



أسئلة شائعة عن
الصحة الجنسية

الأمراض المنقولة جنسياً (STIs)

الأمراض المنقولة جنسياً (STIs)

يمكن علاج العديد من الأمراض المنقولة جنسياً بسهولة، ولكن قد يكون بعضها مستديماً ويصعب تدبيره. فيما يلي عرض موجز لماهية الأمراض المنقولة جنسياً وكيف يمكن أن تؤثر على الأشخاص.

تشير الأمراض المنقولة جنسياً إلى مجموعة متنوعة من الفيروسات والبكتيريا المختلفة التي يمكن أن تنتقل من شريك واحد أو أكثر خلال الممارسات الجنسية. هناك العديد من الأمراض المختلفة المنقولة جنسياً، والتي يختلف كل منها قليلاً من حيث كيفية انتقاله، وخيارات الاختبار والعلاج المتاحة، وكذلك أفضل استراتيجية للوقاية.

قد تكون الإصابة بعدوى منقولة جنسياً تجربة شائعة نسبياً، برغم أن هذا لا يعني أنها لا تؤثر على صحتك الجسدية أو العقلية. يمكن شفاء بعض الأمراض المنقولة جنسياً عن طريق العلاج، مثل المتدثرة والسيلان والزهري، بينما لا يمكن تدبير بعضها إلا عن طريق العلاج، مثل فيروس نقص المناعة البشرية وفيروس الورم الحليمي البشري والهربس.

إذا كنت مصاباً بعدوى منقولة جنسياً ولم تعالجها، يزداد خطر إصابتك بفيروس نقص المناعة البشرية. إذا كنت نشطاً جنسياً، فمن المهم أن تخضع للاختبار بانتظام لاكتشاف فيروس نقص المناعة البشرية والأمراض المنقولة جنسياً. من الشائع أن تتواجد الأمراض المنقولة جنسياً بدون أي أعراض، لذلك حتى إذا كنت لا تشعر بأنك مصاب بعدوى منقولة جنسياً، فلا يزال من المهم إجراء الاختبار بانتظام. إذا كنت مصاباً بعدوى منقولة جنسياً، فيمكنك نقلها إلى شخص آخر سواء كنت تعاني من الأعراض أم لا.

معلومات الأمراض المنقولة جنسياً للأشخاص المتعايشين مع فيروس نقص المناعة البشرية:

إن تأثير الإصابة بعدوى منقولة جنسياً عند التعايش مع فيروس نقص المناعة البشرية ليس واضحاً تماماً. لسنوات عديدة، كان يعتقد أن الأمراض المنقولة جنسياً غير المعالجة تؤثر على الحمل الفيروسي واحتمال انتقال فيروس نقص المناعة البشرية في المستقبل. ومع ذلك، فإن بحثاً حديثاً جعل هذا الاعتقاد موضع تساؤل.

من المؤكد أن الإصابة بعدوى منقولة جنسياً أثناء التعايش مع فيروس نقص المناعة البشرية يمكن أن تلحق الضرر بصحتك. يمكن أن تتفاقم الأمراض المنقولة جنسياً بوتيرة أسرع لدى المصابين بفيروس نقص المناعة البشرية، كما يمكن أن تزيد من فرصة الإصابة بمضاعفات خطيرة مثل السرطان أو الأفات. إذا لم تكن متأكداً، تحدث إلى طبيبك أو مستشار الصحة الجنسية حول الإستراتيجية الأفضل بالنسبة لك للوقاية من الأمراض المنقولة جنسياً. وكذلك يعد إجراء اختبار للأمراض المنقولة جنسياً في كل مرة يُفحص فيها الحمل الفيروسي طريقة ملائمة للبقاء على اطلاع على مستوى صحتك الجنسية! إذا كنت مصاباً بعدوى منقولة جنسياً، تحدث إلى طبيبك للعثور على أفضل مسار للعلاج، مع مراعاة العلاج المستمر لفيروس نقص المناعة البشرية.

ما هي بعض الأمراض المنقولة جنسياً الشائعة؟

تحدث الأمراض المنقولة جنسياً بسبب ثلاث فئات واسعة من الكائنات الحية:

1. العدوى البكتيرية (المتدثرة ، السيلان، إلخ.) والتي تُعالج عادة بالمضادات الحيوية
2. العدوى الفيروسية (أربعة HS) التي لا يمكن علاجها (باستثناء التهاب الكبد C) ولكن يمكن تدبيرها.
3. الحشرات أو الكائنات الدقيقة الطفيلية (القمل والجرب وداء المشعرات) التي يمكن علاجها بالمحالييل الموضعية أو المضادات الحيوية (داء المشعرات باستخدام abx)

قائمة الأمراض المنقولة جنسياً –

1. المتدثرة
2. السيلان
3. الزهري
4. داء المشعرات
5. فيروس الهربس البسيط (HSV)
6. التهاب الكبد B
7. التهاب الكبد C
8. فيروس الورم الحليمي البشري (HPV)

المتدثرة

ما هي؟

المتدثرة هي عدوى بكتيرية تنتقل جنسياً وهي شائعة جداً، خاصة عند الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم بين 15 و 24 عاماً. لا تظهر أي علامات أو أعراض على معظم المصابين بالمتدثرة. ولكن إذا تُركت دون علاج، يمكن أن تسبب المتدثرة مشكلات صحية خطيرة بما في ذلك العقم، والمرض الالتهابي الحوضي، وآلام الحوض المزمنة، ويمكن أن تزيد من خطر الحمل المنتبذ (الحمل الذي يحدث خارج الرحم).

