In Regionen, wo Onchozerkose auftritt, müssen Personen beim ersten Signal behandelt werden.

- Die Therapie mit *Ivermectin* muss unter ärztlicher Aufsicht erfolgen.

- Wenn die Augen bereits angegriffen sind, sinken die Heilungschancen.

- Antihistaminica helfen, den Juckreiz zu mindern.

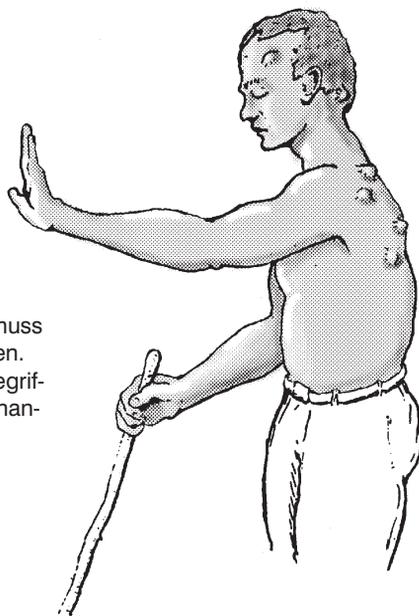
Vorbeugung:

- Die schwarzen Fliegen legen ihre Eier in schnellflie-

ßendes Gewässer. Sträucher und Vegetation abzuschneiden, die an den Ufern dieser Gewässer wachsen, kann die Anzahl der Fliegen verkleinern.

- Schlafe nicht außerhalb des Hauses, vor allem tagsüber nicht, wenn die Fliegen gewöhnlich stechen.

- In den Verbreitungsgebieten weisen großangelegte Medikamentenprogramme zur Eindämmung der Onchozerkose erste Erfolge auf.



Zähne, Zahnfleisch und Mund

... ist wichtig, weil:

- Kräftige und gesunde Zähne nötig sind, um die Speisen zu zerkleinern und weiterzuleiten.
- Karies und Zahnfleischwunden durch richtige Pflege vermieden werden können.
- Schlecht gepflegte Zähne, die kariös sind, schwere Infektionen in anderen Körperpartien hervorrufen können.

Um die Gesundheit von Zähnen und Zahnfleisch zu erhalten:

- Meide Süßigkeiten. Gewöhne deine Kinder gar nicht erst an Süßigkeiten, wenn du möchtest, dass sie gute Zähne haben.
- Putze jeden Tag sorgfältig die Zähne.
- Iss soviel wie möglich rohe Kost. Rohe Möhren oder Äpfel helfen, die Zähne zu reinigen und massieren das Zahnfleisch.
- Gib älteren Kindern abends keine Flasche mehr, um zu verhindern, dass sie über Nacht mit dreckigen Zähnen schlafen, was zu schlimmer Karies führen kann. Am besten gibt man gar keine Flasche.
- In manchen Gegenden setzen die Behörden dem Trinkwasser **Fluor** zu. Das senkt die Anzahl von Kariesfällen sehr. Auch der Zahnarzt kann Fluor direkt auf die Zähne auftragen und so gegen Karies vorbeugen. Du kannst jedes Angebot

Zahnschmerzen und Abszesse

diesbezüglich bedenkenlos annehmen und Fluor über die Zähne der Kinder streichen lassen.

Dort, wo es kein Fluor im Wasser gibt, kannst du den Kindern und Schwangeren Fluortabletten geben. Fluor hilft nur bei wachsenden Zähnen. Es nutzt dem Erwachsenen nichts. Fluor ist giftig, wenn es in höheren Dosen genommen wird als vorgeschrieben. Bewahre es immer weitab von Kindern auf.

Wenn du keine Zahnpasta hast:

Mische ein Pulver aus gleichen Teilen Salz und Bicarbonat. Befeuchte die Zahnbürste, bevor du sie in das Pulver tauchst. Salz und Bicarbonat haben den gleichen Effekt wie Zahnpasta. Wenn du kein Bicarbonat hast, benutze nur Salz oder im einfachsten Fall Seife.

Wenn du keine Zahnbürste hast:

Spüle den Mund ordentlich mit Wasser aus. Wenn du einen Faden hast, reinige damit die Zahnzwischenräume. Danach umwickele ein Stäbchen mit Watte oder einem rauen Stück Tuch und benutze das als Zahnbürste.

Wenn der Zahn kariös ist:

Um zu verhindern, dass der Zahn noch mehr schmerzt und dass das Gesicht anschwillt, weil sich ein Abszess bildet, vermeide Süßes und putze die Zähne gut nach jeder Mahlzeit.

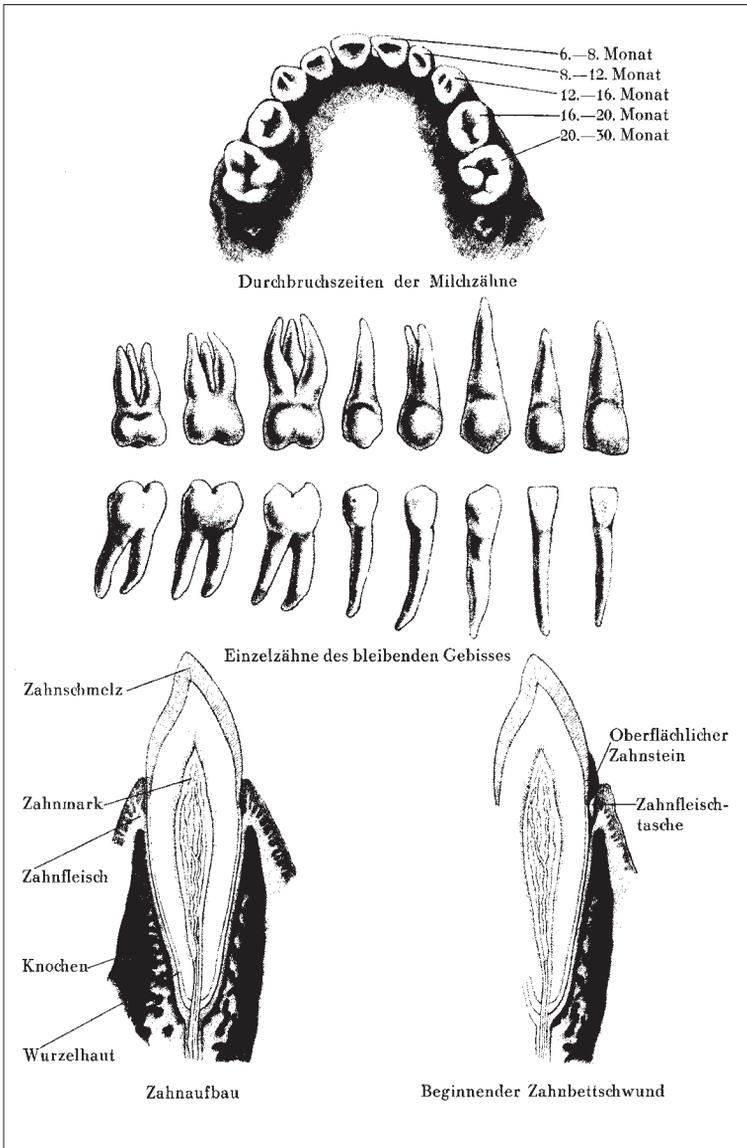
Wenn du einen Zahn mit einem kleinen Loch hast, warte nicht, bis er zu schmerzen beginnt. Geh bald zum Zahnarzt, denn die Behandlung ist am Anfang einfacher und tut nicht weh.

