

فصل 16

درین فصل :

- 262..... چرا انتانات مقاربتی (STIs) یکی از مشکلات جدی برای زنان است
- 263..... چگونه میتوانید بفهمید که در معرض خطر ابتلا به انتانات مقاربتی میباشید
- 263..... در صورت ابتلا به انتانات مقاربتی چه باید کرد
- 264..... گرفتن دواها برای تداوی انتانات مقاربتی
- 265..... افرازات غیر نارمل
- 269..... زخ های ناحیه تناسلی
- 270..... زخم های ناحیه تناسلی
- 274..... اختلالات انتانات مقاربتی
- 274..... مرض التهابی لگن خاصره (PID)
- 277..... دیگر انتانات مقاربتی (انتان اچ آی وی و هیپاتیت ب
- 278..... چطور احساس بهبود داشته باشیم
- 279..... کار برای ایجاد تغییر

طرز استفاده از این فصل:

این فصل بعضی از انتانات مقاربتی بسیار معمول را تشریح میدارد و روشن میدارد که چگونه آنها را تداوی و وقایه نمایند. همچنان یکتعداد انتانات دیگر ناحیه تناسلی را که معمول بوده اما مقاربتی نمیباشند، نیز تشریح مینماید.

این فصل همچنان یکتعداد زیاد دواهای مختلف را برای تداوی انتانات مقاربتی تشریح مینماید. قبل از آنکه یک دوا را بگیری، در مورد اینکه چگونه بصورت مصوون استفاده شود، در فصل "استفاده از دواها در صحت زنان" (صفحه 469 دیده شود)، مطالعه شود. همچنان یکمقدار معلومات در مورد هر یک از دواهای لست شده ، در صفحات سبز کتاب (صفحه 485 دیده شود) نیز موجود است که باید بدانید.

انتانات مقاربتی

و سایر انتانات نواحی تناسلی



◀ تداوی مقدم انتانات مقاربتی در هر دو شریک جنسی از بسیاری مشکلات و خیم جلوگیری نموده میتواند

◀ همچنان این فصل در تداوی بعضی مشکلات ناحیه تناسلی که از طریق جنسی انتقال نمی یابند نیز به شما کمک میکند.

انتانات مقاربتی (STIs) عفونت هائی اند که از یک شخص به شخص دیگر در اثنای مقاربت جنسی انتقال می یابند. هر نوع مقاربت جنسی سبب این امراض شده می تواند. رابطه جنسی قضیب با مهبل، قضیب با مقعد و رابطه جنسی طریق دهن (دهن با قضیب یا دهن با مهبل) همه اینها سبب امراض مقاربتی شده میتوانند. گاهی تنها با مالش نمودن قضیب (آله تناسلی مرد) یا مهبل در صورتیکه مصاب به انتان باشند به ناحیه تناسلی طرف مقابل، انتانات مقاربتی انتقال شده می تواند. انتانات مقاربتی از مادر حامله به طفل قبل از تولد و یا در زمان ولادت سرایت کرده می تواند. انتانات مقاربتی خطر مصاب شدن به اچ آی وی را افزایش میدهد. به استثنای حالاتیکه به صورت مقدم تداوی می گردند، انتانات مقاربتی میتوانند سبب اختلالات ذیل گردند.

- عقامت در مردها و زن ها.
- تولد طفل قبل از وقت، بسیار کوچک، نابینا، مریض و یا مرده.
- حمل در نفیر های رحم (خارج رحمی).
- مرگ از سبب انتانات شدید.
- درد دوام دارد در قسمت پائینی شکم.
- کانسر یا سرطان عنق رحم.

