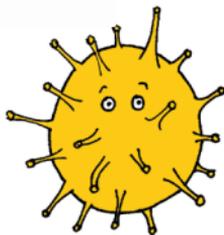
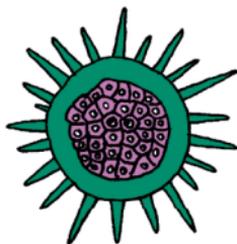
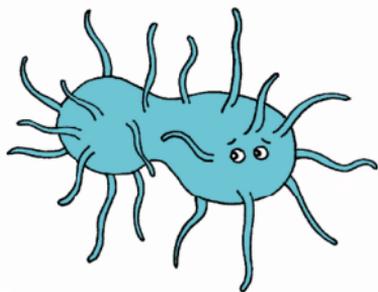




Це лікується!

Інфекції, що передаються
статевим шляхом



ЦЕ ЛІКУЄТЬСЯ!

Інфекції, що передаються статевим шляхом

Розробка змісту: Olimpia Ryś

Консультація: доктор Milena Sęp

Редакція: Olga Awramiuk, Finka Heynemann, Anna Wawrzeńczyk

Ілюстрації: Asia Bordowa

Дизайн брошури: Agnieszka Cieszanowska

Група «Ponton»

ponton.org.pl

info@ponton.org.pl

Телефон довіри (щоп'ятниці 16:00-20:00):

22 635 93 92

Федерація з прав Жінок та Планування

Родини вул

Nowolipie 13/15

00-150 Варшава

22 635 93 95

federacja@federa.org.pl

federa.org.pl

II Видання

Варшава 2019

ISBN: 987-83-88568-63-3



ІНФЕКЦІЇ, ЩО ПЕРЕДАЮТЬСЯ СТАТЕВИМ ШЛЯХОМ

Інфекції, що передаються статевим шляхом – це загальна назва різних захворювань та інфекцій, які можуть бути наслідком статевих зносин. Раніше їх називали венеричними захворюваннями. Тепер ця назва вважається застарілою, і ми поступово відходимо від її вживання.

Зараз у використанні часто з'являються англомовні скорочення, такі як STD або ж STI (англ. Sexually Transmitted Diseases/Infections).

2

STD є одними з найбільш розповсюджених інфекційних захворювань. Протягом останніх декількох років спостерігається зростання кількості заражень в усьому світі, і в Польщі також. Неліковані, вони можуть стати причиною серйозних проблем зі здоров'ям чи навіть – у важких випадках – смерті. Попри це, в Польщі регулярне обстеження проходить менш ніж 10% суспільства. Деякі з описаних у цій брошурі інфекцій можуть розвиватися безсимптомно та руйнувати наш організм, не даючи ніяких ознак своєї присутності, аж до моменту, коли буде вже занадто пізно, щоб позбутися наслідків хвороби! Саме тому варто дізнатися більше про них та про методи профілактики.

Дана брошура створена з думкою про всіх, кому важливо берегти власну безпеку та здоров'я. STI є достатньо розповсюдженими, а заразитися може кожен, хто хоча б раз вступав у будь-які форми статевих зносин з іншою людиною. Зараження STI може трапитися з кожним!



Тому ми прагнемо
заохотити вас дбати
про своє здоров'я,
проходити регулярні
медичні обстеження
та... почитати!

БАКТЕРІАЛЬНІ ІНФЕКЦІЇ

Гонорея

Що це таке?

Мабуть, всі колись чули про цю інфекцію, але мало хто знає, як її розпізнати та лікувати. Причиною гонореї є бактерія під назвою *Neisseria gonorrhoeae*, по-іншому звана гонококом. Визначити, наскільки часто люди заражаються цією бактерією, доволі складно, оскільки, частіше за все, особи, які мають симптоми інфекції, не навідуються до лікаря.

Яким шляхом можна заразитися?

Гонореєю можна заразитися під час будь-яких сексуальних контактів – вагінальних, оральних, анальних.

Які ж симптоми характерні для цієї інфекції?

Приблизно у 10% чоловіків та аж у 50% інфікованих жінок симптоми відсутні. Якщо симптоми вже з'являються, це відбувається переважно тільки на 3-7 день після зараження. Залежно від охоплених інфекцією частин тіла, симптоми можуть бути різними. Можливі симптоми, пов'язані з запаленням каналу шийки матки (після вагінальних контактів), це:

- характерні для запального процесу виділення з піхви,
- відчуття печіння,
- свербіж,
- криваві виділення між місячними.

