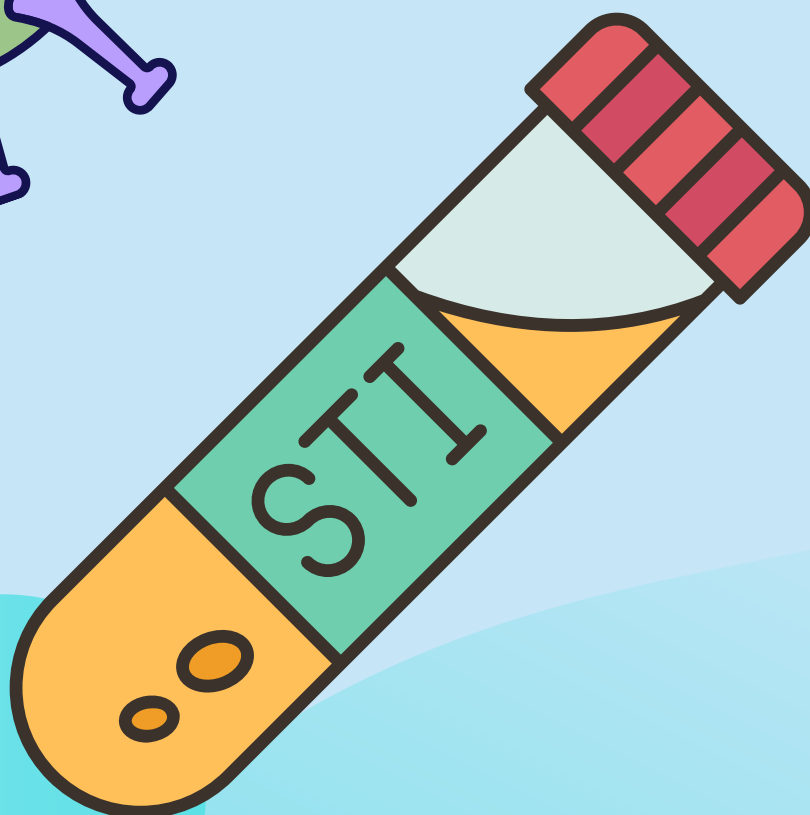
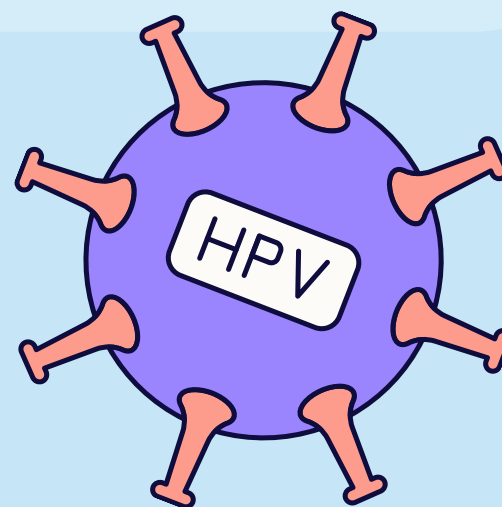


Как да се предпазим от Сексуално Преносими Инфекции



Единственият начин да сте напълно сигурни, че няма да получите СПИ е никога да нямате сексуален контакт с друг човек. Но това не работи за по-голямата част от хората – повечето от нас са сексуално интимни с други хора в даден момент от живота си. Така че безопасният секс е най-добрият начин да избегнете получаване или предаване на СПИ.

Какво представляват СПИ?

Това са вируси, бактерии, гъбички или паразити, с които хората могат да се заразят чрез сексуален контакт. Полово предаваните болести се развиват в резултат на полово предавани инфекции. Инфекцията води до симптомите на заболяването.



Как се разпространяват СПИ?

Те се преведат от човек на човек чрез вагинален, анален и орален секс, чрез обмяна на течности по време на секс - вагинален секрет, сперма; както и директен контакт - кожа с кожа по време на секс.



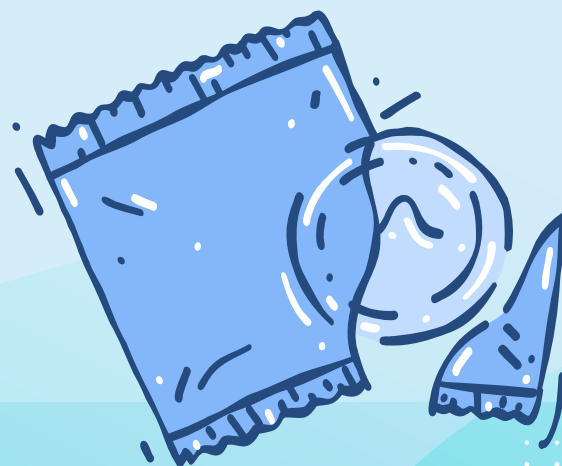
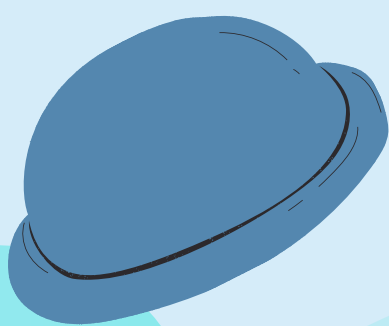
Как да се предпазим?

