

دليل السلامة

احمِ مستقبلك

المحتويات

دليل السلامة

صحتك

حريتك

معرفة ميولك الجنسية

معلومات عن حياتك الجنسية

الأمراض المنقولة جنسياً (STDs)

طرق فعالة للحد من خطر التقاط عدوى الأمراض المنقولة جنسياً (STDs)

الامتناع عن ممارسة الجنس

التطعيم (اللقاح)

العلاقة الأحادية (شريك واحد فقط)

الحد من عدد شركاء العملية الجنسية

استخدام الواقي الذكري

استخدام المزلقات المهبلية والشرجية

الاختبار التشخيصي

الكلاميديا، الميكوبلازما و الميورة

ما هي عدوات الكلاميديا، الميكوبلازما و الميورة؟

كيف تنتشر عدوى الكلاميديا؟

ما هي مخاطر الكلاميديا؟

أعراض عدوى الكلاميديا

كيف احمي نفسي من الكلاميديا؟

داء السيلان

ما هو داء السيلان؟

كيف ينتشر داء السيلان؟

ما هي مخاطر داء السيلان؟

أعراض داء السيلان

كيف احمي نفسي من داء السيلان؟

التهاب الكبد الفيروسي

ما هو التهاب الكبد الفيروسي؟

التهاب الكبد A

ما هو التهاب الكبد A ؟

كيف ينتشر التهاب الكبد A ؟

الوقاية من التهاب الكبد A

أعراض التهاب الكبد A

التهاب الكبد B

ما هو التهاب الكبد B؟

كيف ينتشر التهاب الكبد B ؟

الوقاية من التهاب الكبد B

أعراض التهاب الكبد B

التهاب الكبد C

ما هو التهاب الكبد C ؟

كيف ينتشر التهاب الكبد C ؟

الوقاية من التهاب الكبد C

أعراض التهاب الكبد C

الحلأ التناسلي

ما هو الحلأ التناسلي؟

كيف ينتشر الحلأ التناسلي؟

الوقاية من الحلأ التناسلي

أعراض الحلأ التناسلي

عدوى فيروس نقص المناعة البشرية (HIV)

ما هي عدوى فيروس نقص المناعة البشرية (HIV)؟

الوقاية من فيروس نقص المناعة البشرية (HIV) عند الجماع الشرجي والمهبلي

الوقاية من فيروس نقص المناعة البشرية (HIV) عند القيام بالجنس الفموي

استخدام المزلقات

الوقاية من فيروس نقص المناعة (HIV) عند استخدام المخدرات

العدوى التناسلية من فيروس الورم الحليمي البشري (HPV)

ما هو فيروس الورم الحليمي البشري (HPV)؟

كيف ينتشر فيروس الورم الحليمي البشري (HPV)؟

الوقاية من فيروس الورم الحليمي البشري (HPV)

أعراض العدوى بفيروس الورم الحليمي البشري (HPV)

الزهري

ما هو الزهري؟

كيف ينتشر الزهري؟

الوقاية من الزهري

أعراض الزهري

داء المشعرات

ما هو داء المشعرات؟

كيف ينتشر داء المشعرات؟

الوقاية من داء المشعرات

أعراض داء المشعرات

طفيليات جسم الإنسان

القمل وقمل العانة

كيف يبدو القمل وقمل العانة؟

كيف ينتشر قمل العانة؟

أعراض العدوى بقمل العانة

القضاء على قمل العانة

الجرب

كيف يبدو الجرب؟

كيف ينتشر الجرب؟

أعراض الجرب

القضاء على الجرب

أمراض أخرى تنتقل عبر الاتصال الجنسي

داء المهبيل الجرثومي

ما هو داء المهبيل الجرثومي؟

كيف ينتشر داء المهبيل الجرثومي؟

الوقاية من داء المهبيل الجرثومي

أعراض داء المهبيل الجرثومي

التهاب المستقيم والقولون

مرض التهاب الحوض

الأمراض المنقولة جنسياً والحمل

الواقبات ، موانع الحمل الآمنة

دليل السلامة

احم مستقبلك

صحتك

الوقاية من الأمراض المنقولة جنسياً تصون صحتك ، و تساعدك أنت و شركائك على البقاء أصحاء .

حريتك

حريتك هي حرية اختيارك . لن تستطيع أن تحقق أحلامك و أن تعيش حياة نشطة جنسياً بشكل كامل من دون معلومات صحيحة عن كيفية التصرف أثناء الجماع و المعرفة الكاملة بكافة الأخطار الناجمة عن الجماع من دون مراعاة الوقاية من الأمراض .

أهدافك هي حريتك الجنسية الكاملة و احترام أولئك الذين يشاركونك ايهاا.

معرفة ميولك الجنسية

لا يمكنك الاعتماد على أصدقائك ليعلموك ميولك الجنسية من خلال تجاربهم أو من خلال الإنترنت الذي يُظهر صوراً لم تقم أبداً بطلبها .

تعلم أن تدرك الإشارات الجديدة التي يرسلها جسدك لك ، قم بتفسيرها ، و قم بإثراء وعيك ، راقب التغيرات التي تطرأ على نفسك ، تعرف على نتائج تجاربك و على أحكامك المسبقة و مخيلتك قبل تطور ميولك الجنسية ، ثم تمتع بحريتك .

معلومات عن حياتك الجنسية

هل لديك استفسارات أو شكوك ؟ هل أنت ببساطة محب للإطلاع ؟ هل أنت بحاجة لنصيحة من أجل حياتك الجنسية ؟ ، اسأل شخصاً يستطيع أن يعطيك جواباً مهنيّاً ، و لا تترك نفسك محاطاً بمعلومات غير كاملة أو خاطئة تجعلك تشعر بالقلق .

هل تعلم أن هناك مستشارو أسرة في المكان الذي تعيش فيه ، ابحث عنهم عبر الإنترنت و لا تخف من التواصل معهم . سوف تجد خبراء يستمعون لك و يفهمونك كما لو كنت راشداً ، و ينصحونك إذا ما كنت بحاجة لطبيب ، أو طبيب نسائية ، أو أخصائي طب الذكور ، أو أخصائي في الجنس أو طبيب نفساني .

لا ترضى بأجوبتك الخاصة ، فإنك لن تفعل ذلك فيما يتعلق بجوانب أخرى من حياتك فلماذا تفعل ذلك فيما يتعلق بحياتك الجنسية ؟ .

الأمراض المنقولة جنسياً (STDs)

الأمراض المنقولة جنسياً هي أمراض تنتقل من شخص إلى آخر أثناء الجماع ، أبرزها : الكلاميديا ، داء السيلان ، التهاب الكبد الفيروسي ، فيروس الورم الحليمي البشري (HPV) ، الزهري ، داء المشعرات و عدوى فيروس نقص المناعة البشرية (HIV) .

طرق فعالة للحد من خطر التقاط عدوى الأمراض المنقولة جنسياً (STDs)

الامتناع عن ممارسة الجنس

الطريقة الأكثر أماناً ، و الأقل متعة هي الامتناع عن الجماع

التطعيم (اللقاح)

التطعيم ضد التهاب الكبد B ضروري جداً و إلزامي في إيطاليا منذ عام 1990.