Zahnschmerzen und Abszesse

Um die Schmerzen zu lindern:

- Putze den Zahn sorgfältig mit einem Zahnstocher oder einer Zahnbürste, um alle Essensreste herauszuholen. Danach spüle den Mund gut mit warmem Wasser und Salz aus.
- **ASPIRIN®** oder Nelkenöl (auf den Zahn tröpfeln) lindern die Schmerzen.
- Wenn die Infektion schwer ist (Schwellung, Eiter, geschwollene Lymphknoten), auf der befallenen Seite mit heißem Wasser und Salz gurgeln. Das bewirkt, dass der Eiter durch das Zahnfleisch abfließt, was besser ist, als wenn er aus der Backe abfließen würde. Wenn möglich, suche einen Zahnarzt auf.
- Es ist wichtig, die Infektion des Zahnes schnell zu behandeln, damit sie sich nicht auf andere Körperpartien ausweitet.
- Wenn nach der Behandlung die Zahnschmerzen nicht aufhören oder wiederkehren, kann es nötig werden, den Zahn zu ziehen.

Zahnschmerzen und Abszesse



Eitriges Zahnfleisch, Wunden in den Mundwinkeln, Flecken im Mund

Eitriges und entzündetes Zahnfleisch

Das Zahnfleisch wird rot und geschwollen (entzündet), schmerzhaft und blutet leicht, weil:

- die Person sich die Zähne nur schlecht oder selten putzt.
- die Person sich falsch ernährt (vor allem fehlt Vitamin C).
- Manchmal entzündet sich das Zahnfleisch während der Schwangerschaft. Das ist nicht schlimm und vergeht nach der Geburt, wenn die Mutter die Zähne gut putzt.

Vorbeugung und Behandlung:

- Putze die Zähne gleich nach den Mahlzeiten, auch die Zwischenräume. Wenn möglich, entferne auch die gelblichen Flächen, da, wo Zähne ins Zahnfleisch münden. Danach den Mund mit heißem Salzwasser ausspülen.
- Iss vitaminreiche Kost, vor allem Eier, Fleisch, Bohnen, Gemüse, Früchte wie Cashewnuss, Mango, Guave, Orangen, Zitronen, Ananas. Meide Süßes und Speisen, die an den Zähnen klebenbleiben.
- In schlimmen Fällen gurgelle mit Tee aus Malvenblättern und nimm Vitamin C und Vitamine aus dem B-Komplex.

Achtung: Manchmal verursachen Medikamente gegen Anfälle (Epilepsie) eine Schwellung des Zahnfleisches. Wenn das passiert, frage

einen Arzt, ob du das Medikament wechseln kannst. Bis du den Arzt gefragt hast, benutze das Medikament weiter.

Wunden oder Risse in den Mundwinkeln

Kleine Wunden in den Mundwinkeln von Kindern sind häufig ein Zeichen von Unterernährung. Diese Kinder müssen vitamin- und proteinreiche Kost essen, wie Milch, Fleisch, Nüsse, Eier, Früchte und Gemüse. Solche Wunden heilen schneller, wenn die Kinder Bierhefe essen.

Flecken oder weiße Punkte im Mund

Zunge mit weißem Belag: viele Krankheiten werden von weiß oder gelb belegter Zunge oder Gaumen begleitet. Das ist vor allem bei Fieber der Fall. Das ist nichts Schlimmes und vergeht normalerweise von selbst. Um den Heilungsprozess zu beschleunigen, kann man Bierhefe oder Spülungen mit warmem Wasser und Natron verordnen.

Schwamm

(Moniliasis, Soor, Candidiasis)

Das sind kleine weiße Stellen am Mund und auf der Zunge, die wie

Flecken im Mund

geronnene Milch aussehen. Sie werden von einem Pilz verursacht. Moniliasis ist verbreitet bei Neugeborenen, bei AIDS-Kranken oder bei Personen, die bestimmte Antibiotika benutzen, wie *Tetracyclin* oder *Ampicillin*.

Streiche den Mund mit *Gentiana-Violett* aus oder mit einer Lösung aus Wasser und Natron. Falls du Antibiotika nimmst, setze sie ab, falls das möglich ist. Knoblauch (kauen) kann auch helfen. In schweren Fällen helfen Mittel gegen Moniliasis (z.B. *Nystatin*).

Mundfäule:

Das sind kleine weiße und schmerzende Punkte, die auf der Innenseite der Lippen auftauchen. Sie erscheinen oft, wenn die Person Fieber oder einen Schnupfen hat. Funktionsstörungen des Magens, Nervosität, Allergien und das Essen von sauren Speisen (wie Ananas) können auch dazu führen.

Diese Punkte bleiben etwa 1-3 Wochen und verschwinden dann. Es nützt nichts, Antibiotika zu nehmen. Man kann mit warmem Salzwasser gurgeln oder Watte in Wasserstoffperoxid tunken und gegen die Stellen drücken.

Harntrakt und Genitalien

Harntrakt und Genitalien

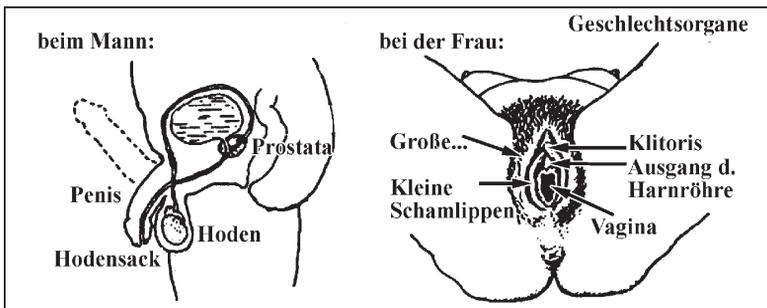
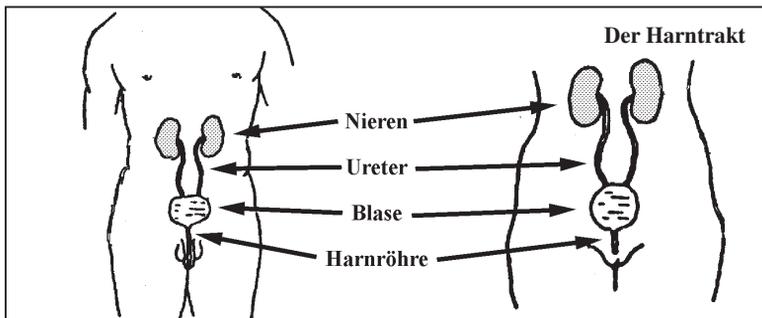
Der Harntrakt hilft dem Körper, nicht verbrauchte Substanzen zu sammeln und sie als Urin nach draußen zu befördern.