У разі інфекції ануса (після анальних контактів):

- відчуття печіння,
- свербіж,
- присутність слизово-гнійних виділень (часом з домішкою крові).

У разі запалення горла (після оральних контактів):

- почервоніння горла,
- проблеми з ковтанням.

У випадку запалення сечовидільної системи:

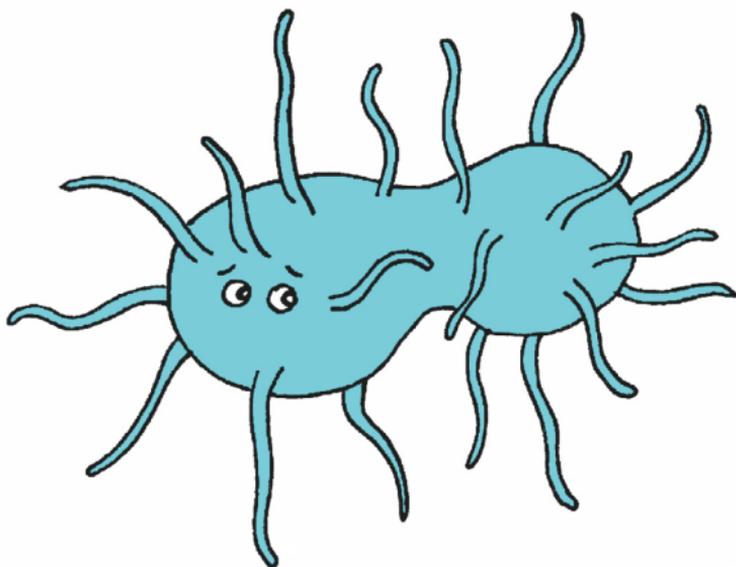
- біль та відчуття печіння при сечовипусканні,
- гнійний витік з уретри
- відчуття наповненого сечового міхура після його спорожнення

Як проходить лікування?

Якщо помітиш будь-який з вищеперелічених симптомів, негайно навідайся до лікаря венеролога, гінеколога або уролога. Зараження лікується прийняттям однієї дози антибіотика, причому наслідки відсутності лікування можуть бути дуже серйозними.

Які ускладнення можуть виникнути?

Найчастішим ускладненням, яке виникає у зв'язку з зараженням гонореєю, є запалення придатка яєчка та синдром запалення органів малого таза. У осіб кожної статі наслідком нелікованої інфекції можуть стати безпліддя, запалення суглобів, ендокардит та кон'юнктивіт. Тому задля уникнення інфекції слід завжди пам'ятати про використання презерватива або ж латексної серветки під час будь-якої форми статевого акту (оральної, анальної чи вагінальної).



Хламідіоз

Що це таке?

Це інфекція, яка дуже нагадує гонорею, однак вона викликана іншою бактерією – *Chlamydia trachomatis*. Зараження, частіше за все, трапляється серед підлітків та молодих дорослих.

Які шляхи зараження?

Хламідіозом можна заразитися під час будь-яких сексуальних контактів – оральних, вагінальних та анальних.

Які симптоми притаманні захворюванню?

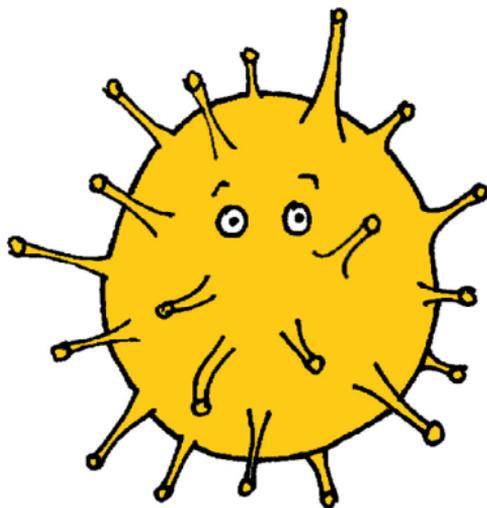
Серед жінок аж 80% випадків зараження проходить безсимптомно. Якщо симптоми стануть помітними, вони можуть розвиватися до семи тижнів та нагадувати симптоми гонореї:

- слизово-гнійні виділення у зовнішній частині гірла шийки матки (на відміну від гонореї виділення з уретри частіше є слизовими або водянистими та менш рясними),
- криваві виділення між місячними,
- проблеми з сечовипусканням,
- відчуття печіння та витікання слизу з уретри,
- почервоніння гірла уретри.

Так само, як і у випадку гонореї, зараження може охопити також анус та горло.

Які ускладнення можуть виникнути?

