



Beforeplay – إنه الفحص الذي يسبق الجزء الأفضل

كل ما تحتاج لمعرفته عن الفحص الخاص بالعدوى المنقولة جنسيًا

يمكن أن تكون مصابًا بعدوى منقولة جنسيًا بدون أن تدرك ذلك

يمكن أن يصاب أي شخص نشط جنسيًا بالعدوى المنقولة جنسيًا بغض النظر عن سنّه أو جنسه أو ميوله الجنسية أو وضع علاقته. والأهم في الأمر أن العدوى المنقولة جنسيًا غالبًا لا يكون لها أعراض.

لهذا السبب من المهم أن تتابع الاهتمام بصحتك الجنسية وأن تجري الفحص بانتظام. تختلف الأعراض تبعًا لنوع العدوى المنقولة جنسيًا ولجنسك. إذا وجدت أن هناك أية أشياء غير عادية تحدث لك، ينبغي عليك التحدث إلى أحد أخصائيي الرعاية الصحية بشأن هذا الأمر.

تشمل الأعراض الشائعة ما يلي:

- تورّم أو حكة أو طفح جلدي في الأعضاء التناسلية أو المنطقة المحيطة بها أو منطقة التلامس، على سبيل المثال، حول فتحة الشرج والفم.
- ظهور نتوءات أو قروح أو ثآليل على الأعضاء التناسلية أو المنطقة المحيطة بها أو منطقة التلامس، على سبيل المثال، حول فتحة الشرج والفم.
- وجود إفرازات غير عادية من المهبل أو القضيب أو فتحة الشرج، بما في ذلك النزيف منها.
- حدوث تغيّرات في الجلد، بما في ذلك القروح.
- الشعور بالألم عند التبول.
- الشعور بالألم أثناء ممارسة الجنس.
- حدوث نزيف غير منتظم، خاصة بين الدورات الشهرية وبعد ممارسة الجنس.

العدوى المنقولة جنسيًا شائعة – هذه حقيقة

إن العدوى المنقولة جنسيًا (STIs) شائعة ولا داعي للحرج بشأنها.

سوف يُصاب 1 من كل 6 أستراليين بأحد أنواع العدوى المنقولة جنسيًا في حياته. هذا صحيح، إذ إنها شائعة إلى هذا الحد - لكنها لا ينبغي أن تكون شائعة!

الخبر السار هو أن هناك خطوات سهلة يمكنك اتخاذها للعناية بصحتك الجنسية. فمن خلال إجراء فحص منتظم بشأن العدوى المنقولة جنسيًا وممارسة الجنس بشكل آمن كجزء من برنامج Beforeplay المتوفر لك، يمكنك المساعدة في حماية نفسك وشريكك (شركائك) / شريكك (شريكاتك) من أنواع العدوى المنقولة جنسيًا. الأمر بهذه البساطة – فدعنا نخبرك كيف.

لكن أولاً – ما هي أنواع العدوى المنقولة جنسيًا؟

تحدث أنواع العدوى المنقولة جنسيًا عندما تنتقل الفيروسات أو البكتيريا أو الطفيليات من خلال الاتصال الجنسي بدون وقاية. ويشمل ذلك الجنس المهبلي والفموي والشرجي، والتلامس الجسدي. ويمكن أن تنتقل بعض أنواع العدوى المنقولة جنسيًا من المرأة الحامل إلى طفلها أثناء الحمل والولادة.

تشمل أنواع العدوى المنقولة جنسيًا ما يلي:

- الكلاميديا
- فيروس العقبول البسيط
- السيلان
- هباتايتس (التهاب الكبد الوبائي ب)
- هباتايتس (التهاب الكبد الوبائي ج)
- عدوى فيروس نقص المناعة البشرية (HIV)
- عدوى فيروس الورم الحليمي البشري (HPV)
- جدري القروود (Mpox)
- الزهري.