- **Използване на бариерни методи** - мъжки презервативи, женски презервативи, диафрагми, кофердам - dental dam и/или ръкавици;

- **Редовно тестване** - дори ако винаги използвате бариерни методи!

Повечето хора със СПИ нямат симптоми и не знаят, че са заразени и лесно могат да предадат инфекцията на партньорите си.

Препоръчва се във взаимно моногамна връзка **човек да се тества 1 път годишно**, при множество сексуални партньори - **след всеки нов партньор**, ако това не е възможно, **на всеки 3 месеца**



Как да се предпазим?

- Избягване на правене на секс под въздействието на наркотици или алкохол - увеличава поемането на рискове и води до практикуване на необезопасен секс.
- Избягване на множество непознати сексуални партньори - не сме запознати с техния здравен статус и има по-голяма вероятност за предаване на СПИ.



Най-често срещани сексуално предавани инфекции (СПИ)

Гонорея/Трипер

Една от често срещаните бактериални СПИ. В голяма част от случаите тя протича безсимптомно особено при жени, което често забавя диагностиката и започването на лечение. Ако получите симптоми, те обикновено започват около 2 седмици след заразяването, въпреки че понякога се появяват месеци по-късно.

Начин на заразяване - непредпазен вагинален, анален и орален секс чрез вагинален секрет и сперма



Най-често срещани сексуално предавани инфекции (СПИ)

Симптоми

- жълто или зеленикаво гнойно течение от влагалището
- пареща болка при уриниране
- болка в долната част на корема
- жълто или зеленикаво гнойно течение капещо от пениса
- болка в тестисите

Гонореята може да засегне и други части на тялото, които влязат в контакт със сперма или вагиналният секрет като очите, ануса, гърлото и др.



Най-често срещани сексуално предавани инфекции (СПИ)

Може да причини:

- болка, сърбеж и течение от ануса
- възпаление на/болки в гърлото
- зачервяване на очите, болка и отделяне на секрет от очите

Усложнения

- очна инфекция (конюнктивит) - ако докоснете очите си след докосване на инфектирана течност от пениса или вагината
- инфекция на матката, маточните тръби и яйчниците (pelvic inflammatory disease), която може да доведе до безплодие, ако не се лекува
- инфекция на тестисите или простатата

Лечение - антибиотична терапия



Най-често срещани сексуално предавани инфекции (СПИ)

Хламидия

Една от най-често срещаните бактериални СПИ. Подобно на гонореята много често протича безсимптомно особено при жени. Ако получите симптоми, те обикновено започват 1 седмица след заразяването.

Начин на заразяване - непредпазен вагинален, анален и орален секс чрез вагинален секрет и сперма

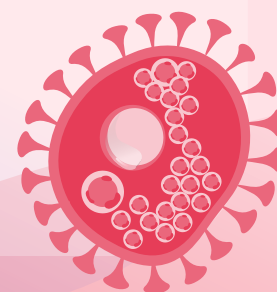
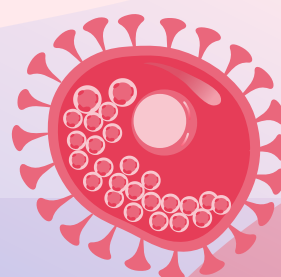
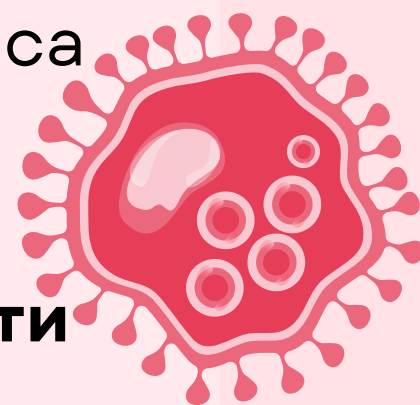


Най-често срещани сексуално предавани инфекции (СПИ)

Симптоми

- вагинално течение, което не е нормално за вас (не винаги е еднакво)
- кръвене след секс или между менструациите
- парене при уриниране
- болка в долната част на корема
- бяло, мътно или воднисто течение от пениса
- парене и сърбеж около тестисите и пениса
- болка и подуване в тестисите

Хламидията може да засегне и други части на тялото, които влязат в контакт със сперма или вагиналния секрет.