Нелікований хламідіоз є найчастішою причиною безпліддя серед жінок у Європі. Він може бути причиною безпліддя також у чоловіків. Може теж викликати синдром запалення органів малого тазу (слизової оболонки матки, яєчників, фаллопієвих триуб). Також може підвищувати ризик позплаткової вагітності та спричиняти хронічні болі у животі. Ускладненням може теж стати запалення придатку яєчка та запалення бартолінових залоз, яке проявляється одностороннім набряком вульви. До переліку серйозних ускладнень, які пов'язані з нелікованим зараженням *Chlamydia trachomatis* можемо додати також кон'юнктивіт, запалення суглобів та уретри.



Сифіліс

Що це таке?

Сифіліс – це хронічне інфекційне захворювання, яке охоплює цілий організм. Воно розповсюджене у світі, в тому числі в Польщі. Кожного року у всьому світі діагностується понад шість мільйонів випадків зараження сифілісом. У Польщі сифіліс є найчастіше розпізнаваною інфекцією, що передається статевим шляхом. Захворювання спричиняє грам-негативна бактерія *Treponema pallidum*, яка проникає в організм через мікропошкодження шкіри та неушкоджену слизову оболонку.

Як можна заразитися?

До зараження призводять, частіше за все, сексуальні контакти (вагінальні, анальні та оральні). Поза організмом грам-негативні бактерії швидко вмирають, оскільки вони вразливі щодо висушення, високої температури та дії антисептиків.

Які симптоми притаманні сифілісу?

Сифіліс має симптомні та безсимптомні періоди. Протягом першого року тривання хвороби зміни, які ним спричинені, самостійно зникають та переходять у прихований стан.

З цього ж приводу велика частина людей не навідується до лікаря, думаючи, що все “минулося”. Перші симптоми зазвичай проявляються приблизно протягом 3-4 тижнів:

- збільшені лімфовузли,
- виразка овальної форми на місці проникнення бактерії з рівними, регулярними контурами, прикрита водянистими виділеннями, діаметром у декілька міліметрів з дном, яке нагадує хрящ.

Зміна не є болючою та самостійно зникає без лікування протягом 4 тижнів. Місцем її утворення можуть бути, наприклад: головка, внутрішня та зовнішня крайня плоть, шкіра статевого члена, статеві губи, гирло піхви, анальна область або слизова оболонка губ та ротова порожнина.

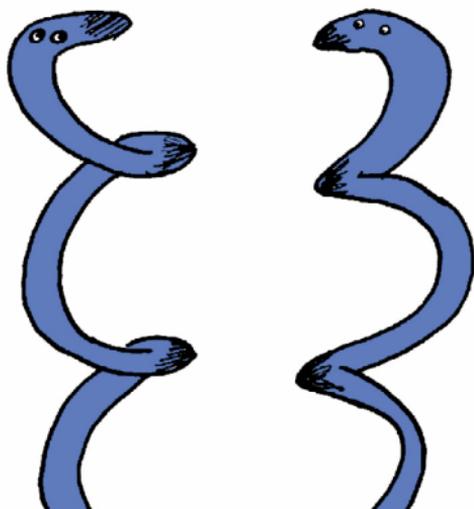
Поміж дев'ятим тижнем та першим роком з моменту зараження:

- ледве помітне, симетричне висипання у вигляді плямок (в основному на тулубі), яке після двох-трьох тижнів само зникає,
- міцне висипання у вигляді плям (червоні крапки) по всьому тілу, особливо на долонях, стопах, тулубі та статевих органах,
- сифілітичне облісіння,
- сифілітична лейкодерма,
- сифілітична ангіна.

Хворобу можна розпізнати на підставі аналізу крові. У випадку виникнення підозри присутності інфекції слід навідатися до венеролога.

Які ускладнення можуть виникнути?

Нелікований сифіліс може надалі перейти у так звану пізню форму з вираженими змінами органів, які можуть охопити серце, нервову систему, кістки та шкіру усього тіла. Більш того, у вагітних жінок ця хвороба може викликати важкі ушкодження плоду та навіть призвести до неповносправності майбутньої дитини. Сифіліс – це серйозне захворювання, лікування якого є дуже простим, а наслідки відсутності лікування – вкрай небезпечні.



ІНШІ ІНФЕКЦІЇ, ЩО ПЕРЕДАЮТЬСЯ СТАТЕВИМ ШЛЯХОМ

Трихомоноз

Що це таке?

Це інфекція, яка дуже нагадує гонорею, причому вона спричинена найпростішим організмом під назвою *Trichomonas vaginalis*, тобто вагінальною трихомонадою.

