

РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ



РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ



Что такое здоровье?

Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия. Отсутствие болезни у человека не является показателем здоровья.

Здоровье и здоровый образ жизни позволяют человеку продлить собственную жизнь, улучшить её качество и быть полноценным членом общества.

Что такое репродуктивное здоровье?

Репродуктивное здоровье – это возможность удовлетворенной и безопасной сексуальной жизни, способность к воспроизведению (рождению детей) и возможность решать, когда и как часто это делать.

Что такое сексуальное здоровье?

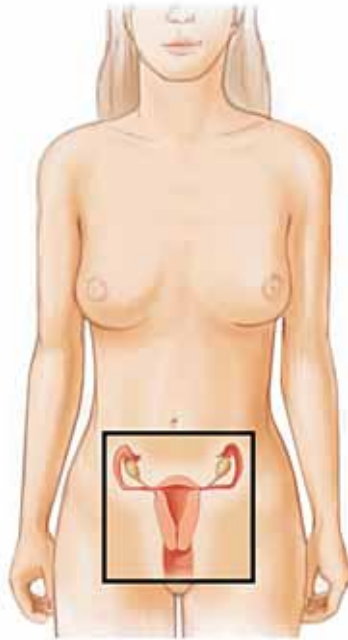
Понятие "репродуктивное здоровье" включает в себя и сексуальное здоровье — состояние, позволяющее человеку в полной мере испытывать половое влечение и реализовывать его, получая при этом удовлетворение.

Что такое репродуктивная система?

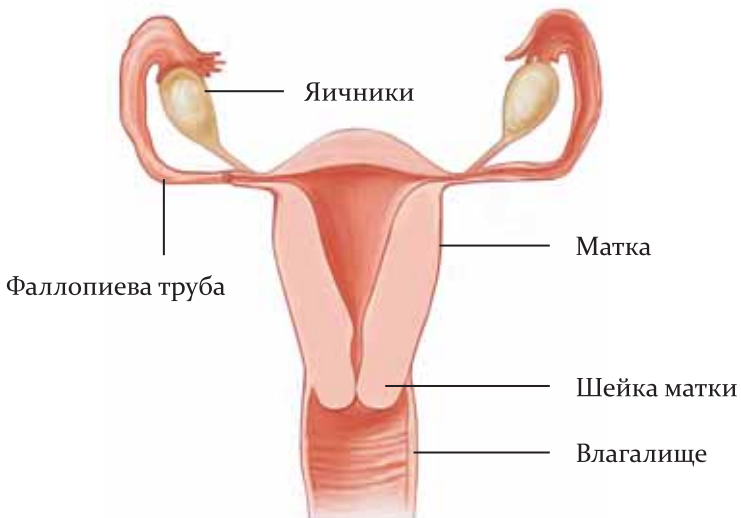
Репродуктивная система человека — это комплекс органов и систем, которые обеспечивают процесс зачатия и вынашивания ребёнка. Репродуктивная система состоит из мужских и женских половых органов. Они дают возможность мужчине и женщине иметь полноценное потомство. Возможность иметь детей появляется в определенном возрасте. Это связано с созреванием мужских и женских половых клеток (сперматозоидов и яйцеклеток), которые обеспечивают зачатие плода.

Репродуктивный возраст у женщин наступает, как правило, в 15 лет и длится до 40-45 лет (пока идут месячные), у мужчин начинается в 14-16 лет и продолжается до 55-60 лет. Жизнеспособные и полноценные дети рождаются у физически, эмоционально и репродуктивно здоровых людей.

Из чего состоит женская репродуктивная система?



Женская половая система

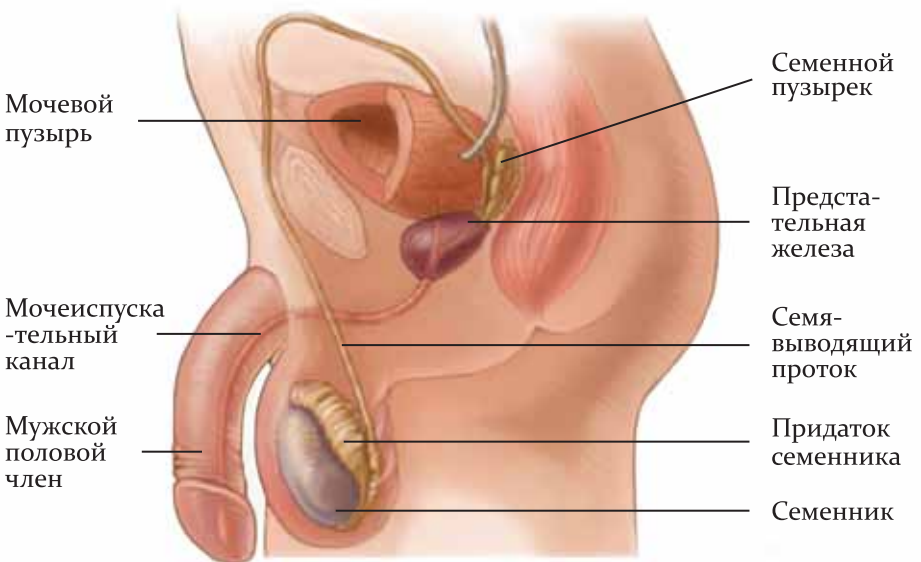


Как работает женская репродуктивная система?