هل تمارس الجنس؟ قم بإجراء الفحص بانتظام

إذا كنت تمارس الجنس، يجب عليك إجراء فحص للصحة الجنسية بشكل منتظم، حتى لو كنت تستخدم وسائل الوقاية في كل مرة وكنت تشعر بصحة جيدة. وينبغي عليك تشجيع شريكك (شركائك) / شريكك (شريكاتك) الجنسيين على إجراء الفحص أيضًا.

تأكد من حجز موعد لإجراء الفحص الخاص بالعدوى المنقولة جنسيًا إذا:

- كانت لديك أعراض
- غيرت الشركاء الجنسيين
- مارست الجنس بدون وقاية
- مرّ وقت طويل منذ آخر فحص لك
- كنت حاملاً أو تخططين للحمل.

يمكن لمقدم الرعاية الصحية الذي تتعامل معه أن يقدم لك نصائح حول كم مرة ينبغي أن تجري الفحص.

كن مستعدًا دائمًا لممارسة الجنس الآمن - استخدم وسائل الوقاية

- استخدم مواد تزيق آمنة للواقي الذكري (مثل المواد التي أساسها الماء أو السيليكون) للمساعدة على منع تمرّق الواقي الذكري.
- استخدم الواقي الذكري أو حواجز الأسنان أثناء ممارسة الجنس عن طريق الفم للمساعدة في منع انتشار العدوى المنقولة جنسيًا.
- استخدم واقيًا ذكريًا جديدًا كلما انتقلت من أو إلى ممارسة الجنس الفموي أو الشرجي أو المهبل.

لكن الواقي الذكري لا يؤمّن الوقاية من جميع أنواع العدوى المنقولة جنسيًا دائمًا، لذلك يجب على أي شخص نشط جنسيًا إجراء فحوصات منتظمة للصحة الجنسية.

لا تتجاهل الأمر - عالجه

إن أساس علاج العدوى المنقولة جنسيًا والحدّ من انتقال العدوى هو الكشف المبكر والعلاج.

وفحوصات الصحة الجنسية المنتظمة هي الطريقة الوحيدة لمعرفة ما إذا كنت مصابًا بعدوى منقولة جنسيًا.

وهذا أمر مهم، ذلك أن بعض أنواع العدوى المنقولة جنسيًا يمكن أن تسبب مشاكل صحية خطيرة، مثل الضرر الدائم لجهازك التناسلي، والذي يمكن أن يؤدي إلى العقم والألم المزمن.

كما أنها يمكن أن تسبب تهيجًا وأعراضًا غير مرغوب فيها قد تعاود الظهور (ألم عند التبول، تغيير في الإفرازات، حكة).

تذكر أنه يمكن علاج معظم أنواع العدوى المنقولة جنسيًا بسهولة إذا تم اكتشافها مبكرًا، وأنه يمكن عادةً الشفاء منها - وهذه بالتأكيد أسباب وجيهة لإضافة الفحوصات المنتظمة إلى أعلى قائمة الأشياء التي عليك القيام بها.

لا تقلق - فحوصات الصحة الجنسية سريعة وسهلة

في هذه الحياة المليئة بالمسؤوليات، من السهل أن ينحدر فحص الصحة الجنسية إلى أدنى قائمة الأشياء التي عليك القيام بها، إلا أن الفحص الخاص بالعدوى المنقولة جنسيًا بسيط وسريع (مثلته في ذلك مثل العمل الذي تؤجله لمدة ستة أشهر ثم عندما تنفذه تكتشف أن تنفيذه لا يستغرق منك سوى 15 دقيقة...).

تُعتبر فحوصات الصحة الجنسية أيضًا جزءًا من الأعمال التي يقوم بها أخصائي الرعاية الصحية الذي تتعامل معه. ولا داعي للقلق، فهو يقوم بذلك دائمًا، ويمكنك التحدث معه بصراحة عن صحتك الجنسية وطرح أية أسئلة قد تكون لديك - فهو موجود للمساعدة.