كيف تُصاب بها؟

يمكنك أن تصاب بالمتدثرة إذا مارست الجنس الفموي و / أو المهبلي و / أو الشرجي بدون واق مع شخص مصاب بالعدوى. إذا كنت حاملاً، فمن المهم إجراء اختبار والعلاج من المتدثرة لتجنب انتقال العدوى إلى الطفل أثناء الولادة.

كيف تعرف إذا كنت مصاباً بها؟

قد لا تعلم أنك مصاب بالمتدثرة، لأن معظم الناس لا يعانون من أعراض. إذا كنت مصاباً بالمتدثرة وكانت لديك أعراض، فقد تلاحظ:

للنساء (اللاتي لديهن مهبل):

- تغير أو زيادة في الإفرازات المهبلية
- حكة في المهبل
- نزيف بين الدورات الطمثية
- ألم أو نزيف أثناء أو بعد ممارسة الجنس المهبلي
- ألم في أسفل البطن
- شعور بحرقان أثناء التبول

للرجال (الذين لديهم قضيب):

- شعور بحرقان أثناء التبول
- إفرازات من القضيب
- حرقنة أو حكة حول فتحة القضيب

- ألم في الخصيتين

كيف يُجرى الاختبار؟

تُستخدم عينة بول لاختبار المتدثرة . إذا كان لديك مهبل، فقد يأخذ مقدم الرعاية الصحية أيضاً عينات من عنق الرحم (فتحة الرحم) باستخدام مسحة. إذا كان لديك مهبل، فقد يأخذ مقدم الرعاية الصحية أيضاً عينات من عنق الرحم (فتحة الرحم) باستخدام مسحة. إذا تم اختبارك للكشف عن المتدثرة، ناقش مع مقدم الرعاية الصحية المتابع لك ما اختبارات الأمراض المنقولة جنسياً الأخرى التي يجب إجراؤها. تأكد أيضاً من أن تسأل عن اختبار فيروس نقص المناعة البشرية، لأنه قد لا يكون جزءاً من الاختبارات الروتينية للأمراض المنقولة جنسياً.

كيف تُعالج؟

يمكن علاج المتدثرة بالمضادات الحيوية. إذا وُصفت لك مضادات حيوية، فمن المهم أن تتناول الدواء كما هو موصوف، حتى بعد أن تبدأ في الشعور بالتحسن. حتى إذا عولجت من هذه العدوى، فمن الممكن أن تصاب بها مرة أخرى إذا مارست الجنس مع شخص مصاب بالعدوى ولم يُعالج أو لم ينته من العلاج. يمكن أن يتسبب نوع مختلف من المتدثرات أيضاً في شكل أقل شيوعاً من الأمراض المنقولة جنسياً يسمى الورم الحبيبي اللمفي المنقول جنسياً، المعروف أيضاً باسم LGV أو المرض التناسلي. (انظر التفاصيل أدناه 1 أ)

1 أ. الورم الحبيبي اللمفي المنقول جنسياً

ما هو؟

الورم الحبيبي اللمفي المنقول جنسياً هو مرض منقول جنسياً يسببه نوع معين من بكتيريا المتدثرات . يمكن للورم الحبيبي اللمفي المنقول جنسياً أن يصيب:

- المهبل
- القضيب
- عنق الرحم (فتحة الرحم)
- فتحة الشرج
- الفم

يعتبر الورم الحبيبي اللمفي المنقول جنسياً نادراً نسبياً في كندا ولكن تم الإبلاغ عن بعض الحالات، خاصة بين الرجال المثليين وثنائيي الجنس وغيرهم من الرجال الذين يمارسون الجنس مع رجال. إذا ترك دون علاج، يمكن أن يتسبب الورم الحبيبي اللمفي المنقول جنسياً في مشكلات صحية خطيرة مثل التندب والتشوه في الأعضاء التناسلية والمستقيم (الجزء السفلي من الأمعاء الغليظة)، والتي قد تحتاج إلى جراحة. يجب معالجة الورم الحبيبي اللمفي المنقول جنسياً.

كيف تُصاب بها؟

يمكنك أن تصاب بالورم الحبيبي اللمفي المنقول جنسياً إذا مارست الجنس الفموي و / أو المهبلي و / أو الشرجي بدون واق مع شخص مصاب بالعدوى.

كيف تعرف إذا كنت مصاباً بها؟

عادة ما تكون هناك ثلاث مراحل لعدوى الورم الحبيبي اللمفي المنقول جنسياً:

- قد تظهر قرحة أو نتوء غير مؤلم حيث دخلت البكتيريا جسمك. قد تختفي القرحة دون علاج، لكن العدوى تظل موجودة وتحتاج إلى علاج. يمكن أن يؤدي وجود قرحة إلى زيادة خطر الإصابة أو نقل عدوى أخرى مثل فيروس نقص المناعة البشرية أو التهاب الكبد B أو التهاب الكبد C.
- في المرحلة الثانية، قد تصاب بتورم في الغدد (العقد اللمفاوية)، وأعراض تشبه أعراض الإنفلونزا، وإفرازات من منطقة الأعضاء التناسلية أو الشرج، و / أو ألم ونزف في المستقيم.
- إذا تركت دون علاج، يمكن أن تصبح الأعراض أكثر حدة في هذه المرحلة. قد يمكنك تحسس الغدد المنتفخة خلف الأذنين وتحت الفك والإبطيين والفخذ. قد تعاني أيضاً تورماً في الأعضاء التناسلية أو المستقيم.