Каждый месяц, в середине цикла месячных у женщины, в одном из яичников созревает яйцеклетка. Яйцеклетка выходит из пузырька (фолликула), разрывая его (этот процесс называется овуляцией), и продвигается по маточной трубе в сторону матки. В случае попадания в матку сперматозоидов после полового акта и их встречи с яйцеклеткой может произойти оплодотворение. Срок жизни яйцеклетки от момента выхода из яичника – 24 часа. Если оплодотворение не произошло, в конце месячного цикла у женщины происходит физиологическое (нормальное) отслоение слизистой оболочки стенки матки. Это проявляется кровянистыми выделениями из влагалища, которые продолжаются 3-5 дней. Первый день начала выделений считается первым днём нового цикла месячных.

Из чего состоит мужская репродуктивная система?

Мужская половая система



Как работает мужская репродуктивная система?

Сперматозоиды, необходимые для оплодотворения яйцеклетки, вырабатываются в клетках яичек, где и накапливаются. Во время секса, сперматозоиды по семявыносящему протоку выносятся из яичек, смешиваются с выделениями предстательной железы (простаты) и, через мочеиспускательный канал полового члена выходят наружу. В матке и маточных трубах сперматозоиды сохраняют активность и жизнеспособность до 6 суток, что может способствовать зачатию. Нужно помнить, что маточные трубы одним из своих концов свободно открыты в брюшную полость. При заболеваниях, передающихся половым путём, инфекция, гной, содержимое матки или влагалища может попасть в брюшную полость и вызвать серьёзные осложнения.

Что такое месячные?

Месячные или менструальный цикл – это физиологический процесс циклических изменений в половой системе женщины, который внешне проявляется регулярными маточными кровотечениями. Длительность менструального цикла определяется от первого дня менструации, которая наступила, до первого дня следующей менструации, и составляет 21-36 дней, чаще всего 28 дней. Месячные обусловлены изменениям уровня различных женских половых гормонов, которые участвуют в процессе созревания и выхода яйцеклетки и подготовке матки к беременности. При наступлении беременности месячные прекращаются.



Личная гигиена женщины во время месячных

Кровь, которая выделяется во время месячных, сама по себе не имеет четко выраженного запаха. Но уже спустя час после нахождения на прокладке, в ней стремительно увеличивается количество бактерий. Именно это приводит к появлению неприятного запаха и дискомфорта. Чтобы этого не произошло, каждой женщине необходимо придерживаться простых правил личной гигиены во время месячных:

- ✓ Прокладки нужно менять не реже одного раза в 4 часа, независимо от обильности выделений. Даже если кровь выделяется скудно, количество вредных бактерий при несвоевременной их замене растет в устрашающей прогрессии.
- ✓ Если вы используете тампоны, их менять необходимо каждые два часа.
- ✓ Во время сна используйте специальные ночные прокладки, которые обладают удлиненными размерами и большей абсорбцией, что позволяет тщательно уберечься от протеканий.
- ✓ Принимайте интимные водные процедуры не реже двух раз за день. При этом желательно использовать специальные косметические средства, которые позволяют сохранять естественную кислотность влагалища и поддерживают защиту от влияния патогенных микроорганизмов.
- ✓ Не используйте прокладки с парфюмерными отдушками и не натуральной оболочкой. Аналогичное требование касательно естественных материалов выдвигается и к нижнему белью: ношение синтетики приводит к различным нарушениям.
- ✓ Используйте отвары для подмывания, которые помогают предотвратить воспаления. Готовить их очень просто: например, заварить кипятком по 1 столовой ложке ромашки, календулы, тысячелистника или череды; процедить и использовать в теплом виде

Можно ли заниматься сексом во время месячных?

Месячные – это обычный физиологический процесс, но о матке в этот период можно сказать, что она вроде «болеет». В этот период повышается риск инфицирования внутренних половых органов женщины, особенно при незащищенном сексе. Также необходимо помнить, что менструальная кровь должна оттекать через шейку матки во влагалище, а во время секса содержимое влагалища и матки может попадать в маточные трубы, а затем и в брюшную полость. Это может привести к заболеванию. Со временем инфекция может распространиться на другие внутренние органы, что приводит к развитию хронического воспаления, гормональным сбоям, спаечному процессу и бесплодию в будущем.

Большое количество половых контактов во время месячных повышает риск инфицирования инфекциями, передающимся половым путем (ИППП), а также подвергает организм женщины определенному стрессу, что значительно снижает иммунитет.

Гинекологи рекомендуют избегать секса в первые 3-4 дня от начала месячных. Поскольку беременность во это время месячных, основной угрозой является попадание во влагалище и матку болезнетворных микроорганизмов со спермой мужчины, а также с постельного белья и наружных женских половых органов. Если отказаться от секса невозможно, во время полового акта при месячных обязательно использование барьерных контрацептивов (презервативов). Идеальным вариантом для женщины будет использование фемидома (женского презерватива), который полностью закрывает вход во влагалище. Если нет возможности использовать фемидом, необходимо использовать мужской презерватив. Также, во время секса при месячных, следует соблюдать личную гигиену и менять постельное бельё. Не рекомендуется использовать вату, губки, мочалки во время полового контакта при месячных, поскольку они превращаются в контейнер сбора бактерий и могут ухудшить вагинальную микрофлору.