أثناء الاستشارة، سوف يسألك أخصائي الرعاية الصحية الذي تتعامل معه عن حياتك الجنسية ويناقش عدد المرات التي يجب أن تجري فيها الفحص الخاص بالعدوى المنقولة جنسيًا، بناءً على وضعك الشخصي. وسوف يتحدث معك أيضًا عن علاج العدوى المنقولة جنسيًا وإدارتها، إذا كنت في حاجة إلى ذلك. هذه المعلومات تظل سرّية بينك وبينه.

تختلف الفحوصات، ولكن قد يُطلب منك عيّنة دم أو بول. وفي بعض الأحيان، قد تحتاج إلى تقديم عيّنة مسحة أيضًا، والتي يمكنك عادةً إجراؤها بنفسك.

2 تواصل مع شركائك الجنسيين الجدد

2

إذا شعرت بالاضطراب بشأن إخبار شركائك الجنسيين الجدد، تحدث إلى أخصائي الرعاية الصحية الذي تتعامل معه والذي سيكون قادرًا على تقديم المشورة ويمكنه العمل معك لتحديد الطريقة المناسبة. يمكن لأدوات على الإنترنت مثل bettertoknow.org.au أو letthemknow.org.au أن تساعد الأشخاص الذين تم تشخيص إصابتهم بعدوى منقولة جنسيًا في إخطار شركائهم الجنسيين عبر البريد الإلكتروني أو الرسائل النصية القصيرة بأنهم قد يكونوا معرضين لخطر الإصابة. هذه الخدمة مجانية ويمكن أن تظل هويتك مجهولة إذا كنت تفضل ذلك.

أين يمكنك إجراء فحص العدوى المنقولة جنسيًا؟

يمكنك إجراء الفحص لدى:

- مقدم الرعاية الصحية الذي تتعامل معه أو أي طبيب عام
- خدمات الصحة الجنسية والتناسلية
- المنظمات الصحية التي تسيطر عليها مجتمعات السكان الأصليين
- مراكز صحة المجتمع
- عيادات مديكير للرعاية المستعجلة.

هل نتيجة الفحص إيجابية (تؤكد الإصابة)؟ ما عليك إلا اتباع بضع خطوات

1 تحدث إلى أخصائي الرعاية الصحية الذي تتعامل معه واحصل على العلاج

1

متى تلقى أخصائي الرعاية الصحية الذي تتعامل معه نتائج الفحص، سوف يتصل بك لمناقشة الخطوات التالية، بما في ذلك خيارات العلاج. يختلف علاج العدوى المنقولة جنسيًا بناءً على نوع العدوى التي لديك، إذ يمكن الشفاء من بعض أنواع العدوى المنقولة جنسيًا مثل الكلاميديا والسيلان والزهري بالأدوية، لكن لا يمكن الشفاء من أنواع أخرى مثل القوباء (العقبول، الهربس) وفيروس نقص المناعة البشرية (HIV) ولكن يمكن علاجها أو إدارتها بشكل فعال. في معظم الحالات، هناك علاجات للمساعدة في التحكم بالفيروس والمساعدة في منع ظهور الأعراض وانتقالها إلى الشركاء الجنسيين.

موارد

دائرة الصحة ورعاية المسنين
health.gov.au/STI

أداة العثور على خدمة Health Direct
healthdirect.gov.au/australian-health-services

أداة العثور على خدمة Emen8
emen8.com.au/find-a-service/

Health Direct
healthdirect.gov.au/sexually-transmitted-infections-sti

إن مواصلة الحفاظ على صحتك الجنسية يعني أنه يمكنك الاستمتاع باللحظة، إذ تكون على علم بأنكما محميّان.

استخدم وسائل الوقاية واحجز موعدًا للفحص اليوم.
تفضل بزيارة health.gov.au/STI للمزيد من المعلومات.