كيف يُجرى الاختبار؟

يتم اختبار الورم الحبيبي اللمفي المنقول جنسياً بأخذ عينات من القروح باستخدام مسحة أو عن طريق إجراء اختبار للبول. إذا كانت غددةك منتفخة، فقد يأخذ مقدم الرعاية الصحية المتابع لك أيضاً عينة من السائل من غددةك. إذا كانت غددةك منتفخة، فقد يأخذ مقدم الرعاية الصحية المتابع لك أيضاً عينة من السائل من غددةك.

كيف تُعالج؟

يمكن علاج الورم الحبيبي اللمفي المنقول جنسياً بالمضادات الحيوية. من المهم أن تتناول كل أدويةك حسب توجيهات مقدم الرعاية الصحية المتابع لك، حتى لو بدأت تشعر بتحسن.

السيلان

ما هي؟

السيلان هو عدوى بكتيرية تحدث غالباً في نفس وقت الإصابة بالمتدثرة . السيلان آخذ في الارتفاع في كندا وحول العالم وأصبح مقاوماً بشكل متزايد للمضادات الحيوية. السيلان آخذ في الارتفاع في كندا وحول العالم وأصبح مقاوماً بشكل متزايد للمضادات الحيوية. إذا تُرك السيلان دون علاج، يمكن أن يسبب مشكلات صحية خطيرة بما في ذلك العقم والمرض الحوضي الالتهابي وآلام الحوض المزمنة وزيادة خطر الحمل المنتبذ (الحمل الذي يحدث خارج الرحم) وألم في الخصيتين. كيف تصاب به؟

كيف تُصاب بها؟

يمكنك الإصابة بالسيلان إذا مارست الجنس الفموي و / أو المهبلي و / أو الشرجي بدون واق مع شخص مصاب بالعدوى. إذا كنت حاملاً، فمن المهم إجراء اختبار السيلان وعلاجه لتجنب انتقال العدوى إلى الطفل أثناء الولادة.

كيف تعرف إذا كنت مصاباً بها؟

يمكنك نقل السيلان إلى شخص ما دون أن تدرك حتى أنك مصاب به، حيث قد لا تظهر عليك أي أعراض. إذا كنت مصاباً بالسيلان وكانت لديك أعراض، فقد تلاحظ ما يلي:

للنساء (اللاتي لديهن مهبل):

- تغير أو زيادة في الإفرازات المهبلية
- نزيف بين الدورات الطمثية
- ألم أو نزيف أثناء أو بعد ممارسة الجنس المهبلي
- ألم في أسفل البطن
- شعور بحرقان أثناء التبول

للرجال (الذين لديهم قضيبي):

- شعور بحرقان أثناء التبول
- إفرازات من القضيب
- حرقة أو حكة حول فتحة القضيب
- ألم في الخصيتين

كيف يُجرى الاختبار؟

يتم اختبار السيلان بعينة من البول. يمكن أيضاً أخذ مسحة من الحلق أو عنق الرحم أو فتحة الشرج أو القضيب. إذا تم اختبارك من أجل السيلان، ناقش مع مقدم الرعاية الصحية المتابع لك اختبار الأمراض المنقولة جنسياً الأخرى التي يجب إجراؤها. من الممكن أن يكون لديك أكثر من مرض منقول جنسياً في نفس الوقت. تأكد أيضاً من أن تسأل عن اختبار فيروس نقص المناعة البشرية، لأنه قد لا يكون جزءاً من الاختبارات الروتينية للأمراض المنقولة جنسياً.

كيف تُعالج؟

لقد أصبح علاج السيلان بالمضادات الحيوية الموجودة أكثر صعوبة على نحو متزايد. من المهم أن تتناول أدويةك على النحو الموصوف حتى لو بدأت تشعر بتحسن. من المهم أن تتناول أدويةك على النحو الموصوف حتى لو بدأت تشعر بتحسن. يعاني العديد من المصابين بالسيلان أيضاً من المتدثرة ويُعالجون من كل منهما في نفس الوقت.

الزهري

ما هي؟

الزهري هو عدوى بكتيرية آخذة في الازدياد في كندا. إذا لم يُكتشف، خلال أول عامين من الإصابة، يمكنك نقل الزهري، حتى لو لم تكن لديك أي أعراض. بعد هذين العامين، ستظل مصاباً بالعدوى، لكن لا يمكنك نقلها. إذا تركت الزهري دون علاج، فقد يتسبب في مشكلات صحية خطيرة بما في ذلك تلف الدماغ والقلب والأعضاء الأخرى في الجسم، والذي قد يصبح مستديماً.

كيف تُصاب بها؟

ينتشر الزهري عن طريق ممارسة الجنس المهبلي و / أو الشرجي و / أو الفموي بدون واق ذكري مع شخص مصاب بالعدوى. يمكن أن ينتقل الزهري إلى الطفل أثناء الحمل أو الولادة. يمكن أن يسبب الزهري عند الأطفال مشكلات صحية خطيرة أو الوفاة. إذا كنت حاملاً، فمن المهم إجراء اختبار والحصول على علاج.

