

Ваш посібник з інфекцій, що передаються статевим шляхом (ІПСШ)

Ukrainian_Your guide to Sexually Transmitted Infections (STIs)

ВНА
for equality

Контактна інформація Беркширської служби охорони здоров'я та Королівської лікарні Беркшира

Флорі, Редінг

Клініка Флорі 21А
Крейвен-роуд,
м. Редінг
RG1 5LE



Години роботи

Понеділок: 9:00 – 19:00

Вівторок: 9:00 – 16:00

Середа: 7:00 – 11:00

* Прийом без попереднього запису: 13:30 – 16:00

Четвер: 20:30 – 17:00

П'ятниця: 9:00 – 15:00

1-ша, 3-тя, 5-та субота місяця: 9:00 – 12:00

Телефон: 0118 322 7202

Вебсайт: safesexberkshire.com



Зверніть увагу, що наші телефонні лінії працюють з понеділка по п'ятницю і закриваються за 15 хвилин до закінчення робочого дня.

**Для прийому без попереднього запису: якщо ми досягли максимальної кількості пацієнтів, вам може бути відмовлено у прийомі.*

Клініка «Гарден», Слау

Клініка «Гарден» Медичний
центр Скімпед Хілл Скімпед Хілл
Лейн, Брекнелл
Беркшир
RG12 1BQ

Години роботи клініки в Брекнеллі:

Понеділок: 11:00 – 18:00

(Тільки за попереднім записом)

Четвер: 10:00 – 15:00

15:30 – 17:30

(Клініка для молоді віком до 18 років)

Клініка «Гарден»

Лікарня Аптон
Альберт-стріт,
Слау
SL1 2BJ

Години роботи клініки в Слау:

Понеділок: 8:30 – 19:00

Вівторок: 8:30 – 16:30

Середа: 8:30 – 18:00

Четвер: 8:30 – 16:30

П'ятниця: 8:30 – 16:30

Субота: 10:00 - 12:00 (телефонні консультації)

Телефон: 0300 365 7777

Вебсайт: berkshirehealthcare.nhs.uk



Тепер ви можете записатися на прийом онлайн, використовуючи QR-код.

Цей інформаційний матеріал створено у співпраці з представниками чорношкірих, азійський та етнічних меншин для надання відомостей про інфекції, що передаються статевим шляхом.

Що таке інфекція, що передається статевим шляхом?

Інфекція, що передається статевим шляхом (ІПСШ) — це інфекція, яка передається від однієї людини до іншої через статевий контакт. Більшість ІПСШ можна вилікувати. Деякі вилікувати неможливо, але їх можна ефективно контролювати за допомогою відповідних ліків.

Як може передаватися ІПСШ?

Ви можете заразитися ІПСШ, маючи статевий контакт з інфікованою людиною. Ці інфекції зазвичай передаються від людини до людини через незахищений (без презерватива) вагінальний, анальний та оральний секс; або через спільне використання секс-іграшок. Деякі ІПСШ, такі як ВПЛ/бородавки та герпес, також можуть передаватися через тілесний контакт.

Хто може заразитися ІПСШ?

Кожен, хто живе статевим життям, може заразитися ІПСШ, незалежно від віку, статі, сексуальної орієнтації чи етнічної приналежності. Якщо ви займаєтеся незахищеним сексом, торкаєтесь геніталій партнера або ваш партнер торкається ваших геніталій, існує ризик передачі ІПСШ.

Чи можна вилікувати ІПСШ?

Більшість ІПСШ можна повністю вилікувати. Інші ІПСШ та вірусні інфекції, що передаються через кров, такі як герпес та ВІЛ, вилікувати неможливо. Однак їх можна ефективно лікувати відповідними ліками до такої міри, що вони добре контролюються, і люди можуть жити повноцінним здоровим життям. Деякі ІПСШ, як-от гонорея, стає важче лікувати через стійкість до антибіотиків.

Чи можуть ІПСШ вплинути на моє здоров'я?

Існує багато різних ІПСШ, які відрізняються за ступенем тяжкості. Якщо не лікувати, деякі ІПСШ можуть спричинити серйозні проблеми зі здоров'ям, такі як безпліддя (неможливість

завагітніти), хронічний (довготривалий) біль у животі, проблеми з суглобами, або в деяких випадках можуть призвести до летального результату.

У деяких ІПСШ немає симптомів, тому важливо використовувати методи профілактики та регулярно проходити обстеження.

