

STI-Tests: Fakten und Mythen

Regelmäßige Tests auf sexuell übertragbare Infektionen (STI) sind eine wichtige Möglichkeit auf die sexuelle Gesundheit zu achten. Aber die Fragen, ob man überhaupt testen muss, wohin man gehen soll, wie ein Test abläuft und welche Kosten anfallen, können herausfordernd sein – besonders, wenn es das erste Mal ist.

Wissenswertes über STI-Tests

Wie läuft ein STI-Test ab?

Vor einem STI-Test nervös zu sein ist normal. Die gute Nachricht ist, dass der Ablauf unkompliziert ist und es auch kostenlose bzw. kostengünstige Testangebote gibt - zum Beispiel in einer lokalen Aids Hilfe. Dort sind Tests (Ausnahme virale Hepatitis) zudem vertraulich, was helfen kann, die Hemmschwelle zu senken.

Ein STI-Test ist in der Regel schnell und einfach: Es wird entweder eine Blutprobe benötigt oder ein (meist selbst entnommener) Abstrich oder eine Urinprobe. Das medizinische Fachpersonal erklärt den Ablauf genau.

Wie oft testen lassen?

Das hängt von individuellen Bedürfnissen und Risiko ab. Sich ca. alle 12 Monate testen zu lassen, kann ratsam sein. Je nach Sexualverhalten, sexueller Gesundheitsanamnese, eingenommenen Medikamenten (z.B. PrEP) und weiteren Faktoren, empfehlen sich häufigere oder weniger häufige Testungen. Insbesondere nach ungeschütztem Geschlechtsverkehr mit neuen Sexualpartner*innen und bei Symptomen (obwohl STI auch symptomfrei verlaufen können!), ist die Inanspruchnahme von Testangeboten ratsam.

Wo kann man einen STI-Test machen lassen?

- Fachärzt*innen und Hausärzt*innen:

Fachärzt*innen für Dermatologie (Haut- und Geschlechtskrankheiten), Gynäkologie, Urologie sowie Hausärzt*innen können STI-Tests durchführen oder an ein Labor weiterüberweisen.

Junge Menschen könnten diesen Besuch als Hemmschwelle sehen, weil sie befürchten, dass ihre Familie davon erfährt. Deshalb ist es wichtig ihnen zu versichern, dass Ärzt*innen Gesundheitsdaten vertraulich behandeln müssen - es sei denn, es bestehen Bedenken hinsichtlich Sorgfaltspflicht oder bestimmte Grunderkrankungen (z.B. bei Krebs-Diagnose). Ab 14 Jahren können Jugendliche auch ohne Einverständnis und Wissen der Eltern Ärzt*innen aufsuchen.

Factsheet STI-Test

- Anonyme Teststellen:

Aids-Hilfen: Regionalen Aids-Hilfen (z. B. Aids Hilfe Wien) bieten Tests für HIV und andere STIs an - anonym (außer virale Hepatitis) und entweder kostenlos oder zu geringen Kosten.

- Labor:

Man kann auch direkt in ein medizinisches Labor gehen, um sich auf STI testen zu lassen - hier können allerdings höhere Kosten anfallen.

- Online-Angebote oder Apotheke:

Es gibt mittlerweile auch Test-Kits in Apotheken bzw. Online-Dienste (die STI-Tests per Post-Versand anbieten). Je nach Verfahren, kann der Test hier komplett zu Hause durchgeführt werden (inklusive Ergebnis) oder die entnommene Probe wird zur Auswertung an ein Labor zurückgeschickt.

Wichtige Hinweise:

- Nicht alle Tests decken alle STI ab – es ist wichtig, vorab zu klären, welche Tests durchgeführt werden sollen (z. B. für Chlamydien, Gonorrhö, Syphilis, HIV, Hepatitis).
- Manche Tests sind kostenlos, während andere (besonders bei privaten Laboren) kostenpflichtig sind.
- In der Regel ist ein Termin notwendig, weshalb man sich über die genauen Anforderungen der Teststelle vorab informieren sollte.
- Die Ergebnisse liegen meist innerhalb einer Woche vor und können bei manchen Anbieter*innen per SMS oder online zugestellt werden. Das medizinische Fachpersonal klärt beim Testverfahren ab, wie und wann die Ergebnisse übermittelt werden (sollen).

Das Wichtigste ist, jungen Menschen zu vermitteln, dass STI-Tests normal, vertraulich, einfach und oft kostenlos sind und sie dabei zu unterstützen, einen Termin zu vereinbaren sowie bei Bedarf Beratungsangebote in Anspruch zu nehmen.

Mythen rund um STI-Tests

Mytos:

Nur Menschen mit mehreren Sexualpartner*innen oder riskantem Verhalten müssen sich testen lassen.

NEIN

Jeder sexuell aktive Mensch kann ein Risiko für STI haben und sollte sich bei Bedarf testen lassen.

Mytos:

Ein Mensch wird immer Symptome haben, wenn er eine STI hat.

NEIN

Viele STI verlaufen asymptomatisch, weshalb Tests wichtig sind, um Infektionen früh zu erkennen, schnell zu behandeln und nicht unwissentlich weiterzugeben.

Mytos:

STI-Tests sind schmerzhaft und unangenehm.

NEIN

In der Regel sind STI-Tests schnell und einfach: oft reicht eine Urinprobe, ein selbst entnommener Abstrich oder eine Blutprobe. Gesundheitsfachleute bemühen sich, den Ablauf so komfortabel und diskret wie möglich zu gestalten.

Mytos:

Ein STI-Test ist nur vor dem Sex mit neuen Partner*innen notwendig.

NEIN

STI-Tests können unabhängig vom Beziehungsstatus oder der sexuellen Aktivität wichtig sein, um die sexuelle Gesundheit zu erhalten.

Mytos:

Kondome bieten vollständigen Schutz vor STI.

NEIN

Kondome reduzieren das Risiko, bieten aber keinen vollständigen Schutz. STI wie Herpes oder HPV können über Hautkontakt übertragen werden. Regelmäßige Gesundheitschecks sind daher wichtig.