

Kondome keinen ausreichenden Schutz. Die Teilnahme an Veranstaltungen und Festivals im Freien erhöht das Risiko einer MPXV-Infektion nicht, aber enger Körperkontakt, einschließlich Sex, erhöht das Risiko einer Ansteckung. Achten Sie auf die genannten Symptome und suchen Sie frühzeitig einen Arzt auf, wenn bei Ihnen oder einem aktuellen Partner oben genannte Symptome auftreten.

### Was sollte ich tun, wenn ich Symptome an mir feststelle?

Checken Sie Ihren Körper regelmäßig auf Hautveränderungen ab. Wenn Sie Symptome feststellen, suchen Sie am besten frühzeitig einen Arzt/eine Ärztin auf. Sie sollten nicht auf das Auftreten von Hautveränderungen warten, wenn Sie sich krank fühlen und eine sexuell übertragbare Infektion vermuten. Am besten sprechen Sie vorab telefonisch mit Ihrer Arztpraxis, bevor Sie dort hingehen.

Wenn Sie keine Krankenversicherung haben, stehen in einigen Bezirken auch die Zentren für sexuelle Gesundheit zur Verfügung. Auch der Checkpoint BLN bietet medizinische Beratung und Diagnostik an. Decken Sie auf dem Weg dorthin und in den Einrichtungen die Hautläsionen ab und tragen Sie eine medizinische Maske.

Enge körperliche Kontakte (Hautkontakte, Sexualkontakte) sollten unbedingt vermieden werden, solange die Symptome nicht ärztlich abgeklärt wurden. Besuchen Sie keine Partys, Festivals, Saunen, Darkrooms o.ä. solange Ihre Symptome nicht eindeutig ärztlich abgeklärt wurden. Sollten Sie während eines mehrtägigen Festivals oder Clubbesuchs Symptome an sich bemerken, unterbrechen Sie Ihren Besuch dort und suchen ärztliche Hilfe auf. Informieren Sie Personen mit denen Sie enge Kontakte hatten über Ihre Symptome.

### Was sollte ich tun, wenn bei mir MPX diagnostiziert wurde oder ich vermute, dass ich infiziert bin?

Informieren Sie Ihre engen/sexuellen Kontakte über Ihre Infektion und weisen Sie sie darauf hin, dass sie sich auch nach dem Kontakt noch impfen lassen können. Das zuständige Gesundheitsamt informiert Kontaktpersonen ebenfalls über wichtige Maßnahmen und alles Weitere zur Impfung, benötigt aber dafür möglichst vollständige Informationen.

Zudem sollten Sie unbedingt das Risiko minimieren, das Virus an andere Personen weiterzugeben. Dies können Sie tun, in dem Sie folgende Punkte berücksichtigen, und zwar mind. so lange bis alle Hautläsionen vollständig abgeheilt sind und sich eine neue Hautschicht gebildet hat:

- Verzichten Sie auf enge Hautkontakte und sexuelle Kontakte mit anderen Menschen (wenn bei Ihnen eine MPX-Infektion nachgewiesen wurde, auch schon bevor Sie selbst Hautläsionen an sich entdecken)
- Besuchen Sie keine Veranstaltungen, Clubs oder Partys
- Meiden Sie öffentliche Verkehrsmittel
- Decken Sie die betroffenen Hautstellen ab und tragen Sie eine medizinische Maske, wenn Sie Kontakt mit anderen Personen haben (z.B. zu Haushaltskontakten, Mitbewohner\*innen) oder sich außerhalb Ihrer Wohnung aufhalten
- Vermeiden Sie Kontakte zu Personen, die eine eingeschränkte Funktion des Immunsystems haben (z.B. unbehandelte HIV-Patient\*innen), zu Schwangeren und kleinen Kindern. Diese Personen haben ein besonders großes Risiko schwere MPX-Infektionen zu erleiden und müssen besonders geschützt werden.
- Teilen Sie Kleidung, Handtücher, Bettwäsche etc. nicht mit anderen Personen

- Achten Sie zu Hause auf eine gute Hygiene, waschen Sie Wäsche und Bettwäsche (mit normalem Waschmittel) regelmäßig
- Vermeiden Sie Kontakt zu (Haus-)Tieren. MPX ist eine Erkrankung, die sowohl Menschen als auch Tiere betrifft, das heißt Sie können Ihre Haustiere anstecken. Um zu verhindern, dass sich MPXV irgendwann auch in Berlin in Wildtieren wie z.B. Ratten etabliert ist es wichtig, jeden Kontakt zu Tieren zu vermeiden.
- Bislang ist unklar, ob und wie lange MPXV auch über Sperma/Vaginalsekrete übertragen werden kann. Dies wird gerade in Studien untersucht. Um sicherzugehen, sollten Sie auch nachdem alle Hautläsionen vollständig abgeheilt sind, bei sexuellen Kontakten für 8 Wochen nach der Infektion noch Kondome benutzen.