Най-често срещани сексуално предавани инфекции (СПИ)

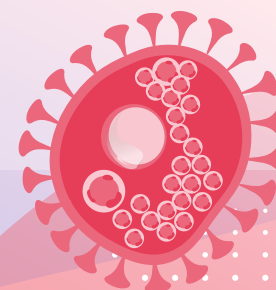
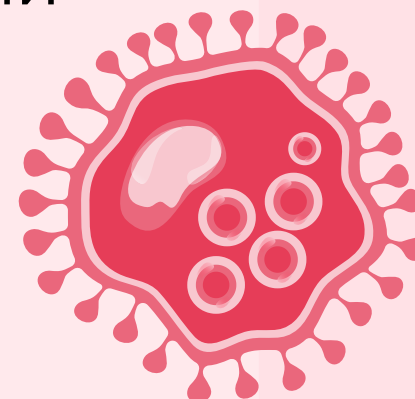
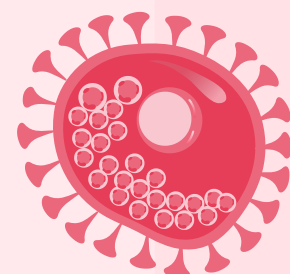
Може да причини:

- болка, сърбеж и течение от ануса
- възпаление на/болки в гърлото
- зачервяване на очите, болка и отделяне на секрет от очите

Усложнения

- инфекция на матката, маточните тръби и яйчниците (pelvic inflammatory disease) - може да доведе до безплодие и спонтанни аборти, ако не се лекува
- инфекция на тестисите
- в напреднал стадий - очни, стави, белодробни и чернодробни увреждания

Лечение - антибиотична терапия



Най-често срещани сексуално предавани инфекции (СПИ)

Сифилис/Луес

Често срещана бактериална СПИ. Симптомите са склонни да се променят с течение на времето. Те могат да се подобрят или да изчезнат напълно, но ако не се лекува, инфекцията все още е в тялото ви и може да причини сериозни и потенциално животозастрашаващи проблеми.

Начин на заразяване - главно непредпазеч вагинален, анален и орален секс, контактно-битов път (прибори, чаши, четки за зъби и др.), ако влезете в контакт с ранички на пениса, вагината, ануса или вътре в устата на заразен. ! Други - вертикален път - раждане, споделяне на игли/инжекции, не добра стерилизация на инструменти, кръвен път



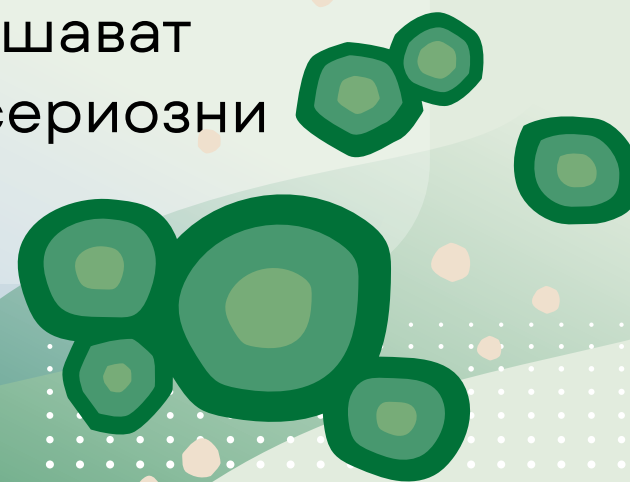
Най-често срещани сексуално предавани инфекции (СПИ)

Симптоми

Първи стадий - След около 3 седмици се появяват малки кръгли ранички с твърди ръбове на пениса, влагалището или ануса – те обикновено са безболезнени. Заздравяват до няколко дни без лечение

Втори стадий - До 6 месеца се появява обрив най-често по дланите и ходилата - може и да се разпространи по цялото тяло. Обикновено протича без сърбеж и болка.

Трети стадий - до 10 години се появяват сифилистични гуми (топченца) развиващи се в кожата, костите, някои вътрешни органи и мозъка като причиняват невросифилис. Те разрушават тъканите, в които се намират и водят до сериозни здравословни проблеми

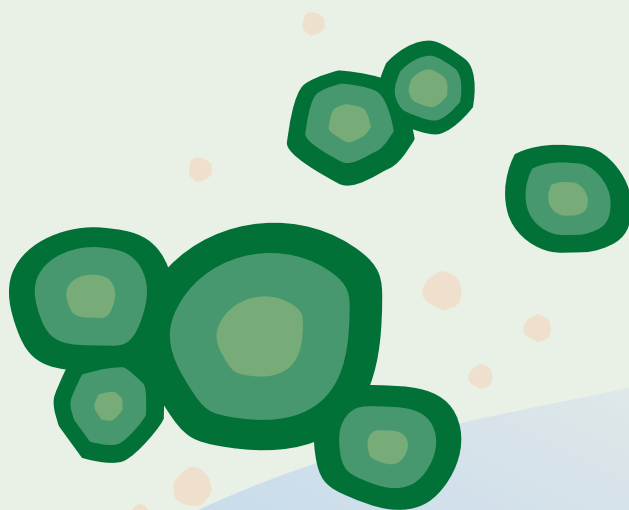


Най-често срещани сексуално предавани инфекции (СПИ)