كيف تعرف إذا كنت مصاباً بها؟

قد تشمل الأعراض:

- قرحة مفتوحة غير مؤلمة، وتسمى القرح، على الأعضاء التناسلية أو الشرج أو الحلق. قرحة مفتوحة غير مؤلمة، وتسمى القرح، على الأعضاء التناسلية أو الشرج أو الحلق.
- قد لا تكون بعض القروح ظاهرة لأنها غير مؤلمة. قد يختفي القرح في المهبل دون أن يلاحظ.
- طفح جلدي في الجسم و / أو الشعور بأنك مصاب بالإنفلونزا. ستختفي هذه الأعراض أيضاً حتى لو لم تُعالج.
- تورم الغدد (العقد اللمفاوية) بما في ذلك الموجودة خلف الأذنين وتحت الفك والإبطين والفخذ. قد يبدو التورم ككتوات صغيرة تحت الجلد.

كيف يُجرى الاختبار؟

يتم اختبارك للزهري عن طريق فحص الدم. يمكن أيضاً أخذ مسحة من القرحة (القرحات). يمكن أن يؤدي وجود القرح أيضاً إلى زيادة خطر العدوى بفيروس نقص المناعة البشرية أو نقلها. يمكن الإصابة بأكثر من عدوى في نفس الوقت. إذا تم اختبارك من أجل الزهري، ناقش مع مقدم الرعاية الصحية المتابع لك اختبار الأمراض المنقولة جنسياً الأخرى التي يجب إجراؤها. تأكد أيضاً من أن تسأل عن اختبار فيروس نقص المناعة البشرية، لأنه قد لا يكون جزءاً من الاختبارات الروتينية للأمراض المنقولة جنسياً.

كيف تُعالج؟

يمكن علاج الزهري بالمضادات الحيوية. بمجرد علاجك من الزهري، ستحتاج إلى إجراء فحوصات دم للمتابعة من أجل التأكد من انصراف العدوى. من المهم أن تحضر جميع الزيارات المجدولة.

داء المشعرات

ما هي؟

داء المشعرات يسببه طفيلي ويجب علاجه. إذا كنت حاملاً مصابة بداء المشعرات، فقد يولد طفلك مبكراً أو يعاني من نقص الوزن عند الولادة. يمكنك أيضاً نقل العدوى إلى طفلك أثناء الولادة.

كيف تُصاب بها؟

غالباً ما ينتشر داء المشعرات عن طريق ممارسة الجنس المهبلي بدون واق ذكري مع شخص مصاب بالعدوى

كيف تعرف إذا كنت مصاباً بها؟

توجد العدوى بشكل شائع في المهبل وفتحة القضيب (الإحليل)، لكن معظم الناس لا تظهر عليهم أعراض. يمكنك نقله دون معرفة أنك مصاب به.

- تغير أو زيادة في الإفرازات المهبلية
- حكة في المهبل
- ألم أثناء ممارسة الجنس المهبلي
- حرقان أثناء التبول
- إفرازات من القضيب
- حرقنة أو حكة حول فتحة القضيب

كيف يُجرى الاختبار؟

يُجرى اختبار داء المشعرات عن طريق أخذ مسحة من الإفرازات المهبلية أو من رأس القضيب. يمكن أن يزيد داء المشعرات أيضاً من خطر العدوى بفيروس نقص المناعة البشرية ونقلها. يمكن الإصابة بأكثر من عدوى في نفس الوقت. إذا تم اختبارك لاكتشاف داء المشعرات، ناقش مع مقدم الرعاية الصحية المتابع لك اختبارات الأمراض المنقولة جنسياً الأخرى التي يجب إجراؤها.

كيف تُعالج؟

يمكن علاج داء المشعرات بالمضادات الحيوية. من المهم أن تتناول أدويةك على النحو الموصوف، حتى لو بدأت تشعر بتحسن. يجب ألا تمارس الجنس حتى تنتهي من العلاج. يمكن أن تصاب بالعدوى مرة أخرى إذا مارست الجنس مع شخص مصاب بداء المشعرات ولم يُعالج.

فيروس الهربس البسيط (HSV)

ما هي؟

الهربس التناسلي هو عدوى يسببها فيروس الهربس البسيط (HSV). يسبب النوع الأول من فيروس الهربس البسيط تقرحات حول الفم تسمى "القروح الباردة" ويمكن أن يسبب تقرحات في الأعضاء التناسلية. عادة ما يسبب النوع الثاني من فيروس الهربس البسيط الهربس التناسلي.

كيف تُصاب بها؟

ينتقل الهربس التناسلي عموماً من خلال ممارسة الجنس الفموي و / أو المهبلي و / أو الشرجي بدون واق ذكري مع شريك مصاب بالعدوى، سواء كان الشخص يعاني من تقرحات أم لا. يمكنك نقل الهربس إلى أجزاء أخرى من جسمك أو جسم شريكك عن طريق لمس القروح أو السوائل من القروح ثم لمس مكان آخر، مثل عينيك أو فمك أو أعضائك التناسلية.

كيف تعرف إذا كنت مصاباً بها؟

كثير من المصابين بالهربس لا تظهر عليهم أعراض وقد لا يعرفون أنهم مصابون به. عند بداية تفشي الهربس لديك، قد تكون هناك حكة مع تقرحات و بثور مؤلمة للغاية. عادة ما تختفي القروح من تلقاء نفسها، لكنك ستظل مصاباً بالفيروس. قد يشمل تفشي المرض أيضاً تورماً مؤلماً في الغدد في الفخذ وأعراضاً تشبه أعراض الإنفلونزا. قد تستمر هذه الأعراض عدة أسابيع.

