tina DANKE an

Dr. Karen Reinecke (55)

Sie erzählt garantiert nix vom Storch!

Die Ärztin sorgt an Schulen für Aufklärung. Peinlich? Nein, die Jugendlichen freuen sich über Infos, nach denen sie Eltern nicht fragen und die nicht aus dem Internet kommen

Text: Sibylle Royal **Fotos:** Gunnar Geller

VERTRAUENSPERSON Dr. Karen Reinecke in der 10 C einer Hamburger Schule

Stimmt es, dass ein Baby zur Welt zu bringen mehr schmerzt als eine Schusswunde? Schmeckt sein Sperma süßer, wenn mein Freund Ananassaft trinkt? Wird man durch die Pille dick? Statt im Kunstunterricht die Impressionisten zu betrachten, steht heute in der dritten Doppelstunde der 10 C ein ganz besonderer Stoff im Fokus. Und ganz egal, welche Frage rund um Sexualität, körperliche Veränderungen und Gesundheit an die Frau in Turnschuhen und vorm Smartboard jetzt herangetragen wird: Dr. Karen Reinecke gibt auf alles eine Antwort. Gelassen, freundlich, verständnisvoll. Das ist ihr Job.

Gerade in der Pubertät kommen viele Unsicherheiten auf

„Ich bin Ärztin und unterliege der Schweigepflicht", mit diesen Worten hat die Hamburgerin ihre Infostunde an der Bramfelder Stadtteilschule eröffnet. Zwölf Teenager sitzen auf den bunten Stühlen vor ihr. Handys liegen jede Menge auf den Tischen. Aber keine der Schülerinnen wird damit die nächsten 90 Minuten gelangweilt herumspielen. Das, was ihnen die 55-Jährige zu erzählen hat, ist ganz offensichtlich viel zu spannend.

Ja, Brüste können ungleich wachsen, und nein, du bist nicht allein: Mindestens die Hälfe aller Frauen hat Beschwerden während ihrer Periode – Dr. Reinecke weiß, dass mit der Pubertät viele Unsicherheiten und Fragen aufkommen. Aber mit Eltern oder gar Lehrerschaft über Sexualität sprechen? „Das ist vielen Heranwachsenden zu peinlich. Im Internet finden sich zwar die vielfältigsten Infos. Nur was davon ist wirklich wahr?"

Bis zu fünfmal die Woche steht Dr. Reinecke vor Kindern und Jugendlichen von der 4. bis zur 13. Klasse. Denn sie ist eine von 107 Medizinerinnen und Medizinern, die mit großem ehrenamtlichen Engagement für den deutschlandweit tätigen Verein ÄGGF arbeiten. Die Ärztliche Gesellschaft zur Gesundheitsförderung e.V. hat es sich zur Aufgabe gemacht, Gesundheitsbildung in Klassenzimmer zu bringen. „Als neutrale Person, die nur einmal pro Schuljahr erscheint und keine Noten verteilt, genießen wir bei der Schülerschaft einen Vertrauensvorschuss", weiß Dr. Reinecke. „Zudem greife ich Themen auf, mit denen sich manche Lehrkräfte nicht so wohlfühlen." Sexuell übertragbare Infektionen etwa, aber auch Verhütungsmethoden. Wie wichtig Prävention ist, sieht die Ärztin mit besorgtem Blick auf die steigende Abtreibungsstatistik: „Zehn Prozent plus im Vergleich zu 2021! Gleichzeitig nutzen immer weniger Mädchen und Frauen hormonelle Verhütungsmittel, die eine hohe Sicherheit versprächen."

Jetzt zieht die Expertin das Modell einer Gebärmutter aus ihrer Riesentasche mit dem ÄGGF-Logo und sagt: „Schaut mal, während eures Zyklus wächst hier im Eierstock ein Eibläschen bis zu einer Größe von zwei Zentimetern heran. Wenn ihr mit der Blutung Rückenschmerzen bekommt, dann liegt es an den Hormonen, die eure Bänder weicher machen. Also einfach öfter mal die Sitzposition wechseln und Sport treiben. Ich finde, dieses Wissen macht den Schmerz erträglicher." Im Klassenzimmer nebenan erklärt währenddessen ein ÄGGF-Kollege den Jungs der 10 C, dass Kondome nicht für die Ewigkeit gemacht sind (Naturprodukt mit Ablaufdatum!) – und auch sie im Notfall in der Apotheke die Pille danach erfragen können. „Rezeptfrei", bekräftigt der Urologe.

Gesundheitsbildung nach Geschlechtern getrennt gehört zum Konzept: „Ohne die Jungs ist es einfacher, Fragen zu stellen", freut sich eine der Schülerinnen und fügt hinzu: „Im Bio-Unterricht wurde nur übers Schwangerwerden, aber nie konkret über Verhütungsmethoden gesprochen. Ich wusste zum Beispiel nicht, dass die Krankenkasse die Antibabypille bis zum Alter von 22 zahlt." An Schulen würde über so vieles gesprochen, nur nicht über sexuelle Gesundheit. Dabei sei das Schamgefühl junger Menschen extrem gewachsen, beobachtet die Ärztin. „Jugendliche kennen die ungewöhnlichsten Sexpraktiken, aber ihren eigenen Körper kaum."

CATRIN STOLTENBERG, KLASSENLEHRERIN

Wir hatten in der Vergangenheit regelmäßig ungewollte Schwangerschaften

Sie beobachtet, dass die Infostunde auch den Arzt-Besuch erleichtert

NANNA (15), SCHÜLERIN

Bei ihr habe ich keine Angst, dass eine Frage dumm sein könnte

Nanna freute sich über Infos, die im Unterricht nur gestreift würden

Die Idee zum Verein entstand bereits Ende der 1940er-Jahre, als die Düsseldorfer Ärztin Dr. Judith Esser-Mittag Schwesternschülerinnen rund um Monatshygiene aufklärte und die als Leistungsschwimmerin gleichzeitig den Tampon in Deutschland mit entwickelte. Allein in den letzten fünfzehn Jahren haben die Profis der ÄGGF eine Million Schülerinnen und Schüler plus Lehrkräfte und Eltern informiert. „Nur wer seinen Körper kennt und schätzt, schützt ihn", sagt Dr. Reinecke, der es am Herzen liegt, so viele junge Menschen wie möglich zu erreichen. Gegen Fehlinfos und Mythen aus dem Internet hat der Verein jetzt den eigenen YouTube-Kanal und die Website „DOCtorial: klick auf klärung!" lanciert. Deren Web-Adressen gibt Reinecke pünktlich zum Schluss-Gong den Schülerinnen samt Broschüren mit auf den Weg: „Auf unsere Infos könnt ihr vertrauen. Da ist nichts ein Fake! Und wenn euch das mit der Ananas wirklich interessiert? Ausprobieren!" ■

Infos & Unterstützung

Der Verein freut sich über Spenden, damit noch mehr Schulbesuche möglich werden. Auch Ärztinnen und Ärzte zum Mitarbeiten werden immer gesucht (www.aeggf.de). Verlässliche Infos online teilen die Profis unter: www.doctorial.de, www.youtube.com/@DOCtorial