

9a, Biologie

Wochenplan-Arbeit für die Woche vom 23. - 27.03.:

Wenn ihr Fragen habt, könnt ihr mich erreichen unter:

- 0162-5831007 oder
- Hannibal-Schule@web.de

➔ Mo, Mi, Do und Fr zwischen 10 und 18 Uhr

Verhütungsmethoden sind wichtig, um einer möglichen Schwangerschaft vorzubeugen.

1) Da du dich über Verhütungsmethoden informiert und dieses in einer Tabelle dargestellt hast, sollte das folgende Quiz für dich eine Leichtigkeit sein:

VERHÜTUNGS-QUIZ: WIE GUT WISST IHR BESCHIED?

Dieses Quiz kannst du zusammen mit deinem Freund oder deiner Freundin machen. So könnt ihr überprüfen, wie gut ihr euch mit dem Thema „Verhütung“ auskennt – und euch dabei gleich mal über das Thema unterhalten.

Tipp: Bei manchen Fragen sind auch mehrere Antworten richtig.

1. Woran erkennt man, ob ein Kondom zuverlässig verhütet?

- A am Haltbarkeitsdatum
- B an der Farbe
- C am Prüfzeichen (z.B. CE-Zeichen) und/oder Qualitätssiegel auf der Packung
- D das weiß man erst nach 9 Monaten genau

2. Wer muss aufpassen, dass ein Mädchen nicht ungewollt schwanger wird?

- A die Eltern
- B die Lehrerinnen und Lehrer
- C der Junge
- D das Mädchen

3. Warum ist es in einer Partnerschaft wichtig, über Verhütung zu sprechen?

- A weil das so schön aufregend ist
- B weil Verhütung beide etwas angeht
- C weil sich sonst jeder auf den anderen verlässt – und dann womöglich keiner von beiden verhütet
- D weil das zu einer verantwortungsvollen Beziehung dazugehört

4. Was macht man am besten, wenn das Kondom beim Sex abgerutscht oder geplatzt ist?

- A man beschwert sich beim Kondomhersteller
- B man fängt ganz schnell an, sich zu streiten
- C man versteckt sich unter der Bettdecke
- D beide kümmern sich darum, dass das Mädchen möglichst schnell die „Pille danach“ einnimmt

5. Worauf muss man beim Petting achten, um nicht eine ungewollte Schwangerschaft zu riskieren?

- A dass der Penis nicht zu nahe an die Scheide kommt
- B dass die Zimmertür abgeschlossen ist
- C dass beide auf jeden Fall ihre Jeans anbehalten
- D dass man nicht mit feuchtem Sperma an den Fingern den Scheideneingang streichelt, denn schon ein kleines Tröpfchen Samenflüssigkeit kann für eine Schwangerschaft ausreichen

6. Was genau ist ein „Lust- oder Sehnuschtstropfen“?

- A ein alkoholfreies Getränk für frisch Verliebte
- B eine klare geschmeidige Flüssigkeit, die bei sexuell erregten Jungen und Männern schon vor dem Samenerguss an der Eichel aus der Harnröhre kommt und Samenzellen enthalten kann
- C das ist der Name einer Boy-group, die sich auf traurige Liebeslieder spezialisiert hat
- D ein homöopathisches Verhütungsmittel

VERHÜTEN – SO MACHT IHR GEMEINSAME SACHE!

- Lest einfach mal zusammen das Quiz durch und stellt euch gegenseitig die Fragen.
- Macht euch klar, ob ihr schon Vater oder Mutter werden wollt.
- Plant die Verhütung vor dem ersten Mal.
- Informiert euch gemeinsam über Verhütungsmittel.
- Einigt euch darauf, welche(s) ihr benutzen wollt.
- Am Anfang kann es möglicherweise Probleme geben: vielleicht kommt ihr nicht mit dem Kondom klar. Oder das Mädchen verträgt die Pille nicht. Sprecht darüber, statt euch allein damit herumzuquälen!

Die richtigen Antworten für das Verhütungs-Quiz sind: 1.A + C, 2.C + D, 3.B + C + D, 4.D, 5.A + D, 6.B

Sex 'n' tips: Verhüten – Eine gemeinsame Sache; BZgA

2) Auf der folgenden Seite werden noch weitere Hinweise zur Verhütung gegeben.

Notiere mindestens 4 Aspekte, worauf es bei der Verhütung ankommt.

ACHTUNG, RISKANTE SITUATIONEN!

DIE SITUATION: Lust-Angriff
Wenn man gerade richtig heftig verknallt ist oder totale Lust auf Sex hat, kann es sein, dass die Vernunft auf der Strecke bleibt!

Verantwortungsvoll ist es, sich schon vorher mit klarem Kopf Gedanken über die Verhütung zu machen – und einfach immer ein Kondom dabei zu haben.

Riskant ist es, zu denken, dass die Lust einen so heftig sowieso nie erwischen kann. Oder zu glauben, dass „schon nichts passieren wird“.

DIE SITUATION: Partylaune
Wenn alle feiern, geht man viel schneller auf andere zu – auch auf Mädels oder Jungs, die man noch gar nicht so gut kennt. Das kann besonders spannend sein. Und plötzlich ... Aber wie regelt man die Verhütung mit der/dem sexy Unbekannten?
Verantwortungsvoll ist es, dass man bei jedem Geschlechtsverkehr an Verhütung denkt und auf alles vorbereitet ist! Indem man zum Beispiel immer ein Kondom dabei hat – auf Partys genauso wie im Urlaub.

Riskant ist es, sich dem Sex völlig gedankenlos hinzugeben! Denn dann besteht die Gefahr, dass man die Verhütung vergisst. Und schon hat man sich möglicherweise eine sexuell übertragbare Infektion eingefangen, wird un geplant schwanger oder Vater.

DIE SITUATION: Man traut sich nicht, Nein zu sagen
Das ist gar nicht so selten und kann Mädchen genauso passieren wie Jungen:
Man knutscht heftig herum, kennt sich vielleicht noch gar nicht so gut – und plötzlich will einer von beiden Geschlechtsverkehr.

Verantwortungsvoll ist in dieser Situation, die innere Stimme ernst zu nehmen. Und klar und deutlich zu sagen, dass man nicht will! Und wenn ihr wirklich gut zusammenpasst, wird dein Partner/deine Partnerin das auch respektieren!

Riskant ist es, die eigenen Gefühle zu ignorieren. Dann fühlt man sich schnell hilflos oder ausgeliefert und kann den Sex gar nicht mehr genießen. Eigentlich klar, dass man in solchen Momenten auch nicht mehr an Verhütung denken kann.

SO BRINGST DU VERHÜTUNG INS SPIEL!

Das Einfachste: Du holst irgendwann einfach das Kondom raus, packst es aus und ziehst es dir oder deinem Partner über! Oder du sprichst die Sache an. Manchmal muss man sich auch einfach durchsetzen.



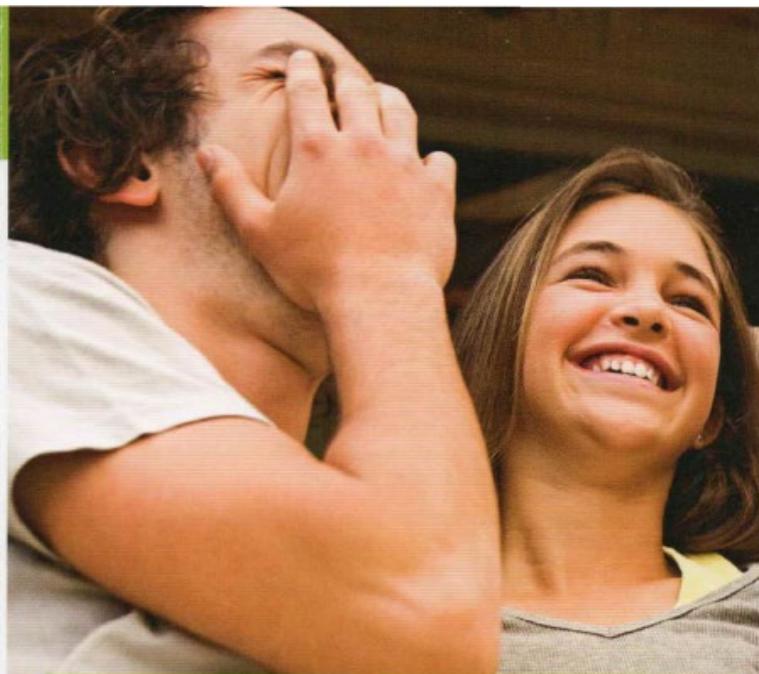
Ansprechen:

- Hast du Kondome dabei?
- Lass uns mal eben noch eine Sache klären ...
- Zeig mal, wie die (Kondome) aussehen.
- Lass mal auspacken.
- Nehmen wir dein oder mein Kondom?
- Sag mal, wer von uns zieht (jetzt) eigentlich das Kondom über?

Durchsetzen:

- Willst du echt schon Vater werden?
- Ich habe meine Prinzipien – ohne Kondom läuft bei mir gar nichts!
- Sorry, ich zieh mich jetzt an! Ich will nicht schwanger werden.

Übrigens: „Kondom oder kein Sex!“ – Mädchen, die ihren Partner schon mal vor diese Wahl gestellt haben, sagen: Jungs benutzen lieber ein Kondom, als zu verzichten.



SPONTAN VERHÜ JA, ICH WILL ...“

Bei One Night Stands bist du nur mit Kondom vor Schwangerschaft und sexuell übertragbaren Infektionen geschützt.

Vorsicht deshalb bei Sprüchen wie:

- „Ist okay, nur noch ein bisschen ohne ...“
- „Ich pass schon auf, keine Angst ...“
- „Ich habe gerade meine unfruchtbaren Tage.“
- „Keine Sorge, ich nehm die Pille.“

☐ **VERZICHTE LIEBER AUF GESCHLECHTSVERKEHR, BEVOR DU ES OHNE KONDOM MACHST!**

„HILFE, JETZT IST DOCH WAS PASSIERT ...“ – WAS NUN?

Kondom geplatzt, Pille vergessen, Wirkung beeinträchtigt: Es kann immer mal etwas mit der Verhütung schiefliegen. Falls du unsicher bist, ob die Pille trotz „Einnahme-Panne“ noch wirkt, frag am besten deine Ärztin/deinen Arzt, was genau du tun sollst.

Im Fall einer Verhütungspanne seid ihr ebenfalls beide gefragt! Es ist nämlich wichtig, sofort zu handeln und so schnell wie möglich zum Arzt/zur Ärztin zu gehen, damit dort die „Pille danach“ verschrieben werden kann!

Ist die Panne schon länger her und ihr befürchtet, dass etwas passiert ist, dann wendet euch am besten an eine Schwangerschaftsberatungsstelle: Hier bekommt ihr hilfreiche Informationen und Unterstützung in schwierigen Situationen. Anerkannte Beratungsstellen findet ihr z.B. über pro familia, bei der Caritas, dem Diakonischen Werk, bei donum vitae oder dem Sozialdienst Katholischer Frauen.

Gut zu wissen: Alle Ärztinnen und Ärzte, Beraterinnen und Berater unterliegen der Schweigepflicht.

Für den Notfall: die „Pille danach“

Die „Pille danach“ ist ein Hormonpräparat, das von einem Arzt/einer Ärztin verschrieben werden muss. Am besten nimmt man sie innerhalb der ersten 12 Stunden bis spätestens 72 Stunden (3 Tage) bzw. bei der neueren „Pille danach“ 120 Stunden (5 Tage). Je früher, desto besser! Am Wochenende hilft der ärztliche Notdienst oder die gynäkologische Ambulanz im Krankenhaus weiter.

Schwangerschaftstest

Deine Regel ist ausgeblieben? In der Apotheke oder Drogerie kann man einen Schwangerschaftstest kaufen. Der weist im Urin ein Hormon nach, das der Körper bildet, nachdem sich die befruchtete Eizelle in die Gebärmutter eingenistet hat. Oder du gehst direkt zum Frauenarzt/zur Frauenärztin oder in eine Schwangerschaftsberatungsstelle. Dort ist der Test in der Regel kostenlos, funktioniert sicher und außerdem hast du gleich noch die Möglichkeit, das Ergebnis mit jemandem zu besprechen.

Informationen zum Thema „Jugendliche und Schwangerschaft“ findet ihr auch auf www.schwanger-unter-20.de.

Sexuell übertragbare Infektionen

Liebe erleben • Junge Erwachsene möchten ihre erwachende Sexualität genießen. Im Überschwang der Gefühle kann es dabei auch zu kurzfristigem Geschlechtsverkehr kommen. Ungeschützter Geschlechtsverkehr birgt die Gefahr von sexuell übertragbaren Infektionen (STI).

Ansteckung • Auch die Geschlechtsorgane können von Krankheitserregern wie Pilzen, Einzellern, Bakterien und Viren angegriffen werden. Die Infektionen können durch Petting und ungeschützten Geschlechtsverkehr erfolgen. Aber auch auf Toiletten, in Schwimmbädern oder in öffentlichen Whirlpools besteht Infektionsgefahr.

Symptome • Ständiges Brennen und Jucken, Hautausschläge im Intimbereich und schlecht riechender Ausfluss aus Scheide oder Penis sind sichere Anzeichen für eine Infektion.

Bakterielle Infektionen • Bakterien lösen Erkrankungen wie Tripper, Chlamydien oder Syphilis aus. Als Folge kann es zu Entzündungen im Unterleib von Mann und Frau kommen. Bei der Syphilis können die Erreger sogar die inneren Organe oder das Nervensystem schädigen. Unbehandelt führen diese bakteriellen Infektionen bei Frauen und Männern zu Unfruchtbarkeit.

Virusinfektionen • Neben dem Aids-Erreger, dem HI-Virus, gibt es noch weitere Viren, die sexuell übertragen werden können. Das



3 Kampagne der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung zur Vermeidung von sexuell übertragbaren Infektionen

Hepatitis-B-Virus greift die Leber an und zerstört sie schließlich vollständig. Das HP-Virus kann Gebärmutterhalskrebs hervorrufen.

35 **Behandlung und Schutz** • Bei den ersten Anzeichen einer Infektion sollte so schnell wie möglich der Arzt aufgesucht werden. Bakterielle Infektionen werden mit Antibiotika behandelt. Gegen einige Virusinfektionen helfen
40 vorbeugend Schutzimpfungen. Kondome schützen weitgehend vor sexuell übertragbaren Infektionen.

Sexuell übertragbare Infektionen müssen behandelt werden. Kondome bieten grundsätzlich einen guten Schutz vor einer Ansteckung.

- 3) Lies den Text über die sexuell übertragbaren Krankheiten (STI) und suche genauere Informationen zu einer der genannten STI: Symptome, Ansteckungswege, mögliche Folgen, Behandlung und Schutz.

Informationen findest du unter anderem bei der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).

Gegen fast alle sexuell übertragbaren Krankheiten bietet das Kondom den besten Schutz. Und natürlich auch vor einer ungewollten Schwangerschaft.

Doch **wie benutze ich ein Kondom** richtig?

- 4) Die Abbildungen 1-11 veranschaulichen, was bei der richtigen Anwendung eines Kondoms zu beachten ist. Bringe die Bilder durch Nummerierungen bzw. Aufzählungen in die richtige Reihenfolge.

9
Nach dem Samenerguss wird das Kondom am Gliedansatz festgehalten und mit dem Glied zusammen aus der Scheide gezogen.

7
Das Kondom wird in zusammengerolltem Zustand auf die Eichel aufgesetzt. Die Rolle liegt außen.

5
Durch Zusammendrücken der Folie wird die Unversehrtheit der Kondomverpackung überprüft; das Kondom wird griffbereit zurechtgelegt.

4
Das Reservoir wird mit den Fingern der einen Hand zusammengedrückt, während mit der anderen Hand das Abrollen des Kondoms beginnt.

10
Das Kondom wird so weit wie möglich zum Gliedansatz hin ausgerollt; dabei umfasst die andere Hand das Glied mit dem Kondom.

6
Beim Geschlechtsverkehr wird darauf geachtet, dass sich der Sitz des Kondoms nicht verändert, z.B. Kontrolle mit der Hand.

3
Benutzte Kondome gehören in den Mülleimer. Mit etwas Wasser gefüllt werden Kondome auch in der Toilette weggespült.

11
Das Glied muss versteift sein.

8
Die Vorhaut wird zurückgezogen.

2
Glaubt man, das Kondom während des Geschlechtsverkehrs beschädigt zu haben, kann man dies durch Füllen mit Wasser überprüfen.

1
Die Verpackungsfolie wird vorsichtig eingerissen, das Kondom herausgeschoben.