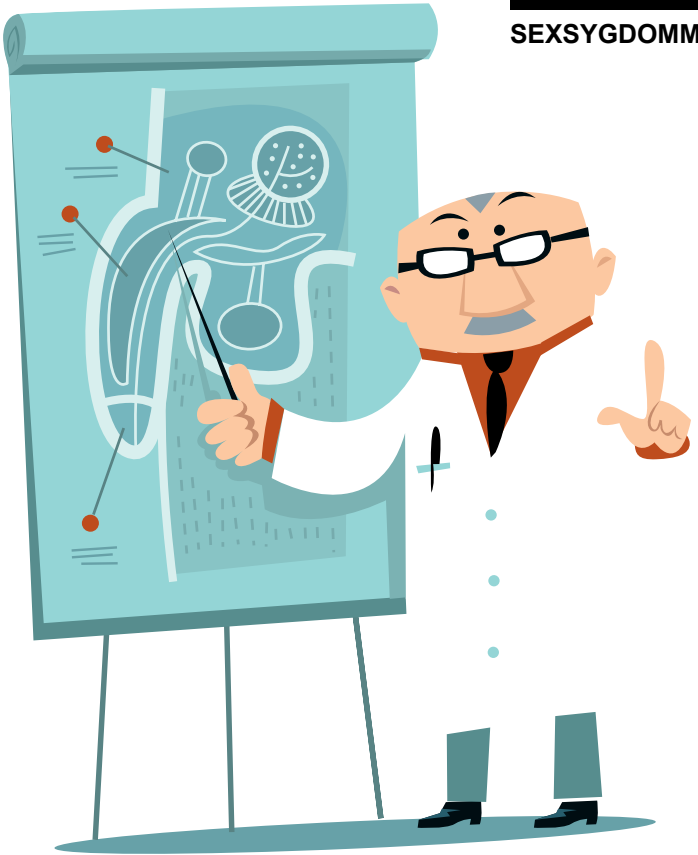




**SEXSYGDOMME**



**SEX MELLEM MÆND**

**SEXSYGDOMME**

## 1. del: Sexsygdomme generelt

Sexsygdomme – hvad er det? .....	4
Sygdomstegn .....	5
Du kan nedsætte risikoen for smitte .....	6
Undersøgelse .....	7
Behandling .....	8
Vaccination .....	8
Hjælp dig selv og dine sexpartnere .....	9

## 2. del: De forskellige sexsygdomme

Syfilis .....	11
Gonoré .....	13
Klamydia .....	14
Kondylomer .....	15
Herpes .....	19
Hepatitis .....	21
Molluskler .....	25
Fladlus .....	26
Fnat .....	28

## 3. del: Adresser og telefonnumre

Klinikker for sexsygdomme .....	30
Rådgivning .....	31

I denne pjece kan du læse om forskellige sexsygdomme, som rammer mænd, der har sex med mænd. Sexsygdomme er sygdomme, som kan smitte, når du har sex med andre.

Før oplysningskampagnerne om hiv og aids var sexsygdomme som gonoré og syfilis meget udbredte blandt bøsser og biseksuelle mænd. Sikker sex-rådene har været med til at forhindre mange hiv-tilfælde, men sikker sex-rådene har også betydet, at mange mænd har undgået andre sexsygdomme som gonoré og syfilis. Sexsygdommene er dog ikke forsvundet, og gennem de senere år har både Danmark og mange andre lande oplevet udbrud af forskellige sexsygdomme blandt mænd, der har sex med mænd.

Denne pjece fokuserer på alle de øvrige sexsygdomme, som vi i bøsse miljøet kan have en tendens til at glemme, fordi hiv naturligt nok overskygger de andre sexsygdomme. Hiv er stadig langt den alvorligste sexsygdom, men det betyder ikke, at vi skal glemme de andre sygdomme. Specielt ikke i betragtning af, at flere sexsygdomme medfører en langt større risiko for hiv-smitte.

I pjecen kan du læse om sygdomstegn, smitteveje, undersøgelse, behandling og vaccination. Du kan også læse, hvordan du beskytter dig selv og din sexpartner mod at blive smittet med en sexsygdom.

Pjecen er opdelt i tre dele. I første del kan du læse om sexsygdomme generelt. Den er for dig, som er interesseret i den mest nødvendige basisviden om sexsygdomme. Den anden del af pjecen er et opslagsværk, hvor du kan læse mere om hver enkelt sexsygdom. Og bagerst i pjecen finder du en oversigt over klinikker for sexsygdomme. Her kan du også læse om muligheder for at få rådgivning.

*Denne pjece er skrevet til bøsser og andre mænd, der har sex med mænd. Pjecen er udsendt af STOP AIDS – Bøssernes hiv-organisation.*



## Sexsygdomme – hvad er det?

Sexsygdomme er sygdomme, som især smitter ved sex. Det kan være hiv, men det kan også være gonoré, syfilis og kondylomer samt en række andre sygdomme.

Mens hiv er uhelbredelig og bliver i kroppen resten af livet, er det muligt at behandle og helbrede de fleste andre sexsygdomme. Alligevel kan det være generende at være smittet med en sexsygdom, og nogle af sygdommene kan blive meget alvorlige, hvis man ikke bliver behandlet i tide.

En særlig god grund til at blive undersøgt og behandlet for sexsygdomme er, at mange sexsygdomme medfører en meget større risiko for hiv-smitte:

- Hvis du er hiv-negativ, stiger din risiko for at blive smittet med hiv, hvis du samtidig er smittet med en af de andre sexsygdomme.
- Hvis du er hiv-positiv, stiger risikoen for, at du smitter dine sexpartnere med hiv, hvis du samtidig er smittet med en af de andre sexsygdomme.

Rent faktisk stiger risikoen for hiv-smitte med 2-5 gange, hvis du eller din sexpartner samtidig er smittet med syfilis, gonoré eller klamydia. Dette gælder også, hvis du eller din sexpartner har et herpesudbrud ved kønsdelene

## Sygdomstegn

I mange tilfælde mærker du slet ikke noget til, at du er smittet med en sexsygdom. Men i mange andre tilfælde kan du se eller mærke, at du er blevet smittet med en af sexsygdommene.