Die Nieren
filtern das Blut und bilden Urin.

Die Ureter
sind Kanäle, die den Urin von den Nieren zur Blase leiten.

Die Blase
ist ein Beutel, der den Urin enthält. Wenn sie zu voll ist, spannt und vergrößert sie sich.

Die Harnröhre
befördert den Urin aus der Blase nach draußen. Beim Mann durch den Penis, bei der Frau aus einer kleinen Öffnung vor der Vagina.



Probleme des Harntraktes, Infektionen

Probleme des Harntraktes

Es gibt viele Erkrankungen der Harnwege. Oft ist es schwierig, die eine von der anderen zu unterscheiden. Manche sind nicht sehr schlimm, andere sehr gefährlich. Eine schwere Erkrankung kann mit weniger schlimmen Symptomen beginnen. Oft ist es sehr schwer, eine solche Krankheit zu erkennen, wenn man nur ein Buch wie dieses zur Hilfe hat. Es könnte nötig werden, spezielle Untersuchungen zu machen. Wenn möglich, suche einen Arzt auf.

Verbreitete Erkrankungen:

- Infektionen, die nicht durch geschlechtlichen Kontakt verursacht werden.
- Nierensteine.
- Prostataprobleme (Schwierigkeiten, Urin auszuscheiden, weil diese Drüse sich vergrößert hat, sehr oft bei älteren Männern).
- Tripper (Schmerzen oder Schwierigkeiten beim Urinieren, Infektionskrankheit, verursacht durch geschlechtliche Kontakte).
- In einigen Teilen der Welt ist die Schistosomiasis (Bilharziose), eine von Würmern verursachte Infektion, der Grund für Blut im Urin. (s. Seite 128)

Infektionen,

die nicht durch Geschlechtskontakt entstehen:

Signale:

- Manchmal Fieber, Schüttelfrost, Kopfschmerzen.
- Manchmal Seiten- oder Rückenschmerzen.
- Schmerzen beim Urinieren, Bedürfnis oft zu urinieren.
- Der Urin kann getrübt, braun oder blutig sein.
- Evtl. Schmerzen im unteren Teil des Rückens.
- Manchmal scheint der Schmerz bis in die Beine zu ziehen.
- In schweren Fällen (Nierenerkrankungen) können Füße und Gesicht anschwellen.

Blaseninfektion

Viele Frauen leiden unter gutartigen Blaseninfektionen.

Bei Männern ist das weniger häufig. Manchmal sind die einzigen Anzeichen Schmerzen beim Urinieren und dass man sehr oft Wasser lassen muss. Andere Zeichen sind Blut im Urin und Schmerzen im Unterbauch (Abdomen).

Schmerzen im Zentrum oder unteren Rückenteil, die sich nach seitwärts ausbreiten, unterhalb der Rippen, mit Fieber, bedeuten ein ernstes Problem.

Behandlung:

- Trink viel Wasser. Viele harmlose Blaseninfektionen können einfach durch vieles Trinken auskuriert

Infektionen

werden, ohne Medikamente. Aber wenn die Person nicht urinieren kann oder Hände und Gesicht geschwollen sind, darf sie nicht viel trinken.

- Wenn der Person trotz des Trinkens nicht besser wird, muss sie Antibiotika nehmen. Geeignet sind *Ampicillin*, *Cotrimoxazol*, *Norfloxacin* oder *Ciprofloxacin*. Vorsicht bei Dosierung und Verabreichung.

- Um die Infektion völlig zu kontrollieren, kann es innerhalb von ca. 10 Tagen nötig sein, die Person zum Arzt zu bringen. Es ist sehr wichtig, während des Einnehmens von Tabletten mit dem vielen Trinken weiterzumachen, vor allem wenn es sich um Sulfonamid handelt.

- Wenn der Person nicht bald besser wird, suche einen Arzt auf.

Blasen- oder Nierensteine

Signale:

- Erste Anzeichen sind kräftige, akute Schmerzen in der unteren Rückenpartie, in den Seiten oder im Unterbauch, bei Männern auch an der Peniswurzel.

- Manchmal ist der Harnleiter verstopft und die Person kann nur schwer oder gar nicht urinieren. Oder es erscheinen Blutstropfen beim Wasserlassen.

- Man kann zusammen mit den Nierensteinen auch eine Infektion haben.

Behandlung:

- Dasselbe, was oben bei Blaseninfektionen beschrieben wurde.

- Gib ein Schmerzmittel und ein krampflösendes Mittel.

- In Liegen urinieren. In dieser Position bewegt sich der Stein manchmal in die Blase hinein, und die Harnleiter bleiben offen.

- In schweren Fällen suche einen Arzt auf. Manchmal ist eine Operation nötig.

Vergrößerung der Prostata

Dieses Problem ist bei älteren Männern verbreitet. Es wird durch eine angeschwollene Prostata hervorgerufen, die sich zwischen der Blase und der Harnröhre befindet.

Signale:

- Die Person hat Schwierigkeiten Wasser zu lassen, kann manchmal auch den Darm nicht entleeren. Der Urin tröpfelt nur oder bleibt ganz aus.

- Manchmal kann der Mann tagelang nicht urinieren.

- Wenn er Fieber hat, ist das ein Anzeichen für eine Infektion.

Behandlung:

- Wenn der Mann nicht urinieren kann, sollte er versuchen, in einer Wanne mit heißem Wasser zu urinieren.

- Wenn das nicht hilft, kann es nötig sein, einen Katheter zu benutzen.

- Wenn er fiebert, benutze ein Antibiotikum wie *Ampicillin* oder *Cotrimoxazol*.

- Suche ärztliche Hilfe. Schwere oder chronische Fälle müssen u.U. operiert werden.

Katheterbenutzung



Achtung: Man muss zwischen einem Prostataproblem und einem Tripper unterscheiden, der auch Schwierigkeiten beim Wasserlassen verursacht.

Beim älteren Mann ist wahrscheinlich die Prostata der Urheber. Ein jüngerer, der in den letzten Tagen oder Wochen sexuellen Kontakt hatte, hat vielleicht einen Tripper.

Wie und wann man einen Katheter benutzt

Ein Katheter ist ein Schlauch aus Gummi, um Urin aus der Blase zu lassen und darf nur benutzt werden, wenn er absolut notwendig und keine ärztliche Hilfe in Sicht ist.

Selbst der umsichtige Gebrauch eines Katheters kann zu gefährlichen Infektionen führen und die Harnröhre verletzen.