Усложнения

- сърдечни проблеми - болка в гърдите, аневризма на аортата и сърдечна недостатъчност
- мозъчни проблеми - припадъци, проблеми с паметта, промени в личността и деменция
- болки в ставите и постепенно увреждане на ставите
- проблеми с кожата, костите, тестисите, черния дроб и всеки друг орган

Лечение - антибиотична терапия

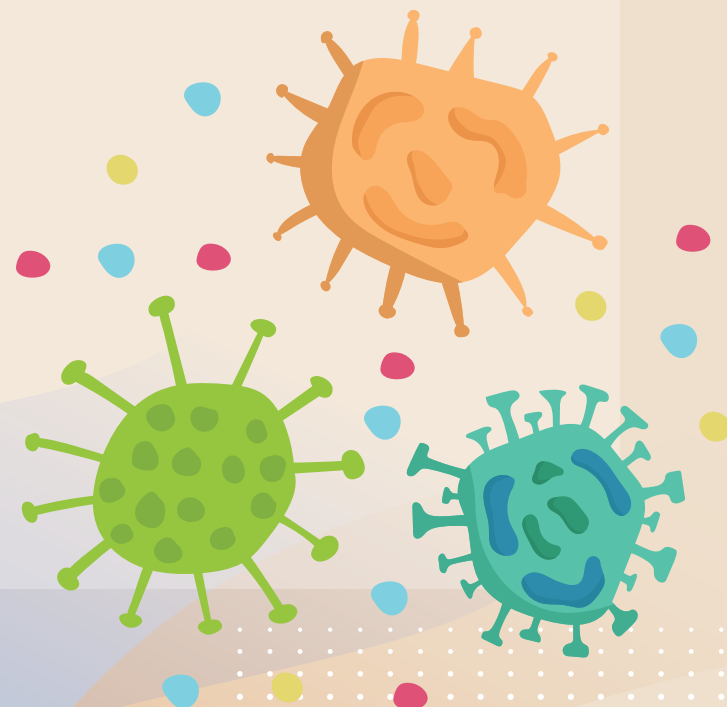


Най-често срещани сексуално предавани инфекции (СПИ)

Кандидоза

Това е гъбична инфекция - причинява се от гъбичка, намираща се в тялото на всеки един човек, като размножаването им може да излезе извън контрол при - отслабване на имунната система, бременност, диабет или скорошен прием на антибиотици. Среща се по-често при жени, но се наблюдава и при мъже

Начин на заразяване - непредпазен вагинален, анален, орален секс, контактно-битов път

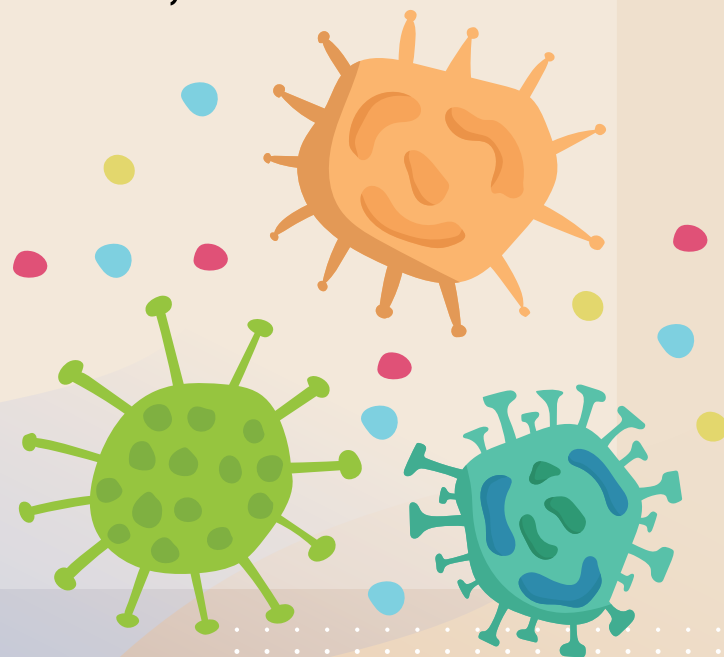


Най-често срещани сексуално предавани инфекции (СПИ)