Як я дізнаюся, чи є у мене ІПСШ?

Єдиний спосіб точно дізнатися, чи є у вас ІПСШ, — це пройти повне обстеження у лікаря, який надає послуги з охорони сексуального здоров'я.

У багатьох ІПСШ немає жодних ознак або симптомів, однак, якщо ви відчуваєте один або декілька з цих симптомів, вам слід звернутися до лікаря або медсестри.



Біль під час сечовипускання



Незвичайна кровотеча - між менструаціями або після статевого акту



Біль у животі



Біль під час сексу



Зелені/жовті виділення з піхви, пеніса або ануса



Висип на руках або ногах



Раптова потреба в сечовипусканні



Лихоманка



Виділення з неприємним запахом



Пухирці, бородавки, виразки або плями



Набряклі лімфатичні вузли



Поколювання, свербіж в області геніталій або анусу

Дослідження ІПСШ

	Причина	Симптоми
Хламідіоз		<p>Більшість людей не відчують жодних симптомів, але для деяких симптоми будуть розвиватися через 1-3 тижні після зараження.</p>
Гонорея		<p>Симптоми зазвичай розвиваються протягом 2 тижнів після інфікування, хоча у деяких людей взагалі не буде симптомів.</p>
Трихомоніаз		<p>У більшості людей немає симптомів, але у деяких симптоми розвиваються протягом 4 тижнів після зараження.</p>
ВІЛ		<p>У більшості людей спостерігається короточасна, схожа на грип, хвороба через 2-6 тижнів після зараження ВІЛ. Після цього протягом певного часу ВІЛ може не проявляти жодних симптомів.</p>
Генітальний герпес (ВПГ)		
Генітальні бородавки (ВПЛ)		
Лобкові воші (лобковий педикульоз)		
Сифіліс		



Біль під час сексу



Без презерватива.
Анальний, оральний або вагінальний секс



Спільне використання секс-іграшок



Дотик до геніталій



Годування груддю або вагітність



Спільне використання голки

Діагностика

Лікування

Ускладнення



Без лікування хламідіоз може призвести до безпліддя, довготривалого болю в животі або проблем із суглобами



* Гонорею стає важче лікувати через стійкість до антибіотиків

Може призвести до безпліддя, довготривалого болю в животі або проблем із суглобами



Немає значних довготривалих ускладнень



Не існує ліків проти ВІЛ, але ви можете зупинити прогресування вірусу за допомогою ефективних ліків

Якщо ВІЛ не лікувати, ваша імунна система ослабне і не зможе боротися з певними інфекціями. Це називається «пізньою стадією» ВІЛ, яка може призвести до летального результату



Не існує ліків проти ВПГ, але противірусні препарати можуть скоротити тривалість «спалахів» на 1-2 дні

Ускладнення надзвичайно рідкісні й зазвичай виникають лише у людей з ослабленою імунною системою (наприклад, через ВІЛ або прийом імуносупресивних препаратів)



Бородавки можна лікувати кремом або лосьйоном, або їх можна видалити заморожуванням. Аномальні клітини, виявлені в шийці матки під час цервікального скринінгу, можна видалити до того, як вони перетворяться на рак

Типи високого ризику можуть призвести до раку шийки матки, горла або ануса. Немає довготривалих ускладнень генітальних бородавок



Лікуються інсектицидним кремом, лосьйоном або шампунем.

Немає значних довготривалих ускладнень, але можуть викликати подразнення або незначні інфекції шкіри



Якщо не лікувати, він спричиняє пошкодження серця та нервової системи (включаючи головний мозок), що може бути небезпечним для життя



Аналіз сечі

Мазок з піхви, ануса або горла

Аналіз крові

Огляд медичним фахівцем

Ін'єкція або курс ін'єкцій

Антибіотики

Профілактика

Існує ряд методів, які можуть знизити ваші шанси заразитися ІПСШ, захищаючи вас і вашого партнера, щоб ви могли насолоджуватися сексом та близькістю.

Презервативи

Правильне використання презервативів щоразу під час статевого акту забезпечить захист від ІПСШ та незапланованої вагітності.

Презервативи ефективні для запобігання передачі деяких ІПСШ, включаючи хламідіоз та гонорею. Деякі інфекції можуть передаватися через тілесний контакт під час статевого акту, включаючи сифіліс і віруси, які можуть спричинити генітальний герпес і генітальні бородавки.