Her er en oversigt over nogle sygdomstegn, som måske kan skyldes, at du er smittet med en sexsygdom:

- udflåd fra pikkens urinrør
- smerte og svie når du tisser
- små blærer og små sår på pikken eller i området omkring pikken og røven
- små vortelignende hævelser eller knopper, som sidder på pikken eller i området omkring pikken og røven.
- kløe på pikken eller i området omkring pikken og røven
- kløe generelt på huden
- udslæt på huden
- halsbetændelse
- hævede lymfekirtler
- blod i urinen og i afføringen
- kvalme, muskel- og ledsmerter samt let feber
- huden og det hvide i øjnene får en gul farve

Mærker du et eller flere af disse sygdomstegn, kan det være fordi, du er smittet med en sexsygdom. Det er dog ikke sikkert, for måske skyldes dine sygdomstegn noget helt andet. Det varierer meget fra sexsygdom til sexsygdom og fra person til person, om man mærker noget til, at man er smittet.

Usikkerheden kan du få afklaret ved at lade dig undersøge for sexsygdomme. Jo hurtigere en sexsygdom bliver opdaget, jo lettere er det at behandle den. Og jo færre når du selv at smitte videre til.

Læs mere om undersøgelse og behandling for sexsygdomme på side 7-8

# Du kan nedsætte risikoen for smitte



Det er forskelligt, hvordan de enkelte seks sygdomme smitter. De fleste seks sygdomme smitter især ved analsex uden kondom. Men mange af dem kan også smitte ved oralsex uden kondom og ved rimming (røvsluk). Nogle af seks sygdommene kan endvidere smitte ved berøring og ved kys. Andre kan smitte ved at dele tandbørste og barbergrej eller ved at dele sengetøj og håndklæder.

Det er derfor næsten umuligt at sikre sig fuldstændigt mod at blive smittet med seks sygdomme, hvis du altså vil have et aktivt sexliv. Og hvem vil ikke det?

Heldigvis kan du gøre meget for at nedsætte risikoen for smitte med seks sygdomme:

**1. Du kan følge sikker sex-rådene.** Sikker sex-rådene kan med meget stor sikkerhed beskytte dig og din partner mod hiv-smitte. Sikker sex-rådene kan ikke fjerne risikoen for smitte med de andre seks sygdomme, men sikker sex-rådene nedsætter risikoen en hel del.

## **Sikker sex-rådene er:**

Brug kondom og glidecreme, når du boller, og undgå sæd i munden. Glidecremen skal være vandbaseret eller silikonebaseret.

**2. Hvis du vil have endnu mere sikkerhed mod smitte med seks sygdomme, kan du vælge en eller flere af følgende muligheder:**

- Du kan undgå at røre sår og vorter i området omkring kønsorganerne eller på læberne
- Du kan bruge kondom ved oralsex. Der findes kondomer uden glidecreme, som du kan bruge, hvis du vil beskytte dig under oralsex.
- Du kan beskytte dig ved rimming: Brug femidom, eller placer et stykke plastfilm eller et opklippet kondom mellem tunge og sexpartnerens røv.
- Du kan helt undgå sex, mens du eller din sexpartner er under behandling for en seks sygdom eller har et udbrud af herpes.

**3. Du kan lade dig undersøge – og behandle – hvis du har mistanke om, at du kan være smittet med en seks sygdom.**

## Undersøgelse

Der kan være to grunde til at blive undersøgt for seks sygdomme. Måske har du fået mistanke om, at du er smittet med en seks sygdom. Eller måske ønsker du at blive undersøgt for at være på den sikre side.

En undersøgelse for seks sygdomme kan være relevant, hvis du har været udsat for en smitterisiko. Det kan for eksempel være fordi, du har mange skiftende partnere eller ofte har sex uden kondom. Det kan også være fordi, en af dine sexpartnere har fortalt dig, at han er smittet med en seks sygdom.

Hvis du beslutter dig for at blive undersøgt for seks sygdomme, har du to muligheder. Du kan blive undersøgt hos din egen praktiserende læge. Eller du kan vælge en af de klinikker, som har specialiseret sig i undersøgelse og behandling af seks sygdomme.

Det vil altid være en personlig overvejelse, om du foretrækker at gå til egen læge eller til en klinik for seks sygdomme. Din egen læge vil formentlig ligge tættere på, og her kan du aftale tid på forhånd. Det er ikke altid muligt på en klinik for seks sygdomme. Her kan du til gengæld blot dukke op, når det passer dig, og vente på, at det bliver din tur. Dertil kommer, at personalet er specialiseret i seks sygdomme, og du har mulighed for at være anonym, hvis du ønsker det.

Hos din egen læge skal du være opmærksom på, at ikke alle læger tænker over, at man også kan være smittet i munden eller i røven. Måske tænker din læge ikke på, at du har sex med mænd. Derfor kan det være en god idé at gøre lægen opmærksom på, at du også vil undersøges for smitte i munden og i endetarmen.

Hvis du hellere vil undersøges på en af de særlige klinikker for seks sygdomme, kan du finde en oversigt over klinikkerne på side 30.



## Behandling

I dag kan man behandle og helbrede de fleste seks sygdomme. Herpes kan dog ikke helbredes, men man kan gennem behandling forebygge og nedsætte længden af herpesudbruddene. Kondylomer og hepatitis kan også være vanskelige at behandle og kan i nogle tilfælde blive kroniske sygdomme, som man aldrig slipper af med.

Men for de fleste andre seks sygdomme er behandlingen og helbredelsen forholdsvis let og smertefri. For mange af sygdommene gælder det, at jo hurtigere du kommer i gang med behandlingen, jo lettere er det at helbrede sygdommen. Derfor er det bedst at gå til undersøgelse, lige så snart du får mistanke om, at du kunne være smittet.

Du kan læse mere om behandlingsmulighederne under de enkelte seks sygdomme.

## Vaccination

Det er muligt at blive vaccineret for tre seks sygdomme: Hepatitis A, hepatitis B og kondylomer.

Især hepatitis B er en alvorlig sygdom, men også hepatitis A kan være meget ubehagelig. Bøsser og andre mænd, der har sex med mænd, anbefales at blive vaccineret. Det skyldes, at risikoen for at blive smittet med hepatitis A og B er større blandt mænd, der har sex med mænd, i forhold til de fleste andre mennesker. Du kan læse mere om vaccinering mod hepatitis A og B på side 23.