Pflegen Sie Ihre Haut und halten Sie die betroffenen Hautstellen so sauber wie möglich. Waschen Sie sich mit einer milden Seife und fragen Sie nach Medikamenten, wenn die Stellen schmerzhaft sind oder jucken. Denken Sie daran, sich nach dem Berühren des Ausschlags gründlich die Hände zu waschen. Dies hilft, Infektionen und Komplikationen zu vermeiden. Wenn Sie Schwellungen oder Rötungen um die betroffenen Hautstellen herum bemerken oder wenn Sie plötzlich Fieber bekommen – auch wenn sich Ihre Symptome schon gebessert hatten – suchen Sie ärztliche Hilfe auf!

Kratzen oder stechen Sie die Bläschen nicht auf, dies führt zu weiteren Infektionen und Komplikationen und vergrößert das Risiko einer Narbenbildung!



Alle Informationen zu MPX und Impfangeboten unter

[www.berlin.de/lageso/gesundheit/infektionskrankheiten/affenpocken](http://www.berlin.de/lageso/gesundheit/infektionskrankheiten/affenpocken)

[www.berlin.de/lageso](http://www.berlin.de/lageso)

SHARE JOY  
NOT POX!

KNOW THE RISKS OF MPX

## Informationen zu MPX in Berlin

Landesamt  
für Gesundheit und Soziales

**BERLIN**



## Infos zur Impfung

Die Impfung wird empfohlen für Kontaktpersonen von MPX-Fällen sowie für Männer, die Sex mit Männern haben (MSM) und dabei häufig den Partner wechseln. Aufgrund der aktuell geringen Verfügbarkeit des Impfstoffs, werden in Berlin momentan v.a. Menschen mit einer erhöhten Gefahr für einen schweren Krankheitsverlauf geimpft.

In Berlin wird der Impfstoff Imvanex® geimpft, der in Europa zum Schutz vor Pocken zugelassen ist und nach derzeitiger wissenschaftlicher Kenntnislage auch vor einer Infektion mit MPXV/Affenpocken schützt. In den USA ist dieser Impfstoff unter dem Namen JYN-NEOS® zugelassen zur Vorbeugung von Pocken- und Affenpockenerkrankungen.

Die Grundimpfung beinhaltet zwei Impfdosen, die im Abstand von mind. 28 Tagen gegeben werden. Bei bestimmten Personen (z.B. Immungeschwächte) können danach weitere Auffrischimpfungen notwendig sein. Die Impfung erfolgt als Injektion (subkutan), in der Regel in den Oberarm.

Sie ist für die zu impfenden Personen kostenfrei. Die Entscheidung für eine Impfung liegt im Ermessen der impfenden Ärztin oder des impfenden Arztes.

Geimpft wird vorrangig in HIV-Schwerpunktpraxen. Eine Liste aller Impfstellen in Berlin ist hier zu finden: [www.dagnae.de](http://www.dagnae.de)

## Affenpocken / MPX?

Affenpocken (monkeypox, kurz: MPX) sind eine Viruserkrankung, ausgelöst durch das Affenpockenvirus (Monkeypox virus, MPXV). Das Virus ist verwandt mit den klassischen Pockenviren (Variola, Smallpox). MPX war bisher eine in Europa seltene, vermutlich vor allem von Nagetieren auf den Menschen übertragene Erkrankung.

## Wie ist aktuell die Situation bei den Affenpocken / MPX?

In mehreren Ländern in und außerhalb Europas werden seit Mitte Mai 2022 MPX-Fälle festgestellt. Es handelt sich um ein größeres internationales Ausbruchsgeschehen, bei dem vor allem Länder betroffen sind, in denen MPX bisher nicht vorkam. Spanien, Portugal, das Vereinigte Königreich und Deutschland sind bisher am stärksten betroffen.

Berlin hat deutschlandweit mit Abstand die meisten MPX-Fälle. Obwohl sich jeder mit MPXV infizieren kann, wurden bisher die meisten Fälle bei schwulen und bisexuellen Männern und anderen Männern, die Sex mit Männern haben, festgestellt. In Berlin sind bislang ausschließlich Männer betroffen. MPX sind aber keine „Schwulenkrankheit“, und schwule Männer sollten nicht für den Ausbruch verantwortlich gemacht werden.