Які ймовірні шляхи зараження?

Трихомонозом можна заразитися шляхом будь-яких сексуальних контактів.

Які є характерні симптоми цього захворювання?

Трихомоноз може проходити безсимптомно навіть протягом шести місяців. У жінок ця інфекція часто утримується довго та може вражати піхву, шийку матки або ж уретру. Симптоми з'являються не раніше 4 днів після зараження:

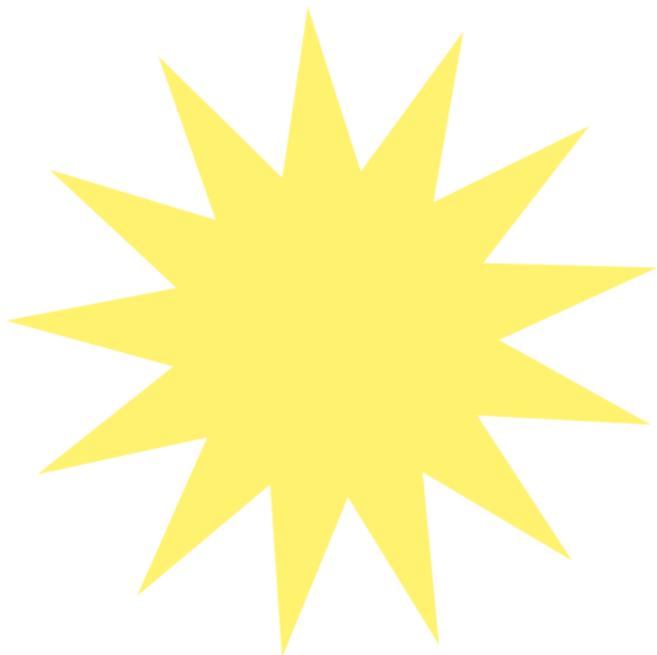
- ясні, піністі виділення жовто-зеленого кольору, які мають неприємний запах,
- біль під час статевого акту,
- свербіж та відчуття печіння вульви або піхви.

Як у чоловіків, так і у жінок, зараження може охопити сечовидільну систему. Тоді спостерігаються:

- виділення з уретри
- відчуття дискомфорту підчас сечовипускання

Як проходить лікування?

Лікування полягає у прийманні властивих ліків проти трихомонад. Терапію повинна застосувати не тільки заражена особа, але також її партнер чи партнерка.



Інфекції, викликані грибком

Що це таке?

Інфекції, спричинені грибком, дуже розповсюджені в усьому світі. Частіше вони бувають у жінок. Приблизно 75% усіх жінок хоча б раз у житті хворіють на вагінальний кандидоз (популярна назва якого молочниця) чи на інше захворювання статевих органів, спровоковане грибком.

Які симптоми?

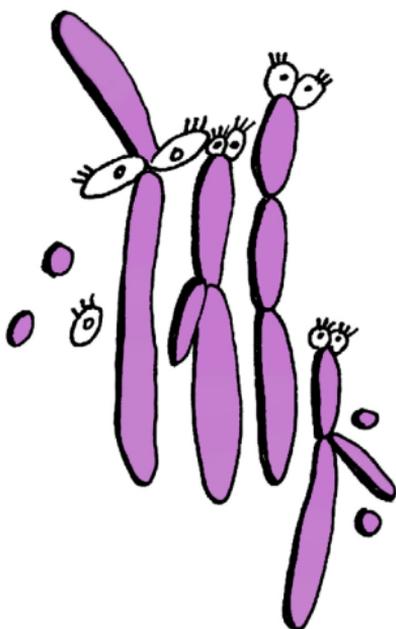
Інфекції можуть охоплювати шкіру пахвин, область геніталій та ануса, слизових оболонок піхви та головки. Можуть виникати незалежно від сексуальних контактів, також у осіб, які не живуть статевим життям, причому часом інфекція передається поміж партнерами чи партнерками. Симптоми з'являються достатньо швидко. Це зокрема:

- набряк, який може призвести до фімозу,
- почервоніння та еритема, наповнена рідиною,
- дуже часто наявність сирнистого нальоту білого або жовтого кольору,
- свербіж та відчуття печіння
- біль, особливо сильний під час статевого акту.

Якщо ви помітите схожі симптоми слід негайно відвідати венеролога, гінеколога або звернутися до лікаря уролога.

Які ускладнення можуть виникнути?