Симптоми

- бели налепи по гениталиите, приличащи на извара
- сърбеж и усещане за дискомфорт по гениталиите
- зачервяване и оток на гениталиите
- поява на неприятна миризма
- усилване на симптомите при менструация или след полов акт

Лечение - противогъбични лекарства, не се използва антибиотично лечение

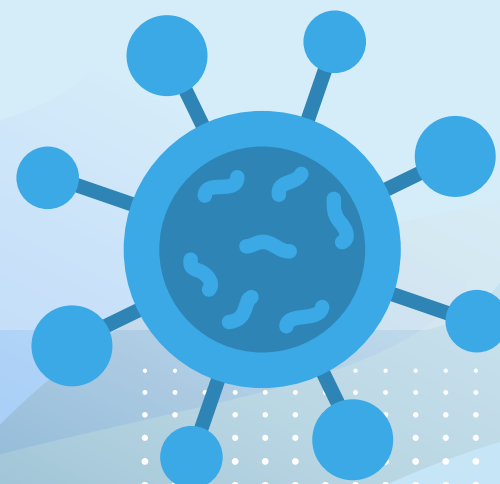
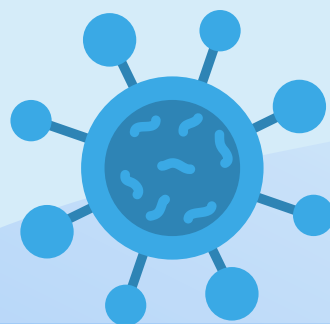


Най-често срещани сексуално предавани инфекции (СПИ)

Генитален херпес

Той е една от най-лесно предаваните вирусни СПИ. Ако веднъж сте се заразили, вируса остава в тялото ви завинаги. Симптомите може да не се появят седмици или дори години след заразяването. Симптомите могат да изчезнат от само себе си или след лечение, но те отново се появяват обикновено при отслабена имунна система, стрес, друга инфекция и др.

Начин на заразяване - непредпазен вагинален, анален и орален, от контакт кожа с кожа със заразената област



Най-често срещани сексуално предавани инфекции (СПИ)

Симптоми

- малки мехури с бистро съдържимо, които се пукат - остават болезнени ранички с тъмнокафява коричка около гениталиите, ануса, бедрата. След време изсъхва и изчезва без да оставя белег
- изтръпване, парене и сърбеж около гениталиите
- болка и парене при уриниране
- течение от влагалището, което не е обичайно за вас

Лечение - Няма лечение за гениталния херпес. Обикновено симптомите изчезват сами. Може да бъде предписано антивирусно лечение за спиране на влошаването им.

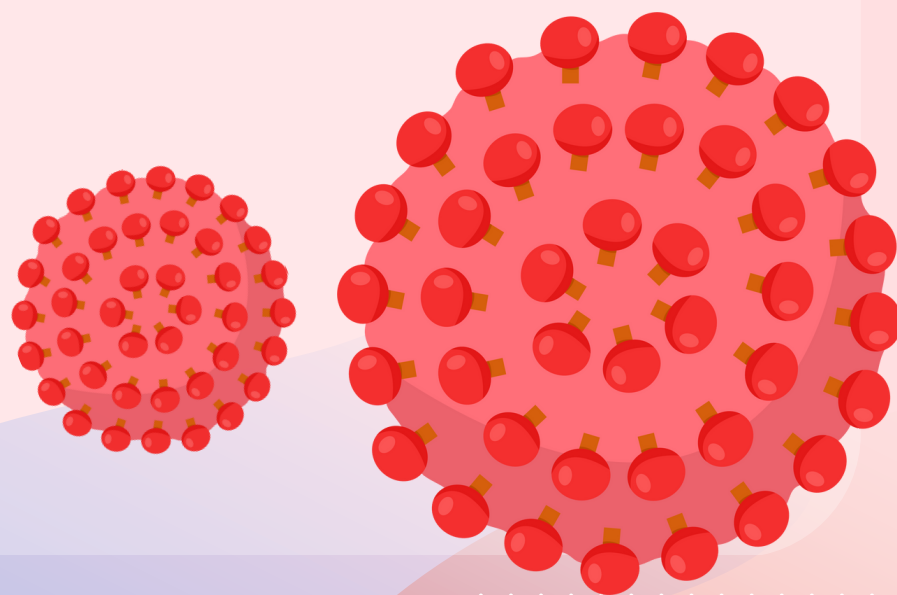


Най-често срещани сексуално предавани инфекции (СПИ)

Хепатит А, В, С

Макар че хепатитите не се разглеждат като СПИ, е важно да се знае, че те могат да се предават и по полов път.