مردان و زنان هر دو مصاب انتانات مقاربتی می شوند. اما یک خانم بسیار به سهولت انتان را از مرد گرفته می تواند، در حالیکه این تناسب در مردان کمتر است. علت اینست که آله تناسلی مرد در جریان مقاربت جنسی داخل بدن خانم - مانند مهبل و مقعد - میگردد. بدون استفاده از کاندوم، منی مرد که ممکن میکروب را با خود انتقال بدهد در بدن خانم باقی مانده و چانس عفونت رحم، نفیرها و تخمدان ها زیاد تر می گردد. وقتی یک زن در ناحیه تناسلی خود زخم هائی داشته و یا تخریشتائی از سبب یک انتان مهبلی داشته باشد، همچنان میتواند به سهولت مصاب اچ آی وی نیز گردد. چون اکثر تظاهرات انتانات مقاربتی در داخل بدن خانم می باشد، دیدن علائم یک انتان مقاربتی در خانم ها نسبت به مرد ها مشکلتر است. بنابراین اغلب گفتن اینکه آیا خانم یک انتان ناحیه تناسلی دارد یا خیر مشکل می باشد - و بسیار کمتر فهمیده شده میتواند که کدام نوع انتان را خانم دارد.

چرا يك تعداد زياد خانم ها مصاب انتانات مقاربتی می شوند؟



براي يك خانم مشکل خواهد بود که خود را از مبتلا شدن به انتانات مقاربتی محافظه نماید.

زمانیکه شوهر از او تقاضای مقاربت نماید، اغلباً مجبور می باشد که اینکار را انجام دهد. ممکن خانم نداند که شوهر وی با افراد دیگری رابطه جنسی داشته و یا مبتلا به يك مرض مقاربتی می باشد. اگر شوهر وی با زنان دیگری که مبتلا به امراض مقاربتی باشند، مقاربت جنسی داشته باشد، میتواند انتان را به خانم خود انتقال دهد و او را منتن بسازد.

يك خانم ممکن قادر نباشد تا همسر خود را به استفاده از کاندوم متقاعد سازد.

کاندوم های لاتکس (Latex) بهترین وسیله برای محافظت هر دو - زن و شوهر - میباشد، اما مرد باید موافق باشد که از آن استفاده نماید (صفحه 193 دیده شود).

هرگاه یک یا بیشتر از این علائم را داشته باشید، ممکن است یک انتان مقاربتی داشته باشید:

- افزایشات مهبلی غیر معمول و یا دارای بوی بد.
- خارش ناحیه تناسلی.
- دردناک بودن ناحیه تناسلی.
- درد قسمت پائین شکم و یا درد در هنگام مقاربت جنسی

انتانات مقاربتی به مردان نیز آسیب میرسانند.

هرگاه تداوی نشوند، انتانات مقاربتی میتوانند در مردان سبب حالات ذیل گردند:

- عقامت.
- درد دوامدار.
- مصاب شدن به انتان اچ آی وی.



چرا انتانات مقاربتی برای زنان یک مشکل جدی میباشد

« بیشتر زنان و بسیاری مردان، آنهاييکه مصاب انتانات مقاربتی میگردد، هيچ علامه مرضی ندارند.»



صحت جنسی، 181
صحبت کردن در مورد مقاربت جنسی مصوون
تر، 192

چگونه فهمیده می‌توانید که در معرض خطر ابتلا به انتانات مقاربتی هستید: حتی اگر هیچ علامهٔ مرضی نداشته باشید، ممکن در معرض خطر (امکان بیشتر مصاب شدن به یک انتان مقاربتی) باشید، اگر:

- همسر شما علایم یک انتان مقاربتی را دارد. او احتمالاً مرض را به شما منتقل ساخته است، حتی اگر شما هیچ علامهٔ مرضی نداشته باشید.
- داشتن بیش از یک شریک جنسی هر قدر شرکای جنسی شما زیاد تر باشند به همان اندازه چانس اینکه یکی از آنها انتان مقاربتی را به شما انتقال دهد، بیشتر می‌شود.
- شما در سه ماه اخیر شریک جنسی تازه داشته اید و او ممکن قبل از شما شریک جنسی دیگری داشته که مصاب یک انتان مقاربتی بوده باشد.
- شریک جنسی شما دور از خانه زندگی می‌کند، یا شما عقیده دارید که او شرکای جنسی دیگری دارد. این به آن مفهوم است که چانس ابتلا به انتانات مقاربتی نزد وی بیشتر است و شما را نیز منتن می‌سازد.



چه باید کرد اگر علایم یک انتان مقاربتی را داشته باشید و یا در معرض خطر یک انتان مقاربتی باشید.