Wenn wenigstens ein bisschen Urin von alleine fließt, lasse den Katheter beiseite!

Wenn jemand kein Wasser lassen kann, kann man zuerst versuchen, ihn in eine lauwarme Wanne zu setzen, um ihn zu animieren. Sofort mit der Behandlung beginnen, die gegen Gonorrhoe (Tripper) oder Prostataprobleme empfohlen wird.

Falls die Person eine sehr volle und schmerzhaft Blase hat, nicht urinieren kann und Gefahr einer Vergiftung durch den Urin (**Urämie**) besteht, dann und nur dann benutze einen Katheter.

Urämie (Vergiftung durch Urinstau)

Signale:

- Der Atem riecht nach Urin.
- Füße und Gesicht schwellen an.
- Erbrechen, Angstzustände, geistige Verwirrung.

● **Beachte:** Wer Probleme beim Wasserlassen, Nierensteine oder Prostatavergrößerung hat, sollte für den Notfall immer einen Katheter im Haus haben.



Katheterbenutzung

Wie man einen Katheter benutzt:

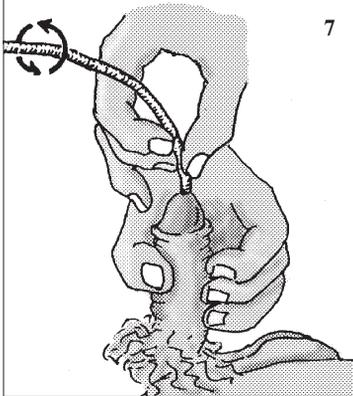


Katheterbenutzung

Katheter Stück für Stück und vorsichtig einführen. Der Katheter darf außer mit der Penisöffnung und deinen Händen mit nichts anderem in Berührung kommen.

Falls sich der Katheter nicht leicht schieben lässt, versuche es mit leichten Drehbewegungen und bewege den Penis hin und her. **Niemals Gewalt anwenden!** Man kann die Harnröhre schnell verletzen und ernsthafte Probleme herbeiführen. Sobald der Urin abfließt, hört man auf zu schieben.

Halte den Penis in dieser Position, damit der Harnweg gerade liegt.



●**Wichtig:** Falls Hinweise auf Urämie bestehen, darf der Urin nicht in einem einzigen Schwall abgenommen werden. Er muss langsam über 1-2 Stunden hinweg abfließen.

Frauen haben nach der Entbindung manchmal Schwierigkeiten zu urinieren und benötigen einen Katheter. Das Prinzip ist dann das gleiche wie beim Mann, Frauen haben aber eine kürzere Harnröhre.

Geschlechts- Gonorrhoe

krankheiten

Tripper und Chlamydien

Diese Krankheiten werden gewöhnlich durch sexuellen Kontakt übertragen und äußern sich mit den gleichen Symptomen, man kann auch gleichzeitig an beidem erkrankt sein, daher ist es im Zweifelsfall sinnvoll, beide Erkrankungen zu behandeln. Unbehandelt können beide zu Unfruchtbarkeit führen. Während der Geburt kann die Infektion einer unbehandelten Schwangeren auf das Kind übertragen werden und bei diesem zur Erblindung führen.

Signale, die bei Mann und Frau auftreten können:

- Schmerzen oder Brennen beim Urinieren.
- Schwierigkeiten beim Wasserlassen, manchmal geht es gar nicht.
- Fieber.
- Hautausschlag oder Wunden am Körper.
- Schmerzhaftes Schwellen am Knie, Knöchel oder Handgelenk.

Signale beim Mann:

Beim Mann treten die ersten Anzeichen für einen Tripper nach den ersten 2-5 Tagen (oder auch 3 Wochen danach und mehr) nach dem intimen Zusammensein mit einer infizierten Person auf.

- Eitertropfen am Penis.
- manchmal schmerzhaftes Hodenschwellen.

Gonorrhoe

Signale bei der Frau:

Bei der Frau kann die Infektion auch über Jahre ohne Anzeichen verlaufen. Trotzdem kann sie in dieser Zeit andere Menschen anstecken.

- gelblicher oder grünlischer Ausfluss aus Scheide oder After.
- Menstruationsprobleme
- Schmerz im Unterbauch oder Becken.

Behandlung:

Bisher konnte Gonorrhoe mit *Penicillin* behandelt werden, aber inzwischen sind die Erreger in vielen Gegenden resistent dagegen geworden, so dass andere Antibiotika verwendet werden müssen. Man sollte sich deshalb möglichst vor Ort erkundigen, welche Medikamente hier wirksam und verfügbar sind. Falls trotz Behandlung die Beschwerden nach 3 Tagen noch anhalten, besteht entweder Resistenz gegen das verwendete Medikament, oder es handelt sich um eine Chlamydieninfektion.

Behandlungsmöglichkeiten:

Da die beiden Infektionen nur durch aufwendige Labortests zu unterscheiden sind, ist es am besten, mit einer Doppelstrategie zu behandeln. Für Gonorrhoe eines der folgenden Medikamente:

- *Ciprofloxacin* 500 mg oral als Einmalgabe.
- *Cefixim* 400 mg oral als Einmalgabe.

● *Azithromycin* 2 g oral als Einmalgabe.

● *Spectinomycin* 2 g als einmalige intramuskuläre Injektion.

● Weniger geeignet, da vermehrt Resistenzen auftreten, ist *Cotrimoxazol* 2-mal tgl. je fünf Tabletten à 480 mg über 3 Tage.

Für Chlamydien eines der folgenden Medikamente:

● *Azithromycin* 1 g oral als Einmalgabe

● *Doxycyclin* 100 mg oral 2-mal tgl. über 7 Tage.

● *Tetracyclin* 500 mg oral 2-mal tgl. über 7 Tage.

● *Amoxicillin* 500 mg oral 3-mal tgl. über 7 Tage.

Am sichersten ist daher die Gabe von 2 g *Azithromycin*, da es bei beiden Erregern wirksam ist und nur einmal genommen werden muss.

● Wenn die Person nicht urinieren kann, muss sie es in einer Wanne mit heißem Wasser versuchen. Wenn das nicht geht, muss ein Katheter eingeführt werden. **Suche ärztliche Hilfe.**

● Jemand, ob Mann oder Frau, der sexuellen Kontakt mit einer Person hatte, die einen Tripper hat, kann diese Krankheit auf andere übertragen, ohne dass sich ein Anzeichen dafür zeigt. Deshalb müssen alle, die Kontakt mit jemandem hatten, der einen Tripper hat oder hatte, untersucht und behandelt werden, um die Verbreitung der Krankheit zu verhindern. Immer beide Partner behandeln.

Syphilis

●Die Augen aller Babys müssen gegen Tripper und Blindheit geschützt werden, indem man ihnen gleich nach der Geburt Silbernitratropfen in die Augen gibt.