Начин на заразяване - непредпазен вагинален, анален, орален секс - хеп. В, по-рядко С, фекално-орален път - хеп. А (болест на мръсните ръце), битово-контактен път - общи самообръсначки, четки за зъби, спринцовки, нестерилни инструменти



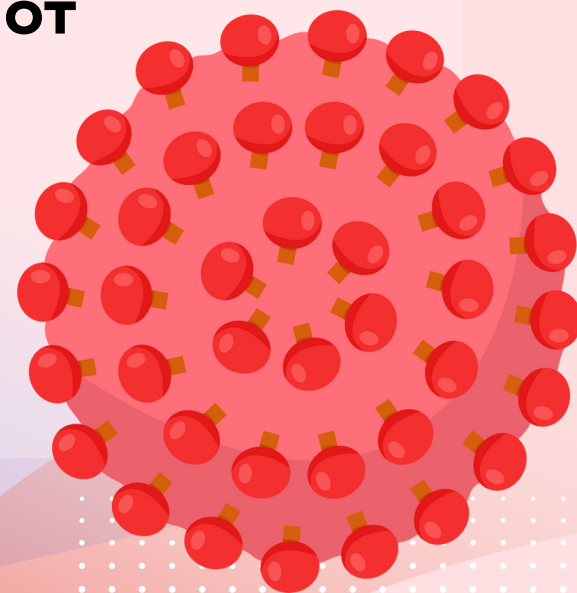
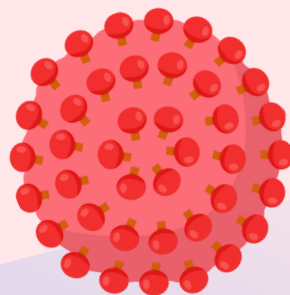
Най-често срещани сексуално предавани инфекции (СПИ)

Симптоми

- грипни симптоми, гадене, повръщане
- болка в коремната област
- жълтеница
- нарушаване функцията на черния дроб - цироза
- ракови заболявания

Лечение - след консултация със специалист

!! Има комбинирана ваксина срещу хепатит А и В, препоръчана за хора с висок риск от заразяване!!



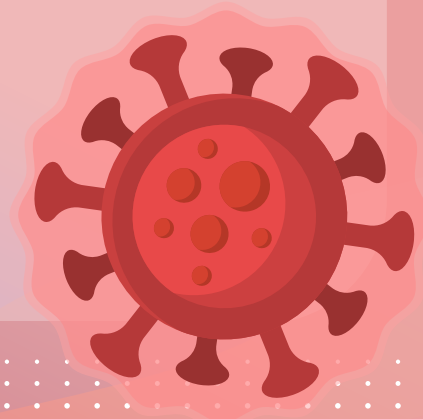
Най-често срещани сексуално предавани инфекции (СПИ)

ХИВ/СПИН

СПИН - Синдром на придобитата имунна недостатъчност се причинява от вируса ХИВ. Вирусът напада имунната система, като по този начин прави тялото податливо на редица инфекции и ракови заболявания, които могат да са животозастрашаващи.

Начин на заразяване - непредпазен вагинален, анален и орален секс чрез вагинален секрет и сперма

Други - вертикален път - раждане, споделяне на игли/инжекции, не добра стерилизация на инструменти, кръвен път



Симптоми

Остър стадий - силно заразен, ХИВ-тест може да е негативен до 3 месец след заразяване, не се е развил СПИН

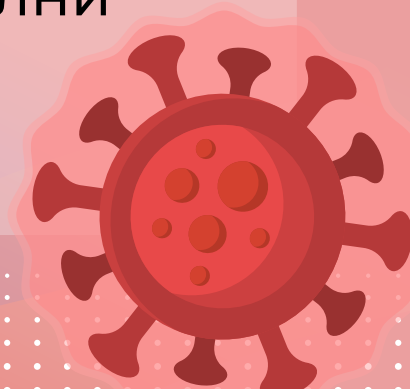
- 2-4 седмици след заразяване - неспецифични грипни симптоми
- висока температура, треска, отпадналост, главоболие, болки в мускулите, гадене, повръщане

Латентен (спящ) стадий - ХИВ тест е позитивен, не се е развил СПИН

- може да не се появят никакви симптоми с месеци или години (1-2 месеца до повече от 15 години)

Последен стадий - развива се СПИН

- бързо, драстично влошаване на имунитета
- бърза загуба на тегло
- развиват се инфекции, с които при нормални обстоятелства организма би се справил
- развиване на ракови заболявания



Тестване

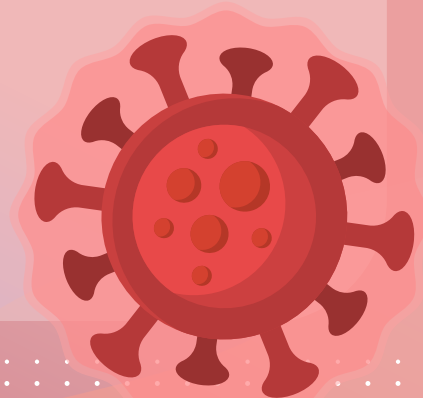
В първия период - остър стадии - човек е силно заразен, а симптомите често се появяват много преди тестът за ХИВ да стане положителен. Това се дължи на т.нар. Прозоречен период - времето след заразяване, през което тялото започва да произвежда антитела, но те още не са в достатъчно количество, за да бъдат засечени от тестовете.

Защо е важен - Тест, направен твърде рано, може да е фалшиво отрицателен.

Кога да се изследвате:

Първи тест - около 1 месец след риска.

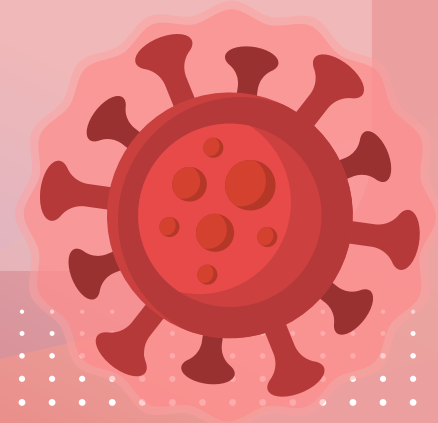
Контролен тест - за по-голяма сигурност - още един след 3 месеца.



Лечение

С напредването на медицината са открити изключително ефективни медикаментозни лечения - антиретровирусна терапия (ART). ART цели да постигне неоткриваем вирусен товар в кръвта. Тоест количеството на вируса в тялото е толкова ниско, че не може да бъде засечено от тестове. Тук влиза и понятието НЕоткриваем = НЕпредаваем - ако вирусният товар е неоткриваем в продължение на поне 6 месеца, лицето НЕ МОЖЕ да предаде вируса по полов път.

Може все още няма лек за ХИВ, но с ранна диагноза и ефективно лечение, повечето хора с ХИВ няма да развият НИКАКВИ заболявания, свързани със СПИН, и ще живеят нормален живот.



Да обобщим

Всички полово предавани болести могат да заразят гениталиите ви. Вагинален или анален секс без предпазни средства може да разпространи:

- хламидия, гонорея, сифилис, кандидоза, ХИВ, генитален херпес, ЧПВ и генитални брадавици, хепатит В

Някои полово предавани болести могат също да заразят устните, устата и гърлото ви. Оралният секс без презерватив или кофердам може да разпространи:

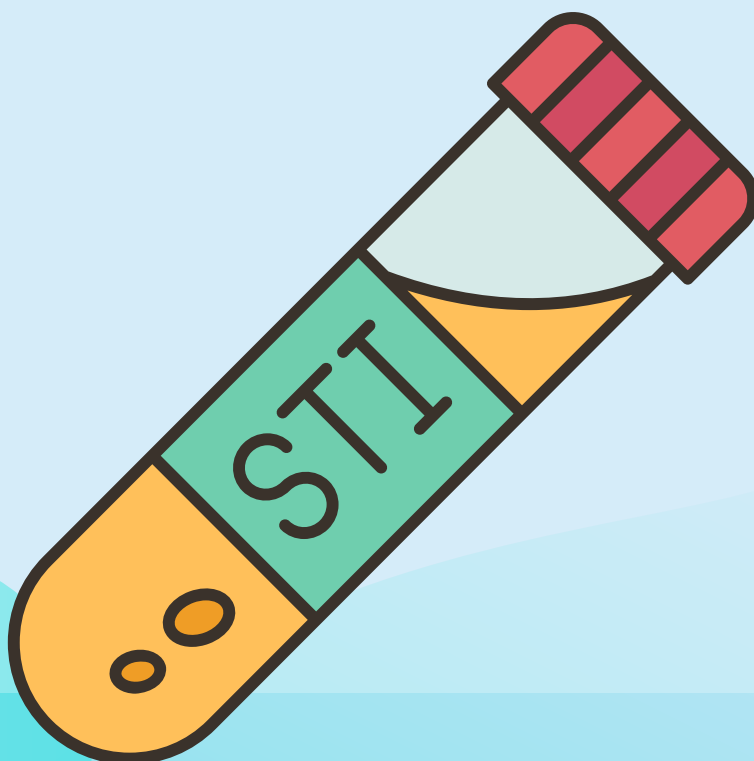
- херпес, сифилис, гонорея, хламидия, кандидоза, ЧПВ и генитални брадавици, хепатит В

Да обобщим

Някои полово предавани болести могат да се предават дори само при директен контакт кожа с кожа. Гениталният контакт кожа с кожа може да разпространи:

- херпес, ЧПВ и генитални брадавици

Може да се предадат при използване на предпазни средства, ако те не покриват цялата заразената зона



Вече имам СПИ, има ли как да практикувам безопасен секс?

След диагноза със СПИ е по-важно от всякога да се практикува безопасен секс. Ето някои от нещата, които може да направите, за да защитите партньора/партньорите си

- Винаги използвайте предпазни средства - независимо дали имате симптоми или не.
- Не правете секс (вагинален, анален, орален), ако имате някакви симптоми на СПИ - рани или брадавици около гениталиите, странно течение от пениса, влагалището или ануса; сърбеж, болка, дразнене и/или подуване на пениса, вагината или ануса - посетете медицински специалист и започнете лечение възможно най-скоро

Вече имам СПИ, има ли как да практикувам безопасен секс?

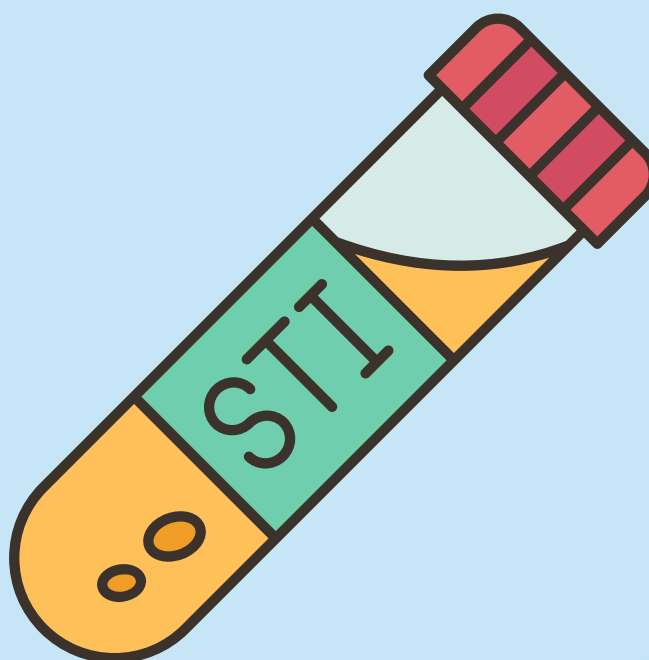
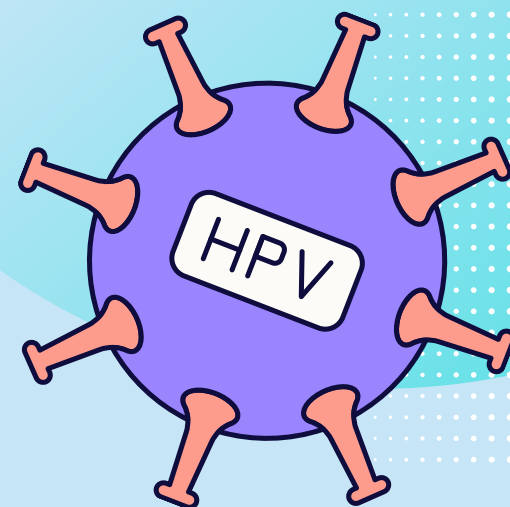
- Ако имате лечимо СПИ (като гонорея, хламидия или сифилис), приемайте всичките си медикаменти по лекарско предписание дори ако симптомите изчезнат по-рано. Инфекцията остава в тялото, докато не приключите напълно лечението. Не правете секс, докато не завършите лечението си и вашият лекар не каже, че всичко е наред.
- За да се избегне ситуация на многократно предана на СПИ от единия на другия партньор и обратно т. нар. “пинг-понг ефект”, се препоръчва и партньора/партньорите ви да се прегледат, тестват и да преминат лечение
- Ако имате полово предавана болест, която не може да бъде излекувана (като ХИВ или херпес), говорете с лекар за лекарства, които могат да ви помогнат да намалите шансовете за предаване на инфекцията на партньора/партньорите си - антивирусна, антиретровирусна, пре-или постекспозиционна терапия и др.

Вече имам СПИ, има ли как да практикувам безопасен секс?

Винаги казвайте на партньора/партньорите си, ако имате СПИ преди да правите секс, за да може да заедно да изберете най-подходящите за вас практики за по-безопасен секс. Това със сигурност не е най-предразполагащия разговор преди секс, но е един от най-важните.

ВАЖНО!

Всякакъв вид самолечение на СПИ е абсолютно противопоказно - то единствено може да застраши вашето здраве и това на вашите партньор/партньори! Настоящата книжка предоставя обща информация и съвети относно сексуалното здраве, като има изцяло информативен характер и не бива да се използва като заместител на консултация със специалист. Винаги при нужда търсете лекарска помощ!



БЪЛГАРСКИ
ФОНД ЗА
ЖЕНИТЕ