Беременность

Женщина имеет шанс забеременеть с того момента, когда у неё начались месячные. Это говорит о том, что из яичника регулярно выходит зрелая яйцеклетка, способная к зачатию. Окончание месячных свидетельствует о прекращении возможности женщины иметь детей. Это не значит, что после окончания месячных, женщина не может вести здоровую и полноценную сексуальную жизнь.

Беременность: желанная или нет?

Беременность может быть как желанной и запланированной, так и случайной. При планировании беременности подготовку к ней проходят оба партнёра. К подготовке перед беременностью относятся: сдача анализов на ВИЧ, вирусные гепатиты, инфекции, передающиеся половым путём, лечение некоторых из этих заболеваний, исключение или сведение к минимуму вредных привычек (употребление наркотиков, алкоголя, курение). В женской консультации беременная периодически обследуется гинекологом, делает УЗИ, сдаёт анализы. В случае необходимости (при угрозе прерывания) женщина ложится в стационарное отделение для сохранения беременности и лечения.

Что такое аборт?

Аборт – это искусственное прерывание беременности на протяжении ее первых 22 недель. Решение о сохранении беременности или аборте женщина принимает самостоятельно. Никто не имеет права принудить женщину к совершению аборта. Партнёр, который действием пытается заставить женщину сделать аборт, может быть привлечён к уголовной ответственности. В некоторых случаях аборт может быть сделан по медицинским показаниям.

Какие виды аборт существуют?

По видам аборт разделяют на медикаментозный (химический), вакуумный и хирургический. При медицинских показаниях возможно проведение аборта в сроке более 22-х недель (искусственные роды).

При медикаментозном аборте (на сроке 2-6 недель), в организм женщины вводятся вещества, которые вызывают отделение плода от матки и искусственный выкидыш. При вакуумном аборте (на сроке 2-5 недель) плод извлекается из матки специальным насосом. При более позднем сроке (6-12 недель) проводится хирургический аборт – механическое удаление плода из матки с одновременным соскабливанием слизистой со стенок матки.

Насколько аборт опасен?

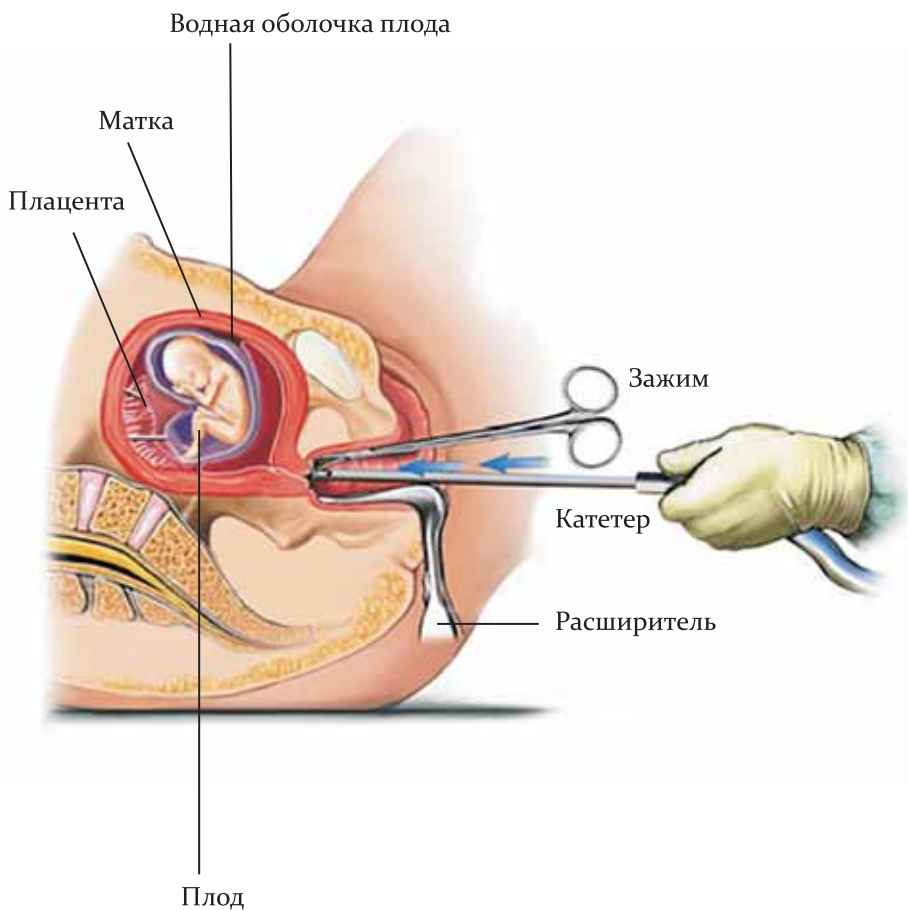
Любой аборт (даже проводимый в специализированном медицинском учреждении опытным врачом) – это травматическая и опасная процедура. При аборте в матку могут попасть болезнетворные бактерии, во время хирургической манипуляции есть риск прокола стенки матки инструментами, после соскабливания слизистой возможно длительное кровотечение. В некоторых случаях после аборта, как отдалённое последствие, возможно бесплодие.

Важно помнить о крайней опасности немедицинских (криминальных) абортов. Риск инфицирования и последующих тяжёлых заболеваний, а также бесплодия при таких абортах составляет более 60% случаев. Проведение криминальных абортов – уголовно наказуемая процедура, в независимости от его исхода.



Вакуумный аборт

Расширитель помещается во влагалище, зажим прикрепляется к шейке матки, вставляется катетер. Водная оболочка и части плода разрываются на части и всасываются через катетер



Как правильно предохраняться?