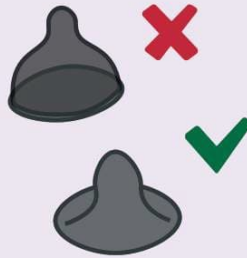
Як надягати презерватив:

1



Перевірте термін придатності, надрукований на упаковці або коробці, та знак якості Британського інституту стандартів

2



Переконайтеся, що презерватив готовий до розгортання правильним способом: обідок повинен бути зовні, щоб він виглядав як капелюшок і легко розгортався

3



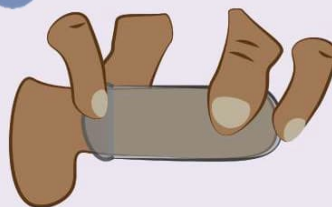
Затисніть кінчик презерватива і помістіть його на голівку пеніса. Залиште трохи місця на кінчику презерватива для збору сперми (еякуляту)

4



Розгорніть презерватив вздовж стовбура пеніса до основи й додайте лубрикант на водній основі, щоб запобігти розриву

5



Після еякуляції (сім'явилиття) тримайте обідок презерватива та витягніть пеніс з тіла партнера. Зробіть це ДО того, як ваш пеніс стане м'яким!

6



Викиньте презерватив у смітник. Не змивайте його в унітаз (він може засмітити труби)

ДКП

ВІЛ-негативні люди можуть використовувати ДКП (доконтактну профілактику) для захисту проти ВІЛ. ДКП — це препарат, який приймають на постійній основі, часто щодня. Якщо приймати ДКП відповідно до рекомендацій, він дуже ефективний для запобігання ВІЛ-інфекції. Презервативи все ще можна використовувати для захисту від інших ІПСШ.

ДКП є безплатним і його можна отримати в закладах охорони сексуального здоров'я.

ПКП

ПКП (Постконтактна профілактика) — це місячний курс препаратів, який приймають для того, щоб запобігти ВІЛ-інфекції після можливого контакту з ВІЛ. ПКП можна отримати в більшості закладів охорони сексуального здоров'я та відділеннях невідкладної допомоги. ПКП необхідно розпочати протягом 72 годин після статевого акту, бажано якомога швидше.

Очищення секс-іграшок

ІПСШ можуть передаватися через спільне використання секс-іграшок, тому важливо, щоб вони були чистими до, під час і після використання. Найкраще надягати презервативи на секс-іграшки, а також міняти їх перед використанням на різних частинах тіла, таких як рот, піхва й анус, або при передачі від однієї людини іншій.

Вагінальні трави та окурювання

Вкладання трав або таблеток у піхву, спринцювання водою, а також пропарювання, окурювання або обкурювання піхви для її звуження та висушування для сексу може бути дуже ризикованим. Це може спричинити порізи та рани всередині піхви, роблячи клітини більш сприйнятливими до інфекції, і збільшити шанси розриву презерватива.

* Найбезпечніший спосіб очищення геніталій — це обмивання вульви водою. Не вводьте воду всередину піхви та не використовуйте мило на вульві, оскільки це може порушити природний рН-баланс.



Вакцини

Існують вакцини проти вірусу папіломи людини (ВПЛ), гепатиту А та гепатиту В, які захищають від захворювань, викликаних цими вірусами, і запобігають поширенню цих інфекцій.

Ці вакцини є безплатними в рамках Національної служби охорони здоров'я (NHS), але доступні лише для осіб, які відповідають певним вимогам. Зверніться до свого сімейного лікаря, щоб дізнатися більше.

Що мені робити, якщо я думаю, що міг (могла) заразитися ІПСШ?

Якщо у вас був незахищений секс з новим або випадковим партнером, і ви стурбовані ризиком зараження ІПСШ, запишіться на обстеження статевого здоров'я в клініці сексуального здоров'я або онлайн-службі.

Якщо ви вважаєте, що могли контактувати з ВІЛ, ви можете отримати доступ до ПКП (постконтактна профілактика), лікування, яке може запобігти зараженню ВІЛ, в клініці сексуального здоров'я або у відділенні невідкладної допомоги. Препарати ПКП необхідно прийняти протягом 72 годин після контакту, але бажано розпочати якомога швидше після контакту.