Du kan også blive vaccineret mod kondylomer, men denne vaccine er først kommet på markedet i 2006, så erfaringerne er forholdsvis begrænsede. Undersøgelser viser dog, at vaccinen kan beskytte mod de to HPV-virusser, som er skyld i de fleste tilfælde af kondylomer. Vaccinen beskytter

også mod to af de HPV-virusser, som på længere sigt kan udvikle sig til kræft.

Hør mere om muligheden og prisen for at blive vaccineret mod kondylomer hos din læge eller på en klinik for seks sygdomme.

## Hjælp dig selv og dine sexpartnere

Hvis du får konstateret en seks sygdom, er det en god idé at informere de sexpartnere, du har haft i en periode tilbage. Det kan være en af dem, der har smittet dig, eller det kan være, at du har smittet videre til en af dem. Hvis du har smittet en af dine sexpartnere med en seks sygdom, er det langt fra sikkert, at han af sig selv opdager, at han er blevet smittet.

Formålet med at tale med hinanden om seks sygdommen er selvfølgelig ikke at placere skylden – hvem har smittet hvem?

Alle kan blive smittet med en seks sygdom, og det er ikke noget at skamme sig over. Derfor er det heller ikke så interessant at diskutere, hvem der har smittet hvem.

Der er meget mere fornuft i at se fremad. Hvis du fortæller dine sexpartnere om seks sygdommen, giver det dem chancen for at blive testet og behandlet for seks sygdommen. Dertil kommer, at hvis I stadig har sex sammen, har I bedre mulighed for at undgå pingpong-smitte – I kan altså undgå at smitte frem og tilbage mellem hinanden.

I undgår bedst pingpong-smitte ved, at I lader jer behandle på samme tid, og at I beskytter hinanden mod smitte, imens behandlingen står på.

## De forskellige sexsygdomme



## Syfilis

Syfilis er en sygdom, som skyldes bakterien *Treponema pallidum*. Syfilisbakterien sætter sig i blodet.

### Smitteveje og beskyttelse

Syfilis smitter primært ved analsex, men kan også smitte ved oralsex og rimming (røvslik). I enkelte tilfælde kan syfilis også smitte ved andre former for sex og ved kys.

Brug af kondom og glidecreme ved analsex nedsætter risikoen for smitte med syfilis en hel del. Bruger du også kondom ved oralsex, er risikoen for syfilissmitte meget lille. Undgå at røre ved syfilissår og ved syfilisudslæt ved kønsdelene og i munden. Sådanne sår og udslæt er ekstremt smitsomme.

### Sygdomstegn

Selv om du bliver smittet med syfilis, vil du i mange tilfælde slet ikke mærke noget til sygdommen. Det er altså ikke sikkert, at du opdager, hvis du er smittet.

I andre tilfælde forløber sygdommen med en række ubehagelige virkninger. Mellem ni dage og tre måneder efter smittetidspunktet risikerer du at komme i sygdommens 1. fase. Her opstår der et sår på det sted, hvor smitten er trængt ind. Såret sidder ofte på pikken, på forhuden eller på/i røven. Såret kan også sidde på læberne, i munden eller på mandlerne.

Såret er fyldt med syfilisbakterier og er derfor meget smitsomt. Det er ikke altid, du opdager såret. Selv om du kan se såret, føles det ikke som et sår. Uden behandling vil syfilis-såret forsvinde af sig selv efter 2-8 uger.

Sygdommen vil så kunne brede sig og gå over i 2. fase. Det sker typisk 8-12 uger efter, at du blev smittet. Her kan du opleve træthed, hovedpine, let feber, led- og muskelsmerter samt hududslæt. Udslæt ved kønsdelene og i munden kan indeholde mange syfilisbakterier og er derfor meget smitsomme. Ofte forsvinder sygdomstegnene fra syfilis' 2. fase i løbet af 2-10 uger, men der kan opstå tilbagefald.

Er sygdommen stadig ikke blevet behandlet, vil den her-efter ligge skjult i en årrække. Først efter 5-20 år vil syfilis kunne bryde ud i sygdommens 3. fase. Her kan der opstå meget alvorlige og varige skader på kroppen og de indre organer. Det kan være forandringer i huden, hjerte-kar-sygdomme samt skader på nervesystemet, på hjernen og på hjertet. Ødelæggelserne kan i sidste ende føre til døden.

I Danmark er det er de færreste, der oplever syfilis i 3. fase. Ofte opdages syfilis meget tidligere, hvor sygdommen også er lettere at behandle.

### Undersøgelse og behandling

Lægen undersøger normalt for syfilis ved at tage en blodprøve. Viser det sig, at du er smittet med syfilis, kan du blive behandlet og helbredt med antibiotika. Medicinen gives som indsprøjtninger eller som piller.

Det er vigtigt at følge behandlingen nøje, for at den skal kunne fjerne syfilis helt fra din krop. Lægen skal senere tage nye blodprøver for at sikre, at du er blevet helbredt for sygdommen.

### Vaccination og immunitet

Der er ingen vaccine mod syfilis. Har du en gang haft syfilis, giver det ingen immunitet. Du kan altså godt blive smittet med syfilis igen.

### Syfilis og hiv

Har du syfilis, løber du samtidig en meget større risiko for hiv-smitte:

- Hvis du er hiv-negativ, stiger din risiko for at blive smittet med hiv, hvis du samtidig er smittet med syfilis.
- Hvis du er hiv-positiv, stiger risikoen for, at du smitter dine sexpartnere med hiv, hvis du samtidig er smittet med syfilis.

Hvis du lader dig undersøge og behandle for syfilis, kan du altså nedsætte risikoen for hiv-smitte betydeligt.

## Gonoré

Gonoré er en sygdom, som skyldes bakterien *Neisseria gonorrhoea*. Gonoré sætter sig i halsen, i røven eller i pikken.

### Smitteveje og beskyttelse

Gonoré smitter primært ved analsex, men kan også smitte ved oralsex og rimming (røvsluk). I sjældne tilfælde kan gonoré smitte ved dybe kys. Brug af kondom og glidecreme ved analsex nedsætter risikoen for smitte en del. Bruger du også kondom ved oralsex, er risikoen for smitte med gonoré meget lille.

### Sygdomstegn

Sygdomstegnene afhænger af, om du er smittet i halsen, i røven eller i pikken.

Har du gonoré i pikken, vil du kunne opleve et tykt og gult udfåd fra pikkens urinrør. Der kan også være smerter, når du tisser, hvilket kan føles som at tisse glasskår.

Har du gonoré i røven, kan du opleve udfåd samt svie og kløe omkring endetarmsåbningen. Ved halsgonoré kan du få ondt i halsen.

Selv om du bliver smittet med gonoré, vil du i mange tilfælde slet ikke mærke noget til sygdommen. Det er altså ikke sikkert, at du opdager, hvis du er smittet. Dette gælder især ved gonoré i røven og i halsen.

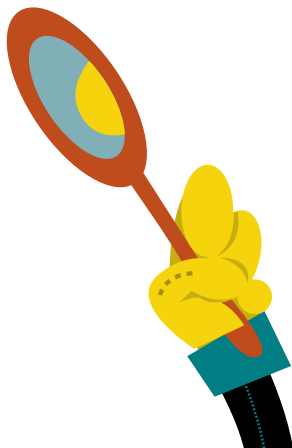
Hvis gonoré ikke behandles, kan sygdommen senere brede sig til bitestiklerne og forårsage betændelse med hævelser og stærke smerter.

### Undersøgelse og behandling

Normalt undersøger lægen for gonoré ved at tage prøver fra pikken, halsen og røven med en vatpind. Det kan godt være lidt ubehageligt, men er hurtigt overstået.

Viser det sig, at du er smittet med gonoré, kan du blive behandlet og helbredt med antibiotika. Medicinen gives normalt som en enkelt indsprøjtning eller en pilledosis.

I nogle tilfælde er det nødvendigt med flere doser. Her er det vigtigt at følge behandlingen nøje, for at medicinen skal kunne fjerne gonoré helt fra din krop. Lægen kan tilbyde dig en senere undersøgelse, for at du er sikker på, at du er blevet helbredt for sygdommen.



## Vaccination og immunitet

Der er ingen vaccine mod gonoré. Har du en gang haft gonoré, giver det ingen immunitet. Du kan altså godt blive smittet med gonoré igen.

## Gonoré og hiv

Har du gonoré, løber du samtidig en meget større risiko for hiv-smitte:

- Hvis du er hiv-negativ, stiger din risiko for at blive smittet med hiv, hvis du samtidig er smittet med gonoré.
- Hvis du er hiv-positiv, stiger risikoen for, at du smitter dine sexpartnere med hiv, hvis du samtidig er smittet med gonoré.

Hvis du lader dig undersøge og behandle for gonoré, kan du altså nedsætte risikoen for hiv-smitte betydeligt.

# Klamydia

Klamydia er en sygdom, som skyldes bakterien *Chlamydia trachomatis*. En særlig alvorlig variant er LGV, der står for *Lymphogranuloma venereum*. Klamydia sætter sig oftest i pikkens urinrør eller i røvens slimhinde, men kan i sjældne tilfælde også sætte sig i halsen eller i øjnene.

## Smitteveje og beskyttelse

Klamydia smitter primært ved analsex, men kan også smitte ved oralsex og rimming (røvsluk).

Brug af kondom og glidecreme ved analsex nedsætter risikoen for smitte en del. Bruger du også kondom ved oralsex, er risikoen for klamydia smitte meget lille.

## Sygdomstegn

De fleste mærker kun lidt eller slet intet til, at de er smittet med klamydia. Det er altså ikke sikkert, at du opdager, hvis du er smittet.

Hvis du mærker noget til sygdommen, vil det typisk være klart eller blakket udflåd fra urinrøret, svie og kløe ved urinrøret samt smerter, når du tisser. Ved klamydia i røven, kan der i nogle tilfælde opstå udflåd af blod eller slim samt tendens til diaré.

Hvis klamydia ikke bliver behandlet, kan der senere opstå betændelse i en af bitestiklerne.

## Undersøgelse og behandling

Normalt undersøger man for klamydia ved at tage prøver fra pikken og røven med en vatpind. Det kan godt være lidt ubehageligt, men er hurtigt overstået. Et alternativ er en urinprøve, men den viser kun om du har klamydia i pikken.

En klamydiaundersøgelse afslører ikke LGV. Ved mistanke om LGV bør sundhedspersonalet undersøge for sygdommen ved en blodprøve samt en podning i endetarmen.

Viser det sig, at du er smittet med klamydia, kan du blive behandlet og helbredt med antibiotika. Medicinen gives normalt som tabletter. Det er vigtigt at følge behandlingen nøje, for at medicinen skal kunne fjerne klamydia helt fra din krop. Lægen kan tilbyde dig en senere undersøgelse for, at du er sikker på, at du er blevet helbredt for sygdommen.

## Vaccination og immunitet

Der er ingen vaccine mod klamydia. Har du en gang haft klamydia, giver det ingen immunitet. Du kan altså godt blive smittet med klamydia igen.

## Klamydia og hiv

Har du klamydia, løber du samtidig en meget større risiko for hiv-smitte:

- Hvis du er hiv-negativ, stiger din risiko for at blive smittet med hiv, hvis du samtidig er smittet med klamydia.
- Hvis du er hiv-positiv, stiger risikoen for, at du smitter dine sexpartnere med hiv, hvis du samtidig er smittet med klamydia.

Hvis du lader dig undersøge og behandle for klamydia, kan du altså nedsætte risikoen for hiv-smitte betydeligt.

# Kondylomer

Kondylomer skyldes smitte med *Human papilloma-virus* (HPV). Der er mange forskellige HPV-viruser, og ud over kondylomer kan nogle af dem medføre en risiko for udvikling af analkræft, peniskræft samt kræft i mund og hals.

Kondylomer kaldes også kønsvorter, genitalvorter eller veneriske vorter. Kondylomerne kan sidde på pikken og ved røven, men undertiden også i munden og på læberne. De vil især sætte sig under forhuden eller ved urinrøret samt i området omkring endetarmsåbningen eller lige indenfor.



## Smitteveje og beskyttelse

Kondylomer smitter ved sex, hvor man kommer til at røre ved hud, der er angrebet af kondylomer. Risikoen er størst ved analsex. Men smitten kan også ske ved andre former for sex, hvor man rører ved områder med kondylomer.

Brug af kondom og glidecreme ved analsex nedsætter risikoen for smitte med kondylomer en hel del. Risikoen er dog ikke helt væk, da kondylomer også kan smitte, hvis de på andre måder kommer i berøring med en slimhinde på partnerens hud. Undgå at røre ved områder, der er angrebet af kondylomer.

## Sygdomstegn

Kondylomerne er flade, stilkede eller blomkålslignende hævelser, der normalt er bløde og lyserøde eller hvide. Det kan også være mere vortelignende hævelser.

Desværre kan du ikke altid se, om et område er angrebet af kondylomer. I nogle tilfælde er kondylomerne ikke synlige for det blotte øje. Det kan også være, at du ikke lægger mærke til kondylomerne, hvis de er placeret omkring eller i røven.

Kondylomerne opstår ofte mellem tre uger og ni måneder efter, at du er blevet smittet. Der kan også gå endnu længere tid, inden kondylomerne bryder ud.

## Undersøgelse og behandling

Er der mistanke om kondylomer, ser lægen efter knopper eller udslæt og bedømmer derefter, om der er tale om kondylomer. Har du kondylomer, kan du blive behandlet for sygdommen, og i de fleste tilfælde vil lægen kunne fjerne vorterne. Behandlingen og helbredelsen kan dog være langvarig, og der er risiko for senere tilbagefald.

I første omgang vil lægen normalt forsøge at pensle vorterne med Podophyllin-sprit. Måske vil du i stedet få udleveret en særlig creme til at smøre på det angrebne område derhjemme.

Har du kondylomer, skal du normalt igennem flere af disse penslinger eller påsmøringer. Forsvinder kondylomerne ikke efter adskillige behandlinger, kan det blive nødvendigt at fryse eller klippe kondylomerne bort. Lægen kan også vælge at fjerne kondylomerne ved en laseroperation.

I de fleste tilfælde lykkes det trods alt at fjerne vorterne. Men det betyder ikke, at virus er væk. Virus vil dog i de fleste tilfælde gå i sig selv efter nogle år.

## Vaccination og immunitet

Du kan også blive vaccineret mod kondylomer, men denne vaccine er først kommet på markedet i 2006, så erfaringerne er forholdsvis begrænsede. Undersøgelser viser dog, at vaccinen kan beskytte mod de to HPV-virusser, som er skyld i de fleste tilfælde af kondylomer. Vaccinen beskytter også mod to af de HPV-virusser, som på længere sigt kan udvikle sig til kræft.

Hør mere om muligheden og prisen for at blive vaccineret mod kondylomer hos din læge eller på en klinik for seksygdomme.

## Kondylomer og hiv

Kondylomer medfører formentlig ikke en væsentlig større risiko for hiv-smitte. Til gengæld kan det være sværere at behandle kondylomer, hvis du samtidig er hiv-smittet. For hiv-positive er der derfor ekstra god grund til at beskytte sig mod kondylomer.

# Herpes

Herpes skyldes et virus og kan både forekomme ved munden (ofte på læberne) og ved kønsdelene (på pikken og ved røven). Når herpes forekommer ved munden, er det ofte type I, *herpes labialis*, som også kaldes forkølelsessår. Ved kønsdelene er det ofte type II, *herpes genitalis*. Men de to forskellige former for herpes kan smitte til både mund og kønsdele.

## Smitteveje og beskyttelse

Herpes smitter ved sex, hvor man kommer i kontakt med hud, der er angrebet af herpes. Det kan ske ved analsex, men det kan også ske ved oralsex og andre former for berøring af områder med herpes. Det gælder også kys, hvis læberne er angrebet, eller hvis læberne kommer i kontakt med herpes på pikken eller i røven. Hvis du selv har herpes, kan du ved berøring af dit eget herpessår i sjældne tilfælde bringe smitten videre til andre steder på din krop.

Desværre kan du ikke altid se, om et område er angrebet af herpes. Herpes smitter dog mest, når der er synlige udbrud. Smitsomheden er her så stor, at det er en god idé at undgå sex, indtil herpessåret er helet igen. Brug af kondom og glidecreme ved analsex nedsætter risikoen for smitte, men kan ikke

fjerne risikoen helt. Undgå at røre ved områder, der er angrebet af herpes – både på dig selv og på din partner.

### **Sygdomstegn**

Sygdomstegnene er normalt værst ved det allerførste udbrud, efter at en person er blevet smittet med herpes. Her kan der opstå feber, hovedpine og muskelsmerter samt smerter ved pikken eller ved endetarmen.

Det er dog ikke alle, der mærker disse sygdomstegn. Er du blevet smittet med herpes, kan du opleve et af de karakteristiske herpes-udbrud: De opstår som blærer og rødme, der efterhånden bliver til et sår. Du vil ofte kunne mærke et begyndende udbrud som en prikken og stikken på det sted, du er smittet. Lidt senere vil du kunne opleve svie og kløe på stedet. Udbrudene er typisk på det samme sted, hvor du blev smittet. Det er som tidligere nævnt på pikken, i røven omkring endetarmsåbningen eller i området omkring munden.

Udbrudene er normalt meget irriterende og kan vare 7-10 dage eller endnu længere. Heldigvis vil der normalt gå længere og længere tid mellem herpesudbrudene, men de mest uheldige har dog mange tilbagefald. Under et herpesudbrud er det angrebne sted meget smitsomt.

### **Undersøgelse og behandling**

Ved mistanke om herpes, ser lægen efter blærer, rødmen og sår ved munden, på pikken og i røven og vurderer også beskrivelsen af andre sygdomstegn. En blodprøve kan også vise, om du har herpes.

Herpes kan ikke helbredes. Er du en gang smittet, bliver virus i din krop resten af livet. Du kan dog forebygge og forkorte herpesudbrud med en salve, som påsmøres, så snart du mærker en prikken og stikken på det sted, hvor der tidligere har været herpesudbrud. Er du hårdt ramt af herpes, kan lægen udskrive medicin, som kan forebygge og forkorte herpesudbrudene og mindske risikoen for, at du smitter din partner.

### **Vaccination og immunitet**

Der er ingen vaccine mod herpes. Har du en gang haft herpes, er du smittet resten af livet.

### **Herpes og hiv**

Har du herpesudbrud, løber du samtidig en meget større risiko for hiv-smitte:

- Hvis du er hiv-negativ, stiger din risiko for at blive smittet med

hiv, hvis du samtidig har sex, hvor du eller din partner har et herpesudbrud.

- Hvis du er hiv-positiv, stiger risikoen for, at du smitter dine sexpartnere med hiv, hvis du samtidig har sex, hvor du eller din partner har et herpesudbrud.

Hvis du bruger kondom eller helt undgår sex, når du eller din sexpartner har et herpesudbrud, kan du altså nedsætte risikoen for hiv-smitte betydeligt.

## **Hepatitis**

Hepatitis kaldes også smitsom leverbetændelse og skyldes en af de forskellige hepatitisvirus. Der findes forskellige former for hepatitis, men de mest udbredte er hepatitis A, hepatitis B og hepatitis C.

Alle former for hepatitis er leversygdomme. På nogle klinikker for sexsygdomme afviser man at undersøge og behandle for hepatitis, fordi man betragter dem som leversygdomme og ikke som sexsygdomme. I så fald vil du typisk blive henvist til din egen praktiserende læge.

Men selv om hepatitis er leversygdomme, kan de også smitte ved sex: Især hepatitis B smitter seksuelt, men det sker også med hepatitis A. I Danmark er det meget sjældent, at hepatitis C smitter ved sex, men i udlandet er der set flere eksempler på smitte med hepatitis C blandt mænd, der har sex med mænd.

### **Smitteveje og beskyttelse**

Hepatitis A smitter især ved dårlig hygiejne: Mange mennesker smittes ved rejser i lande, hvor hepatitis A er udbredt, og hvor hygiejnen ikke er i top. Ved sex smitter hepatitis A specielt ved rimming (røvsluk).

Hepatitis B smitter gennem blod og ved analsex, men det kan også ske ved andre former for sex. I sjældne tilfælde kan man blive smittet ved kys eller ved at dele tandbørste eller barbergrej.

Hepatitis C smitter mest gennem blod, mens risikoen er forholdsvis lille ved sex. Der er dog formentlig en lille risiko for smitte ved analsex uden kondom, og ved andre former for sex, hvor der er risiko for udveksling af blod.

Den klart bedste beskyttelse mod hepatitis A og B er at lade sig vaccinere. Desværre kan man ikke blive vaccineret

mod hepatitis C. Læs mere om mulighederne for at blive vaccineret mod hepatitis A og B på side 23.

Er du ikke vaccineret, kan du forebygge hepatitis A ved at beskytte dig ved rimming: Brug femidom, eller placer et stykke plastfilm eller et opklippet kondom mellem din tunge og partnerens endetarmsåbning.

Bruger du kondom ved analsex, nedsætter du risikoen for smitte med hepatitis B en hel del. Du kan dog ikke fjerne risikoen helt.

Du kan yderligere forebygge smitte med hepatitis ved at undgå at dele tandbørste og barbergrej.

### **Sygdomstegn**

Både hepatitis A, B og C kan give kvalme, muskel- og led-smerter samt let feber. Derudover kan huden og det hvide i øjnene få en gullig farve, og urinen kan blive mørkere og afføringen lysere end normalt. Dertil kommer, at især hepatitis B og C kan have en række alvorlige konsekvenser for dit helbred.

Hepatitis A er normalt den mildeste af sygdommene. Mange mærker ikke noget, men sygdomstegnene kan også være meget ubehagelige og vil så typisk opstå 10-40 dage efter smittetidspunktet. De fleste bliver raske igen 2-3 uger efter, men der kan også gå 1-2 måneder, inden sygdommen går over.

For omkring 1 ud af 1000 kan hepatitis A udvikle sig til leversvigt. Disse mænd kan dø af sygdommen.

Hepatitis B bryder normalt ud 2-6 måneder efter smitte-tidspunktet. Mange mærker ikke noget, men sygdommen kan også blive meget ubehagelig og langvarig. Det kan blive nød- vendigt med hospitalsindlæggelse. De fleste bliver dog raske igen efter 4-6 uger.

5-10 procent af dem, der smittes med hepatitis B, udvik- ler kronisk hepatitis. Det kan betyde, at de aldrig slipper af med sygdommen igen. Efter en årrække, i gennemsnit 15 år, risikerer de at udvikle skrumpelever og leverkræft.

For omkring 1 ud af 300 kan hepatitis B udvikle sig til leversvigt. Disse mænd kan dø af sygdommen.

Hepatitis C bryder normalt ud 1-6 måneder efter smitte- tidspunktet. De fleste mærker slet ikke, at de er blevet smittet. Resten vil normalt føle sig raske efter 4-8 uger. Omkring 1 ud af 300 vil dog udvikle leversvigt, og disse mænd kan dø af sygdommen.

Et stort problem ved hepatitis C er, at 7 ud af 10 smittede ud- vikler kronisk hepatitis C. Det kan betyde, at de aldrig slipper af med sygdommen. Efter en årrække risikerer de at udvikle skrumpelever og leverkræft.

### **Undersøgelse og behandling**

Lægen undersøger normalt for hepatitis ved en blodprøve.

De fleste med hepatitis A bliver raske af sig selv. Medicinen Gammaglobulin kan mildne eventuelle sygdomstegn, hvis det tages, inden sygdommen bryder ud. Det kan for eksempel være aktuelt, hvis din partner har fået sygdommen i udbrud, og du derfor regner med også selv at være blevet smittet.

De fleste med hepatitis B bliver også raske af sig selv. Får du kronisk hepatitis B, kan du være heldig alligevel at blive helbredt for sygdommen gennem en behandling, som i knap en tredjedel af tilfældene kan fjerne sygdommen.

Mange med hepatitis C må leve med sygdommen resten af livet. De fleste vil dog have gavn af en medicinsk behandling, som hæmmer virus, styrker immunforsvaret og giver en vis chance for helbredelse.

### **Vaccination og immunitet**

Du kan blive vaccineret mod hepatitis A og B. Dermed kan du med meget stor sandsynlighed undgå at blive smittet med en af disse alvorlige sygdomme. Specielt hepatitis B-vaccination er værdt at overveje: Sygdommen er meget smitsom og kan blive meget alvorlig og langvarig. Vaccinationerne mod he- patitis A og B fås både hver for sig og i en kombinationsvac- cine.

I det danske sundhedsvæsen skal borgerne normalt selv betale for vaccinationer. Men nogle af de lokale sundheds- myndigheder giver tilskud eller gratis vaccine til de borgere, som er i størst risiko for at få en sygdom.

For bøsser og andre mænd, der har sex med mænd, be- tyder det, at der kan være mulighed for at blive vaccineret gra- tis eller med tilskud. Dette gælder, hvis du bor i Københavns Kommune. Bor du andre steder, afhænger det af den lokale sundhedsmyndighed. Spørg din læge om mulighederne for at blive vaccineret mod hepatitis A og B der, hvor du bor. Husk at du som bøsse og som mand, der har sex med mænd, kan være berettiget til tilskud til vaccinen. Det er din læges op- gave – og ikke din – at undersøge mulighederne for tilskud der, hvor du bor.



Hvis du selv må betale, er det alligevel værd at overveje en vaccination mod hepatitis A og B. Mens du kan blive vaccineret mod hepatitis A og B, er der desværre ikke fundet en vaccine mod hepatitis C.

For hepatitis A og B gælder det, at har du først haft en af sygdommene, så kan du ikke få netop den igen. Til gengæld kan du godt blive smittet med en af de andre former for hepatitis på et senere tidspunkt.

Er du blevet rask efter en hepatitis C-infektion, kan du godt risikere igen at blive smittet med hepatitis C. Dette skyldes, at der er flere forskellige former for virus i hepatitis C-gruppen.

### Hepatitis og hiv

Vi ved ikke, om hepatitis medfører større risiko for hiv-smitte. Til gengæld kan forløbet af hepatitis blive mere alvorligt for hiv-positive. For hiv-positive er der derfor ekstra god grund til at blive vaccineret mod hepatitis A og B.

## Molluskler

Molluskler skyldes et såkaldt pox-virus. Sygdommen kaldes også vandvorter eller *molluscum contagiosum*. Når sygdommen er seksuelt overført, opstår vandvorterne oftest i området omkring pikken og røven, på lårene eller på den nederste del af maven.

### Smitteveje og beskyttelse

Molluskler smitter både ved sex og ved andre former for kontakt. Det kan være svært at undgå smitte med molluskler, da virus smitter ved tæt fysisk kontakt. Kondom hindrer ikke altid smitte, da vorterne kan sidde i kønsbeholdningen og på lårene eller røven. Har du eller en af dine sexpartnere molluskler, kan I nedsætte risikoen for smitte ved at undgå at røre vorterne og ved at undgå at dele håndklæder. Hvis I lader jer undersøge og behandle hurtigt og på samme tid, kan I undgå at føre smitten frem og tilbage mellem hinanden.

### Sygdomstegn

Mellem 2-12 uger efter smittetidspunktet vil mollusklerne kunne vise sig som små, lyserøde, halvkugleformede knopper på huden. Mollusklerne vil typisk befinde sig området omkring pikken og røven, på lårene eller på den nederste del af maven.

### Undersøgelse og behandling

Er der mistanke om molluskler, ser lægen efter vorternes udseende og placering og bedømmer derefter, om der er tale om molluskler.

Molluskler forsvinder af sig selv i løbet af nogle måneder. I nogle tilfælde behandles vorterne ved at skrabe eller fryse dem bort.

### Vaccination og immunitet

Der er ingen vaccine mod molluskler. Selv om du en gang har haft molluskler, kan du godt blive smittet igen.

### Molluskler og hiv

Molluskler medfører formentlig ikke en væsentlig større risiko for hiv-smitte.



## Fladlus

Fladlus er en parasit, som lever af at suge blod på mennesker. En fladlus er 1-2 millimeter i størrelse og kan derfor nogle gange ses med det blotte øje. Umiddelbart er det dog svært at få øje på dem. Fladlusene lever i hårene omkring pikken og røven og kan også leve i behåringen på benene, på brystet og i armhulerne. I sjældne tilfælde kan de også findes i øjenvipper og øjenbryn.

### Smitteveje og beskyttelse

Fladlus smitter ved de fleste former for sex og kan også smitte ved anden form for nær kropskontakt og ved at dele seng.

Det kan være svært at undgå at blive smittet med fladlus. Er du selv smittet, er det en god idé at undgå at have sex eller dele sengetøj og håndklæder, indtil du er blevet behandlet, og du regner med, at fladlusene er væk.

Er I flere, der normalt deler seng eller har sex med hinanden, bør I sørge for at behandle jer på samme tid, så I undgår at føre smitten frem og tilbage mellem hinanden.

### Sygdomstegn

Mellem 1-3 uger efter smittetidspunktet vil det normalt begynde at klø i skridtet. I stærk lys kan du måske få øje på lusene, som sidder nederst mod hårrødderne. Fladlusenes æg sidder klæbet fast på hårene.

Ud over den meget ubehagelige kløe, er der andre mulige tegn på fladlus. Det kan være små, blå pletter, der hvor lusen har bidt i huden. Der kan også være små pletter i underbukserne.

### Undersøgelse og behandling

I nogle tilfælde vil du selv få øje på fladlusene. Andre gange kan det være nødvendigt at gå til lægen. Er du i tvivl om, hvorvidt du har fladlus, kan du gå til din læge, eller du kan opsøge en af klinikkerne for sexsygdomme. Her vil personalet være trænet i at se efter fladlusene.

Behandlingen er en særlig shampoo eller et smøremiddel, som fås i håndkøb på apoteket. Følg vejledningen nøje – vejledningen udleveres sammen med behandlingen. Ellers risikerer du, at nogle af fladlusene eller æggene overlever, og så er du nødt til at starte forfra med en ny behandling.

Du bør også vaske dit sengetøj, dine håndklæder og det tøj, du har haft på de seneste dage op til behandlingen. Formålet er at undgå at blive smittet med fladlus eller æg derfra.

Ligesom hovedlus har også fladlusene udviklet en større modstandskraft imod behandlingsmidlerne. Det kan være nødvendigt med flere behandlinger for at slå fladlusene og deres æg helt ihjel.

På den anden side bør du ikke behandle dig selv overdrevent meget. Det er netop sådan, at lusene bliver mere modstandsdygtige. Også derfor kan det være en god idé at blive undersøgt for fladlus, inden du sætter en behandling i gang.

### Vaccination og immunitet

Der er ingen vaccine mod fladlus. Selv om du har haft fladlus en gang, kan du sagtens blive smittet igen på et senere tidspunkt.

### Fladlus og hiv

Fladlus medfører formentlig ikke en væsentlig større risiko for hiv-smitte.

# Fnat

Fnat er en mide, som lever i menneskets yderste hudlag, hvor den graver gange til at parre sig og lægge æg i. Fnatmiden er mindre end en millimeter i størrelse, og det er svært at få øje på den. Med et trænet øje kan man nogle gange se fnatmiden og de gange, som den graver i huden.

## Smitteveje og beskyttelse

Fnat smitter ved de fleste former for sex og kan også smitte ved anden form for kropskontakt og ved at dele seng.

Det kan være svært at undgå at blive smittet med fnat. Er du selv smittet, er det en god idé at undgå at have sex eller dele sengetøj og håndklæder, indtil du er blevet behandlet, og du regner med, at fnatmiderne er væk.

Er I flere, der deler seng eller har sex med hinanden, bør I sørge for at behandle jer på samme tid, så I undgår at føre smitten frem og tilbage mellem hinanden.

## Sygdomstegn

Mellem 2-4 uger efter smittetidspunktet vil det begynde at klø i voldsomt. Det kan være på fingre, håndled, armhuler og omkring navlen og kønsorganerne. Det ubehagelige kløe er som regel værst om aftenen, og specielt når du ligger under dynen.

## Undersøgelse og behandling

Har du mistanke om fnat, bør du gå til lægen eller til en klinik for seksygdomme. Hvis ikke fnat bliver behandlet, kan du få eksem, og sygdommen kan udvikle sig til en kronisk hudsygdom.

På den anden side bør du undgå overflødige behandlinger. Det er derfor bedst at lade lægen undersøge dig, inden du tager en behandling, da lægen ofte bedre kan se og vurdere, om du er smittet med fnat.

Fnat behandles med en særlig creme, der fås på apoteket. Du bør også vaske dit sengetøj, dit håndklæde og det tøj, du har haft på de seneste dage op til behandlingen. Formålet er at undgå at blive smittet derfra.

Fnat kan have smittet dine sexpartnere. Fnat kan også have smittet dem, som du eventuelt bor sammen med. I bør alle lade jer behandle på samme tid, så I undgår at føre smitten frem og tilbage mellem hinanden.

## Vaccination og immunitet

Der er ingen vaccine mod fnat. Selv om du har haft fnat en gang, kan du sagtens blive smittet igen på et senere tidspunkt i livet.

## Fnat og hiv

Fnat medfører formentlig ikke en væsentlig større risiko for hiv-smitte.



# Klinikker for seksyldomme

## **København's Venereaklinik**

Bispebjerg Hospital

Bispebjerg Bakke 23, Indgang 4, 3. tværvæg, afdeling D, 1. sal  
2400 København NV

Telefon: 35 31 31 88 (rådgivningen)

Åben konsultation: Mandag-torsdag 8.30-17.30,  
samt fredag 8.30-14.00.

## **Amtssygehuset i Gentofte**

Dermato-venereologisk afdeling – afdelingen for kønssyldomme

Niels Andersens Vej 65, 2900 Hellerup

Telefon: 39 77 31 88

Åben konsultation: Alle hverdage 9-12,  
samt tirsdag og torsdag 16-17.

## **Dermato-Venerologisk Afdeling D**

Århus Sygehus

P. P. Ørumsgade 11, 8000 Århus C

Telefon 89 49 18 61

Åben konsultation: Mandag, onsdag, torsdag  
og fredag 8.00-8.30, samt tirsdag 15.00-16.30.

## **Odense Universitetshospital**

Dermatologisk-Venerologisk Afdeling

Sdr. Boulevard 29, 5000 Odense C

Telefon: 65 41 27 07

Åben konsultation: Tirsdag og torsdag 16-17.

## **Sexualvejledningsklinikken**

Jyllandsgade 79 C, 6700 Esbjerg

Telefon: 76 11 94 40

Åben konsultation: Onsdag 16-18.

## Rådgivning

*Rådgivning og information om hiv og andre seksyldomme:*

Sikker6.info

telefon 33 91 11 19

sikker6.info

*Rådgivning til hiv-positive og pårørende:*

Rådgivning Øst (med lokaler i København):

telefon 33 32 58 60

Rådgivning Vest (med lokaler i Jylland og på Fyn):

telefon 70 22 58 68

[hiv-danmark.dk](http://hiv-danmark.dk)

TEKST: THOMAS R. KRISTENSEN  
ILLUSTRATION: CLAUDIO  
GRAFISK DESIGN: MIKKEL SONNE  
TRYK: LITOPRINT

# Mere om sex og hiv

Vil du læse mere om sex og hiv, kan du bestille STOP AIDS' øvrige pjecer Hiv og Smitteveje, Analsex, Oralsex, Sexikon, Hiv-test, PEP, Beyond Vanilla og Positiv Sex.

Du kan også downloade pjecerne på vores hjemmeside [stopaids.dk](http://stopaids.dk).

Denne pjece er udgivet af:  
STOP AIDS – Bøssernes hiv-organisation  
Amagertorv 33, 3. sal, Postboks 190  
1006 København K  
33 11 29 11  
[stopaids@stopaids.dk](mailto:stopaids@stopaids.dk)  
[stopaids.dk](http://stopaids.dk)

STOP AIDS – Bøssernes hiv-organisation – er en selvejende institution, hvis primære formål er at bekæmpe spredningen af hiv blandt bøsser og andre mænd, der har sex med mænd.

**STOPAIDS.DK**

2. UDGAVE, 2008