На выбор современной женщины существует много способов контрацепции. Под каждую конкретную ситуацию или период в жизни женщины можно подобрать свою схему контрацепции.

Подбор средства контрацепции проводится врачом после осмотра и обследования, с учётом индивидуальных особенностей образа жизни женщины, её состояния здоровья, количества половых партнёров и медицинских показаний. Без назначения врача, в виде средства контрацепции, а также для предотвращения инфицирования ВИЧ, вирусными гепатитами, *torch*-инфекциями*, инфекциями, которые передаются половым путём, рекомендуется использование презервативов (мужских и женских). Если Вы клиент программы Снижения Вреда, вы можете получить бесплатно мужские и женские презервативы у своего социального работника.

**Torch*-инфекции — группа инфекций, чрезвычайно опасных для беременных, название сформировано по первым буквам латинских названий входящих в нее инфекций.

Расшифровывается аббревиатура TORCH следующим образом:

T — **токсоплазмоз** (toxoplasmosis)

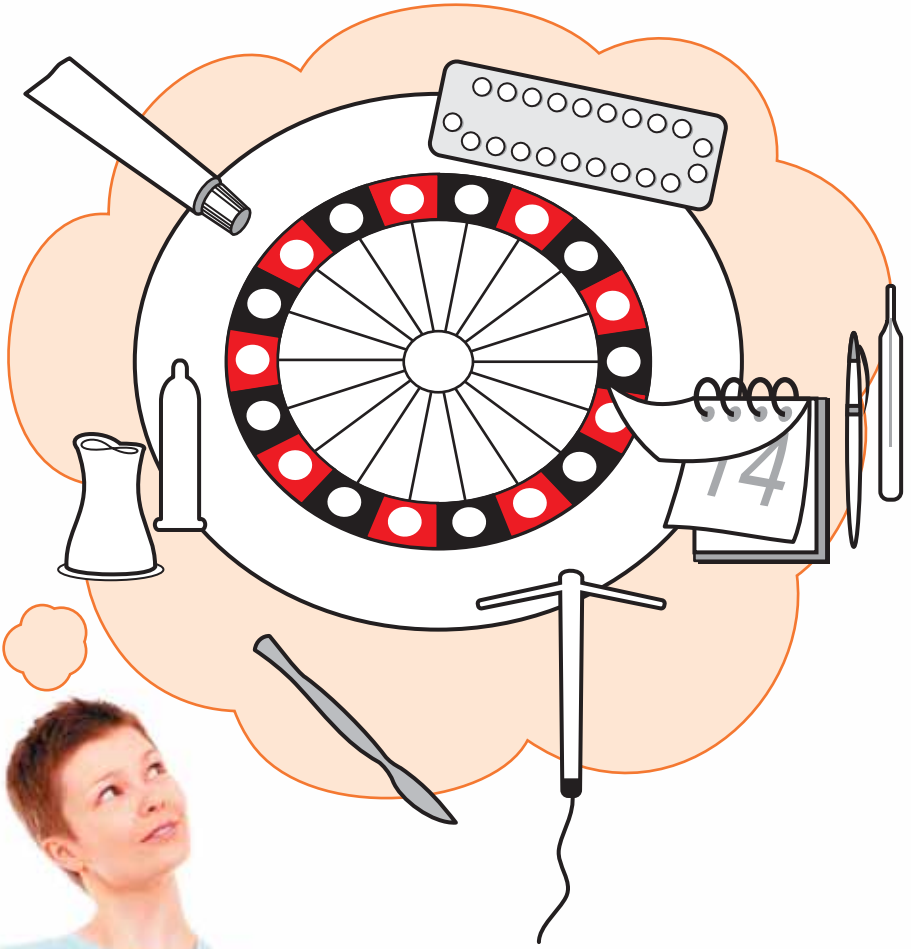
O — другие **инфекции** (others) - **гепатит В и С, сифилис, хламидиоз, гонококковая инфекция, листериоз, ВИЧ-инфекция.**

R — **краснуха** (rubella)

C — **цитомегаловирусная инфекция** (cytomegalovirus)

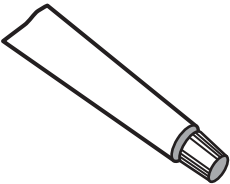
H — **герпес** (herpes simplex virus)

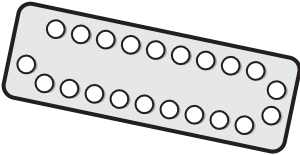
Зачастую *torch*-инфекции могут не иметь никаких проявлений и быть найдены только при расширенном обследовании во время беременности. Кровь на наличие антител к TORCH-инфекциям правильнее всего сдавать еще до наступления беременности, при ее планировании.