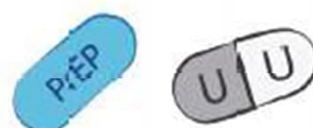
Регулярне тестування

Регулярне тестування на ІПСШ може запобігти тому, що ви несвідомо передасте ІПСШ іншій людині. Якщо ви регулярно займаєтесь незахищеним сексом, рекомендується здавати аналізи кожні три місяці.

Жінкам віком до 24 років, які живуть статевим життям, рекомендується щорічно проходити тест на хламідіоз та при зміні статевого партнера.

Невизначальний = Непередавальний

Хоча ВІЛ неможливо вилікувати, доступні сьогодні методи лікування означають, що люди, які живуть з ВІЛ, можуть знизити вірусне навантаження (кількість ВІЛ у крові) до невизначуваного рівня, що означає, що вони можуть безпечно займатися сексом, не передаючи вірус.



Тестування

Деякі ІПСШ не мають симптомів, тому можна мати ІПСШ і не знати про це.

Єдиний спосіб дізнатися, чи є у вас ІПСШ, — це пройти повноцінний тест на ІПСШ. Кожен повинен проходити обстеження на ІПСШ, включаючи тест на ВІЛ, принаймні раз на рік, особливо якщо займається сексом без презерватива з новими або випадковими партнерами. Тестування на ВІЛ/ІПСШ та лікування є безплатним для всіх, незалежно від імміграційного статусу. Тестування на ВІЛ або наявність ВІЛ-позитивного результату не вплине на ваш імміграційний статус.

Де я можу пройти тест на ІПСШ?

У клініках сексуального здоров'я, де приймають людей із симптомами або без них, можна перевірити повний спектр інфекцій.

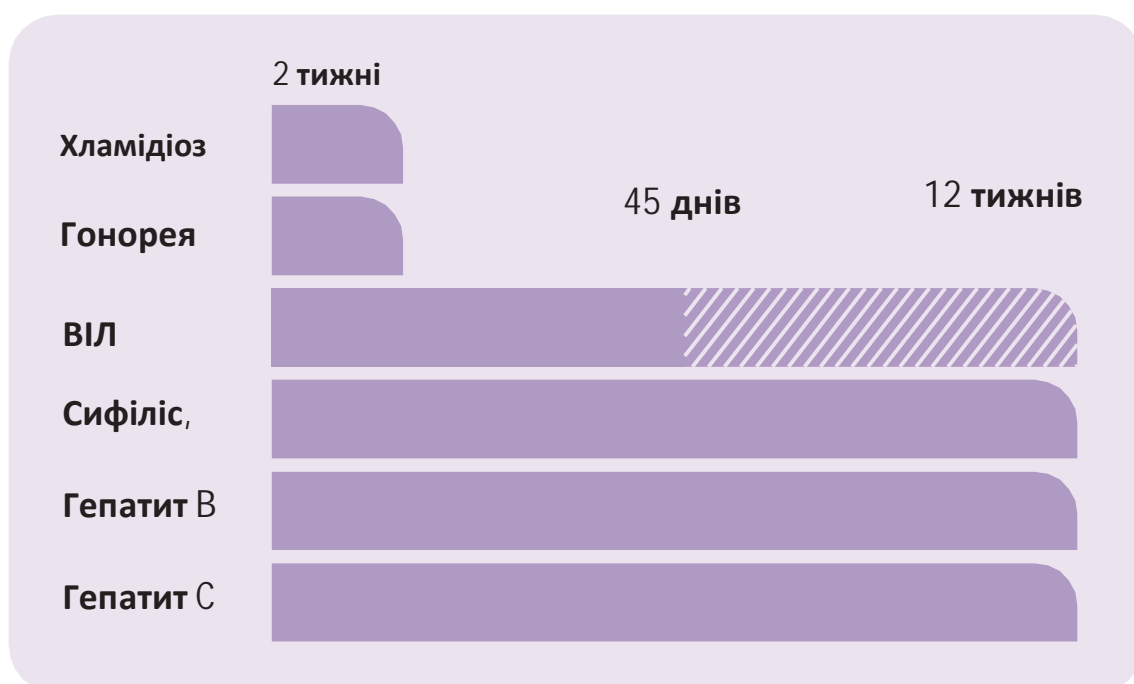
Набори для самостійного взяття зразків для тестування на ІПСШ також доступні для замовлення онлайн і є хорошим варіантом для людей без симптомів. Набори безплатні для людей у більшості регіонів, а також доступні для придбання. Ви отримуєте набір, збираєте власні зразки й відправляєте їх поштою в лабораторію для тестування.