هل يمكن أن تعاودني الإصابة به؟

يمكن أن يعاود الهربس الظهور. تسمى هذه بالرجعات. لا توجد طريقة للتنبؤ بما إذا كانت الرجعات ستحدث أو بعدد المرات. يمكن لمقدم الرعاية الصحية المتابع لك تزويدك بمعلومات حول كيفية تدبير العدوى، بما في ذلك العلاج للسيطرة على الرجعات.

تتضمن بعض الأسباب الشائعة للرجعات ما يلي:

- التعب والإجهاد
- مرض موجود
- التعرض المفرط لأشعة الشمس
- دورتك الشهرية
- الحمل

كيف يمكنك منع انتقال الفيروس؟

- إذا شعرت بإحساس حارق أو وخز ولكن ليس لديك تقرحات، فلا تمارس الجنس. هذه علامة على أن حالتك قد تتفاقم إلى تفشٍ مرضي وحتى بدون القروح، يمكنك نقل الفيروس.
- يجب أن تتجنب الجنس الفموي عندما تكون مصاباً بقرحة باردة.
- يجب ألا تمارس الجنس إذا كنت تعاني من تفشي الهربس التناسلي. انتظر عدة أيام بعد أن تلتئم القروح تماماً.
- يمكن أن يقلل الاستخدام السليم والمتسق للواقى الذكري و / أو الواقيات المطاطية من خطر انتقال الفيروس أو الإصابة به لأن الهربس يمكن أن ينتقل حتى في حالة عدم وجود أي أعراض.

ماذا يمكنك أن تفعل إذا كان لديك تفشٍ للهربس التناسلي؟

- أبقِ المنطقة نظيفة وجافة.
- تجنب استخدام المراهم والكريمات لأنها قد تؤدي إلى انتشار العدوى.
- ارتدِ ملابس داخلية قطنية.
- ارتدِ ملابس فضفاضة.
- بعد التبول، تجنب مسح المنطقة المصابة. جفها بالتربيت عليها لتجنب نشر العدوى.
- إذا شعرت بألم أثناء التبول، اجلس في حوض مملوء بالماء الدافئ أو اسكب الماء الدافئ على المنطقة أثناء التبول

كيف تُعالج؟

لا يمكن علاج الهربس التناسلي ولكن يمكن تدبيره. هناك أدوية قد تساعد في منع تفشي المرض أو تقليل مدة استمرار تفشي المرض. قد يصف مزود الرعاية الصحية المتابع لك أيضاً دواءً للألم إذا كانت الفاشيات لديك شديدة وتسبب لك شعوراً بعدم الراحة.

كيفية الوقاية منه؟

نظراً لأن العديد من المصابين بالهربس لا يعانون من أي أعراض، فإن الاستخدام السليم للواقى الذكري و / أو الواقيات المطاطية بصورة متسقة يمكن أن يساعد في الوقاية من الهربس، لكنه ليس فعالاً بنسبة 100% حيث يمكن أن يوجد الهربس في المناطق التي لا يغطيها الواقى الذكري.

التهاب الكبد B

ما هي؟

التهاب الكبد B هو فيروس يمكن أن يصيب الكبد ويؤدي أحياناً إلى تلف شديد في الكبد أو سرطان الكبد.

كيف تُصاب بها؟

ينتشر التهاب الكبد B عن طريق ممارسة الجنس المهبلي و / أو الشرجي و / أو الفموي بدون واق ذكري مع شخص مصاب بالعدوى. ويمكن أيضاً أن ينتشر عن طريق مشاركة معدات تعاطي المخدرات الملوثة (مثل: الإبر، والشفاطات، والأنابيب، والمواقد، إلخ.) لحقن المخدرات أو استنشاقها؛ والوشم أو ثقب الجسم أو الوخز بالإبر عند استخدام معدات غير معقمة؛ واستخدام معدات طبية غير معقمة وعن طريق الدم أو طقوس إحداث الجروح. ورغم أنه أقل شيوعاً، فمن الممكن أيضاً أن ينتشر عن طريق مشاركة أدوات العناية الشخصية مثل شفرات الحلاقة أو قلامة الأظافر أو فرشاة الأسنان مع شخص مصاب بالعدوى.

الوقاية

يمكنك حماية نفسك من التهاب الكبد B بتلقي لقاح التهاب الكبد B. إذا لم تكن قد تلقيت اللقاح عندما كنت طفلاً أو كنت غير متأكد، فلا يزال بإمكانك الحصول عليه وأنت بالغ. إذا كنت مصاباً بالتهاب الكبد B، يجب تطعيم شريكك (شركاءك) الجنسيين

كيف تعرف إذا كنت مصاباً بها؟

قد لا تظهر عليك أي علامات أو أعراض، لذا يمكنك نقل الفيروس دون معرفة إصابتك به. يمكنك نقله دون معرفة أنك مصاب به.

- التعب
- ألم في البطن
- بول داكن و / أو براز شاحب
- نقص الشهية
- غثيان
- اصفرار الجلد و / أو بياض العينين (اليرقان)

كيف يُجرى الاختبار؟

يُجرى اختبار التهاب الكبد B باستخدام فحص للدم. إذا تم اختبارك من أجل التهاب الكبد B، ناقش مع مقدم الرعاية الصحية المتابع لك اختبارات الأمراض المنقولة جنسياً الأخرى التي يجب إجراؤها. يمكن الإصابة بأكثر من عدوى في نفس الوقت. يتطلب هذا علاجاً ورعاية متخصصين.