يمكن الوقاية من التهاب الكبد A ، التهاب الكبد B ، و فيروس الورم الحليمي البشري (HPV) بطريقة آمنة و فعالة عبر التطعيم

العلاقة الأحادية (شريك واحد فقط)

إذا كنت متأكد من دخولك بعلاقة جنسية مع شخص واحد فقط ، و هذا الشخص سيكون مخلصاً لك بشدة ، فستحصل على حل ممتاز للحد من خطر التقاط عدوى الأمراض المنقولة جنسياً (STDs). ينبغي عليكما التأكد من عدم وجود أي عدوى باللحظة التي تقررا بها اختيار علاقة أحادية (علاقة مغلقة) والذهاب لإجراء الاختبار للتأكد بشكل قطعي.

هذا الخيار يجب أن يناقش دائماً مع الشريك و يتطلب الثقة المطلقة والصدق بين الشريكين .

الحد من عدد شركاء العملية الجنسية

الحد من عدد الأشخاص الذين تمارس الجنس معهم سيخفض خطر التقاط عدوى الأمراض المنقولة جنسياً (STDs). و من المهم جداً أن تقوم أنت و الأشخاص الذين تمارس الجنس معهم بالذهاب بشكل دوري لإجراء الفحوصات و الاختبارات الطبية و العناية بصحتكم .

من الضروري إخبار شركائك عن حالتك الصحية ، و يمكنك أن تسألهم عن حالتهم الصحية على الرغم من أن هذه التطمينات لا تقضي على كل الأخطار .

استخدام الواقي الذكري

الاستخدام الصحيح و الاعتيادي للواقي الذكري هو أفضل طريقة لتجنب الأمراض المنقولة جنسياً (STDs). استعمل دائماً الواقي الذكري عند ممارسة الجنس المهبلي ، الفموي أو الشرجي .

استخدام المزلقات المهبلية و الشرجية

استخدام المزلقات ، خصوصاً عند الإيلاج الشرجي ، يمنع تمزق الواقي الذكري ، و بالتالي يحد من خطر الأفات النسيجية الصغيرة ، و يخفض خطر التقاط العدوات بما في ذلك فيروس نقص المناعة البشرية (HIV).

يجب أن تكون المزلقات منتجات مناسبة لا تسبب ضرراً في الواقي الذكري (كالمزلقات الزيتية مثل كريم الأيدي ، الفازلين ، الكرسكو .. الخ) و لا تُحدث تهيجاً بالأغشية المخاطية لأجزاء الجسم المتصلة أثناء الإيلاج .

الاختبار التشخيصي

أن تكون على درايةً باصابتك بمرض ينتقل جنسياً هو أفضل طريقة لوقف سلسلة نقل العدوى ، اسأل طبيبك أو الاستشاري لإجراء الاختبارات الموصى بها للأمراض المنقولة جنسياً ، و حالما يتم الاختبار يمكن مناقشة جوانب أخرى من حياتك الجنسية و التي ليست واضحة من الإختبار لوحده.

تحدث مع طبيبك من دون إحراج و بشكل كاف عن أي علاقة جنسية قمت بها ، و اطلب من شريكك القيام بنفس الشيء .

يجب عليك إخبار شريكك عن حالتك الصحية ، و إذا وجدت نفسك مصاباً بعدوى ما فعليك معالجة نفسك و التأكد من أن شريكك يعالج نفسه / تعالج نفسها ، و بهذه الطريقة فقط يمكنك وقف سلسلة العدوى المتبادلة في المستقبل .

اسأل طبيبك دائماً ، أو الاستشاري ، أو راجع عيادة الأمراض المعدية و التناسلية للحصول على المعلومات .

الكلاميديا، الميكوبلازما والميورة

ما هي عدوات الكلاميديا، الميكوبلازما و الميورة؟

عدوى الكلاميديا (متدثرة حثرية) , الميكوبلازما (المفطورة التناسلية) و الميورة (الميورة الحالة لليوريا) هي أمراض تنتقل جنسياً تؤثر على كل من الرجال و النساء ، كلاهما سواسية ، وعدم تلقي أي علاج قد يؤدي إلى تلف دائم و خطير بالجهاز التناسلي للمرأة مما يجعل الإنجاب صعباً أو مستحيلاً .

عدوى الكلاميديا هي الأكثر شيوعاً و قد تكون الأكثر خطورة .

كيف تنتشر عدوى الكلاميديا؟

أي أحد يحمل عدوى الكلاميديا قادر على نقل العدوى لشريكه من خلال الجنس المهبلي ، الشرجي أو الفموي .
إذا كان الشريك المصاب هو الرجل فإنه قادر على نقل العدوى حتى من دون حدوث القذف.
وعلى الرغم من أن العدوى قد شُفيت بالماضي إلا أن الجماع مع شخص مصاب قد يؤدي إلى تجدد العدوى .

ما هي مخاطر الكلاميديا؟

كل عمليات الجماع التي تتم من دون وقاية (المهبلية ، الشرجية أو الفموية) يمكن أن تنقل الكلاميديا .
الشباب سواء كانوا مثليي الجنس أو محبين للجنس الآخر ذوو حياة جنسية نشطة يعتبرون الأكثر عرضة لخطر العدوى بسبب عوامل سلوكية و بيولوجية .
الشابات تحت سن 25 يجب أن يسألن أطبائهن لفحص أعراض الكلاميديا ، إذا كانت نتيجة الفحص إيجابية فيجب إخبار الشريك لنتم معالجتهما سوياً ، وبنفس الوقت لمنع تجدد العدوى المتبادلة .

أعراض عدوى الكلاميديا

غالباً لا تُظهر عدوى الكلاميديا أي أعراض على الإطلاق ، و لكنها في نفس الوقت تُلحق تلفاً حاداً جداً بالجهاز التناسلي للمرأة .
الأعراض الأكثر شيوعاً هي : مفرزات غير طبيعية من الأعضاء التناسلية لكل من الرجال و النساء والشعور بحرقنة عند التبول .
إذا كانت العدوى بالمستقيم فإن المفرزات تخرج من فتحة الشرج ، و يمكن أن يكون ذلك مؤلماً بالإضافة لإمكانية حدوث نزيف .

كيف احمي نفسي من الكلاميديا؟

تخفيض خطر العدوى بالكلاميديا يتحقق من خلال:

- علاقة أحادية (شريك واحد فقط) طويلة الأمد ، لكلا الشريكين .
- فحص بسيط للتأكد من خلو كلا الشريكين من العدوى
- الاستخدام الصحيح للواقى الذكري عند كل عملية جنسية

داء السيلان

ما هو داء السيلان؟

داء السيلان (ما يعرف بالعامية باسم مرض أبو خيط) هو مرض ينتقل جنسياً يؤثر على كل من الرجال والنساء ، و يعتبر شائع جداً من سن 15 سنة حتى 24 سنة .

يؤثر على الأعضاء التناسلية ، المستقيم و الحلق ، و إذا لم يُعالج يمكن أن يسبب ضرراً خطيراً للصحة ، يجب أن يُتبع العلاج الموصوف من قبل الطبيب بعناية لأن هناك العديد من حالات داء السيلان المصرح عنها ذات مقاومة للصادات الحيوية .

كيف ينتشر داء السيلان؟

أي أحد مصاب بداء السيلان فإنه قادر على نقل العدوى لشريكه من خلال الاتصال المهلي ، الشرجي أو الفموي. إذا كان الشريك المصاب هو الرجل فإن العدوى تنتقل سواء حدث القذف أو لم يحدث. و على الرغم من أن العدوى قد شُفيت بالماضي إلا أن الجماع مع شخص مصاب قد يؤدي إلى تجدد العدوى

ما هي مخاطر داء السيلان؟

كل عمليات الجماع التي تتم من دون وقاية (المهلية ، الشرجية أو الفموية) يمكن أن تنقل داء السيلان .

يجب عليك أن تتحدث بصراحة و مصداقية مع طبيبك الذي يحدد الاختبار الذي يجب القيام به لمعرفة ما إذا كنت مصاباً بيكتريا السيلان ، و بما أن داء السيلان يمكن أن ينتقل شرجياً و فمياً ، فيجب على المثليين الشباب إجراء الفحص بشكل منتظم ، و إذا كانت نتيجة الفحص إيجابية فيجب إخبار الشريك لتتم معالجهما سوياً و بنفس الوقت لمنع تجدد العدوى المتبادلة .

أعراض داء السيلان

غالباً لا يُظهر داء السيلان أي أعراض لاسيما عند النساء و عدم تلقي العلاج يؤدي إلى عدوى قد تكون حادة جداً .

الأعراض الأكثر شيوعاً هي : مفرزات غير طبيعية من الأعضاء التناسلية لكل من الرجال و النساء و الشعور بحرقة عند التبول ، وعند النساء يمكن أن يحدث نزيف في منتصف الدورة الشهرية ، المفرزات قد تكون مخاطية أو قيح يخرج من المهبل أو الإحليل (القسم الأخير من الأنابيب البولية) . إذا كانت العدوى بالمستقيم فإن المفرزات تخرج من فتحة الشرج ، ويمكن أن تكون مؤلمة بالإضافة لإمكانية حدوث نزيف ، كما يمكن حدوث حكة شرجية و حركات أمعاء مؤلمة .

كيف احمي نفسي من داء السيلان؟

تخفيض خطر العدوى بداء السيلان يتحقق من خلال :

- علاقة أحادية (شريك واحد فقط) طويلة الأمد ، لكلا الشريكين .
- فحص بسيط للتأكد من خلو كلا الشريكين من العدوى
- الاستخدام الصحيح للواقى الذكري عند كل عملية جماع

التهاب الكبد الفيروسي

ما هو التهاب الكبد الفيروسي؟

التهاب الكبد الفيروسي هو عدوى فيروسية تُهاجم الكبد تسببها فيروسات عديدة ، و الانماط الأكثر شيوعاً هي التهاب الكبد A ، التهاب الكبد B و التهاب الكبد C ، و جميعهم يُظهرون نفس الأعراض لكن ينتشرون بطرق مختلفة ، و لديهم مستويات مختلفة من الخطورة .

التهاب الكبد A

ما هو التهاب الكبد A ؟

التهاب الكبد A هو مرض حاد يستمر من بضعة أسابيع إلى عدة أشهر ، و عادةً ما يُشفى المريض بشكلٍ تام ، وهو النمط الأكثر شيوعاً من أنماط التهاب الكبد في إيطاليا حيث يتوطن المرض (و هذا يعني كثرة حدوثه) خاصةً في المناطق الجنوبية . ينتشر حالياً في جميع أنحاء العالم خصيصاً في أميركا الوسطى ، و أميركا الجنوبية ، أفريقيا ، الشرق الأوسط ، آسيا ، و غرب المحيط الهادئ .

كيف ينتشر التهاب الكبد A ؟

ينتشر التهاب الكبد A من خلال ابتلاع مواد ذات أصل برازي أو طعام أو شراب ملوث أو آثار مواد برازية أثناء الجماع ، عادةً يعتبر غسل اليدين بعد استخدام الحمام إجراء جيد للوقاية من نقل العدوى من شخص إلى آخر . الجنس الفموي حول المنطقة الشرجية لشخص مصاب يحمل خطر عالي جداً لالتقاط العدوى .

الوقاية من التهاب الكبد A

يمكن الوقاية من التهاب الكبد A من خلال التطعيم [اللقاح] ، يُنصح بتطعيم كل الأطفال ، و المسافرين (الذين قد يكونوا عرضة لخطر الممارسات الصحية السيئة) و الأشخاص الذين لديهم ممارسات جنسية محفوفة بالخطر .

اسأل طبيبك لإجراء الفحص لمعرفة إذا ما كنت محصناً مسبقاً من التهاب الكبد A من خلال احتواء جهازك المناعي على الاضداد الناتجة عن عدوى سابقة قد شُفيت منها أو من لقاح الطفولة الذي لن تتذكره .

إذا لم تكن محصناً فاطلب الحصول على جرعتين من اللقاح لتجنب التعرض للعدوى و حافظ على الممارسة الصحية لغسل اليدين بالماء والصابون في تلك الأثناء .

أعراض التهاب الكبد A

ممکن أن لا يكون هناك أي أعراض لالتهاب الكبد A على الإطلاق ، و يكشف فحص الدم أي عدوى و بشكل مباشر كما يكشف أيضاً الحالة الصحية للمصاب. و تتضمن الأعراض حُمى ، غثيان ، قيء ، فقدان للشهية ، إجهاد ، بول داكن جداً ، براز رمادي اللون ، مغص بالمعدة و يرقان (اصفرار في الجلد و بياض العينين) .

التهاب الكبد B

ما هو التهاب الكبد B؟

التهاب الكبد B هو مرض يُصيب الكبد بسببه فيروس HBV (فيروس التهاب الكبد البشري B).

القصة المرضية للإصابة بفيروس التهاب الكبد B (HBV) تختلف تبعاً للعمر الذي تم التقاط العدوى به . أكثر من 90% من المصابين بفيروس التهاب الكبد B (HBV) قادرين على القضاء على الفيروس في غضون 6 أشهر ، و في هذه الحالة فإن فيروس التهاب الكبد B يسبب عدوى حادة حيث لا تصبح إصابة مزمنة ، أما الـ 10% من المصابين الآخرين فهم غير قادرين على القضاء على الفيروس بشكل نهائي ، و من المتوقع أن يعانون منه كمرض مزمن طويل الأمد .

أما بالنسبة للعدوى الملتقطة من قبل الرُضّع فتتعاكس النسب و تصبح 90% من المصابين سيعانون منها كمرض مزمن ، و الـ 10% الآخرين يكونون قادرين على التغلب على العدوى .

التطور المزمن لهذا مرض يمكن أن يؤدي إلى سلسلة من المضاعفات التي تُصيب المريض مثل التليف الكبدي ، التشمع الكبدي أو مرض الكبد ، فشل كبدي ، و ورم بالكبد .

كيف ينتشر التهاب الكبد B ؟

التهاب الكبد B هو مرض يُصيب الكبد يسببه فيروس HBV (فيروس التهاب الكبد البشري B).

ينتشر الفيروس عبر سوائل الجسم مثل الدم ، و السائل المنوي و المفرزات المهبلية .

أكثر الطرق نقلاً للعدوى هي :

- الجماع من دون وقاية
- مشاركة شفرات الحلاقة و فرشاة الأسنان
- مشاركة الحُقن المعدة للاستخدام لمرة واحدة

كما يمكن أيضاً أن ينتقل التهاب الكبد B من الأم إلى الطفل أثناء الولادة .

الطريقة الأكثر شيوعاً لنقل المرض هي العملية الجنسية ، و يعتبر فيروس التهاب الكبد B معدٍ أكثر من فيروس نقص المناعة البشرية (الفيروس الذي يسبب الايدز) من 50 إلى 100 مرة .

الوقاية من التهاب الكبد B

يمكن الوقاية من التهاب الكبد B من خلال التطعيم [اللقاح] ، و يُنصح بالتطعيم لأولئك الناشطين جنسياً و خصوصاً الذين لديهم أكثر من شريك في الممارسة الجنسية ، و الأشخاص المصابون بالأمراض المنقولة جنسياً و الأشخاص الذين لديهم شريك مصاب.

اطلب من الطبيب أن يصف لك جرعات اللقاح الثلاث الاعتيادية .

أعراض التهاب الكبد B

قد لا يُظهر التهاب الكبد B أية أعراض على الإطلاق . و معظم المصابين بالتهاب الكبد B ، سواء من النوع الحاد أو المزمن هم غير أعراضيين (لا تظهر أي أعراض).

و اذا كانت الحالة هي التهاب الكبد B الأعراض فيكون هناك سلسلة من الأعراض غير النوعية مثل الوهن ، الحمى ، فقدان الشهية ، آلام بالعضلات و آلام في البطن ، أما العرض النموذجي لالتهاب الكبد B فهو اليرقان (اصفرار في الجلد و بياض العينين) ، و يوضح فحص الدم مباشرةً إذا ما كان الشخص مصاباً أو لا .

التهاب الكبد C

ما هو التهاب الكبد C ؟

التهاب الكبد C هو مرض يصيب الكبد يسببه فيروس HCV (فيروس التهاب الكبد البشري C).

ينتشر من خلال الاتصال المباشر مع دم المصاب ، و إما أن يكون التهاب الكبد C من دون أعراض على الإطلاق أو يظهر كمرض حاد قصير الأمد يستمر لـ 6 شهور من تاريخ العدوى ، و قد يتراوح من مرض طفيف إلى مرض يحتاج إلى استشفاء تام بالمشفى . و في 75-85% من الحالات قد يصبح المرض مزمن ، و يسبب تلفاً خطيراً بالكبد ، و مرض الكبد و حتى ورم بالكبد .

كيف ينتشر التهاب الكبد C ؟

ينتشر التهاب الكبد C عند اختلاط دم الشخص المصاب بدم الشخص السليم ، و قد يحدث ذلك على سبيل المثال عند مشاركة حقنة ملوثة بالفيروس لأخذ المخدرات ، و غالباً ما ينتقل جنسياً من قبل الأشخاص الذين لديهم العديد من الشركاء ، و المصابون مسبقاً بالأمراض المنقولة جنسياً (STDs) أو فيروس نقص المناعة البشرية (HIV) (نظراً لأن مخاطبة المستقيم أكثر هشاشة والجهاز المناعي اضعف) و المجموعة الأكثر خطورة هي الرجال الذين يقومون بممارسة المثلية الجنسية و هم مصابون بفيروس نقص المناعة البشرية (HIV) .

الوقاية من التهاب الكبد C

يمكن الوقاية من التهاب الكبد C من خلال تجنب :

- مشاركة الحقن عند تعاطي المخدرات ، أو المنشطات أو المواد الأخرى .
- استخدام الأغراض الشخصية لأشخاص آخرين مثل شفرات الحلاقة ، مقص الأظافر ، فرشاة الأسنان و التي قد تحمل آثار للدم الملوث بالعدوى .
- القيام بالأوشام و الثقوب التجميلية في مراكز غير نظامية لا تستخدم أدوات معقمة .

الأشخاص الذين يجب أن يقوموا بإجراء فحص دوري وذلك بتوصية من الطبيب هم :

- الذين يحقنون أنفسهم عادة بالمخدرات و مواد أخرى ، أو الأشخاص الذين فعلوا ذلك بالماضي .
- الذين لديهم نتائج غير طبيعية لفحص الكبد أو الذين لديهم مرض الكبد .
- الذين يقومون بغسيل الكلى ، أي أولئك الذين لديهم مشاكل خطيرة بالكلى ، و عليهم القيام بعلاج غسيل الكلى .

أعراض التهاب الكبد C

من غير الضروري أن يُظهر التهاب الكبد C أي عرض ، و اختبار الدم يحدد مباشرة إذا ما كان الشخص مصاباً أو لا ، معظم المصابين بالتهاب الكبد C سواء الحاد أو المزمن هم غير أعراضيين ، ولهذا السبب فإن التهاب الكبد C يبقى غير مكتشفاً و من دون تشخيص لسنوات عديدة قبل ظهور أية علامات سريرية .

الأعراض لا تختلف جوهرياً عن الأنماط الأخرى من مرض التهاب الكبد و تتضمن الوهن العام ، آلام بالمفاصل ، حكة جلدية ، آلام بالعضلات ، آلام بالمعدة ، و اليرقان (اصفرار بالجلد و بياض العينين) .

يُشخص التهاب الكبد C من خلال فحص الدم ، و إن اختبارات الدم الروتينية لا تتضمن اختبار فيروس التهاب الكبد C (HCV) بشكلٍ محدد لذلك يجب أن يُطلب صراحةً من قبل الطبيب لكي يتم إجراء اختبار التهاب الكبد C ، و لهذا السبب فإن معظم المصابين بالتهاب الكبد C الا اعراضى لا يدركون بأنهم مصابون .

و يمكن أن يُكتشف المرض خلال التبرع بالدم حيث يفحص الدم بشكلٍ روتيني .

الحلأ التناسلي

ما هو الحلأ التناسلي؟

الحلأ التناسلي هو مرض شائع ينتقل جنسياً يسببه فيروس يدعى الحلأ البسيط ، و النمط الشائع من فيروس الحلأ يظهر على الشفاه (الحلأ الشفوي) ، حيث أن شخص من كل 6 أشخاص ، من سن 14 حتى 49 عام يكونون على تماس مع الفيروس .

و على الرغم من عدم وجود آفات واضحة فإن الشخص المصاب قادر على نقل العدوى إلى شريكه .

كيف ينتشر الحلأ التناسلي؟

ينتشر الحلأ التناسلي من خلال الممارسة الجنسية المهبلية ، الشرجية أو الفموية .

يتم التعرف عليه من خلال الآفات المعدية والبثور الممتلئة بسائل يحتوي على الفيروس . يمكن أن تنتقل العدوى ببساطة من خلال الاتصال الجلدي .

الوقاية من الحلأ التناسلي

عندما تكون نشطاً جنسياً ولديك شركاء من المحتمل أن يكونوا حاملين لفيروس الحلأ فأفضل طريقة للحد من خطر العدوى هي استخدام الواقي الذكري بطريقة صحيحة عند كل اتصال جنسي ، و تعتبر طريقة وقاية جيدة و لكنها ليست مطلقة إذ يمكن انتقال العدوى عبر أجزاء أخرى من الجسم غير محصنة بالواقي الذكري .

أعراض الحلاّ التناسلي

العديد من المصابين بفيروس الحلاّ لا تظهر عليهم أعراض أو قد تظهر أعراض بسيطة بحيث يمكن الخلط بينها وبين تهيجات جلدية أخرى ، بشكل عام ، الإشارة الأولى للهربس التناسلي هي الآفات المؤلمة على و حول كل من الأعضاء التناسلية ، المستقيم و الفم ، و التي تبدو كبثور صغيرة ممتلئة بالسائل . و عندما تنفجر البثور ، فإن القرحة الناتجة يستغرق وقتاً للشفاء .

كما يمكن أن يكون هناك أعراض مشابهة لأعراض الإنفلونزا (حمى ، ألم بالمفاصل ، صداع ، تورم بالعقد اللمفاوية) أحياناً تُسمى بشكل خاطئ بالغدد اللمفاوية) .

لا يوجد شفاء كامل ، و يجب عليك رؤية الطبيب الذي سوف يُشخص الفيروس بشكل صحيح ، و يصف العلاج الذي يجعل الآفات الناتجة عن الحلاّ الجنسي تختفي .

عدوى فيروس نقص المناعة البشرية (HIV)

ما هي عدوى فيروس نقص المناعة البشرية (HIV)؟

فيروس نقص المناعة البشرية (HIV) هو فيروس يوجد بسؤال الجسم (تحديداً في : الدم ، و السائل المنوي و اللعاب) يهاجم خلايا معينة من الجهاز المناعي تُدعى خلايا CD4 أو خلايا T ، و عندما يدمر الفيروس الكثير من هذه الخلايا يصبح الجهاز المناعي غير قادر على حماية الجسم من الأمراض و الانتانات ، و هذه الحالة هي مرض خطير جداً يدعى الإيدز (AIDS) (متلازمة نقص المناعة المكتسبة).

حالياً لا يوجد علاج شافٍ لفيروس نقص المناعة البشرية (HIV) ، و لكن هناك علاجات دوائية (علاج مضاد للفيروسات القهقرية ART) تمنع تدهور الجهاز المناعي ، و تقلل من قدرة المصابين على نقل الفيروس إلى الآخرين .

يجب أن تؤخذ العلاجات المضادة للفيروسات القهقرية لبقية حياة المريض ، و تعتبر عدوى فيروس نقص المناعة البشرية مرضاً خطيراً .

الوقاية من فيروس نقص المناعة البشرية (HIV) عند الجماع الشرجي والمهبلي

هناك مجموعة من القواعد الأساسية للوقاية من عدوى فيروس نقص المناعة البشرية (HIV):

- اختر الأنشطة الجنسية ذات الخطورة المنخفضة: أي الأنشطة الجنسية التي لا تتضمن تبادل سوائل الجسم (الدم ، السائل المنوي) ، فمثلاً الاستمناء المتبادل ، لا يحمل خطورة نقل فيروس نقص المناعة البشرية (HIV) ، و كذلك التقبيل لا ينقل فيروس نقص المناعة البشرية (HIV) ، و يُعتبر الجماع الشرجي من دون وقاية أخطر من الجماع المهبلي ، و ذلك لأن أنسجة المستقيم و الأمعاء أكثر هشاشة و قابلية للتهتك ، و الجماع الشرجي السالب هو أخطر أنواع الجماع .
- استخدم دائماً الواقي الذكري بشكل صحيح. استخدام الواقي الذكري هي أفضل طريقة لتحمي نفسك من فيروس نقص المناعة البشرية (HIV) .
- الحد من عدد الشركاء الجنسيين ، فزيادة عدد الشركاء يؤدي إلى زيادة خطر مقابلة شريك حامل لفيروس نقص المناعة البشرية (HIV) أو مرض آخر ينتقل جنسياً .

- اذهب مباشرةً إلى عيادة الأمراض المنقولة جنسياً بعد القيام بعملية جنسية ذات خطرٍ عالٍ للعدوى بفيروس نقص المناعة البشرية ، و إذا قمت بممارسة جنسية مهبلية أو شرجية من دون وقاية أو تمزق الواقي الذكري مع شريك حامل لفيروس نقص المناعة البشرية (HIV) أو محتمل أن يكون حامل للفيروس فإن عيادة الأمراض المنقولة جنسياً أو وحدة الأمراض المعدية تستطيع اعطاء دواء وقائي بعد التعرض لفيروس نقص المناعة البشرية (PEP) ، و يجب أن يكون واضحاً أن ذلك يعتبر تدبير استثنائي ، و يجب أن تبقى الوقاية من فيروس نقص المناعة البشرية (HIV) من خلال الاستخدام الصحيح و المستمر للواقي الذكري .
- قم بإجراء فحص لفيروس نقص المناعة البشرية (اختبار ايجابية HIV) مرة في السنة على الأقل ، و شجع شركائك للقيام بنفس الشيء.
- عالج الأمراض المنقولة جنسياً الأخرى (STDs) لأنهم يزيدون من خطر التقاط عدوى فيروس نقص المناعة البشرية (HIV) ، و شجع شركائك للقيام بنفس الشيء.
- إذا كان شريكك/ شركائك مصاب/ مصابين بفيروس نقص المناعة البشرية (HIV) قم بتشجيعهم على اتباع العلاج المضاد لفيروس نقص المناعة البشرية ، حيث أن هذه العلاجات تخفض تعداد الفيروس بالدم و السائل المنوي إلى حدٍ يكاد لا يمكن اكتشافه مخبرياً ، و هذه العلاجات الدوائية تسمح للمصابين بفيروس نقص المناعة البشرية من العيش حياة طويلة و طبيعية ، و تخفض من إمكانية نقل فيروس نقص المناعة البشرية (HIV) إلى الآخرين .

الوقاية من فيروس نقص المناعة البشرية (HIV) عند القيام بالجنس الفموي

لا تدع شريكك يقذف السائل المنوي في فمك من دون وقاية ، و من الممارسات الجيدة هي الاستخدام الدائم للواقي الذكري ، و إن أخطر الممارسات الفموية هي إدخال القضيب الذكري بالفم و القذف بداخله ، و يعتبر الخطر أقل (على الرغم من أنه لا يزال حاضراً) عند القيام بالممارسات بين الفم و المهبل أو الشرج ، كما أن وجود آفات أو تقرحات أو أمراض منقولة جنسياً أخرى على تلك الأعضاء يزيد من خطر نقل فيروس نقص المناعة البشرية (HIV) ، و إذا كان شريكك مصاباً بفيروس نقص المناعة البشرية و يتبع العلاج الدوائي بشكلٍ صحيح فإن خطر العدوى ينخفض .

استخدام المزلاقات

استخدام المزلاقات ، خصوصاً عند الجماع الشرجي ، يمنع تمزق الواقي الذكري و هذا يؤدي إلى تخفيض خطر العدوات (من ضمنها عدوى فيروس نقص المناعة البشرية HIV) .

يجب أن تكون المزلاقات منتجات مناسبة لا تسبب ضرراً بالواقي الذكري (كالمزلاقات الزيتية مثل كريم البيدين ، الفازلين ، و الكرسكو ...الخ) و لا تُحدث تهيجاً بالأغشية المخاطية لأجزاء الجسم المتصلة أثناء الإيلاج .

الوقاية من فيروس نقص المناعة (HIV) عند استخدام المخدرات

استخدم دائماً الواقي الذكري و قم بإجراء فحص فيروس نقص المناعة البشرية مرة في السنة على الأقل .

إذا وجب عليك حقن المخدرات أو المنشطات ، الهرمونات ، المواد المائلة السيليكونية أو المواد المائلة الأخرى التي تستخدم بالعمليات التجميلية دون إشراف طبي فتذكر أن لا تشارك أبداً حقنك مع أحد ، و كذلك الماء المعقم الذي تحقنه أو الاوعية التي تستخدمها لإذابة المساحيق المعدة للحقن .

عندما تقوم بحقن نفسك تجنب التماس مع دم الأشخاص الآخرين الذين تشاركهم عادات الحقن .

العدوى التناسلية من فيروس الورم الحليمي البشري (HPV)

ما هو فيروس الورم الحليمي البشري (HPV)؟

فيروس الورم الحليمي البشري (HPV) هو المرض المنقول جنسياً الأكثر شيوعاً ، لدرجة أنه كل شخص تقريباً ذو حياة جنسية نشطة على تماس مع فيروس الورم الحليمي البشري (HPV) ، و هناك العديد من الأنماط المختلفة لفيروس الورم الحليمي البشري (HPV) و التي تسبب العديد من الأمراض بدءاً من الثآليل التناسلية المزعجة ، لتصل لأمراض أخرى أكثر خطورة بكثير مثل السرطان .

كيف ينتشر فيروس الورم الحليمي البشري (HPV)؟

إن ممارسة الجنس المهبلي ، الشرجي و الفموي مع شخص مصاب بفيروس الورم الحليمي البشري (HPV) تؤدي إلى انتقال المرض حتى مع عدم وجود أعراض .

تتطور الأعراض بعد فترة طويلة من العدوى و ذلك يجعل من الصعب معرفة منشأ العدوى .

الوقاية من فيروس الورم الحليمي البشري (HPV)

هناك العديد من الطرق للحد من احتمالية العدوى بفيروس الورم الحليمي البشري (HPV)

- التطعيم : هناك العديد من اللقاحات المضادة لفيروس الورم الحليمي البشري (HPV) المتاحة في إيطاليا ، فالأفراد بعمر 11 / 12 عام يكونون قد أخذوا مسبقاً ، وعلى أي حال يُنصح كلا الرجال و النساء أخذ اللقاح قبل أن يصلوا سن 26 .
- فحص سرطان عنق الرحم : إن جميع النساء من سن 21 إلى 65 سنة يمكن أن يقين أنفسهن من سرطان عنق الرحم من خلال القيام بفحص فيروس الورم الحليمي البشري الروتيني .
- الاستخدام الصحيح للواقي الذكري : إذا كان لديك علاقات جنسية مع شخص غير مخلص بشكل كامل فإن استخدام الواقي الذكري يحد من خطر العدوى بفيروس الورم الحليمي البشري (HPV) ، و لكن لا يقضي على الخطر بشكل كامل لأن بعض المناطق المعدية تكون خارج منطقة حماية الواقي الذكري .

أعراض العدوى بفيروس الورم الحليمي البشري (HPV)

العديد من الناس - رجال ونساء - لا يظهر عليهم أي أعراض ، بينما يكتشف آخرون ظهور الثآليل أو الآفات على الأعضاء التناسلية أو المنطقة الشرجية ، أو قد تكتشف بعض النساء خلايا غير طبيعية في عنق الرحم . و يمكن تحديد آفات سرطانية أو قبل سرطانية أثناء اختبار PAP ، و هو فحص بسيط غير مؤلم يقدم تشخيصاً مبكراً ، و عندها يكون المرض سهل المعالجة .

أولئك الذين يقومون بممارسة الجنس الشرجي من دون وقاية قد يتطور لديهم سرطان بالغشاء المخاطي الشرجي .

الزهري

ما هو الزهري ؟

الزهري هو مرض ينتقل جنسياً قد يؤدي إلى نتائج خطيرة جداً إذا لم يُعالج بشكلٍ صحيح ، و على الذين يقومون بعلاقات جنسية مع العديد من الشركاء القيام باختبار الزهري بشكل دوري .

كيف ينتشر الزهري ؟

ينتشر الزهري من خلال الاتصال المباشر مع التقرح أو الآفة المعدية التي تكون موجودة على القضيب الذكري ، أو مهبل ، أو شرج ، أو مستقيم ، أو شفاه أو فم الشخص المصاب .

تنبيه : يمكن أن يتم التقاط الزهري مجدداً من خلال الاتصال الجنسي مع شخص مصاب حتى و إن عولج المرض وتم الشفاء منه بالماضي .

الوقاية من الزهري

الحد من خطر التقاط عدوى الزهري تتم من خلال :

- علاقة أحادية مع شريك واحد فقط (علاقة مغلقة) لكلا الشريكين
- أن يخضع كلا الشريكين للفحص وأن تكون نتيجة اختبار الزهري سلبية
- الاستخدام الصحيح للواقي الذكري عند كل اتصال جنسي ، فالواقي الذكري يمنع الاتصال المباشر مع تقرحات الزهري ، و يمكن أن تظهر هذه التقرحات على مناطق غير مغطاة بالواقي الذكري لذلك على الرغم من أن الحماية عالية إلا أنها غير مطلقة .

أعراض الزهري

إذا لم يعالج الزهري فهناك عدة مراحل يمر بها المرض :

- الزهري البدائي : تظهر آفة (نادراً أكثر من واحدة) على المنطقة التي حدثت بها العدوى ، الآفة تبدو كتقرح صغير ، ولأنها غير مؤلمة و يمكن أن تكون بمكان مخفي عن الأنظار ، يمكن أن تمر دون ملاحظتها ، و تُشفى الآفة في غضون 3-6 أسابيع حتى و إن لم تعالج . و إذا لم تعالج فيمكن أن تتطور إلى :
- الزهري الثانوي : يظهر كطفح جلدي ، و تقرحات بالفم و المهبل و حول المنطقة الشرجية ، و هذه الأعراض تختفي مع أو من دون علاج ، و من دون علاج فإن المرض يستمر ليصبح :
- الزهري الكامن و النهائي : عند اختفاء أعراض الزهري الثانوي ، المرض يدخل بمرحلة الكمون ، و يمكن أن تبقى مرحلة الكمون من دون أعراض ، لكن المرض يمكن أن يستمر بإتلاف الأعضاء الداخلية ، و التلف الذي يصيب الأعضاء في هذه المرحلة لا يمكن معالجته ، و بعد فترة طويلة جداً من الزمن (30-15 سنة) يدخل المرض بالمرحلة النهائية حيث يمكن أن يُتلف الجهاز العصبي المركزي ، و يسبب صعوبة بتحريك و تناسق العضلات حتى يسبب الشلل ، و غياب الحساسية (للمؤثرات الساخنة أو الباردة و مؤثرات الألم) و العته.

داء المشعرات

ما هو داء المشعرات؟

داء المشعرات هو داء شائع جداً خصوصاً عند النساء ، و لكن في أغلب الأحيان الشخص المصاب لا يعرف أنه يحمل الطفيلي الذي يسبب العدوى .

كيف ينتشر داء المشعرات؟

يُفضل الطفيلي (المشعرة المهبلية) غزو الفرج و المهبل عند النساء و الإحليل عند الرجال . تمر العدوى من الأعضاء التناسلية المصابة للمرأة إلى إحليل الرجل والعكس بالعكس ، و يمكن أن ينتقل أيضاً أثناء ممارسة الجنسية المثلية الأنثوية ، من مهبل إلى مهبل باستخدام على سبيل المثال الدمى الجنسية .

بعد شفاء المرض فإنه من السهل أن يُصاب به مرة أخرى أيضاً .

الوقاية من داء المشعرات

استخدام الواقي الذكري في كل مرة تقوم بالجماع المهبلي يحد من خطر العدوى ، و من الممارسات الجيدة التحدث مع الشريك و إخباره بوجود حوادث متكررة لخروج مفرزات غير طبيعية ، شعور بالحرقنة أثناء التبول ، أو تقرحات تناسلية . و إذا كان هذا هو الحال فمن الأفضل طلب المشورة الطبية للتشخيص حيث أن الأعراض يمكن أن تظهر و تختفي بطريقة غير منتظمة .

أعراض داء المشعرات

70% من المصابين بداء المشعرات لا تظهر عليهم أية أعراض ولكنهم قادرين على نقل الطفيلي .

بالنسبة للنساء قد يعانين من الحكّة ، و الشعور بالحرقّة ، و الطفح ، و التفريجات التناسلية ، و قد لا يكون التبول مريحاً ، و قد يكون هناك مفرزات بيضاء أو خضراء ذات رائحة كريهة تخرج من الأعضاء التناسلية . و يمكن أن يكون الجماع مؤلماً و غير مريح .

أما الرجال فقد يعانون من الحكّة أو الهيجان داخل القضيب الذكري مع خروج مفرزات ، و يمكن أن يكون هناك شعور بالحرقّة بعد القذف أو التبول ، و من دون علاج صحيح يمكن أن تستمر العدوى لأشهر و سنوات كما أنه من السهل جداً نقل العدوى للشريك من جديد ، و لحسن الحظ فإن العلاج موجود .

طفيليات جسم الإنسان

القمل وقمل العانة

كيف يبدو القمل وقمل العانة ؟

قمل العانة هي طفيليات تعيش بمنطقة العانة و أجزاء الجسم المشعرة باستثناء شعر الرأس .

تُصنف في ثلاث أشكال :

- البيوض (الصبيان) من الصعب رؤيتها و تلتصق بالشعر و تبدو كبقع بيضاء ، و بعد 6-10 أيام تفقس و تصبح :
- الحوريات : قمل غير ناضجة يتغذى على الدم ، و تصبح بالغة في غضون 2 إلى 3 أسابيع .
- القمل البالغ : يمكن رؤيته بالعين المجردة ، يبدو مثل سرطان البحر الصغيرة (شاهد الصورة في الأسفل)، يعيش على الدم ، و يمكن أن يعيش يومين دون أن يكون على اتصال مع الجسم البشري .



كيف ينتشر قمل العانة؟

ينتشر قمل العانة من خلال الاتصال الجنسي ، لا يستطيع القمل البالغ العيش بعيداً عن الجسم البشري ، و يستطيع التنقل بسهولة عبر الجلد لمناطق مختلفة من الجسم .

أعراض العدوى بقمل العانة

وجود قمل العانة يسبب حكة في منطقة العانة ، و المناطق المشعرة المصابة من الجسم.

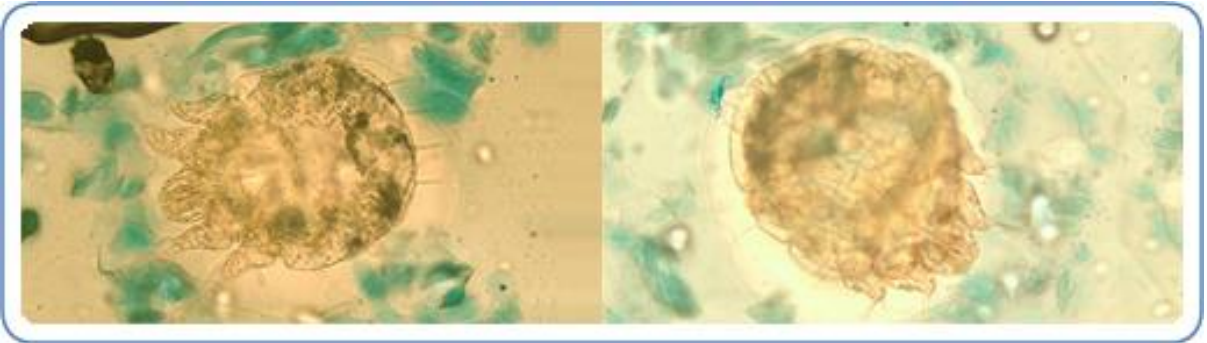
القضاء على قمل العانة

اسأل طبيبك للتأكد إذا ما كان لديك قمل العانة و اطلب منه أن يصف لك غسول أو كريم يوضع على مكان العدوى ، اتبع التعليمات الموجودة على المنتج المستخدم بعناية ، قم بإخبار أي شريك ارتبط معك خلال الأسبوعين الماضيين ليتبع نفس العلاج .

الجرب

كيف يبدو الجرب؟

الجرب هو سوس مجهري ، يبدو كما هو موضح بالصورة بالأسفل ، و لا يُرى بالعين المجردة ، يحفر أنفاقاً صغيرة بالطبقة العليا من الجلد حيث يعيش و يتكاثر .



كيف ينتشر الجرب؟

ينتشر الجرب عبر الاتصال المطول للجلد مع شخص مصاب ، و يحدث هذا بشكل خاص أثناء الاتصال الجنسي ، و يمكن أن ينتشر أيضاً بالأماكن التي يعيش فيها الكثير من الناس على مقربة من بعضهم البعض .

أعراض الجرب

يسبب الجرب حكة شديدة و تهيجاً في الجلد خصيصاً أثناء النوم ، الحكة قد تكون بأجزاء الجسم ككل أو في مناطق محددة مثل الرسغين، المرفقين ، بين أصابع اليدين و الرجلين ، الحلمتين و القضيب الذكري ، و العلامات الأولى للعدوى تحدث في غضون 4-6 أسابيع بعد التعرض لها ، اما اذا تجددت العدوى فان الحكة تظهر بعد 4 ايام.

القضاء على الجرب

يجب أن تستشير طبيبك الذي سيصف لك علاج المبيدات الحشرية الموضعي ، و هناك أيضاً علاج يؤخذ عن طريق الفم ، و تجنب التشخيص و التداوي الذاتي لأنه يجب أن تكون متأكداً من أن العدوى هي الجرب ، كما أن العلاج النوعي للجرب يجب أن يُتبع بعناية فائقة . جميع الثياب و الفراش التي كانت على اتصال مع سوس الجرب يجب أن تُغسل بالماء الساخن . و بما أن سوس الجرب لا يستطيع البقاء لأكثر من 72 ساعة بعيداً عن جسم الإنسان، فيكون كافياً تجنب أي شيء أو أي شخص من المحتمل أن يكون مصاباً خلال هذه المدة الزمنية .

أخبر شركائك الذين قمت بممارسة الجنس معهم في غضون الأسبوعين الماضيين ، و بالتالي يمكنهم الذهاب للفحص الطبي لمعرفة إذا كانوا مصابين أو لا .

أمراض أخرى تنتقل عبر الاتصال الجنسي

داء المهبل الجرثومي

ما هو داء المهبل الجرثومي؟

داء المهبل الجرثومي هو الانتان المهبلي الأكثر شيوعاً عند النساء من سن 15 حتى سن 44 ، و هو انتان يُسببه اختلال التوازن الميكروبي بالمهبل ، و لا يُعتبر من الأمراض المنقولة جنسياً (STD).