Неліковані інфекції, спричинені грибком, можуть повертатися, внаслідок чого сексуальні партнери можуть регулярно заражатися, що, несумнівно, буде причиною дискомфорту.



ВІРУСНІ ІНФЕКЦІЇ

Герпес

Що це таке?

Герпес – це одна з найбільш розповсюджених інфекцій, що передаються статевим шляхом, та є найчастішою причиною утворення ерозій в області геніталій. Загалом у світі живе приблизно 400 мільйонів людей, заражених вірусом HSV, тобто вірусом герпесу.

Чинником, що викликає зміни в області геніталій, є вірус герпесу типу 2 HSV-2, рідше типу 1 HSV-1.

Які ймовірні шляхи зараження?

Заразитися можна під час статевих зносин (оральних, анальних, вагінальних), під час пологів (інфекція передається дитині від матері) або ж через заражені предмети, на яких є вірус, наприклад, рушники чи еротичні іграшки. У більшості заражених немає ніяких симптомів, однак носії вірусу є потенційною загрозою для своїх партнерів та партнерок, оскільки можуть стати для них джерелом зараження.

Які симптоми характерні для цієї хвороби?

Після проникнення вірусу HSV у шкіру, мине приблизно від двох до семи днів перед появою низки симптомів, пов'язаних із первісним зараженням. На шкірі з'являться характерні зміни:

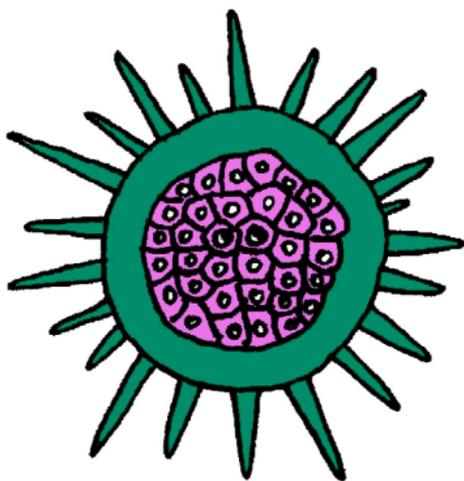
- біль, відчуття печіння та свербіж, які є передвісниками майбутніх шкірних змін,
- сильне почервоніння, подразнення на шкірі у різній стадії розвитку (від пухирів та ерозій різного типу до струпів)
- у жінок зміни охоплюють статеві губи, стінки піхви, шийку матки або ж шкіру області ануса чи сідниць,
- у чоловіків це зміни на крайній плоті, головці, шкірі статевого члена, сідницях чи в області ануса.

У випадку анальних контактів вірус може призвести до:

- запалення слизової оболонки прямої кішки,
- слизових виділень з ануса,
- сильного болю у цій області,
- частого бажання випорожнитись.

У випадку оральних контактів вірус може викликати герпесне запалення горла.

Хвороба може повертатися не тільки після статевих актів, але проявляється також при інших зараженнях, місячних, стресі, подразненнях, спровокованих косметикою, втомі або ж при сильній застуді. Герпес збільшує ризик появи інших інфекцій, що передаються статевим шляхом. Симптоматичний герпес потребує термінового звернення до лікаря венеролога, оскільки у цьому випадку часто виявляється необхідність проведення лікування зараження у лікарні.



HPV

Що це таке?

Зараження генітальними типами HPV є дуже розповсюдженою формою інфекції. Серед приблизно 150 різновидностей HPV, тобто вірусу папіломи людини, близько 40 викликають зараження слизових оболонок та шкіри статевих органів. Онкогенні типи вірусу, тобто ті, які можуть стати причиною раку шийки матки, вульви, піхви, ануса та статевого члена, мають, зокрема, номери 16, 18, 31, 33 та не викликають легких змін. Якщо зараження неонкогенним типом HPV (6, 11, 40, 42 тощо) не припиниться самостійно, ці віруси можуть призвести до появи статевих папілом – гострокінцевих кондилом.

Які є ймовірні шляхи зараження?

Більшість людей хоча б раз протягом життя заражається інфекцією, причому у більшості випадків зараження припиняється самостійно. Заразитися можна шляхом статевих зносин, а також при пологах. Можливо теж занести вірус пальцями (наприклад, під час петингу). Вірус HPV може також зберігатися на предметах. Використання презервативів знижує ризик зараження, але не може виключити його цілком.

Які є характерні симптоми?

В області зовнішніх статевих органів HPV може спричиняти як легкі зміни (ті ж самі статеві папіломи), так і зміни передонкологічного характеру. Основна ознака зараження вірусом HPV:

- гострокінцеві конділоми – рожеві, біляві або ж коричневі зміни м'якої консистенції, які нагадують своїм виглядом цвітну капусту.