## Wie wird das Affenpockenvirus (MPXV) übertragen?

MPXV kann durch engen Körperkontakt (Haut-zu-Haut), zum Beispiel beim Sex, übertragen werden. Entscheidend sind hier alle Situationen, bei der die Viren aus betroffenen Hautstellen einer erkrankten Person in Kontakt zu Haut und Schleimhaut einer anderen Person kommen. Dies kann auch beim Küssen, Streicheln oder Kuschneln der Fall sein. Bislang scheinen allerdings Sexualkontakte die entscheidende Rolle bei der Übertragung zu spielen, MPXV kann aber auch durch Tröpfchen aus der Atemluft bei längerem direkten Kontakt oder durch kontaminierte Gegenstände (z. B. Kleidung, Bettzeug und Sextoys) übertragen werden. Kondome bieten keinen ausreichenden Schutz vor einer Übertragung, denn entscheidend für eine Übertragung ist der direkte Kontakt zu Hautläsionen (Pickel, Bläschen, verschorftete Pusteln, Krusten).

## Was sind die Symptome / woran erkenne ich, dass ich mich infiziert habe?

Die Zeit zwischen Kontakt mit MPXV und dem Auftreten erster Symptome (Inkubationszeit) beträgt in der Regel zwischen 5 und 21 Tagen. Bei den in Berlin gemeldeten Fällen, bei denen sich eine Inkubationszeit abschätzen ließ, zeigt sich bislang eine mittlere Inkubationszeit von ca. 9 Tagen (Median).

Die Krankheit selbst dauert in der Regel zwei bis vier Wochen. Erste Anzeichen sind oft:

- Fieber, Schüttelfrost
- Muskelschmerzen, Rückenschmerzen
- Müdigkeit und Kopfschmerzen

Diese ersten Anzeichen können aber auch fehlen!

Wenige (1-3) Tage nach Beginn dieser ersten Anzeichen entwickeln Betroffene einen Ausschlag bzw. kleine Hautläsionen, oft auf oder in der Nähe der Genitalien oder am Anus, aber auch an anderen Stellen wie Händen, Füßen, Brust oder im Gesicht.

Diese Hautläsionen durchlaufen mehrere Stadien und können am Anfang aussehen wie Pigmentflecken. Sie entwickeln sich dann zu Pickeln oder flüssigkeitsgefüllten Bläschen, die später eine schorfige Kruste bilden.

Zum Schluss fallen diese Krusten ab und die Läsionen sind abgeheilt. Die betroffenen Hautstellen können sehr schmerzhaft sein oder jucken und es kann auch zu sehr starker Narbenbildung an betroffenen Stellen kommen. Die Hautläsionen können sich zudem auch auf Schleimhäuten im Körperinneren befinden, z. B. im Mund, in der Vagina oder im Anus.

Die Hautveränderungen können anfangs sehr unauffällig sein und werden, da sie sich häufig im Genitalbereich befinden, oft mit anderen sexuell übertragbaren Krankheiten verwechselt bzw. nicht sofort als MPX wahrgenommen.

Bitte beachten: Betroffene können alle oder nur einige dieser Symptome haben. Die meisten Menschen mit MPX bekommen einen Ausschlag oder einzelne Hautläsionen.

Einige Menschen haben berichtet, dass sie den Hautausschlag oder die Läsionen entwickeln, bevor die grippeähnlichen Anfangssymptome auftreten (oder auch ganz ohne diese). Man kann auch nur sehr vereinzelte Hautläsionen haben.

MPXV kann vom Beginn der ersten Symptome an übertragen werden und zwar so lange bis alle Hautläsionen, einschließlich des Schorfs, abgeheilt sind und sich eine neue Hautschicht gebildet hat. Dies kann mehrere Wochen dauern.

## Was kann ich selbst tun, um eine Ansteckung mit MPXV zu verhindern?

Den besten Schutz vor einer MPXV-Ansteckung bietet eine Impfung, diese wird momentan empfohlen für Kontaktpersonen sowie für Personen mit erhöhtem Expositionsrisiko, u.a. für Männer, die Sex mit Männern haben (MSM) und dabei häufig den Partner wechseln.

Enge sexuelle Kontakte und direkte Hautkontakte spielen bisher bei der Übertragung die größte Rolle. Enge Hautkontakte und sexuelle Kontakte mit unbekanntem Personen, deren Gesundheitsstatus man nicht einschätzen kann, bergen ein großes Ansteckungsrisiko. Daher kann man das eigene Ansteckungsrisiko reduzieren, wenn man die Zahl der Sexpartner\*innen verringert, deren Gesundheitsstatus man nicht einschätzen kann. Unbedingt vermeiden sollte man enge Kontakte zu Personen, bei denen man Hautläsionen oder einen Hautausschlag bemerkt, oder die grippeähnlichen Symptome wie Fieber und Schüttelfrost haben. Da vor allem der Kontakt zu den betroffenen Hautstellen zu einer Übertragung führt, bieten auch