كيف تُعالج؟

في معظم الأشخاص، يختفي الفيروس من تلقاء نفسه في غضون ستة أشهر، لكنه يمكن أن ينتقل إلى الآخرين خلال هذا الوقت. بمجرد أن يكافح الجسم العدوى، تكون محمياً من الإصابة بالفيروس مرة أخرى ولا يمكنك نقله إلى الآخرين. إذا ظننت أنك تعرضت لالتهاب الكبد B، فقد يحققك مقدم الرعاية الصحية بجسم مضاد (غلوبولين مناعي) في غضون 12 ساعة من التعرض للفيروس. للحماية الطويلة المدى، يجب أن تتلقى لقاح التهاب الكبد B في نفس الوقت. هناك بعض الحالات التي قد يوصى فيها بعلاجات أخرى مثل مضادات الفيروسات. لن يستجيب بعض الأشخاص للعلاج وسيصابون بالتهاب الكبد B مدى الحياة. طالما كان الفيروس لديهم، فسيتمكنهم نقله إلى الآخرين.

التهاب الكبد C

ما هي؟

التهاب الكبد C هو مرض يصيب الكبد يسببه فيروس التهاب الكبد (HCV) C. يمكن أن يؤدي التهاب الكبد C إلى تلف شديد في الكبد وسرطان الكبد. لا يوجد لقاح للوقاية منه.

كيف تُصاب بها؟

ينتشر التهاب الكبد C عن طريق ملامسة الدم المصاب. أكثر طرق انتشاره هي مشاركة معدات تعاطي المخدرات الملوثة (مثل: الإبر، والشفطات، والأنابيب، والمواقد، إلخ.) لحقن المخدرات أو استنشاقها؛ والوشم أو ثقب الجسم أو الوخز بالإبر عند استخدام معدات غير معقمة؛ واستخدام معدات طبية غير معقمة وعن طريق الدم أو طقوس إحداث الجروح. يمكن أيضاً أن ينتشر عن طريق مشاركة أدوات العناية الشخصية مثل شفرات الحلاقة أو قلامة الأظافر أو فرشاة الأسنان مع شخص مصاب بالعدوى. يعد الانتقال الجنسي لالتهاب الكبد C أقل شيوعاً، لكنه يمكن أن ينتقل جنسياً، خاصة عند وجود احتمال لوجود دم ملوث (أثناء الحيض مثلاً).

كيف تعرف إذا كنت مصاباً بها؟

لن تظهر الأعراض على غالبية الأشخاص ولن يعرفوا أنهم مصابون بالفيروس. إذا ظهرت الأعراض، فقد يستغرق ظهورها من شهرين إلى ستة أشهر. يمكن للأشخاص أن ينقلوا الفيروس دون أن يعرفوا حتى أنهم مصابون به.

يمكنك نقله دون معرفة أنك مصاب به.

- التعب
- ألم في البطن
- بول داكن و / أو براز شاحب
- نقص الشهية
- غثيان
- اصفرار الجلد و / أو بياض العينين (اليرقان)

كيف يُجرى الاختبار؟

يمكن أن يوضح فحص الدم ما إذا كنت مصاباً بالتهاب الكبد C. إذا تم اختبارك من أجل التهاب الكبد C، ناقش مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك اختبارات الأمراض المنقولة جنسياً الأخرى التي يجب إجراؤها. من الممكن أن تصاب بأكثر من عدوى منقولة بالدم في نفس الوقت. يتطلب هذا علاجاً ورعاية متخصصين.

كيف تُعالج؟

يتخلص بعض البالغين المصابين بالتهاب الكبد C من الفيروس من تلقاء أنفسهم في غضون ستة أشهر. هناك العديد من التوليفات الدوائية التي تمت الموافقة عليها من قبل وزارة الصحة الكندية لعلاج التهاب الكبد C ولمنع تطور مرض الكبد الناجم عن التهاب الكبد C. حتى إذا تخلصت من الفيروس بنفسك أو بالعلاج، فلا يزال بإمكانك أن تصاب به مرة أخرى. يصاب العديد من المصابين بالتهاب الكبد C بعدوى طويلة الأمد تسمى التهاب الكبد C المزمن، والتي يمكن أن تؤدي إلى تلف الكبد الشديد وسرطان الكبد. يمكن أيضاً علاج التهاب الكبد C المزمن ويمكن شفاؤه في بعض الحالات.

فيروس الورم الحليمي البشري (HPV)

ما هي؟

HPV هو اختصار لفيروس الورم الحليمي البشري. هناك حوالي 200 نوع من فيروسات الورم الحليمي البشري، والتي يمكن أن تصيب أجزاء مختلفة من الجسم.

يمكن لبعض أنواع فيروس الورم الحليمي البشري أن:

- تسبب تآليل على القضيب وكيس الصفن والفخذين.
- تسبب تآليل داخل أو خارج المهبل أو الشرج أو الحلق.
- تسبب تغيرات في الخلايا يمكن أن تؤدي إلى سرطان عنق الرحم أو سرطان الفم أو سرطان الشرج.