Конділоми утворюються на місці механічного подразнення під час статевих зносин. Вони можуть бути розташовані:

- на статевих губах,
- в районі промежини,
- на слизовій оболонці піхви,
- на шийці матки,
- в області стрижня статевого члена,
- на головці,
- в районі вуздечки,
- на внутрішній частині крайньої плоті,
- в області ануса,
- в ротовій порожнині,
- в гирлі уретри.



Від моменту зараження до появи змін може пройти від декількох тижнів до 12 місяців. Гінеколог чи венеролог здатен розпізнати легкі зміни на підставі їхнього вигляду, натомість передонкологічні зміни можна виявити за допомогою цитологічного дослідження. Саме тому кожна жінка, яка живе статевим життям, повинна раз на рік проходити цитологію.

Чи знаєш, що...

Зараженню HPV можна запобігти за допомогою щеплення. Воно рекомендоване не тільки дівчатам, але і хлопцям, і дорослим особам.

Всупереч суспільній думці, щепитися можуть також люди, які вже живуть статевим життям (хоча найбільшу ефективність щеплення має у випадку людей, які ще не розпочали статевих відносин). Загалом щеплення платне, але може бути оплачене за рахунок коштів, виділених муніципалітетом.

ВІЛ

Що це таке?

Напевно більшість із вас чула про ВІЛ чи СНІД, однак ми часто плутаємо ці поняття. Давайте тоді пояснимо: ВІЛ (HIV) – це скорочення від Human Immunodeficiency Virus, а СНІД (AIDS) – від Acquired Immunodeficiency Syndrome, що розшифровується як Синдром Набутого Імунодефіциту. Зараження ВІЛ (HIV) само по собі не є хворобою, натомість відсутність його лікування може призвести до тяжкої, смертельної хвороби, власне СНІДу – Синдрому Набутого Імунодефіциту.

Які шляхи зараження?

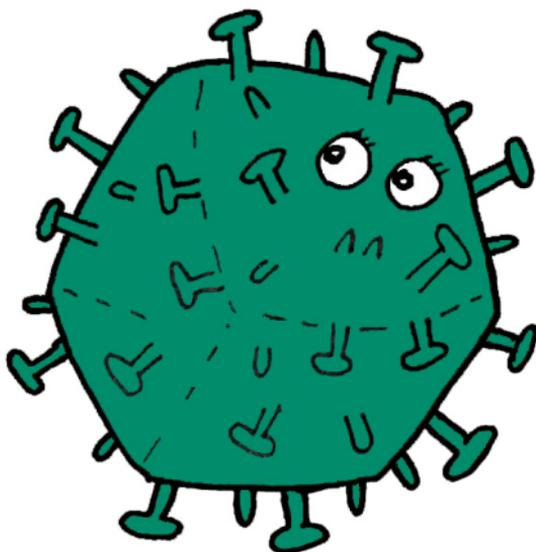
Вірус передається, зокрема, під час сексуальних контактів. Його копії присутні у крові, спермі, виділеннях з піхви, ануса та в людському молоці. Найбільшому ризику зараження піддається особа, яка приймає анальний контакт, оскільки епітелій ануса та прямої кішки є найбільш вразливим до подразнень, а через це і до проникнення вірусу. Дещо менш ризикованими є вагінальні контакти. Ризик у випадку оральних відносин значно менший, але все ж існує, особливо якщо у людини є будь-яка хвороба ротової порожнини, пошкодження слизової оболонки або у випадку, коли у слині є домішка крові. У самій слині знаходиться тільки незначна кількість вірусу, тому зараження через поцілунок неможливе.

Які симптоми?

Зараження ВІЛ може довго залишатися безсимптомним або проявляти себе як хронічне збільшення лімфовузлів чи гостре ретровірусне захворювання (посилені грипоподібні симптоми).

Перші симптоми здатні проявитися протягом 4-8 тижнів після проникнення вірусу до організму. Цей етап захворювання дуже легко переплутати із симптомами грипу чи застуди. Частіше за все ми можемо помітити:

- підвищену температуру тіла,
- збільшення шийних лімфовузлів,
- біль у м'язах та суглобах,
- висипання
- головний біль.