●Wenn eine Frau mit Gonorrhoe oder Chlamydieninfektion Fieber und Unterbauchschmerzen bekommt, besteht vielleicht eine Unterbauchinfektion (s. S. 218).

Achtung: Jemand, der einen Tripper hat, kann auch, ohne es zu wissen, **Syphilis** haben. Die o.g. Behandlungen können die Symptome einer frühen Syphilis verschleiern, ohne diese Krankheit zu heilen. Daher kann es ratsam sein, gleich eine syphiliswirksame Behandlung zu versuchen oder nach 1 Monat eine Laboruntersuchung machen zu lassen, um zu prüfen, ob Syphilis vorliegt.

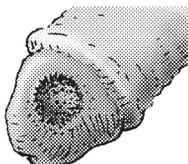
Syphilis

Das ist eine weitverbreitete und gefährliche Krankheit, die ebenfalls durch sexuellen Kontakt weitergegeben wird.

Signale:

●Das erste Anzeichen ist oft ein kleines Geschwür. Es erscheint 2-5

Wochen nach dem Kontakt mit einer infizierten Person. Dieses Geschwür kann wie ein Pickel, eine



Blase oder eine offene Wunde aussehen. Es tritt meistens im Genitalbereich von Männern und Frauen auf, seltener an Lippen, Fingern, After oder Mund. Diese Wunde ist voller Mikroben, die ganz einfach von Person zu Person wandern.

Die Wunde tut im Allgemeinen nicht weh, und wenn sie sich bei der Frau zudem innerhalb der Vagina befindet, kann sie, ohne es zu wissen, andere Menschen anstecken.

●Das Geschwür verschwindet nach einigen Tagen von allein, aber die Krankheit breitet sich weiter über den Körper aus.

●**Wochen oder erst Monate danach** können Halsschmerzen, schwaches Fieber, Wunden am Mund oder Haarausfall auftreten. Oder es erscheint Ausschlag am ganzen Körper oder an den Innenflächen der Hände sowie auf den Fußsohlen.

●Alle diese Anzeichen verschwinden von allein, so dass die Person denkt, sie sei geheilt, aber die Krankheit schreitet fort.

Behandlung:

Ohne korrekte Behandlung kann eine Syphilis den ganzen Körper befallen und im Laufe der Jahre zu Schwachsinn, Herzerkrankungen, Lähmungen und vielen anderen Problemen führen.

●Zur vollständigen Heilung ist es notwendig, die Therapie nicht vorzeitig abubrechen, auch wenn man schon beschwerdefrei ist.

●Wenn die ersten Krankheitssymptome nicht länger als ein Jahr zurückliegen, injiziere 2,4 Mio. Einheiten *Benzylpenicillin-Benzathin*, jeweils die Hälfte in jede Gesäßseite. Personen mit *Penicillin*-Allergie bekommen 4x tägl. 500 mg *Tetracyclin* oder *Erythromycin* oral für 14 Tage.

●Wenn die Krankheit schon länger als ein Jahr besteht, muss die *Penicillin*-Injektion noch zweimal in wöchentlichem Abstand wiederholt werden, insgesamt also 7,2 Mio. Einheiten. Die Behandlung mit *Tetracyclin* oder *Erythromycin* muss in diesem Fall 21 Tage lang durchgeführt werden.

●Schwangere Frauen mit *Penicillin*-Allergie müssen mit *Erythromycin* behandelt werden.

●Alle Sexualpartner der an Syphilis erkrankten Person, ab 3 Monate vor den ersten Krankheitszeichen, sollten untersucht und informiert werden, dass sie möglicherweise auch infiziert sind. Falls eine Untersuchung nicht möglich ist, sollte sicherheitshalber behandelt werden, als ob eine Syphilis vorläge.

●Sexuelle Kontakte sind zu meiden, bis die Behandlung abgeschlossen ist.

Bubos

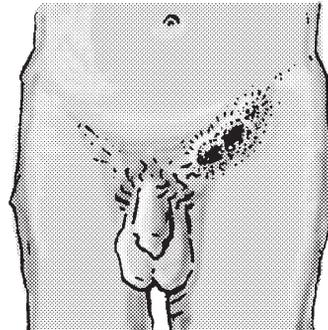
(*Lymphogranuloma inguinale*)

Die Leistenlymphknoten werden angegriffen.

Signale:

●Geschwollene, vergrößerte, dunkle Leistenlymphknoten, die aufbrechen, damit Eiter abfließen kann, sich dann verschließen und wieder aufbrechen.

●Oder Wunden am After, die schmerzen und jucken.



Behandlung:

●*Erythromycin* oder *Tetracyclin*: mindestens 3 Wochen.

●Vermeide jeden sexuellen Kontakt, bis die Sache völlig geheilt ist.

Wunden an den Genitalien

Wunden an den Genitalien

Eine einzelne wunde Stelle im Bereich der Geschlechtsorgane, die nicht schmerzt, kann ein Zeichen für Syphilis sein.

Schmerzhafte Wunden sind oft ein Anzeichen für andere Geschlechtskrankheiten: Feigwarzen, Genitalherpes oder weicher Schanker.

Wer bei jedem Sexualkontakt ein Kondom trägt, verhindert die Ausbreitung von Aids, Feigwarzen, Herpes, Schanker und anderen Geschlechtskrankheiten.

Feigwarzen

(spitze Kondylome, Condylomata acuminata)

Diese Warzen werden durch ein Virus verursacht, das sich bei Sexualkontakten überträgt. Sie sehen wie die gewöhnlichen Warzen an anderen Teilen des Körpers aus, treten aber meist in Vielzahl auf.

Anzeichen:

- Kleine, weißliche oder bräunliche, harte Hautveränderungen mit einer rauen Oberfläche.
- Beim Mann treten sie meist am Penis auf, sie können aber auch am Hodensack oder After wachsen.
- Bei der Frau befallen sie Schamlippen, Scheide oder After.

Behandlung

- Jede Warze mit ein bisschen Dichloressigsäure oder Podophyllin betupfen.
- Vorher die gesunde Haut um die Warze herum mit Vaseline oder einer anderen Fettsalbe abdecken, um sie zu schützen.
- Podophyllin muss nach 6 Stunden abgewaschen werden.
- Diese Behandlung muss täglich wiederholt werden, bis die Warze schrumpft und verschwindet. Die Warzen können wiederkommen.

Vorbeugung

Kondom tragen, wenn man selbst oder der Partner Feigwarzen hat.