Деякі благодійні організації, такі як «ВНА за рівність» (ВНА for Equality), пропонують безплатні клініки тестування на ВІЛ/ІПСШ у громадських закладах.

Щоб знайти найближчу клініку, відвідайте розділ з посиланнями на вебсайти в кінці цієї брошури.

Скільки часу потрібно, щоб ІПСШ проявились у тестах

Лікарі часто говорять про «періоди вікна» при тестуванні на ІПСШ. Це означає час, який проходить від зараження інфекцією до її виявлення в тесті.



Що станеться, якщо результат мого тесту буде позитивним?

Якщо результат вашого тесту на ІПСШ виявиться позитивним, вас попросять повернутися до клініки, щоб обговорити, яке лікування вам потрібне.

Вам також потрібно буде повідомити колишніх статевих партнерів про ваш діагноз, оскільки їм також потрібно буде пройти тестування.

Як часто мені слід проходити тестування?

Якщо ви живете статевим життям, вам слід проходити тест на ІПСШ і ВІЛ кожен рік, або кожен раз, коли ви міняєте сексуальних партнерів. Однак деяким спільнотам рекомендується проводити тестування частіше:

- Чоловіки, які є геями, бісексуалами або мають секс з іншими чоловіками, повинні проходити щорічний тест на ВІЛ та ІПСШ або кожні три місяці, якщо вони займаються сексом без презерватива з новими або випадковими партнерами
- Чорношкірим етнічним групам також рекомендується проходити тестування частіше, ніж іншим, якщо вони займаються сексом без презерватива з новими або випадковими партнерами

Конфіденційність

Вам не потрібно називати своє справжнє ім'я, якщо ви не хочете. Якщо ви його вкажете, воно буде збережене конфіденційно. Вашому сімейному лікарю не повідомлять про ваш візит без вашого дозволу. Міністерство внутрішніх справ не буде проінформовано.

Якщо ви здали аналізи, але не отримали їх результати під час візиту, співробітникам клініки потрібно буде зв'язатися з вами пізніше, тому надайте їм правильні контактні дані.

У клініці запитують, як ви хочете отримати результати. Зазвичай їх можна повідомити вам телефоном, в смс або в листі без позначки.

Запити перед прийомом

Якщо у вас є якісь особливі вимоги до вашого прийому, ви можете повідомити про них під час

запису на прийом. Наприклад, ви можете попросити перекладача, якщо англійська не є вашою рідною мовою, а також ви можете попросити, щоб вас оглядав лікар чоловічої або жіночої статі.

Прийом

На початку прийому лікар або медсестра розпитає вас про ваше статеве життя та сексуальну поведінку, що допоможе їм визначити, які обстеження та лікування вам необхідно запропонувати. Сексуальний анамнез включає:

- Коли востаннє у вас був секс
- Чи було це з постійним, чи випадковим партнером
- Чи було це з чоловіком, чи жінкою (включаючи трансгендерних чоловіків та трансгендерних жінок)
- І якщо це було з чоловіком, чи займається він сексом з іншими чоловіками
- Чи був у вас вагінальний/анальний/оральний секс
- Чи використовувався презерватив
- Чи вживали ви колись ін'єкційні наркотики
- Чи вам платили або ви платили за секс
- Чи займалися ви сексом з кимось з іншої країни — Це використовується для оцінки ризику ВІЛ
- Кількість статевих партнерів, яких ви мали за останні кілька місяців

Зразки

Вас можуть попросити надати зразок для перевірки на будь-які інфекції. Це може включати:

- Мазок з горла, прямої кишки, пеніса або піхви. Лікар або медсестра можуть попросити вас взяти мазок самостійно, якщо вам це зручно
- Аналіз крові
- Аналіз сечі — переконайтеся, що ви не мочилися протягом 1 години до вашого прийому, оскільки це може зробити результати недійсними



Часті запитання

Чи можна визначити, якщо у когось є ІПСШ?

Деякі ІПСШ не мають жодних симптомів, тому неможливо визначити, чи є у людини ІПСШ, просто подивившись на неї. Єдиний спосіб це дізнатися — пройти тест на ІПСШ.

Чи можна заразитися ІПСШ від орального сексу?