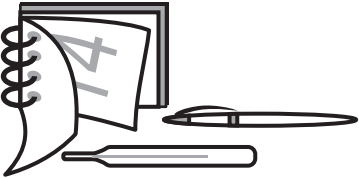


Какие средства контрацепции можно использовать и когда

Тип контрацептива	Кому подходит	Преимущества	Осторожно!	Кто назначает
<p>Барьерная контрацепция (мужские и женские презервативы)</p> 	<p>Способ подходит любому человеку, не зависимо от пола и возраста. Презерватив – единственный способ контрацепции, который можно использовать самостоятельно, без предварительной консультации с гинекологом или урологом.</p>	<p>Использование презерватива во время секса позволяет предотвратить непланируемую беременность, избежать инфицирования ВИЧ-инфекцией, вирусными гепатитами, ИППП, другими инфекциями</p>	<p>Противопоказания использования презервативов: аллергия на латекс (или другой материал, из которого сделан презерватив), аллергия на смазку, используемую для покрытия презерватива, нарушение эрекции. Важно помнить, что у презерватива, купленного в ларьке на улице, может уже истечь срок годности или нарушена целостность упаковки, что повышает риск его повреждения или разрыва. Также опасно использовать презервативы, которые долго находились на солнце или в жарком месте.</p>	<p>Презервативы можно приобрести самостоятельно в аптеке, магазине, получить у социального работника, если вы являетесь клиентом программ снижения вреда.</p>

Тип контрацептива	Кому подходит	Преимущества	Осторожно!	Кто назначает
<p>Химическая барьерная контрацепция (спермициды) – кремы, свечи, гели</p> 	<p>Подходит людям, имеющим немногих половых партнёров. Может использоваться как дополнительное средство контрацепции в случае наличия большого количества половых партнёров вместе с презервативами</p>	<p>Если используются только спермициды, это обеспечивает высокий уровень защиты от нежелательной беременности и инфекций, передающихся половым путём (80-85%). В случае комбинирования использования обеспечивает уровень защиты (до 98%). Женщина может использовать спермицид независимо для мужчины</p>	<p>При использовании спермицидов нужно чётко следовать инструкции по применению (это не подходит людям, находящимся в активном употреблении наркотиков). В случае большого количества незащищённых половых актов вероятность нежелательной беременности и инфицирования ИППП путём возрастает. В некоторых случаях спермицид может вызвать аллергию.</p>	<p>Спермициды можно приобрести в аптеке самостоятельно. Для правильного применения необходима консультация врача.</p>

Тип контрацептива	Кому подходит	Преимущества	Осторожно!	Кто назначает
<p>Гормональная контрацепция (таблетки, пластырь, инъекции)</p> 	<p>Подходит женщинам, которые имеют одного полового партнёра или нескольких безопасных. Это обусловлено тем, что гормональные контрацептивы не защищают от инфекций. Оптимальное средство контрацепции для постоянной пары, имеющей регулярные сексуальные отношения для предотвращения нежелательной беременности</p>	<p>Правильное использование гормональных контрацептивов даёт 99% гарантию противозачаточного эффекта. Кроме того контрацептивы еще и благоприятно влияют на организм: уменьшают менструальные боли, регулируют месячный цикл, снижают риск возникновения доброкачественных и злокачественных опухолей матки, яичников и груди (на 60-75%), некоторые положительно влияют на состояние кожи.</p>	<p>При использовании гормональных контрацептивов необходимо чётко следовать схеме приёма препарата. Нарушение снижает противозачаточный эффект и может привести к нежелательной беременности, а также нарушениям месячного цикла и гормональным сбоям в женской репродуктивной системе. В случае секса со случайным партнёром необходимо использование дополнительных средств защиты (презервативов, спермицидов). Следует помнить, что гормональные противозачаточные таблетки несовместимы с седативными веществами (опиатами, снотворными и транквилизаторами)!</p>	<p>Перед началом приёма гормональных контрацептивов важно проконсультироваться с врачом. Самостоятельное начало приёма препарата может навредить организму, вызвать нарушения месячного цикла и другие заболевания женской репродуктивной системы.</p>

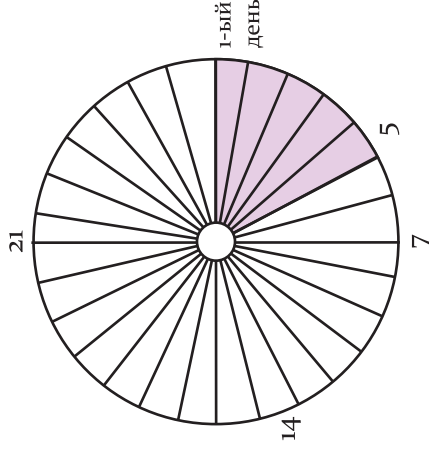
Тип контрацептива	Кому подходит	Преимущества	Осторожно!	Кто назначает
<p>Биологическая контрацепция (прерванный половой акт, календарный метод</p> 	<p>Способ прерванного полового акта требует определённой степени самоконтроля от обоих партнёров. Использование календарного метода рекомендуется в постоянной паре, которая живёт открытой половой жизнью, как вспомогательный способ контроля за нежелательной беременностью. Эти способы основаны на физическом предупреждении контакта сперматозоидов и яйцеклетки.</p>	<p>Биологические методы контрацепции наиболее безопасны с физиологической точки зрения. В случае их использования в организм не вводятся чужеродные химические вещества или гормоны. Может использоваться как вспомогательный метод контрацепции среди постоянных сексуальных партнёров</p>	<p>Календарный метод контрацепции может быть использован только в случае регулярного и стабильного месячного цикла. Ошибка в расчётах «опасных» и «безопасных» дней может привести к нежелательной беременности. В случае использования, как средства контрацепции прерванного полового акта, необходима предельная договорённость обоих партнёров, а также самоконтроль со стороны мужчины. При употреблении наркотиков возможность такой договорённости и самоконтроля затруднена. Биологические методы контрацепции не защищают от ИППП</p>	<p>Перед применением желательно проконсультироваться с врачом. Для правильного использования данных методов контрацепции важно понимание физиологии работы женской репродуктивной системы и сути самого метода. Неправильное понимание сути метода может привести к нежелательной беременности</p>

Тип контрацептива	Кому подходит	Преимущества	Осторожно!	Кто назначает
<p>Внутриматочная контрацепция (постановка внутриматочной спирали).</p> 	<p>Способ подходит паре, которая имеет постоянные сексуальные отношения и не хочет использовать презервативы или спермициды. Рекомендовано женщинам после беременности и родов.</p>	<p>Использование внутриматочной спирали даёт возможность постоянной и безопасной (с точки зрения предупреждения нежелательной беременности), сексуальной жизни, внутриматочная спираль устанавливается на срок 3-5 лет, в случае появления желания забеременеть, это становится возможным в течении месяца после извлечения спирали.</p>	<p>Установка внутриматочной спирали противопоказана женщинам при наличии инфекций, передающихся половым путём, а также других заболеваний женской репродуктивной системы, в случае наличия ВИЧ-инфекции. При частой смене половых партнёров установка внутриматочной спирали также противопоказано.</p>	<p>Перед постановкой внутриматочной спирали женщина в обязательном порядке проходит осмотр гинеколога. Установка спирали производится исключительно в медицинском учреждении врачом-специалистом.</p>

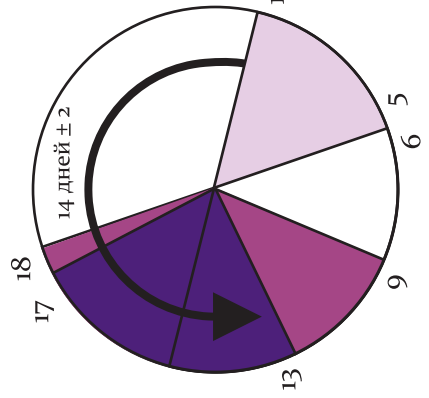
Тип контрацептива	Кому подходит	Преимущества	Осторожно!	Кто назначает
<p data-bbox="202 1273 258 1455">Хирургическая стерилизация.</p> 	<p data-bbox="202 991 580 1230">Способ используется у мужчин и женщин. Рекомендуются постоянным парам, которые имеют детей и уверены в своём желании не иметь их больше. Партнёры должны в полной мере осознавать последствия данной процедуры.</p>	<p data-bbox="202 721 445 944">Хирургическая стерилизация даёт 100% гарантию контрацептивного эффекта. Операция делается один раз, результаты остаётся на всю жизнь.</p>	<p data-bbox="202 392 553 683">Хирургическая стерилизация не обеспечивает защиту от инфекций, передающихся половым путём. Противопоказания к хирургической стерилизации: заболевания репродуктивной системы у женщины.</p>	<p data-bbox="202 140 445 363">Процедура проводится исключительно врачом-специалистом в медицинском учреждении после обследования</p>

Биологический метод контрацепции основан на вычислении дней, когда оплодотворение невозможно по причине отсутствия яйцеклетки и сперматозоидов в репродуктивных органах. Проще всего рассчитывать безопасные дни по следующей схеме:

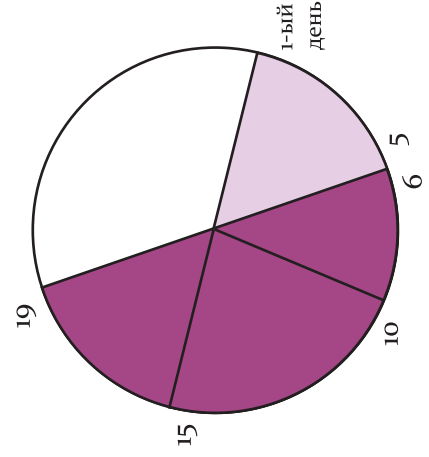
1) Менструация



2) Регулярный цикл



3) Нерегулярный цикл



- Менструация
- Другие «опасный дни»
- Дни, когда овуляция наиболее вероятна
- «Безопасные дни»

- Менструация
- Опасные дни
- «Безопасные дни»

Здесь показано распределение «опасных» и «безопасных» дней (при длительности цикла от 25 до 29 дней). «Опасный» период самого короткого цикла с 6-го по 15-й день; самого длинного — с 10-го по 19-й.

Овуляция наступает за 14 дней до начала следующей менструации. Здесь показан «опасный» период для нормального 28-дневного цикла.

Обычно происходит в течение 5 дней. Начало определяет 1-ый день цикла.

Какой из методов контрацепции предпочтительней?

Для одновременного достижения противозачаточного эффекта и профилактики заболеваний, передающихся половым путём, оптимальным является применение барьерной контрацепции (использование презервативов). Также презервативы рекомендуются людям, имеющим большое количество половых партнёров и имеющим случайные половые связи или секс на коммерческой основе.

Как предохраняться, если я употребляю наркотики?

Употребление наркотиков повышает риск появления случайных половых связей и рискованных половых партнёров, что может привести к заболеваниям, передающимся половым путём. Если Вы употребляете наркотики, Ваш контрацептив – презерватив.

Как предохраняться, если я занимаюсь секс-бизнесом или имею много случайных половых партнёров?

Большое количество случайных половых партнёров, в том числе и у женщин, занимающихся секс-бизнесом – повышенный риск инфицирования ВИЧ, вирусными гепатитами, заболеваниями, передающимися половым путём. Для сохранения полноценного сексуального здоровья и возможности иметь детей женщина должна регулярно проходить медицинские осмотры и сдавать анализы на torch-инфекции и другие инфекции, которые передаются половым путём. Выбор средства контрацепции в данном случае – презерватив.

Как правильно предохраняться в дискордантной паре?

Для предохранения в дискордантной паре (когда один из партнёров ВИЧ-положительный) используются презервативы. Это позволяет безопасно заниматься сексом и обеспечивает достаточный уровень защиты от инфицирования ВИЧ. Даже если у партнёра с положительным ВИЧ-статусом не определяется вирусная нагрузка, риск инфицирования ВИЧ высок и занятие сексом «в открытую» может привести к инфицированию отрицательного партнёра. В случае «открытого» секса или повреждения презерватива в дискордантной паре необходимо провести экстренную профилактику инфицирования (обработку половых органов мирамистином), а также обратиться в СПИД-центр для получения профилактической дозы антиретровирусной терапии.

Правда ли, что можно забеременеть, если не надеть презерватив в самом начале полового акта?

Да, такая вероятность существует. В начале полового акта из предстательной железы на головку полового члена выделяется небольшое количество смазки, которая содержит сперматозоиды. При удачном стечении обстоятельств (секс во время овуляции) может произойти оплодотворение.



Что такое экстренная профилактика беременности и когда её можно использовать?

Экстренная контрацепция — метод предохранения от нежелательной беременности, при котором контрацептивные мероприятия проводятся после незащищенного полового акта (изнасилования, разрыва презерватива). Может проводиться медикаментозным путём или путём введения внутриматочной спирали. Чем раньше проведена экстренная профилактика – тем выше противозачаточный эффект. Основные препараты для проведения экстренной профилактики беременности – «Постинор» и «Эскапел». Эти таблетки содержат большую дозу гормонов, приводят к нарушению развития плодного яйца в матке. Этот метод контрацепции не защищает от ИППП и ВИЧ. Принимаются они согласно инструкции, но помните, что этот метод не должен быть средством постоянной контрацепции, так как большая доза гормонов, принимаемая часто, вызывает нарушение работы почек и яичников, а это приводит к гормональному дисбалансу, нарушению менструального цикла, а иногда и к бесплодию. Чем реже вы прибегаете к этому способу контрацепции – тем лучше.

Как правильно использовать дезинфицирующие средства?

На сегодняшний день существует множество препаратов-антисептиков для местных обработок, в том числе и влагалища. Они очищают слизистые оболочки, на которых оседают вредные микроорганизмы. Например, «Линкомистин», «Мирамистин», «Хлоргексидин», «Цитеал» и др. Очень часто их используют в схемах лечения гинекологических болезней, но не постоянно, а на определенный период 7-10-14 дней.

Важно помнить, что длительное и частое использование этих веществ может причинить дисбактериоз (нарушение естественного состава бактерий, которые живут во влагалище), когда вымывается хорошая бактериальная флора, а на её месте во влагалище появляется плохая или условно-плохая. Это может приводить к тому, что микробы проникают в шейку матки, в матку и инфицируют их. Антисептики хороши в определенных дозах и на определенное время.

Можно ли заниматься сексом во время беременности?

Беременность – это физиологический процесс в жизни женщины, а не диагноз. Поэтому, если беременную не беспокоят боли внизу живота, кровянистые выделения из половых путей, то секс допустим. Желательно не забывать о средствах барьерной контрацепции, которые защищают от инфекций. Инфицирование влагалища приводит к развитию воспалений шейки матки и плодных оболочек, околоплодных вод, плаценты, а затем ребенка внутриутробно.

Секс должен быть в удобной позе. При наличии осложнений беременности (угроза прерывания, предлежание или отслойка плаценты, двойни) оставьте секс «на потом».

Немного о заболеваниях, передающихся половым путём (ИППП).
Общие сведения:

Эти инфекции, как правило, передаются от человека к человеку при половом контакте. К наиболее распространенным ИППП можно отнести генитальный герпес, хламидиоз, вирус папилломы человека (ВПЧ), остроконечные кондиломы (генитальные бородавки), мягкий шанкр и сифилис (твёрдый шанкр), уретриты и вагиниты гонококковой (гонорея) и негонококковой природы.

✓ **Хламидиоз** – это бактериальная инфекция, распространяемая при вагинальном, оральном и анальном половом акте. У женщин хламидии могут вызывать воспаление шейки матки и других органов малого таза, которые находятся на первом месте среди причин внематочных беременностей и женского бесплодия. У мужчин хламидийная инфекция проявляется воспалением мочеиспускательного канала и придатков яичек (орган, в котором накапливается сперма).

✓ **Гонорея (триппер)** – бактериальное заболевание, передается при вагинальном, оральном и анальном половом акте. Появляется она обычно у людей, имеющих нескольких половых партнеров, особенно у тех, кто предпочитает незащищенный половой акт. Гонорея лечится относительно легко, однако при

отсутствии адекватного и своевременного лечения может вызывать опасные осложнения. Это заболевание у мужчин проявляется гнойными выделениями из пениса, болями и жжением при мочеиспускании, зудом в районе анального отверстия и (редко) сильными болями в кишечнике с прожилками крови в кале. У женщин обнаруживаются болезненность и кровотечения при вагинальном половом контакте, боль и жжение при мочеиспускании, выделения из влагалища желтого и красного цвета, острая боль, лихорадка и влагалищные кровотечения. Гонореей могут заразиться новорождённые дети при прохождении по родовым путям, при этом через несколько дней после рождения появляются жёлтые гнойные выделения из глаз.

