



Die wichtigsten Fragen und Antworten zu

# Affenpocken

Stand: 27. Juli 2022

- Was sind Affenpocken?
- Wie bekommt man Affenpocken?
- Wie kann ich eine Ansteckung vermeiden?
- Soll ich mich vorbeugend impfen lassen?
- Was tue ich, wenn ich fürchte, mich mit Affenpocken angesteckt zu haben?
- Wohin kann ich mich wenden?



## Was sind Affenpocken?

Affenpocken sind eine seltene Viruserkrankung.

Charakteristisch für die Erkrankung sind Hautveränderungen wie Blasen, Ausschlag oder Verschorfungen, die sehr schmerzhaft sein können. Die Hautveränderungen können im Genital- oder Analbereich auftreten oder an anderen Stellen wie an den Händen, Füßen, der Brust, dem Gesicht oder im Mund.

Oft (aber nicht immer) haben Menschen, die an Affenpocken erkranken, außerdem allgemeine Krankheitssymptome wie Fieber, Kopf- und Muskelschmerzen und Abgeschlagenheit.

Die Symptome beginnen in der Regel 5-21 Tage nach Kontakt mit dem Virus auf und heilen meist von selbst wieder ab. Bei Kindern und bei Menschen mit besonderen Risikofaktoren, zum Beispiel einer Immunschwäche, kann es aber auch zu schweren Verläufen kommen.

## Wie bekommt man Affenpocken?

### Übertragung von Mensch zu Mensch

Menschen, die an Affenpocken erkrankt sind, können andere Menschen anstecken. In den meisten Fällen geschieht das durch engen Haut-zu-Haut-Kontakt – zum Beispiel beim Sex. Das ist der in Deutschland aktuell am häufigsten beobachtete Übertragungsweg. Das Ansteckungsrisiko ist dabei am höchsten, während die Hautveränderungen bestehen: Die Bläschenflüssigkeit, Krusten und Wunden enthalten Viren, die dann über kleinste Hautverletzungen oder die Schleimhäute übertragen werden.

Auch über Gegenstände können Menschen sich mit Affenpocken anstecken, zum Beispiel durch gemeinsam genutzte Bettwäsche oder Handtücher. Möglich ist eine Ansteckung auch bei Unterhaltungen, Niesen oder Husten in nächster Nähe. Affenpocken gelten jedoch als nicht sehr ansteckend. Eine Gefährdung für die Gesundheit der breiten Bevölkerung in Deutschland schätzt das RKI nach derzeitigen Erkenntnissen als gering ein.



## Übertragung zwischen Tieren und Menschen

Auch Tiere können das Virus auf Menschen übertragen. Affenpockenviren sind in West- und Zentralafrika bei Nagetieren verbreitet. Menschen können sich anstecken, wenn sie infizierte Tiere anfassen, von ihnen gebissen werden oder das Fleisch essen, ohne dass es ausreichend erhitzt wurde.

In Deutschland spielt die Übertragung über Tiere bisher keine Rolle. Dennoch sollten infizierte Personen vorsichtshalber den direkten Kontakt mit Haustieren vermeiden und besonders auf Hygienemaßnahmen wie gründliches Händewaschen achten, da nicht auszuschließen ist, dass auch Haustiere sich anstecken können.

## Wie kann ich eine Ansteckung vermeiden?

Affenpocken werden durch engen Körperkontakt übertragen. Sie senken Ihr Risiko, an Affenpocken zu erkranken, wenn Sie die Zahl der Sexpartner und/oder Sexpartnerinnen reduzieren. Vermeiden Sie Situationen, in denen Sie Hautkontakt mit wenig bekleideten, Ihnen unbekanntem Menschen haben – zum Beispiel in Darkrooms oder Saunen.

Das Ansteckungsrisiko ist am höchsten, während der Affenpockenausschlag besteht. Vermeiden Sie daher Hautkontakt, wenn Menschen in Ihrer Umgebung Hautveränderungen zeigen, die auf Affenpocken hinweisen könnten. Berühren Sie keine Ausschläge oder Wunden.

Aufgrund dieser Übertragungswege ist es für die breite Bevölkerung in Deutschland nach wie vor sehr unwahrscheinlich, Affenpocken zu bekommen. Das Robert-Koch-Institut schätzt die gesundheitliche Gefahr durch Affenpocken für die breite Bevölkerung als gering ein.



## Soll ich mich vorbeugend impfen lassen?

In der EU ist ein Pocken-Impfstoff zugelassen, der auch zum Schutz vor Affenpocken eingesetzt werden kann.

Die ständige Impfkommission empfiehlt die vorbeugende Impfung derzeit Männern ab 18 Jahren, die gleichgeschlechtliche sexuelle Kontakte mit wechselnden Partnern haben (MSM). Der Grund ist, dass die Fälle in Deutschland bisher fast ausschließlich in dieser Personengruppe aufgetreten sind und diese Gruppe deshalb besonders geschützt werden soll. Darüber hinaus wird die Impfung für Laborpersonal empfohlen, das mit infektiösen Proben Kontakt hat.