Так. Деякі ІПСШ живуть у горлі або на шкірі, тому ви можете заразитися ІПСШ від орального сексу. Мінімізуйте ризик, використовуючи зубну захисну прокладку або презерватив під час орального сексу.

Чи всі форми контрацепції запобігають ІПСШ?

Ні, тільки презервативи можуть запобігти ІПСШ. Такі засоби контрацепції, як таблетки, спіралі, імплантати тощо, запобігають лише вагітності, а не ІПСШ.

Чи запобігають презервативи всім ІПСШ?

Ні. Презервативи найбільш ефективні проти ІПСШ, які передаються через біологічні рідини, наприклад, проти хламідіозу, гонореї, сифілісу та ВІЛ. Деякі ІПСШ можуть передаватися через тілесний контакт. До них відносяться віруси ВПГ та ВПЛ (віруси, які можуть викликати генітальний герпес та генітальні бородавки).

Чи тільки гомосексуальні чоловіки можуть заразитися ВІЛ?

Ні. Вірус імунодефіциту людини (ВІЛ) може передаватися різними шляхами, в тому числі статевим шляхом. Не має значення, якої ви сексуальної орієнтації чи статі — будь-хто, хто живе статевим життям, може наразитися на ризик інфікування ВІЛ.

Я лєсбійка. Чи можу я все ще заразитися ІПСШ?

Так. Якщо ви займаєтеся сексом з будь-ким, незалежно від статі чи статевих органів, існує ймовірність передачі ІПСШ.

Якщо ви торкаєтеся геніталій свого партнера або він торкається ваших, існує ризик передачі деяких ІПСШ.



Чи потрібно мені проходити тестування на ІПСШ, якщо я перебуваю у шлюбі або в моногамних стосунках?

Моногамні стосунки автоматично не захищають вас від ІПСШ (або вагітності). Вам і вашому партнеру рекомендується щорічно проходити тестування в рамках регулярної перевірки стану здоров'я.

Чи можна запобігти вагітності та ІПСШ, якщо я помію свої геніталії одразу після сексу?

Ні. Багато людей вважають, що спринцювання (промивання піхви водою, милом або антисептиком) — це хороша гігієна, яка запобігає інфекціям або вагітності. Однак спринцювання не запобігає вагітності та може підвищити ризик зараження ІПСШ.

Спринцювання змінює мікрофлору піхви та збільшує ймовірність розвитку бактеріального вагінозу (БВ).

Чи можу я заразитися однією і тією ж ІПСШ більше одного разу?

ІПСШ, які викликані бактеріями або паразитами (наприклад, гонорея, хламідіоз, сифіліс і трихомоніаз), можна підхопити повторно; ваш організм не набуває імунітету до них після лікування. Тому важливо регулярно проходити тестування та користуватися презервативами, щоб зменшити ризик повторного зараження цими ІПСШ у майбутньому.

Багато ІПСШ не мають жодних ознак чи симптомів, тому єдиний спосіб дізнатися, чи є у вас цей вірус, — це здати кілька аналізів одночасно (повне обстеження).





Організація ВНА пропонує безплатну та конфіденційну інформацію про сексуальне здоров'я та консультації для чорношкірих, азійських та етнічних меншин. Ця брошура надає загальну інформацію про інфекції, що передаються статевим шляхом. Якщо вам потрібна додаткова інформація та консультація, зв'яжіться з нами за адресою pash@thebha.org.uk

Додаткова інформація

Знайдіть найближчий заклад охорони сексуального здоров'я

→ www.nhs.uk/service-search/sexual-health

Інформація про інфекції, що передаються статевим шляхом

→ www.sexwise.org.uk

→ www.nhs.uk/conditions/sexually-transmitted-infections-stis

Інформація про сексуальне здоров'я

→ www.gmpash.org.uk

Консультавання, підтримка та інформація для чорношкірих, азійських та етнічних меншин

→ www.thebha.org.uk

Консультавання, підтримка та інформація для людей, які живуть з ВІЛ

→ www.ghf.org.uk

Консультавання, підтримка та інформація для людей ЛГБТКІ

→ www.lgbt.foundation

Ілюстрації Шилвана Да Коста

Зміст спільно розроблений організацією ВНА for Equality та Північною службою контрацепції, сексуального здоров'я та ВІЛ. Дизайн: Дженніфер Гоган 27eleven.co.uk

Дата публікації: серпень 2024 року

Розробка та дизайн ресурсу фінансуються за рахунок:

