

Weniger Infektionen in Ostholstein

Sexuell übertragbare Krankheiten bleiben häufig unbemerkt, weil sie keine Beschwerden verursachen.

OSTHOLSTEIN. Die Zahl der sexuell übertragbaren Infektionen (STI, Sexually Transmitted Infections) im Kreis Ostholstein ist im Jahr 2025 gesunken. Insgesamt wurden 231 Fälle verzeichnet und damit 15,1 Prozent weniger als im Vorjahr (272 Fälle). Das teilte die AOK Nordwest auf Basis einer aktuellen Auswertung mit. Die Ausbreitung von STI kann durch Aufklärung und geeignete Präventionsmaßnahmen deutlich reduziert werden. „Viele sexuell übertragbare Infektionen sind bei frühzeitiger Diagnose gut behandelbar. Einige bakterielle STI sind heilbar, während virale Infektionen wie HIV nicht heilbar, aber gut behandelbar sind. Das setzt voraus, dass bei Verdacht auf eine STI auf jeden Fall ein Arzt aufgesucht wird. Oft verursachen sexuell übertragbare Infektionen keine Beschwerden und bleiben deshalb unbehandelt“, sagt AOK-Serviceleiter Reinhard Wunsch.

Am häufigsten wurden im Jahr 2025 bei den STI die anogenitalen Warzen und akute Virushepatitis B diagnostiziert, gefolgt von Herpes Simplex, HIV und Chlamydien. Zu den häufigsten Anzeichen von STI gehören Ausfluss aus der Harnröhre oder Scheide, genitale Geschwüre, Schwellungen der Leistengegend oder der Hoden, Juckreiz, Schmerzen beim Sex und Wasserlassen sowie Unterbauchschmerzen. „Sexuell übertragbare Krankheiten können zum Teil zu schweren Folgeschäden führen. Eine unbehan-

delte Chlamydien-Infektion kann insbesondere bei Frauen zu einer Beckenentzündung und dadurch zu Fruchtbarkeitsstörungen führen. Infektionen mit humanen Papillomviren (HPV) oder auch mit Hepatitis B können Krebserkrankungen zur Folge haben und eine nicht behandelte HIV-Infektion AIDS“, so Wunsch.

PRÄVENTION VERHINDERT INFektion

Zur Prävention der Ausbreitung sexuell übertragbarer Infektionen ist es wichtig, frühzeitig und gezielt über Infektionen und Übertragungswege zu informieren. „Liegt eine sexuell übertragbare Infektion vor, sollten möglichst auch die jeweiligen Sexualpartner auf eine Infektion untersucht und gegebenenfalls behandelt werden. Ungeschützter Geschlechtsverkehr mit häufig wechselnden Partnern erhöht das Risiko einer Infektion“, sagt Wunsch weiter.

HP-VIREN SIND AUCH MÄNNERSACHE

Ursache für die am häufigsten diagnostizierte STI, die anogenitalen Warzen (Feigwarzen), sind bestimmte humane Papillomviren (HPV), die Niedrigrisikotypen insbesondere HPV6 und 11. Andere HP-Viren (Hochrisikotypen) können sogar zu Zellveränderungen führen und langfristig verschiedene Krebsarten wie Gebärmutterhals-, Anal-, Penis-, Vulva-, Vaginal- und bestimmte Kopf-

Hals-Tumoren verursachen. Doch das Thema ist keine reine Frauensache. Auch viele Männer und Jungen sind HPV infiziert. Deshalb können sie nicht nur das Virus übertragen, sondern auch selbst an einem HPV-bedingten Tumor erkranken. Daher gilt die Empfehlung zur Impfung gegen die HP-Viren der Ständigen Impfkommission (STIKO) standardmäßig für alle Kinder und Jugendlichen im Alter von neun bis 14 Jahren.