✔ **Генитальный герпес** – распространенное вирусное заболевание, передаётся при половом контакте и проникает в организм через микротрещины в коже. Возбудителем заболевания является вирус герпеса второго типа. Основные проявления длятся три-четыре недели, включают пощипывание или легкую болезненность в области половых органов, зуд, мелкие болезненные пузырьки и язвочки в области анального отверстия, ягодиц или бедер, сильное жжение, особенно при контакте с мочой, увеличение паховых лимфатических узлов. Для беременных женщин очень важно вылечить проявления герпеса до родов, поскольку вирус может передаться ребенку при прохождении по родовым путям. Это может привести к слепоте, поражениям мозга, а иногда и смерти ребёнка.

✔ **Сифилис** – высокоактивная бактериальная инфекция, передающаяся при любых видах полового акта. Наиболее распространено заболевание среди людей, имеющих нескольких половых партнеров, особенно для тех, кто не использует барьерные методы контрацепции. Первая стадия заболевания начинается приблизительно через 10 дней после инфицирования и проявляется в виде безболезненного твердого шанкра (язвы) на наружных половых органах, анальном отверстии, и реже пальцах, руками инфекция может быть занесена в ротовую полость. В результате такие же язвы появляются в ротовой полости и глотке. Ещё один характерный симптом – увеличен-

ные лимфатические узлы. При отсутствии лечения, инфекция, прогрессирует, может перейти в две следующих стадии. Наиболее тяжелой является третья. Она характеризуется появлением кожной сыпи по всему телу (включая ладони и подошвы), которая может быть постоянной или периодически исчезать, язв в ротовой полости и глотке, увеличением лимфатических узлов по всему телу, головными болями, болями в костной ткани, лихорадкой, потерей аппетита, и выпадением волос, менингитом (воспаление оболочек головного мозга). На этой стадии возникают серьёзные осложнения, такие как паралич, сердечные отклонения, психические заболевания. Вред, наносимый организму, может быть настолько серьёзным, чтобы вызвать смерть.

✓ **Трихомониаз** – бактериальная инфекция, передающаяся половым путём. Вызывается она одноклеточным паразитом *Trichomonas vaginalis*. Этот паразит предаётся при половом акте, у женщин наиболее часто поражается влагалище, а у мужчин мочеиспускательный канал. Трихомониаз часто протекает без клинических проявлений (особенно у мужчин). Обычно симптомы появляются по прошествии 20 дней с момента заражения. У женщин это могут быть густые жёлто-зелёные вагинальные выделения, боль при половом акте, неприятный запах из влагалища, покраснение наружных половых органов, зуд, боль в нижней части живота. У мужчин - выделения из пениса, болезненное и затрудненное мочеиспускание.

Общие основные симптомы инфекций, передающихся половым путём:

- необычные выделения из половых органов,
- различные выросты слизистой оболочки наружных половых органов,
- ранки и язвочки,
- кожная сыпь,
- боль и жжение при мочеиспускании.

Что Вы можете сделать самостоятельно?

Если вы подозреваете у себя ИППП, проконсультируйтесь с врачом, поскольку только врач сможет подтвердить диагноз и начать лечение. Не пытайтесь лечиться сами! Даже если симптомы пропали, закончите назначенный вам курс, поскольку инфекция в организме всё ещё может присутствовать.

Обязательно расскажите о выявленной инфекции своему половому партнёру и сделайте так, чтобы он также провёл медикаментозное лечение, иначе вы можете инфицироваться заново. Откажитесь на время лечения от половых контактов или пользуйтесь презервативами.

Что может сделать врач?

Врач назначит обследование. Для подтверждения наличия инфекции Вы и Ваш партнёр должны сдать анализы. После обследования врач должен назначить соответствующую терапию. Выбор лекарства зависит от выявленного возбудителя. После окончания курса лечения необходимо повторно сдать анализы, чтобы убедиться в том, что вы действительно излечились.

Авторы:

Юлия Юдина, врач-гинеколог, г. Черкассы,
Александр Опанасенко, врач, ПОБФ «Общественное здоровье»,
г. Полтава

Редакторы и рецензенты:

Оксана Матияш, Мирослава Андрущенко, (МФБ «Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине)

Дизайн: Ольга Миколайчук

Текст брошюры апробирован и скорректирован путем проведения фокус-групп с клиентами и сотрудниками общественных организаций «Общественное здоровье» (г.Полтава), «Благо» (г. Харьков), «Салюс» (г. Львов), «Вера. Надежда. Любовь» (г. Одесса).

Данное издание рекомендовано клиентам общественных организаций, реализующих программы профилактики ВИЧ, социальным работникам, занимающимся сопровождением клиентов, специалистам в области социальной работы с уязвимыми к ВИЧ группами населения.

Публикация подготовлена и опубликована в рамках программы «Поддержка профилактики ВИЧ и СПИД, лечения и ухода для наиболее уязвимых групп населения в Украине», поддержанной Глобальным фондом для борьбы со СПИД, туберкулезом и малярией.



© Міжнародний Альянс по ВІЧ/СПИД в Україні, 2012
Распространяется бесплатно. Тираж 20 000 экз.