اگر علایم یک انتان مقاربتی را دارید و یا فکر می‌کنید که در معرض خطر مصاب شدن به یک انتان مقاربتی می‌باشید، باید فوراً تداوی را شروع کنید. متأسفانه آزمایشات لابراتواری انتانات مقاربتی در بسیاری ساحات موجود نیست، یا ممکن است بسیار گران قیمت باشد و همیشه دقیق نمی‌باشد.

• فوراً انتان را تداوی کنید. اگر علایم تشریح شده در این فصل را دارید، تداوی داده شده را تعقیب نمایید.

• انتظار نکشید تا مرضی شما شدت گیرد. تداوی شما را از مشکلات جدی بعدی وقایه میکند و از انتشار انتانات مقاربتی به دیگران جلوگیری مینماید.

• در صورتیکه موجودیت، آزمایش لابراتواری را انجام دهید. می‌توانید به یک انتان مقاربتی دیگر مصاب شده باشید، در حالیکه هیچ علایم مرضی ندارید.

• به همسر خود کمک کنید تا در عین زمان خود را تداوی نماید. اگر او تداوی نشود، میتواند باز هم در صورت مقاربت جنسی انتان را به شما انتقال دهد.

• مقاربت جنسی مصوون تر را تمرین کنید. اگر خود را محافظه ننمایید ممکن است یک انتان مقاربتی دیگر و یا اچ آی وی را بگیرید (صفحه 189 را ببینید).

• تلاش نمایید تا از نظر اچ آی وی تست شوید. انتانات مقاربتی و انتان اچ آی وی اغلب یکجا باهم افراد را مصاب می‌سازند (صفحه 286 دیده شود).

• تمام دواها را خریداری نموده و مطابق هدایت مصرف نمایید. حتی اگر علایم مرضی شما برطرف شده باشد، تا زمانیکه تمام دواها را مطابق هدایت نگیرید، علاج شما صورت نمی‌گیرد.

اگر علایم بعد از گرفتن دواها از بین نرفت، یک کارکن صحتی را ببینید. درد و یا افرازات مهملی همچنان ممکن است از اسباب دیگری مانند سرطان ها بوجود آیند.

◀ عدم موجودیت آزمایشات لابراتواری دقیق و ارزان قیمت برای انتانات مقاربتی یک مشکل بزرگ برای زنان است. این ممکن سبب شود که زنان دواها ایرا بگیرند که به آنها ضرورت ندارند، توان مالی خرید آنها را ندارند و عوارض جانبی را سبب میشوند.



در این فصل ما دواها ایرا توصیه مینماییم که میتوانند انواع مختلف انتانات مقاربتی را تداوی کنند. بخاطر داشته باشید که اغلب افراد بیشتر از یک نوع انتان مقاربتی ویا دیگر انتانات ناحیه تناسلی را در یک زمان دارا میباشند، لذا اغلب ضرورت است که بیشتر از یک



دوا را بگیریید. هر دوا ایرا که انتخاب میکنید، باید مطمئن شوید که آنرا بصورت درست میگیریید. انواع مختلف دواها در نقاط مختلف جهان فروش میرسند و قیمت آنها متفاوت خواهد بود. از این سبب در جاییکه شما زندگی میکنید بعضی از دواها ممکن است یافت نشود ویا ممکن است دواى دیگری در محل شما پیدا شود که بیشتر مؤثر بوده و قیمت آن کمتر باشد.

همچنان شما به گرفتن دواهای مختلف نیاز دارید، اگر:

- حامله ویا شیرده باشید و دوا در این حالات برای شما مصوون نباشد.
- انتان مقاربتی را که شما تلاش میکنید تداوی نمائید به دوا مقاوم باشد.
- شما در مقابل دوا حساسیت دارید. بعضی افراد به دواهایی مانند پنیسیلین ویا سلفامید ها حساسیت دارند. صفحه 480 در مورد اینکه چگونه انتی بیوتیک را تعویض نمائید، دیده شود.