Für die breite Bevölkerung besteht derzeit kein Grund, sich vorbeugend gegen Affenpocken impfen zu lassen.

## Was tue ich, wenn ich fürchte, mich mit Affenpocken angesteckt zu haben?

Wenn Sie befürchten, sich mit Affenpocken angesteckt zu haben, dann

- bleiben Sie zu Hause,
- vermeiden Sie engen körperlichen Kontakt zu anderen Menschen,
- rufen Sie Ihr zuständiges Gesundheitsamt an.

Das gilt unabhängig davon, ob Sie Symptome haben oder sich gesund fühlen. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Gesundheitsamtes besprechen mit Ihnen das weitere Vorgehen. So kann es sinnvoll sein, sich nach einem Risikokontakt möglichst schnell impfen zu lassen, um schwere Verläufe der Erkrankung zu verhindern. Möglicherweise ordnet das Gesundheitsamt auch eine vorübergehende Quarantäne an.

Wenn Sie medizinische Hilfe benötigen, rufen Sie zunächst Ihren Arzt oder Ihre Ärztin an und erklären Sie die Situation, bevor Sie die Praxis aufsuchen.

Die Charité Universitätsmedizin hat zusammen mit dem Robert Koch Institut eine Internetseite (PoxApp unter <https://poxapp.charite.de/>) entwickelt, die Ihnen helfen kann einzuschätzen, ob ein Arztbesuch oder Test notwendig ist.



## Wohin kann ich mich wenden?

Die medizinische Versorgung ist regional unterschiedlich organisiert. Leider gibt es bisher kein Verzeichnis, das geeignete Anlaufstellen für die Impfung oder Diagnostik bei Verdacht auf Affenpocken auflistet.

In jedem Fall ist es sinnvoll, sich zunächst an das zuständige Gesundheitsamt zu wenden. Das Gesundheitsamt sollte Ihnen die Anlaufstellen in Ihrer Region nennen können.

Wenn Sie ärztliche Hilfe benötigen, können Sie sich auch an Ihre Hausarztpraxis oder eine Facharztpraxis für Haut- und Geschlechtskrankheiten wenden. Da die Fälle in Deutschland bisher fast ausschließlich Männer betreffen, die Sex mit Männern haben, kommen auch HIV-Schwerpunktpraxen oder Beratungsstellen der Gesundheitsämter für sexuell übertragene Erkrankungen in Frage.

Eine weitere Anlaufstelle ist Ihre nächstgelegene Uniklinik. Schauen Sie auf der Internetseite nach oder rufen Sie die Klinik an und erkundigen sich, welche Angebote es dort in Hinsicht auf Affenpocken gibt.

## Quellen und weiterführende Informationen:

[FAQs und Informationen der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung \(BZGA\)](#)

[Themenseite des Robert Koch-Instituts zu Affenpocken](#)

[BZGA/RKI: Merkblatt Affenpocken](#)

[Deutsche Aidshilfe e.V.: Themenseite Affenpocken](#)



Erstellung: 13.7.22 • Letzte inhaltliche Überarbeitung: 27.7.22

Die Unabhängige Patientenberatung Deutschland (UPD) mit Sitz in Berlin ist eine gemeinnützige Einrichtung. Sie berät im gesetzlichen Auftrag Ratsuchende unabhängig, neutral und kostenfrei zu gesundheitlichen und gesundheitsrechtlichen Fragen.

Das Beratungsteam ist online über die UPD-Homepage, per Post oder telefonisch an 80 Stunden in der Woche unter der Telefonnummer 0800 011 77 22 (montags bis freitags von 8.00 bis 22.00 Uhr und samstags von 8.00 bis 18.00 Uhr) erreichbar. Fremdsprachige Angebote: Beratung auf Türkisch, Rufnummer: 0800 011 77 23, Zeiten: montags bis samstags von 8.00 bis 18.00 Uhr; Beratung auf Russisch, Rufnummer: 0800 011 77 24, Zeiten: montags bis samstags von 8.00 bis 18.00 Uhr; Beratung auf Arabisch, Rufnummer: 0800 332 212 25, Zeiten: dienstags 11.00 bis 13.00 Uhr und donnerstags 17.00 bis 19.00 Uhr.

Darüber hinaus erreichen Ratsuchende die Beratung über eine der 30 regionalen Beratungsstellen oder eines der drei UPD-Beratungsmobile, die regelmäßig mehr als 100 weitere Städte besuchen. Die regionale Beratung kann nach telefonischer Terminvereinbarung unter der kostenfreien Nummer 0800 011 77 25 genutzt werden, die mobile Beratung kann auch spontan aufgesucht werden. Weitere Informationen zu den Standorten der regionalen Beratung und eine Übersicht über die von den Mobilien angefahrenen Städte finden sich auf: [www.patientenberatung.de](http://www.patientenberatung.de).

#### Impressum

UPD Patientenberatung Deutschland gGmbH  
Tempelhofer Weg 62 | 12347 Berlin  
ViSdP: Thorben Krumwiede