يمكنك أن تصاب بأكثر من نوع واحد من فيروسات الورم الحليمي البشري في الوقت نفسه.

كيف تُصاب بها؟

يمكنك الإصابة بفيروس الورم الحليمي البشري إذا مارس الجنس الفموي و / أو المهبلي و / أو الشرجي بدون واق ذكري مع شخص مصاب بالفيروس. يمكنك أيضاً الإصابة بفيروس الورم الحليمي البشري من الأنشطة الجنسية الأخرى التي تنطوي على ملامسة الجلد للجلد بشكل حميمي. لا يزال بإمكانك أنت أو شريكك (شركاؤك) نشر الفيروس حتى لو لم تظهر عليك أي أعراض.

كيف تعرف إذا كنت مصاباً بها؟

معظم الناس لا تظهر عليهم أعراض. وهذا هو سبب صعوبة اكتشافه. اعتماداً على نوع فيروس الورم الحليمي البشري الذي أصابك، قد تصاب بتآليل على أعضاء التناسلية أو فتحة الشرج والتي قد تبدو كنتوءات تشبه القرنيط أو قد تظهر كبقع بيضاء مسطحة. يصعب رؤية بعض التآليل لذا قد تشعر بها قبل أن تراها. في بعض الأحيان، لا يتسبب فيروس الورم الحليمي البشري في ظهور تآليل مرئية، بل يسبب تشوهات في اختبارات بابانيكولاو لعنق الرحم. تتضمن اختبارات بابانيكولاو لعنق الرحم جمع خلايا من عنق الرحم خلال موعد مع مقدم الرعاية الصحية، وفحصها تحت المجهر للتأكد من سلامة الخلايا

كيف يُجرى الاختبار؟

يمكن لمقدم الرعاية الصحية عادة معرفة ما إن كنت مصاباً بالتآليل التناسلية أو الفموية عن طريق إجراء فحص بصري. يعد الفحص المنتظم لسرطان عنق الرحم (اختبار HPV / Pap) مهماً لجميع النساء اللاتي

لديه عنق رحم النشيطات جنسياً أو سبق لهن ممارسة الجنس. يقع عنق الرحم في الطرف السفلي الضيق للرحم عند نهاية المهبل. يمكن لاختبارات الفحص اكتشاف تغيرات غير طبيعية في خلايا عنق الرحم، والتي قد تسبب السرطان.

يبدأ فحص بابانيكولا لعنق الرحم عادة في سن 21 ويتكرر بشكل دوري بعد ذلك. لا يوجد حالياً اختبار لاكتشاف فيروس الورم الحليمي البشري عالي الخطورة لدى الذكور الذين لديهم قضيب.

إذا تم اختبارك لفيروس الورم الحليمي البشري، ناقش مع مقدم الرعاية الصحية المتابع لك أي اختبار آخر للأمراض المنقولة جنسياً يجب إجراؤه. تعتمد الحاجة إلى اختبارات إضافية على عوامل الخطر ويجب تقييمها من قبل مقدم الرعاية الصحية.

لقاح فيروس الورم الحليمي البشري

يجب أن يتلقى الشباب الذين تتراوح أعمارهم بين 9 و26 عاماً لقاح فيروس الورم الحليمي البشري، ولكنه قد يكون مناسباً أيضاً للبالغين الذين تزيد أعمارهم عن 26 عاماً. مثالياً، يجب أن تتلقى اللقاح قبل أن تصبح نشطاً جنسياً وتعرض لفيروس الورم الحليمي البشري.

إذا كنت نشطاً جنسياً، فلا يزال بإمكانك الاستفادة من لقاح فيروس الورم الحليمي البشري. أصيب عدد قليل من الأشخاص النشطين جنسياً بجميع أنواع فيروس الورم الحليمي البشري التي يقي منها اللقاح، لذلك ستستمر في الحصول على الحماية من خلال تلقي اللقاح. لا ينصح بتلقي اللقاح أثناء الحمل.

يمكن أن تختلف جداول اللقاحات عبر المقاطعات والأقاليم. للحصول على معلومات حول كيفية الحصول على اللقاح في المكان الذي تعيش فيه، تحدث إلى مقدم الرعاية الصحية المتابع لك أو وحدة الصحة العامة المحلية.

كيف تُعالج؟

لا يمكن شفاء فيروس الورم الحليمي البشري، ولكن كثيراً ما تختفي التآليل الفموية أو التناسلية التي يسببها فيروس الورم الحليمي البشري دون علاج. يمكن لمقدم الرعاية الصحية المتابع لك تقديم النصيحة لك حول كيفية علاجها إذا لم تختف من تلقاء نفسها.

تتضمن بعض الطرق التي يمكن من خلالها إزالة التآليل الفموية أو التناسلية ما يلي:

- تجميد التآليل بسائل شديد البرودة يسمى النيتروجين السائل.
- وضع مرهم أو سائل للقضاء على التآليل.
- في بعض الحالات قد تدعو الحاجة لإجراء عملية جراحية.

العلاج لا يمنع الإصابة بالفيروس مرة أخرى أو رجعة الإصابة بفيروس الورم الحليمي البشري. لا يزال بإمكانك أن تصاب بعدوى أخرى بفيروس الورم الحليمي البشري في المستقبل.