FRÜHERKENNUNG UND IMPFUNG NUTZEN

Die Impfung sollte idealerweise vor dem ersten Sexualkontakt erfolgen. In der Regel werden Jungen wie Mädchen zweimal im Abstand von fünf bis dreizehn Monaten geimpft. Sollte über das Alter von 14 Jahren hinaus noch Bedarf an Nachholungen von Impfungen bestehen, übernehmen die Krankenkassen die vollen Kosten der HPV-Impfung über die Krankenversicherungskarte bei Jugendlichen bis zum vollendeten 18. Lebensjahr. Bei Frauen und Männern ab 18 Jahren erstattet die AOK Nordwest im Rahmen des 500-Euro-Gesundheitsbudgets 80 Prozent der Kosten der HPV-Impfung.

➔ Mehr Informationen zur Früherkennung gibt es im Internet unter www.aok.de/nw, Rubrik Leistungen & Services und beim Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIOG) unter www.liebesleben.de

GESUNDHEITS-TIPP

Sinnvolle Vitamine bei Makuladegeneration

Wird man älter, lässt die Sehkraft nach. Was bei den einen als natürliche Begleiterscheinung des Alterns langsam voranschreitet, führt bei anderen durch bestimmte Erkrankungen zu einer starken Verschlechterung der Sehkraft bis hin zum Sehverlust. Eine häufige Ursache dafür ist die sogenannte altersabhängige Makuladegeneration (AMD) – eine chronische Erkrankung, meist beider Augen, die aufgrund einer Störung des Stoffwechsels entsteht. Sie tritt an einer bestimmten Stelle der Netzhaut, der sogenannten Makula, auf und beeinträchtigt das scharfe Sehen.

In bestimmten Fällen kann die Einnahme von bestimmten Vitaminen sinnvoll sein. Auch wenn sie das Entstehen einer AMD nicht verhindern können, so kann das Voranschreiten der Erkrankung etwas verlangsamt werden.

WIE ENTSTEHT DIE MAKULADEGENERATION?

Die häufigste Ursache für einen irreversiblen, also nicht mehr „reparierbaren“ Sehverlust ist die altersabhängige Makuladegeneration (AMD). Betroffen sind vor allem ältere Personen über 60 Jahre. Die Sehkraft lässt im Alter grundsätzlich nach, allerdings führen Erkrankungen wie die AMD, ausgelöst von einer Stoffwechselstörung, zu einer weiteren Verschlechterung. Dabei handelt es sich um eine chronische Erkrankung, die meistens beide Augen betrifft.

Die AMD entsteht an jener Stelle der Netzhaut, der sogenannten Makula, die für das scharfe Sehen zuständig ist. Sie führt dazu, dass die AMD nicht mehr ausreichend mit Nährstoffen aus dem Blut versorgt werden kann. Die Folge: Am Punkt des schärfsten Sehens sieht man immer schlechter. Gegenstände, auf die man seinen Blick richtet, erscheinen verschwommen oder verzerrt.

Sind enge Verwandte bereits von einer AMD betroffen, ist das eigene Risiko, auch zu erkranken, etwas erhöht. Außerdem ist bekannt, dass Personen, die rauchen, häufiger und früher erkranken als Nichtraucherinnen und Nichtraucher.

Man unterscheidet zwei Formen:

► **Trockene Makuladegeneration:** verläuft eher langsam und schleichend, über viele Monate bis Jahre hinweg; es gibt keine wirksame Behandlung.

► **Feuchte Makuladegeneration:** führt rascher zu einer Sehbehinderung, lässt sich aber wirksamer behandeln.

Aus einer trockenen Makuladegeneration kann eine feuchte werden. Sie ist zwar seltener, aber im Verlauf deutlich gefährlicher.

Die Erkrankung verläuft in folgenden Stadien:

► **Frühe AMD:** mittel-

große Ablagerungen (Drusen), keine Pigmentveränderungen, keine Sehbehinderung.

► **Intermediäre AMD:** große Ablagerungen und Pigmentveränderungen, leichte Sehbehinderungen.

► **Späte AMD:** Makuladegeneration, die mit Sehbehinderungen einhergeht.

WIE WIRD DIE MAKULADEGENERATION BEHANDELT?

Die trockene altersabhängige Makuladegeneration (AMD) lässt sich aktuell nicht wirksam behandeln. Die feuchte AMD umfasst im Wesentlichen drei Behandlungssäulen:

Medikamente

Hier kommen sogenannte VEGF-Hemmer zum Einsatz, die direkt ins Auge gespritzt werden. Sie verhindern, dass neue Blutgefäße gebildet werden. So lässt sich die AMD zwar nicht heilen, aber ihr Fortschreiten zumindest etwas verlangsamen.

Lasertherapie

Krankhafte Blutgefäße werden mit Laserstrahlen erhitzt und zerstört.

Operation

In Ausnahmefällen lassen sich Blutgefäße auch chirurgisch behandeln.

MAKULADEGENERATION UND VITAMINE

Welche Nährstoffe sind für unsere Sehkraft wichtig?

Mikronährstoffe, die wir über eine ausgewogene Ernährung zu uns nehmen, sind für die

Gesundheit unseres Körpers, aber auch für unsere Sehkraft wichtig.

Mikronährstoffe, die wichtig für unsere Sehkraft sind:

► **Vitamin A:** wichtig für die Funktion des Auges.

► **B-Vitamine:** unterstützen die Funktion unseres Nervensystems, inklusive des Sehnervs.

► **Omega-3-Fettsäuren:** wichtig für die lichtempfindlichen Zellen der Netzhaut.

► **Mineralstoffe und Spurenelemente**

► **Lutein und Zeaxanthin:** übernehmen wichtige Funktionen in Makula und Netzhaut.

Kann das Fortschreiten der Erkrankung verlangsamt werden?

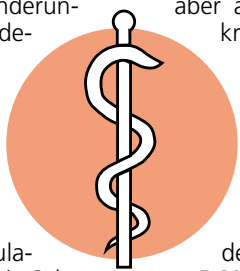
Bei Personen, die von einer etwas fortgeschrittenen feuchten AMD betroffen sind, kann die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln in Kombination mit bestimmten Vitaminen möglicherweise helfen, das weitere Fortschreiten der Erkrankung zu verlangsamen.

Im Fokus stehen dabei:

► Vitamin C,
► Vitamin E,
► Zink,
► Kupfer,
► Lutein.

Welche Nährstoffe im Einzelfall sinnvoll sind, sollte gut abgestimmt werden. Kommen Sie mit Ihren Fragen gern zu uns in die Pinguin-Apotheken. Gemeinsam schauen wir, worauf es bei der Auswahl ankommt.

Gesunde Grüße aus den Pinguin-Apotheken



Jörg Ortmann, Inhaber der Pinguin-Apotheken, gibt Gesundheitstipps.

Kostenlose LN-Updates direkt auf WhatsApp.

Einfach QR-Code scannen und den WhatsApp-Kanal abonnieren

WhatsApp

08:34 LTE 95

Lübecker Nachrichten 10 Tsd. Follower*innen

einen Hut bringt.
<https://ln.t1p.de/damiani-gelato> 11:58

9 2

Heute

Investitionen in Millionenhöhe: Bahnhöfe im Norden sollen sauberer und sicherer werden

Schleswig-Holsteins Bahnhöfe erhalten vom Bund Millionen Euro für mehr Sicherheit und Sauberkeit. Bodycams sollen das Bahnpersonal künftig besser schützen. Zwei Bahnhöfe profitieren besonders.

ln.t1p.de

Guten Morgen aus der LN-Redaktion! ☕ 🐧

In den kommenden Jahren fließt ein zweistelliger Millionenbetrag in Sanierungen und Aufenthaltsqualität an Bahnhöfen in