يجب عدم الخلط بينه و بين الانتانات الفطرية التناسلية التي يسببها عادةً فطر المبيضّة البيضاء ، و التي تعتبر شائعة جداً عند النساء ، و لكنها لا تحدث بسبب النشاط الجنسي. على النقيض من ذلك ، الانتانات الفطرية التي تتواجد بشكل طبيعي على جلد المريض أو ضمن الفلورا المعوية (مجهريات الأمعاء) تستطيع أن تتزايد بشكل مفرط نتيجة عدد كبير من العوامل. إن النسبة المرتفعة لحدوث داء المبيضات المهبلي يمكن أن يكون بسبب الاستخدام المتزايد للصادات الحيوية واسعة الطيف ، أو النساء اللواتي يتناولن حبوب منع الحمل، أو تدفق الطمث ، أو داء السكري ، و كذلك الملابس الداخلية الضيقة جداً ، أو بسبب كبح المناعة المتواسطة بالخلايا التالي لاستخدام الأدوية، أو بسبب عدوى فيروس نقص المناعة البشرية (HIV) .

كيف ينتشر داء المهبل الجرثومي؟

من غير المعروف حقيقةً سبب الإصابة داء المهبل الجرثومي ، فهو اختلال بالتوازن بين البكتيريا المفيدة و البكتيريا الضارة داخل المهبل ، و يبدو أن الإصابة به تكون أكثر احتمالاً عند تغيير شركاء العملية الجنسية و تعددهم ، أو عند استخدام الغسول المهبلي بشكل متكرر . ويمكن أن ينتقل أثناء الممارسة الجنسية بين النساء . الرجال الشركاء لنساء لديهن داء المهبل الجرثومي لا يحتاجون إلى أي علاج .

الوقاية من داء المهبل الجرثومي

لأن مسبب داء المهبل الجرثومي غير معروف فإن الوقاية منه غير معروفة على حد سواء . يُنصح بالحد من عدد الشركاء الجنسيين و عدم استخدام الغسول المهبلي الا عند الضرورة .

قاعدة هامة : اجراء الفحوصات عند طبيب النساء بشكل دوري قد يقي من هذا الانتان .

أعراض داء المهبل الجرثومي

العديد من النساء لا يظهر عليهن أي أعراض حتى لو كان لديهن داء المهبل الجرثومي ، البعض الأخريات قد يعانين من مفرزات مهبلية و رائحة كريهة تخرج من المهبل ، ألم ، حكة أو حرقة .

التهاب المستقيم والقولون

يجب أن تتم معاينة التهاب الشرج ، أو المستقيم أو القولون من قِبل الطبيب للحصول على التشخيص الصحيح ، و يمكن أن يكون سبب هذه الالتهابات هو الأمراض المنقولة جنسياً (STD).

يمكن أن يسبب التهاب المستقيم ألم بفتحة الشرج و داخل المستقيم و صعوبة التفريغ الكامل للامعاء (الزحير) مع خروج مفرزات من الشرج ، و يجب عدم تجاهل هذه الأعراض ، و يجب أن تُراجع الطبيب للحصول على التشخيص الصحيح . خلال الزيارة الطبية يجب عليك أن تخبر الطبيب بأي جماع شرجي قمت به من دون وقاية .

التهاب الأمعاء (الالتهاب المعوي) يمكن أن يكون له عدة أسباب و يترافق مع إسهال و ألم بالبطن و التي تعتبر الأعراض الأكثر شيوعاً . و هو عدوى تنتقل من خلال ابتلاع البكتيريا و الطفيليات التي تكون موجودة بالبراز و بالتالي بالأعضاء التناسلية و المناطق الشرجية ، و هذه الأعراض قد تكون بسبب بعض الأمراض المنقولة جنسياً (STDs) ، و بالتالي يجب عدم تجاهل هذه الأعراض خصيصاً المصابين بفيروس نقص المناعة البشرية (HIV) . يجب عليك رؤية الطبيب للحصول على التشخيص الصحيح . و أثناء الزيارة الطبية يجب أن تخبر الطبيب عن أي جماع شرجي قمت به من دون وقاية .

مرض التهاب الحوض

مرض التهاب الحوض هو عدوى تُصيب الأعضاء التناسلية الأنثوية ينتقل غالباً من خلال الاتصال الجنسي .

قد لا يظهر أي أعراض أو قد يكون هناك ألم بأسفل البطن ، حُمى ، مفرزات ذات رائحة تخرج من المهبل ، ألم أثناء الجماع ، شعور بالحرقنة أثناء التبول ، و نزيف في فترات خارج الدورة الشهرية .

قد تكون هذه الأعراض هي أعراض بعض الأمراض المنقولة جنسياً لذلك يجب عدم تجاهلها ، و الفحص الطبي ضروري للحصول على التشخيص الصحيح .

يمكن الوقاية من مرض التهاب الحوض من خلال استخدام الواقي الذكري أثناء العملية الجنسية .

الأمراض المنقولة جنسياً والحمل

المرأة الحامل قد تلتقط عدوى الأمراض المنقولة جنسياً (STDs) مثل المرأة غير الحامل ، فالحمل لا يقدم حماية للأم و لا للطفل من الأمراض المنقولة جنسياً (STDs) ، و بما أن العديد من الأمراض المنقولة جنسياً لا تُظهر أي أعراض فعلى المرأة الحامل القيام بفحوصات كافة الأمراض المنقولة جنسياً (STDs) بما في ذلك فيروس نقص المناعة البشرية (HIV)، و ينبغي على شركائهن القيام بنفس الفحوصات ، و إذا لزم الأمر فيجب إتباع العلاجات بشكل دقيق .

المرض المنقول جنسياً (STD) قد يصعب الحمل و يؤثر مشاكل صحية خطيرة للأم و الطفل ، يمكن للطفل أن يعاني من مشاكل عند الولادة أو حتى في السنوات اللاحقة ، و يمكن للعديد من هذه المشاكل أن تُعالج بالعناية الصحية الكافية أثناء الحمل .

يمكن أن ينخفض خطر التقاط الأمراض أثناء الحمل من خلال استخدام الواقي الذكري عند كل ممارسة جنسية .

الواقيات ، موانع الحمل الآمنة :

الواقيات أو الواقي الذكري هو أكثر موانع الحمل أماناً ، و يجب أن يستخدم من بداية النشاط الجنسي ، و يلبس على القضيب الذكري المنتصب قبل الإبلاج .

كما يجب أن يُستخدم أيضاً أثناء الجنس الفموي حيث أنه يخفض خطر التقاط عدوى الأمراض المنقولة جنسياً (STDs) .

الواقيات الذكرية هي تدابير وقائية جنسية و يجب أن تُحفظ بأماكن جافة ، و يجب أن لا تتعرض لأشعة الشمس بشكل مباشر . المحفظة ليست المكان المثالي لحفظهم ، و لا تُرج السيارة أيضاً ، حاملة الواقي الذكري الصغيرة هي الحل الأمثل .

دائماً تأكدوا من أن الواقي الذكري بحالة جيدة ، و حتى بعد الحرص على ذلك فإنه قد يتمزق أثناء العملية الجنسية ، و تدركون ذلك بعد فوات الأوان .

ماذا يجب عليكم أن تفعلوا في هذه الحالة ؟ بالبداية حافظوا على هدوئكم و لا تخافوا ، ينبغي عليكم الذهاب إلى طبييكم و تشرحوا له ما حدث ، قِيموا احتمالية حدوث حمل و قوموا بإجراء الاختبارات المناسبة ، إذا كنتم خائفين من العدوى ، لا تخافوا من التحدث عنها فسوف تحصلون على الفحص المطلوب المناسب و الصحيح .

ذلك ينطبق على كل من الرجال و النساء!