قمل العانة والجرب

ما هي؟

يُعرف قمل العانة أيضاً باسم "سرطان البحر" لأن القمل يشبه سرطان البحر الصغير. يوجد عادة حول الأعضاء التناسلية في شعر العانة. يمكنك أن تصاب بقمل العانة من المخالطة الوثيقة مع شخص مصاب به. يمكن أن يكون لون القمل شفاف إلى بني داكن. يعيش القمل عن طريق التغذية على دم الإنسان ويضع بيضه في قاعدة شعر العانة. يطلق على بيضه اسم الصئبان ويمكن أن يبقى على قيد الحياة لمدة تصل إلى 10 أيام. الجرب هو حشرات أو عث صغير يختبئ تحت سطح الجلد حيث يضع البيض. لا يمكن رؤيته بالعين المجردة.

كيف تُصاب بها؟

ينتقل قمل العانة والجرب من شخص إلى آخر جنسياً ولا جنسياً. من أمثلة الاختلاط غير الجنسي مشاركة المناشف أو الملابس مع شخص مصاب بقمل العانة أو الجرب. يمكن أن يعيش قمل العانة والجرب على أشياء مثل الملابس والمناشف والفرش والمراتب لمدة يوم إلى يومين إذا سقطت من مضيفها.

كيف تعرف إذا كنت مصاباً بها؟

إذا أصبت بقمل العانة أو الجرب، ستشعر بالحكة وقد تصاب بطفح جلدي. بالنسبة لقمل العانة، قد ترى حشرات بنية فاتحة صغيرة أو بيضاً بيضاوياً بلون مبيض على الشعر. يمكن أن تسبب اللدغات طفحاً جلدياً أو بقعاً صغيرة مزرققة على جلدك. بالنسبة للجرب، تحدث الحكة بشكل رئيسي في الليل وقد يظهر طفح جلدي بين أصابعك أو على معصميك أو بطنك أو كاحليك أو عند ثني المرفقين أو حول أعضائك التناسلية.

كيف يُجرى الاختبار؟

يمكنك عادة معرفة ما إذا كنت مصاباً بقمل العانة عن طريق العثور على قمل بالغ أو بيض على الشعر. إذا لم تكن متأكداً من إصابتك بقمل العانة أو الجرب، استشر مقدم الرعاية الصحية المتابع لك. إذا كنت مصاباً

بالجرب أو قمل العانة، يجب أن تناقش مع مقدم الرعاية الصحية المتابع لك أي اختبارات أخرى للأمراض المنقولة جنسياً يجب إجراؤها.

كيف تُعالج؟

يُعالج قمل العانة والجرب بكريمات أو مستحضرات أو شامبو خاص متاح في الصيدليات بدون وصفة طبية. يمكن للصيدلي مساعدتك في العثور على المنتج المناسب. عليك اتباع التعليمات بعناية. قد يصاب شركاؤك وأصدقائك وعائلتك أيضاً بالقمل أو الجرب ويجب علاجهم أيضاً. يحتاج الرضع والنساء الحوامل والمرضعات إلى علاج مختلف. تحدث إلى الصيدلي للتأكد من أنك تستخدم العلاج الأكثر أماناً بالنسبة لك.

نظراً لأن القمل والجرب يمكنها العيش على الملابس والمناشف والفراش والمراتب، فأنت بحاجة إلى:

- التنظيف الجاف أو غسل جميع ملابسك بالغسالة بالماء الساخن.
- غسل جميع أغطية الأسرة بالماء الساخن.
- تخزين الألفف والبطانيات لمدة أسبوع في أكياس بلاستيكية محكمة الإغلاق إذا لم تتمكن من غسلها.
- استخدام المكنسة الكهربائية لتنظيف كل شيء تمت ملامسته ولا يمكنك غسله (مرتبة، سجاجيد، إلخ).

الأمراض المنقولة جنسياً الأخرى الأقل شيوعاً

المفطورة التناسلية

المفطورة التناسلية هي عدوى بكتيرية تنتقل جنسياً وعبر ملامسة الأعضاء التناسلية ويمكن أن تسبب التهاب مجرى البول (الأنبوب الذي ينقل البول من المثانة إلى الخارج) والتهاب عنق الرحم والمرض الحوضي الالتهابي وحتى العقم.

عادة، تؤخذ عينة من البول أو مسحة لاختبار المفطورة التناسلية إذا اكتُشف وجود التهاب. أفضل علاج حالياً هو المضادات الحيوية، لكن المفطورة التناسلية طورت مقاومة لبعض هذه الأدوية، مما يعني أنك قد تحتاج إلى توليفة من المضادات الحيوية. من المهم أن تتناول أدويةك على النحو الموصوف حتى لو بدأت تشعر بتحسن. إذا انتهيت من علاجك للمفطورة التناسلية ولا تزال لديك أعراض، عليك العودة إلى مقدم الرعاية الصحية المتابع لك في أقرب وقت ممكن. قد تكون إعادة الاختبار ضرورية لتحديد ما إذا كانت العدوى قد اختفت، أو إذا كنت بحاجة إلى علاج إضافي أو بديل.

المليساء المعدية

المليساء المعدية هي طفح جلدي ينتقل أثناء ممارسة الجنس الفموي و / أو الشرجي و / أو المهبلي، أو عبر المناشف أو الملابس من شخص مصاب بالعدوى. المليساء المعدية هي طفح جلدي ينتقل أثناء ممارسة الجنس الفموي و / أو الشرجي و / أو المهبلي، أو عبر المناشف أو الملابس من شخص مصاب بالعدوى.