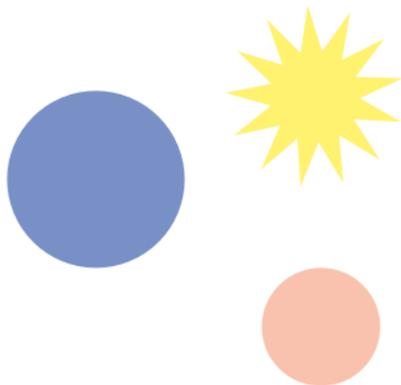
Частинки вірусу заражають, зокрема, білі кров'яні клітини та можуть розмножуватися у людському тілі багато років поспіль без помітних симптомів. Цей період є вкрай небезпечним, оскільки заражена особа, не знаючи про свій стан та не маючи відчуття, що вона хворіє, може бути джерелом зараження для інших. Саме тому дуже важливо регулярно проходити аналіз на ВІЛ. Тест можна зробити безкоштовно та анонімно в багатьох місцях по всій території Польщі.

Як проходить лікування?

Кожна особа, у якої виявлено вірус, отримує безкоштовне сучасне лікування. Сьогодні воно є настільки ефективним, що тривалість життя людей з ВІЛ приблизно така ж сама, як і в решти населення. Слід кожен день приймати антиретровірусні засоби. Особи, які проходять антиретровірусну терапію, і в яких стверджено невиявний рівень присутності вірусу у крові (тобто невиявну вірусемію), не здатні заразити інших.

Чи знаєш, що...

Найкращим методом уникнення зараження є використання презерватива під час будь-якої форми сексуального акту. Однак також можливе застосування профілактики ризикових контактів, так званої PrEP (pre-exposure prophylaxis). Її можуть використовувати особи, у випадку яких існує значна вірогідність вступити в контакт із вірусом ВІЛ. Йдеться про ліки, які приймаються щоденно та які захищають від зараження ВІЛ. Однак треба мати на увазі, що вони нездатні захистити людину від інших інфекцій, що передаються статевим шляхом, тому надалі рекомендується використання презервативів.



Гепатит

Що це таке?

Це інфекційні захворювання, які спричинені вірусами, що атакують печінку. Зважаючи на факт, що ці захворювання мають хронічний характер, найбільш небезпечним є гепатит В та С. Під час статевих зносин можна заразитися також вірусом типу А, який не є причиною хронічного захворювання.

Які ймовірні шляхи зараження?

Гепатитом А, В та С можна заразитися під час статевих зносин. Зараження HBV (вірусом гепатиту В) може відбутися також через пошкоджену шкіру чи слизову оболонку. Заразним матеріалом є кров та інші рідини тіла. Вірусом HCV (гепатитом С) можна заразитися в основному через кров, наприклад, під час ін'єкції психоактивних речовин або введення їх через ніс при використанні нестерильного приладдя, а також під час проходження процедур, таких як манікюр або пірсинг.



Які симптоми?

Симптоми гепатиту А:

- жовтяниця (пожовтіння шкіри та очей),
- температура,
- біль у животі.

Більшість заражень гепатитом В має безсимптомний перебіг – тільки близько у 30% дорослих можемо помітити:

- жовтяницю,
- біль у животі,
- погіршення самопочуття.

Зараження гепатитом С у більшості людей також проходить безсимптомно, або ж симптоми нагадують інші інфекції. Далі зараження переходить у хронічну форму, яка може призводити до:

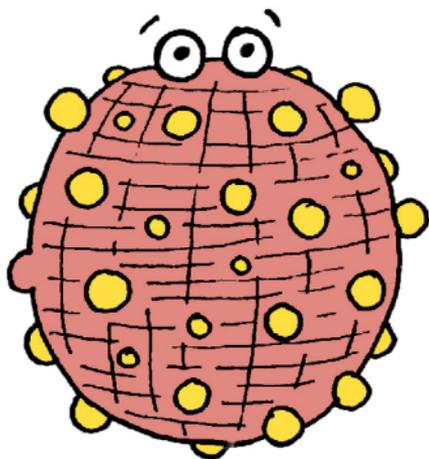
- відчуття постійної втоми,
- симптомів шлунково-кишкового тракту.

Як проходить лікування?

Гепатит А лікується у лікарні. Доступне також щеплення від нього, яке слід зробити особам, які знаходяться у групі ризику. Що стосується гепатиту В – на даний час не існує ефективного лікування від цієї хвороби, але в Польщі доступне щеплення, яке дає захист від цього захворювання. У випадку гепатиту С – зараз доступні програми лікування, які призводять до цілковитого одужання.

Які ускладнення?

У більшості випадків лікування закінчується одужанням, але якщо зараження гепатитом В чи С не лікувати, можливо перетворення хвороби у хронічне запалення, цироз, недостатність або навіть рак печінки. З огляду на те, що захворювання, переважно, має безсимптомний перебіг, його розпізнання часто є випадковим і настає тільки тоді, коли пошкодження печінки є вже значним. Саме тому вкрай важливо проходити регулярні аналізи на рахунок зараження гепатитом С. Тест можна виконати анонімно та безкоштовно у багатьох місцях по всій території Польщі. Тому дуже важливо робити аналізи на присутність вірусу в крові.



ВИСНОВОК

Інфекції, що передаються статевим шляхом, трапляються – тут нічого соромитися! Вони можуть виявитися не тільки у осіб, які живуть активним статевим життям, але також у тих, які не займаються сексом. Зараження та хвороба – це не вирок. Лікування є, але щоб його почати, спочатку необхідно знати про своє захворювання. Саме тому настільки важливим є регулярне проходження медичних обстежень. Також варто дізнатися про статус особи, з якою ми починаємо сексуальний контакт. Все більшу популярність набуває спільний візит до консультаційно-діагностичного пункту. Це чудовий спосіб довідатися про свій стан здоров'я та про стан здоров'я особи, з якою ми збираємося почати статеве життя. Попросити когось надати інформацію та пройти обстеження – це прояв турботи про безпеку та здоров'я, як своє, так і іншої людини. Одночасно слід пам'ятати про запобіжні засоби. Найбільш популярним та дешевим контрацептивом, який захищає нас від інфекцій, є презерватив. Рекомендуємо також латексні серветки для орального сексу, які можна замовити в інтернеті.



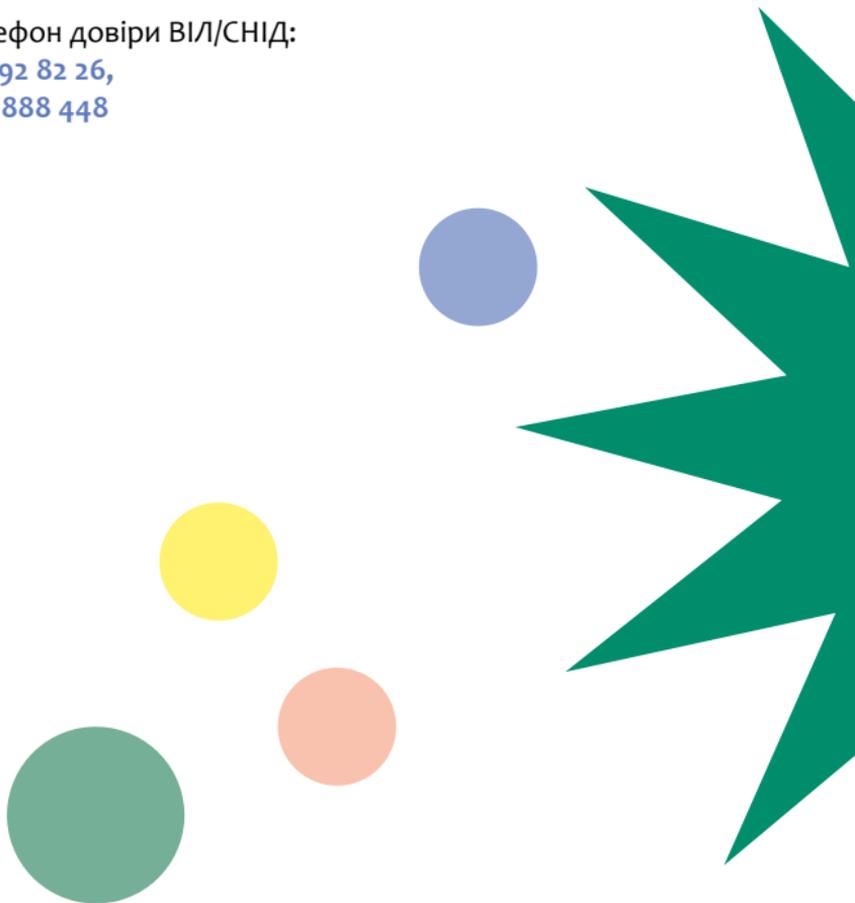
Аналіз на ВІЛ (а часом також і на сифіліс та гепатит С) можна виконати безкоштовно й анонімно в консультаційно-діагностичних пунктах, перелік яких ви знайдете на світі Державного Центру СНІД-у:

aids.gov.pl/pkd

Телефон довіри ВІЛ/СНІД:

22 692 82 26,

800 888 448





ponton.org.pl



[@grupaponton](https://www.instagram.com/grupaponton)