مقاومت دوائی و دواهای انتانات مقاربتی:

هنگام استفاده دواها برای تداوی انتانات مقاربتی و دیگر امراض، بسیار با اهمیت است که همه دواهای توصیه شده را مطابق هدایت بگیریید. اگر شخصی یک نوع مناسب دوا را به اندازه کافی نگیرد - ویا قبل از ختم تداوی گرفتن دوا را توقف دهد - جراثیم ایکه سبب انتان شده همه از بین نمیروند. قویترین جراثیم زنده مانده و سبب نوع قویتر مرض میشوند. دوا ایکه زمانی در مقابل آن مرض مؤثر بود، بیش از این نمیتواند آن مرض را معالجه کند. به این حالت مقاومت گفته میشود.

به این سبب، در بسیاری مناطق گونوریا (سوزاک) در مقابل دواها ایکه معمولاً برای تداوی آن استفاده میشوند، مقاوم گردیده است. با یک کارکن صحی صحبت کنید تا دریابید که آیا مقاومت دوائی در جاییکه شما زندگی میکنید، وجود دارد و ایکه کدام دواها برای تداوی انتانات مقاربتی بهترین مؤثریت را داشته و در محل شما یافت میشود.

گرفتن دوا برای انتانات مقاربتی

◀ درین فصل هرگاه زنان حامله و شیرده نباید یک دوا را بگیرند، هوشدار داده شده است. اگر یک دوا هوشدار نداشته باشد، گرفتن آن مصوون است.

◀ قبل از آنکه یک دوا را بگیریید، میتوانید دو مورد آن در "صفحات سبز" مطالعه کنید. در آنجا معلومات بیشتر ایرا که باید بدانید، خواهید یافت.

◀ اگر مطمئن نیستید که کدام دوا برای یک مشکل بهترین مؤثریت را دارد، کوشش کنید که با یک کارکن صحی ویا فارمسیت مشوره نمائید که میدانند در جاییکه شما زندگی میکنید کدام دوا مؤثر تر است.

اطمینان از گرفتن دقیق دواها

بخاطر داشته باشید، در هنگام تداوی انتانات مقاربتی، همیشه:

- یقینی بسازید که همسر شما نیز تداوی گردد.
- تمام دواها را بگیریید.
- تا وقتیکه علایم مرض از بین رفته و شما و همسر تان تمام دواهای خود را تمام نمائید، از مقاربت جنسی اجتناب نموده ویا از کاندوم استفاده کنید.
- اگر با ختم تداوی بهبود نیافتید به یک کارکن صحی مراجعه نمائید.
- وقتی دوباره مقاربت جنسی را شروع میکنید از، مقاربت جنسی مصوون تر کار بگیریید.



افرازات غیر نارمل



تغییر در رنگ و یا بوی افرازات
میتواند به مفهوم آن باشد که دچار
عفونت شده اید.

داشتن يك مقدار كمی افرازات و مرطوب شدن مهلبی نارمل می باشد. به این طریق مهبل خود را پاك میسازد. در جریان سیکل ماهوار این افرازات تغییر مینماید. در ایام باروری افرازات بیشتر مرطوب، لغزنده و دارای رنگ روشن می باشد. در صورت حاملگی افرازات بیشتری خواهید داشت. تغییر در مقدار، رنگ و یا بوی افرازات مهلبی بعضی اوقات به مفهوم آن است که شما يك نوع عفونت یا انتان دارید.

اسباب معمول افرازات غیر نارمل:

افرازات غیر نارمل میتواند یک علامه انتانات پوینکی ویا بکتریال وجینوزس باشد که اینها از جمله انتانات مقاربتی نمیباشند، ویا ممکن است علامه انتانات تریکوموناس، گونوریا و کلامیدیا باشد که همه اینها از جمله انتانات مقاربتی میباشند. جهت شناسائی بهتر علایم این انتانات و طرز تدای آنها، صفحات 266 تا 268 دیده شود.

با اهمیت: اگر افرازات مهلبی همراه با درد قسمت پائینی شکم دارید ممکن انتان جدي لگن خاصره داشته باشید، به صورت فوری خود را معالجه نمایند (صفحه 274 را ببینید).

