

Unterstützung bei Gesprächen mit Ärzt*innen

Warum ist es wichtig, dass junge Menschen mit Ärzt*innen über sexuelle Gesundheit sprechen?

Junge Menschen haben eventuell Bedenken, wegen ihrer sexuellen Gesundheit Mediziner*innen aufzusuchen. Das Gespräch mit medizinischem Fachpersonal ist aber wichtig. Solche Gespräche können dazu beitragen, sexuell übertragbare Infektionen (STI) und ungewollte Schwangerschaften zu verhindern und andere Anliegen zur sexuellen Gesundheit zu klären.

Hindernisse für junge Menschen beim Gespräch mit Ärzt*innen

Verlegenheit und Angst vor Verurteilung

Junge Menschen könnten sich schämen oder Angst haben, verurteilt zu werden - insbesondere wenn ihre erwachsenen Bezugspersonen nicht offen über diese Themen gesprochen haben oder schlechte Erfahrungen gemacht wurden.

Wie kann man helfen:

- Vermitteln, dass Gespräche mit Gesundheitsfachleuten privat und vertraulich sind.
- Betonen, dass sexuelle Gesundheit ein wichtiger Teil der Gesundheit ist.
- Für die steigende Prävalenz von STI (z.B. Chlamydien) bei jungen Menschen sensibilisieren, ohne Ängste zu schüren
- Erklären, dass Ärzt*innen helfen und solche Gespräche routinemäßig führen.
- Darauf hinweisen, dass sie jemanden zur Unterstützung mitnehmen können.

Sorge um die Kosten

Die Kosten für Tests könnten junge Menschen davon abhalten, Hilfe zu suchen.

Wie kann man helfen:

- Klären, dass es auch kostenfreie bzw. kostengünstige Möglichkeiten gibt, auch ohne E-Card.

Misstrauen und Unsicherheit in Bezug auf Vertraulichkeit

Viele junge Menschen sind besorgt, dass ihre Gespräche nicht privat bleiben.

Wie kann man helfen:

- Versichern, dass Gespräche vertraulich sind. Medizinisches Personal unterliegt Schweigepflicht.
- Erklären, dass STI-Ergebnisse (**Ausnahme Hepatitis**) nicht im System angezeigt werden.
- Aufklären, dass ab 14 Jahren eine Person ohne Wissen und Zustimmung der Eltern Ärzt*innen konsultieren kann.

Nervosität bei STI-Tests

Unklarheit über die Behandlungsmöglichkeiten von STI oder den Testprozess kann Angst verursachen.

Wie kann man helfen:

- Erklären, dass STI gut behandelbar sind.
- Versichern, dass die meisten Tests schnell, einfach und schmerzlos sind.

Begrenztes Wissen über sexuelle Gesundheit

Manche jungen Menschen wissen nicht, warum sexuelle Gesundheit wichtig ist oder was sie fragen sollen.

Wie kann man helfen:

- Erklären, dass sexuelle Gesundheit Teil des allgemeinen Wohlbefindens ist und dass Wissen und Umsetzungskompetenzen dazu beitragen, STI und ungewollte Schwangerschaften zu verhindern.
- Auf Besuch bei Ärzt*innen vorbereiten indem typische Fragen und Testabläufe besprochen werden.

Rollenübung – Vorbereitung auf Besuch bei Ärzt*innen

Zweck erklären: Üben von Gesprächen über sexuelle Gesundheit in sicherem Rahmen.

Gespräch beginnen: Typische Ärzt*innenfragen stellen und helfen, Antworten zu formulieren.

Fragen fördern: Ermutigen, eigene Fragen zu stellen und diese vorab aufzuschreiben.

Feedback geben: Herausforderungen und Alternativen diskutieren und Selbstvertrauen aufbauen.