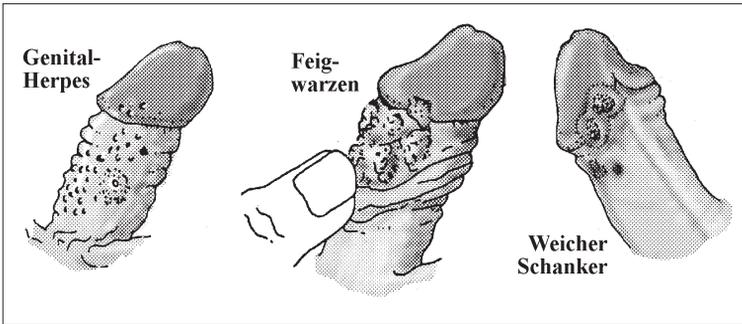
Genital-Herpes

(Herpes genitalis)

Dies ist eine schmerzhafte Hautinfektion, die durch ein Virus hervorgerufen wird. Es entstehen kleine Bläschen an den Geschlechtsorganen. Die Infektion wird durch Sexualkontakt übertragen. Durch Oralverkehr kann er auch im oder am Mund auftreten. Die Krankheit ähnelt der Herpesinfektion der Lippen, die jedoch nicht über Sexualverkehr übertragen wird.

Anzeichen

- Eine oder mehrere kleine, sehr schmerzhafte Bläschen, die wie Wassertropfen in der Haut ausse-

Weicher Schanker

hen, an den Geschlechtsorganen, After, Gesäßbacken oder Oberschenkeln.

- Die Blasen platzen und öffnen sich zu kleinen Wunden. Diese trocknen aus und bilden ein Grind.

- Die Herpeswunden können für drei oder mehr Wochen bestehen, dabei können Fieber, Schmerzen, Frösteln und geschwollene Leistenlymphknoten auftreten. Frauen haben Schmerzen beim Urinieren.

- Das Virus bleibt im Körper zurück, auch wenn alle Symptome verschwunden sind. Neue Bläschen können Wochen oder auch Jahre später auftreten. Meistens erscheinen die neuen Blasen an derselben Stelle, oft aber in geringerer Zahl, weniger schmerzhaft und schneller heilend.

Behandlung

- Es gibt keine Behandlung um Herpes zu heilen.

- Die Wunde sauberhalten. Häufig Hände waschen und die Wunden möglichst nicht berühren.

- Die Infektion kann zum Auge übertragen werden, wenn man es reibt, nachdem man eine Herpeswunde berührt hat – dann droht dieses Auge zu erblinden!

- Keine Sexualkontakte (auch nicht mit Kondom), bis alle Blasen völlig abgeheilt sind.

- Achtung:** Wenn eine Frau bei der Geburt Herpeswunden hat, kann die Krankheit auf das Neugeborene übertragen werden. Dies ist sehr gefährlich.

Vorbeugung

Kein Geschlechtsverkehr, solange Bläschen oder Wunden vorhanden sind – auch nicht mit Kondom.

Weicher Schanker*(Ulcus molle)***Anzeichen**

Weiche schmerzhaft Wunde an den Geschlechtsorganen oder am

AIDS

After; manchmal entwickeln sich vergrößerte Lymphknoten in der Leiste.

Behandlung

- *Cotrimoxazol* oder *Erythromycin* für 7 Tage.
- Am besten mit einer Behandlung gegen Syphilis kombinieren, da diese gleichzeitig vorliegen kann und ähnliche Symptome hat.
- Die infizierten Leistenlymphknoten müssen evtl. durch einen Arzt aufgeschnitten werden, damit der Eiter austreten kann.

AIDS (s. a. S. 317)

AIDS (*Acquired Immune Deficiency Syndrome*, erworbenes Immunschwäche-Syndrom) ist eine neuere und gefährliche Krankheit, die durch das HIV-Virus von einer Person zur nächsten übertragen werden kann. Sie ist inzwischen in fast allen Ländern der Erde verbreitet und nimmt dabei an Häufigkeit zu.

Aids schwächt das Vermögen des Körpers, Krankheiten zu bekämpfen; daher können Aids-Infizierte sehr leicht erkranken – an den

Wie man es vermeidet, eine Geschlechtskrankheit zu bekommen und zu übertragen.

1. Sofortige Behandlung! Es ist außerordentlich wichtig, dass alle angesteckten Personen sich sofort behandeln lassen, damit eine Übertragung verhindert wird. Keinen Geschlechtsverkehr haben bis zu 3 Tagen nach Abschluss der Behandlung.
2. Wenn jemand eine Geschlechtskrankheit hat, muss er sofort allen Beseid sagen, mit denen er/sie Geschlechtsverkehr hatte, damit diese Personen sich auch behandeln lassen. Die Ehepartner müssen untereinander ehrlich sein, denn wenn einer der beiden nicht in Behandlung geht, bekommt derjenige, der sich hat behandeln lassen, die Krankheit vom anderen sofort wieder. Bei Nichtbehandlung besteht die Gefahr, dass blinde Kinder auf die Welt kommen, Frauen steril werden oder sehr krank!
3. Vorsicht mit den Menschen, mit denen man Geschlechtsverkehr hat: wer mit vielen verschiedenen Menschen verkehrt, geht ein größeres Risiko ein, sich eine Geschlechtskrankheit zu holen. Grundsätzlich besteht in Bordellen und auf dem Strich große Gefahr. Der Gebrauch von Präservativen kann dazu beitragen (aber auch nicht immer), Geschlechtskrankheiten zu verhüten.
4. Hilf anderen: bestehe darauf, dass deine Freunde im Falle einer Geschlechtskrankheit sich sofort behandeln lassen und auf Geschlechtsverkehr verzichten, bis sie geheilt sind.

verschiedensten Krankheiten wie Durchfall, Lungenentzündung, Tuberkulose, Leukämie („Blutkrebs“) oder an einer bestimmten Art Hautkrebs. Die meisten Aids-Infizierten sterben an solchen Folgekrankheiten, mit denen ihr Körper nicht mehr fertig wird.

Ansteckung

Aids überträgt sich durch Kontakt mit Blut, Samen (Sperma) oder Scheidensekret einer infizierten Person, wenn diese Sekrete in den Körper eindringen können. Es überträgt sich insbesondere durch:

- Sexuellen Kontakt mit einer Aids-Infizierten Person. Jeder, der sexuelle Beziehungen zu mehreren Personen pflegt, hat ein erhöhtes Aids-Risiko.
- Gebrauch derselben Nadel oder Spritze (oder jeglicher anderer Instrumente, die die Haut verletzen oder durchdringen) ohne vorheriges Sterilisieren. Drogenkonsumenten, die dieselbe Nadel benutzen, haben ein stark erhöhtes Risiko.
- Eine infizierte Mutter auf ihr ungeborenes Kind. Ungefähr jedes dritte Kind einer infizierten Mutter wird von dem Virus befallen.
- **Wichtig:** Das Aids-Virus kann von Personen übertragen werden, die völlig gesund wirken. Oft dauert es Monate oder Jahre von dem Zeitpunkt an, an dem der Virus in den Körper eingedrungen ist, bis zu den ersten Krankheitszeichen – aber der Infizierte kann bereits andere mit Aids anstecken, etwa durch Sex

oder gebrauchte Spritzen. Aids wird nicht durch Alltagskontakte übertragen wie Händeschütteln, Zusammenleben, -spielen, -essen. Auch wird es nicht durch Nahrungsmittel, Wasser, Insekten oder Toilettensitze verbreitet.