پوینک ها (کاندیدا، افرازات سفید رنگ و پاغنده نی)

انتانات پوینکی از جمله انتانات مقاربتی نمیباشند. اینها سبب اختلالات نمی شوند، مگر بسیار ناراحت کننده میباشند. در زمان حاملگی، در هنگام استفاده از انتی بیوتیک ها و در صورت داشتن امراض دیگر مانند مرض شکر و یا انتان اچ آی وی بسیار امکان دارد که مصاب پوینک های ناحیه تناسلی شوید.

علایم:

- افرازات سفید پاغنده نی مانند شیر بریده و یا ماست .
- رنگ سرخ روشن داخل و خارج مهبل که بعضاً خونریزی میکند.
- احساس خارش شدید در داخل و یا خارج مهبل.
- احساس سوزش در هنگام ادرار کردن.
- احساس بوی مشابه نان پخته و یا غذای پوینک زده (کپک زده).

خارش نواحی تناسلی



خارش ناحیه تناسلی اسباب زیاد دارد. خارش اطراف دهانه مهبل ممکن از سبب پوینک ها (Yeast) و یا تریکوموناس (Trichomonas) باشد. خارش نواحی مشعر تناسلی و قسمت های نزدیک به ناحیه تناسلی ممکن از سبب گرگ (Scabies) و یا شپش ها (lice) باشد. گرگ و شپش ها توسط تطبیق دوا به صورت موضعی و یا ادویه دیگر ایکه در بسیاری دواخانه ها یافت می شود، تدای میگردند. برای معلومات بیشتر به کتاب "انجا که داکتر نیست" یا يك کتاب طبي دیگر مراجعه نمایند.

بعضی خارش ها ناشی از صابون ها، مواد از بین برنده بو (Deodorants) که در ترکیب خود عطر دارند، می باشد. همچنان ممکن است از سبب گیاه ها ایکه جهت شستن مهبل استفاده می گردد بوجود آید. از آب خالص استفاده نموده و ببینید که آیا خارش برطرف می شود یا خیر.

تداوی:

انتانات پوینکی خطرناک نمیباشند و اغلب میتوانند با استفاده از دارو های طبیعی تداوی شوند. بهتر است که خانم حامله قبل از ولادت طفل تداوی گردد، در غیر آن طفل مصاب دهن پختگی (Thrush) خواهد شد (صفحه 117 دیده شود).
یک تداوی با دارو های طبیعی مخلوط نمودن 3 قاشق غذاخوری سرکه با 1 لیتر آب جوش داده شده سرد میباشد. تکه های پاک را در این محلول غوطه نموده و هر شب برای 3 شب داخل مهبل بگذارید. هر صبح تکه ها را خارج سازید.



دواها برای انتانات پوینکی

یک پارچه پنبه پاک را در جنشن ویولیت 1% غوطه کنید و آنرا شب داخل مهبل بگذارید. اینکار را برای 3 شب تکرار کنید. هر صبح پنبه را خارج سازید. ویا یکی از این دواها را استفاده کنید:

اسم دوا	مقدار استفاده	چه وقت و چگونه استفاده شود
میکونازول	شیاف های مهبلی 200 ملی استعمال شود	عمیقاً داخل مهبل، هر شب برای 3 شب
ویا نستاتین	شیاف های مهبلی 100000 واحد استعمال شود	عمیقاً داخل مهبل، هر شب برای 14 شب
ویا کلوتریمازول	دو دانه شیاف مهبلی 200 ملی گرام استعمال شود	داخل مهبل، هر شب برای 3 شب

وقایه:

پوشیدن لباس های فراخ و زیرلباسی هاییکه تار آن پنبه باشد به عوض لباس های نیلونی، اجازه میدهد که هوا به اطراف ناحیه تناسلی برسد. اینکار از انتانات پوینکی وقایه بعمل می آورد. زیر لباسی ها را زود زود تبدیل نموده ویا بشویید. در وقت حمام گرفتن داخل مهبل را صابون نزنید. دوش مهبلی نگیرید.

التهاب مهبلي بکریائي یا Bacterial Vaginosis

این یک انتان مقاربتی نیست. اگر حامله باشید، این مرض میتواند سبب تولد قبل از وقت طفل شما گردد.

علائم:

- داشتن افرازات بیشتر نسبت به حالت معمول.
- احساس بوي مشابه بوي ماهي، مخصوصاً بعد از مقاربت جنسي.
- خارش خفیف.

**اگر شما معروض به خطر یک انتان مقاربتی نباشید
دواها برای افرازات مهبلي: برای تداوی بکتریال وجینوزس**

جهت تصمیم گیری در مورد معروض نبودن به انتانات مقاربتی، صفحه 263 را ببینید.

اسم دوا	مقدار استفاده	چه وقت و چگونه استفاده شود
مترونیدازول	400 تا 500 ملی گرام	از طریق دهن، 2 دفعه در روز برای 7 روز
ویا مترونیدازول	2 گرام (2000) ملی گرام	از طریق دهن به یک دوز واحد (در 3 ماه اول حاملگی از گرفتن مترونیدازول اجتناب نمایید)
ویا کلیندامایسین	300 ملی گرام	از طریق دهن، 2 دفعه در روز برای 7 روز
ویا کلیندامایسین	5 گرام از مرخم 2%	عمیقاً داخل مهبل در وقت خواب برای 7 شب

همچنان همسر خانم را نیز با 2 گرام مترونیدازول از طریق دهن، به یک دوز واحد، تداوی نمایید.

یا اهمیت: وقتی مترونیدازول میگیرید از نوشیدن الکل اجتناب کنید.

تریکوموناس (Trichomonas)

تریکوموناس (Trichomonas) یک انتان مقاربتی خطرناک نبوده اما خارش زیاد و ناراحت کننده دارد. مردان معمولاً هیچ علایمی نداشته اما انتان را در آله تناسلی خود داشته و آنرا در جریان مقاربت جنسی به دیگران انتقال داده می توانند.

علایم:

- افرازات زرد و یا خاکستری و حیاب دار.
- افرازات بد بو.
- سرخی و خارش مهبل و نواحی تناسلی.
- درد و یا سوزش ادرار.

گونوریا و کلامیدیا (Gonorrhea and Chlamydia):

گونوریا و کلامیدیا هر دو از انتانات مقاربتی وخیم میباشند، مگر در صورت تداوی مقدم به آسانی علاج پذیر اند. در غیر آن سبب انتان شدید و عقامت در مردان و زنان شده می توانند. در مردان علایم معمولاً 2 الي 5 روز بعد از مقاربت جنسی با شخص منتن شروع می شود. اما یکتعداد مردان ممکن است با وجود داشتن انتان هیچ علامه مرضی نداشته باشند. منتن باشد در خانم ها شاید علایم مرضی بعد از گذشت هفته ها و یا ماه ها نیز شروع نگردد. حتی اگر هیچ علامه مرضی نداشته باشید، باز هم میتوانید که گونوریا و کلامیدیا را به دیگران انتقال بدهید.

گونوریا و کلامیدیا
یکنوع علایم را دارند، لذا
برای علاج هر دو مرض تداوی
نمایید.

علایم در یک زن:

- افرازات زرد و یا سبز از مهبل یا مقعد.
- درد و یا سوزش در هنگام ادرار کردن.
- تب.
- درد در قسمت پائینی شکم.
- درد و یا خونریزی در هنگام مقاربت جنسی.
- و یا هیچ علامه مرضی وجود ندارد.



علایم در یک مرد:

- افرازات زرد و یا سبز از آله تناسلی (قضیب).
- درد و یا سوزش در هنگام ادرار کردن.
- درد و تورم خصیه ها.
- و یا هیچ علامه مرضی وجود ندارد.



اگر فکر میکنید که در معرض خطر یک انتان مقاربتی میباشید

**دواها برای افرازات: جهت تداوی گونوریا، کلامیدیا، تریکوموناس
همچنان بکتریال وجینوزس را تداوی میکنند**

جهت تصمیم گرفتن در اینمورد که آیا در معرض خطر یک انتان مقاربتی میباشید، صفحه 263 را ببینید.