Symptome

Die Anzeichen für Aids sind bei verschiedenen Personen sehr unterschiedlich. Oft sind es typische Zeichen üblicher Erkrankungen, jedoch schwerer im Verlauf oder länger dauernd. Wenn bei jemandem folgende drei Symptome auftreten und er häufig krank ist, so lautet der Befund möglicherweise Aids, aber sichern kann man es nur durch eine bestimmte Blutuntersuchung:

- langsamer Gewichtsverlust, die Person nimmt immer mehr ab, länger als 1 Monat Durchfall
- länger als 1 Monat Fieber, fieberfreie Intervalle sind dabei möglich. Eventuell treten noch diese Symptome dazu:
- starker Husten seit über 1 Monat
- Pilzinfektion im Mund (Soor, siehe S. 198)
- geschwollene Lymphknoten an verschiedenen Körperteilen
- Hautausschlag oder dunkle und schmerzlose Flecken der Haut
- Wunden und Warzen, besonders in der Genital- und Analgegend, die trotz Behandlung nicht abheilen
- dauernde Müdigkeit und Abgeschlagenheit
- Infizierte können leichter Tuberkulose und Gürtelrose bekommen.

AIDS

Behandlung

Noch gibt es keine Heilung für AIDS, aber viele Begleitinfektionen können wirksam behandelt werden.

- Bei Durchfall: Rehydrationsstrunk.
- Gegen Soor: *Gentiana-Violett*, *Nystatin* oder *Miconazol*.
- Gegen Warzen: *Dichloressigsäure* oder *Podophyllin*-Lösung.
- Bei Fieber viel Flüssigkeit zu trinken geben, ASPIRIN®; hohes Fieber mit kalten Wadenwickeln oder Waschungen senken.
- Husten und Lungenentzündung mit Antibiotikum behandeln. bei starkem Husten und hohem Fieber möglichst auf Tuberkulose untersuchen. Ärztlichen Rat zu Vorbeugung oder Behandlung von Tuberkulose einholen.
- Bei Juckreiz: Antihistaminika, jede Hautinfektion behandeln.
- Aids-Kranke mit hohem Fieber, ständigem Durchfall oder starken Schmerzen benötigen besondere Pflege. Diese kann normalerweise ohne Ansteckungsrisiko durchgeführt werden.
- Den Infizierten so gesund wie möglich halten durch: gutes Essen, viel erholen und schlafen lassen.
- Vermeiden von Rauchen, Alkohol und Drogen.
- Benutze Kondome!
- Eine Reihe von neuen „Antiretroviralen Medikamenten“ helfen, dass ein HIV-Infizierter länger und besser lebt. Diese Mittel sind jedoch extrem teuer und in armen Ländern schwierig zu beschaffen.

●Es ist nicht nötig, Aids-Kranke zu isolieren, sie allein leben oder schlafen zu lassen. Über Hautkontakte und Atemluft wird die Infektion nicht übertragen. Familie und Freunde sollten der erkrankten Person Zuneigung zeigen und sie unterstützen, um ihr zu helfen, sich auf den unvermeidlichen Tod vorzubereiten.

Um die Übertragung bei der Krankenpflege zu verhindern, muss folgendes bedacht werden:

- Blut, offene Wunden, blutiger Durchfall oder blutiges Erbrechen kann das Virus enthalten. Um direkten Kontakt hiermit zu vermeiden, möglichst Gummi- oder Plastikhandschuhe tragen. Häufig Hände waschen.
- Beschmutzte oder blutige Kleidung, Bettwäsche und Handtücher sollten vorsichtshalber als ansteckend betrachtet werden. In heißem Seifenwasser waschen, möglichst Chlorbleiche zugeben.

Vorbeugung

Vermeiden des Infektionsrisikos:

- Sexualkontakte nur mit einem vertrauenswürdigen Partner.
- Benütze Kondome, wenn **du** oder **dein Partner** sexuelle Kontakte zu anderen hattest. Kondome reduzieren das Ansteckungsrisiko.
- Vermeide Sex mit Personen, die viele Sexualpartner haben, z.B. männliche oder weibliche Prostituierte, sowie mit Drogenabhängigen.

- Behandle Geschlechtskrankheiten frühzeitig, besonders solche, die Wunden hervorrufen.
- Lass **dir** keine Spritze geben, wenn **du** nicht sicher bist, dass Spritze und Nadel sterilisiert worden sind.
- Injiziere keine Drogen. Falls doch, so benutze sterile Einmalspritzen oder sterilisiere Spritze und Nadel vor Gebrauch.
- Benutze nie die Spritze von jemand anderem.
- Achte darauf, dass Instrumente zu Ohrlochstechen, Piercing, Tätowierung, Beschneidung, Akupunktur, traditionellen Techniken wie Narbenritzen und dergleichen steril sind.
- Vermeide Transfusionen (Blutübertragungen), außer wenn unbedingt nötig. Wenn möglich, nur auf Aids getestete Blutkonserven geben lassen.
- Suche Möglichkeiten, Personen mit „hohem Risiko“ zu schützen und aufzuklären: „Straßenkinder“, Wanderarbeiter, Drogenkonsumenten.

Auf lange Sicht kann Aids am besten bekämpft werden, wenn wir alle für bessere soziale und ökonomische Bedingungen eintreten, so dass sich Familien nicht trennen müssen, um Arbeit zu finden, und niemand mehr seinen Körper als Sexualobjekt verkaufen muss.

Frauen- krankheiten **Vaginaler Ausfluss**

Schleim oder eiterähnliche Flüssigkeit, die aus der Scheide fließt:

Alle Frauen haben normalerweise einen leichten vaginalen Ausfluss, der klar, milchig oder leicht gelblich aussieht. Wenn dieser Ausfluss keinen Juckreiz oder Geruch erzeugt, so besteht wahrscheinlich kein Grund zur Besorgnis.

Viele Frauen leiden vor allem in der Schwangerschaft unter juckendem Ausfluss. Hier können diverse Infektionen die Urheber sein. Sie sind zwar lästig, aber meist ungefährlich.

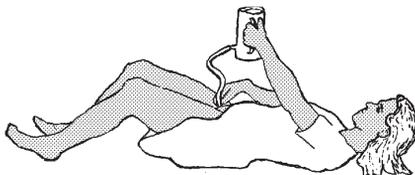
Eine Infektion durch Chlamydien oder Gonorrhoe kann das Kind jedoch bei der Geburt schädigen.

Schaumiger spärlicher Ausfluss

Gelb-grünlich oder weiß, schlecht riechend, mit Juckreiz verbunden, deutet auf **Trichomonaden**. Es brennt beim Wasserlassen, und manchmal schwellen die Genitalien an und schmerzen.

Behandlung:

- Die Sauberkeit der Genitalien ist wichtig.



Vaginaler Ausfluss

Eine **Scheidenspülung** aus warmem Wasser und Essig könnte helfen:

- 1 Liter Wasser, abgekocht und
- 1 Esslöffel Essig.

Die Frau sollte das 1-3-mal täglich machen, bis sich der Ausfluss verringert. Wenn kein Essig vorhanden, taugt auch Zitronensaft. In hartnäckigen Fällen benutzt man Scheidenzäpfchen (keine Spülungen!) aus *Metronidazol* (CLONT®) oder irgendein anderes Medikament gegen Trichomonaden.

- Außer in Form von Scheidenzäpfchen sollte man CLONT® oder SIMPLOTAN® auch oral einnehmen. Gebrauchsanweisungen beachten.

Wichtig: Es ist wahrscheinlich, dass der Ehemann einer an Trichomonaden erkrankten Frau die gleiche Krankheit auch hat, ohne es zu merken. (Die meisten Männer mit Trichomonaden spüren ein Brennen beim Wasserlassen.) Hat die Frau sehr viele Trichomonaden, müssen sie und auch ihr Mann 2g *Metronidazol* oder *Tinidazol* einnehmen.

Weißer Ausfluss

Ähnlich Dickmilch, der muffig oder nach rohem Brotteig riecht. Das könnte eine **Pilzinfektion** (Candida) sein. Candida ist sehr weit verbreitet unter Schwangeren, kranken Frauen, Diabetikerinnen oder Frauen, die Antibiotika oder die „Pille“ einnehmen.

Candida wird von demselben Pilz verursacht, der bei Kindern kleine Pusteln im Mund hervorruft.

Signale

- Starker Juckreiz möglich.
- Die Schamlippen färben sich meist hellrot und schmerzen.
- Brennen beim Wasserlassen.

Behandlung:

- Spüllösung aus Wasser und Essig herstellen (s.o.). Oder Scheidenzäpfchen benutzen, die *Nystatin* (MORONAL®) oder ein anderes Mittel gegen Pilze enthalten.

- Joghurt oder Dickmilch in die Scheide zu geben ist ein altes Hausmittel, das dazu beiträgt, die Infektion einzudämmen

- **Achtung:** Niemals Antibiotika gegen diese Infektion einsetzen. Sie verschlimmern sie nur.

Dickflüssiger, milchiger Ausfluss mit ranzigem Geruch

Dies könnte auf eine **Infektion** deuten, die eine Bakterie namens *Haemophilus* auslöst.

Häufig sind genaue Untersuchungen nötig, um zwischen *Haemophilus*- und Trichomonadeninfektion zu unterscheiden.

Behandlung:

- Essigwasserlösungen helfen.
- Falls keine Besserung eintritt, können 5 Tage lang *Metronidazol*-haltige Scheidenzäpfchen angewendet

Unterleibsschmerzen

werden, wenn danach weiterhin Ausfluss besteht, sollte ein Arzt aufgesucht werden.

Wässriger Ausfluss

Bräunlich oder grau, leicht blutig und schlecht riechend:

Das sind Anzeichen für schwerere Infektionen oder sogar Krebs.

Falls Fieber auftritt, nimm Antibiotika. **Suche sofort den Arzt auf.**

Falls irgendein Ausfluss sehr lange anhält oder trotz Behandlung nicht besser wird, suche fachkundige Hilfe.

Wie eine Frau Infektionen vermeiden kann:

Den Genitalbereich sauber halten. Wasche dich beim Baden mit Seife. Jedes Mal nach dem Stuhlgang muss man sich gründlich säubern. Immer von vorne nach hinten wischen. Wenn man von hinten nach vorne wischt, könnten Bakterien, Amöben oder Würmer in die Scheide gelangen. Achte auch bei kleinen Mädchen darauf, dass sie von vorne nach hinten gesäubert werden und bringe es ihnen bei, sobald sie alt genug sind.

Unterleibsschmerzen

Hierfür gibt es eine Menge Gründe, die schon an anderer Stelle des Buches genannt wurden. Die nachstehende Liste enthält einige Fragen, die dir helfen, nach der Ursache zu suchen.

Einige der unten genannten Probleme sind nicht tragisch. Andere sind gefährlich.

Spezielle Untersuchungen könnten notwendig werden.

Wenn du nicht weißt, woher die Schmerzen kommen, und sie nicht bald besser werden, **suche den Arzt auf.**

Mögliche Ursachen:

●Menstruationsbeschwerden:

Sind die Schmerzen kurz vor oder während der Regel stärker?

●Blasenentzündung:

Das ist der verbreitetste Schmerz im Unterleib. Muss die Frau häufig Wasser lassen und verspürt sie dabei Schmerzen?

●Unterleibs-/Beckeninfektion:

Dies ist eine Entzündung, die von den inneren Geschlechtsorganen (z.B. Eileiter, Eierstock) ausgeht. Sie geht mit Schmerzen und Fieber einher. Meist handelt es sich um das Spätstadium einer Gonorrhoe oder Chlamydieninfektion. Bei leichten Beschwerden kann wie bei Gonorrhoe mit *Tetracyclin* oder

Unterleibsschmerzen

Erythromycin behandelt werden, jedoch 14 Tage lang. Bei starken Beschwerden muss zusätzlich für 10 Tage 3x tägl. 500 mg *Metronidazol* gegeben werden. Falls die Frau eine Spirale trägt, muss diese gezogen werden.

●Pilzinfektion, Trichomonadenbefall:

Diese Infektionen erreichen manchmal den Uterus oder die Eileiter bis hin zu den Eierstöcken.

Hat sie Ausfluss? Wie ist er beschaffen?

●Ektopische Schwangerschaft:

Das Kind entwickelt sich außerhalb der Gebärmutter, im Eileiter oder in der Bauchhöhle. Es bestehen starke Schmerzen und unregelmäßige Blutungen. Dabei oft Zeichen einer frühen Schwangerschaft sowie Schwindel und Schwäche. Unverzüglich ärztlichen Rat suchen, es besteht Lebensgefahr!

●Wenn der Unterleib anschwillt:

oder sich verhärtet, könnten Ovarialzysten, Eileiterschwangerschaft oder Krebs dahinter stecken.

●Infektion des Darmes oder Mastdarms:

Tauchen die Schmerzen auf, wenn man isst oder Stuhlgang hat?

●Komplikation nach einer Fehlgeburt oder Abtreibung:

Es kann zu Fieber, vaginalen Blutungen, Bauchschmerzen, Schwierigkeiten beim Wasserlassen und

sogar zum Schock kommen. Es muss ein Arzt verständigt werden, da Lebensgefahr besteht. Falls keine medizinische Hilfe verfügbar, mit antibiotischer Behandlung beginnen: 2x tgl. 500.000 Einheiten *Procain-Penicillin* injizieren, notfalls kann auch *Ampicillin*, *Cotrimoxazol* oder *Tetracyclin* gegeben werden.