اسم دواها.....چه مقدار باید داده شود:.....چه وقت و چگونه باید داده شود:

سفتریاکسون.....250 ملی گرام.....زرق عضلی، یک دوز واحد

ویا سپکتینو مایسین.....2 گرام (2000 ملی گرام).....زرق عضلی، یک دوز واحد

و

ازیترومایسین.....1 گرام (1000 ملی گرام).....از طریق دهن، دوز واحد

ویا دوکسی سیکلین.....100 ملی گرام.....از طریق دهن، 2 دفعه در روز برای 7 روز
(اگر حامله هستید ویا طفل را از شیر پستان خود تغذی میکنید، دوکسی سیکلین نگیرید)

ویا اریترومایسین.....500 ملی گرام.....از طریق دهن، 4 دفعه در روز برای 7 روز

ویا تتراسیکلین.....500 ملی گرام.....از طریق دهن، 4 دفعه در روز برای 7 روز
(اگر حامله هستید ویا طفل را از شیر پستان خود تغذی میکنید، تترا سیکلین نگیرید)

ویا اموکسی سیلین.....500 ملی گرام.....از طریق دهن، 3 دفعه در روز برای 7 روز
(اگر حامله هستید و ازیترومایسین و اریترومایسین یافت نشود، اموکسی سیلین را میتوانید استفاده کنید)

و

میترونیدازول.....400 تا 500 ملی گرام.....از طریق دهن، 2 دفعه در روز برای 7 روز

ویا میترونیدازول.....2 گرام (2000 ملی گرام).....از طریق دهن، یک دوز واحد
(در 3 ماه اول حاملگی از گرفتن مترونیدازول پرهیز نمایید)

ویا

تینیدازول.....2 گرام (2000 ملی گرام).....از طریق دهن، یک دوز واحد

ویا، اگر حامله هستید و حمل شما کمتر از 3 ماهه است، 500 ملی گرام....از طریق دهن، 2 دفعه در روز برای 5 روز
همچنان همسر خانم را با عین دوا تداوی نمایید.

با اهمیت: هنگامیکه مترونیدازول ویا تینیدازول میگیرید از نوشیدن الکل اجتناب ورزید.

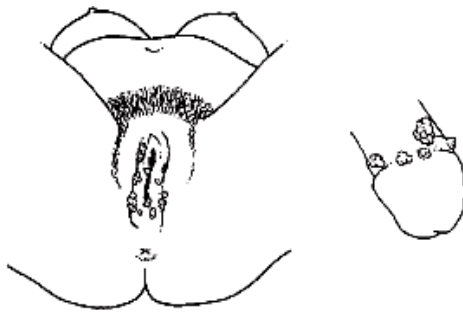
گوشت های اضافی (زخ ها) در ناحیه تناسلی

زخ ها از سبب یکنوع ویروس به میان می آیند، زخ های نواحی تناسلی مشابه زخ های قسمت های دیگر بدن میباشند. این امکان وجود دارد که در ناحیه زخ داشته باشید و از آن آگاهی نداشته باشید، بخصوص وقتی آنها داخل مهبل و یا داخل مجرا و یا داخل پوست نوک آله تناسلی مرد باشند. زخ ها ممکن است بدون تداوی از بین بروند، اما اینکار وقت زیاد را خواهد گرفت. اکثراً اینها وخامت کسب مینمایند و باید تداوی گردند.

در خانم ها این برآمدگی ها اکثراً در چین های فرج، داخل مهبل و در اطراف مقعد رشد میکنند.

علامت:

- خارش
- برآمدگی های کوچک، بدون درد و سفید رنگ که سطح درشت دارند.



در مرد ها اکثراً این برآمدگی ها در روی آله تناسلی (یا داخل نوک آن) و روی پوش خصیه ها و یا اطراف مقعد رشد میکنند.

با اهمیت: برآمدگی های بزرگ، هموار و مرطوب که مشابه زخ اند ممکن يك نشانه سیفلیس باشند (صفحه بعدی دیده شود)، سعی نمائید که تست تشخیصیه سیفلیس را انجام داده و از تداوی نیل استفاده نکنید.

تداوی:

1. برای محافظت جلد نارمل يك مقدار واسیلین و یا مرجم دیگری را در اطراف زخ ها بمالید.
2. توسط چوب کوچک و یا خلال دندان بالای زخ يك مقدار کمی تریاکلورواسیتیک اسید (TCA) بزنید تا آنکه زخ سفید گردد. همچنان از بای کلورواسیتیک اسید (BCA) استفاده کرده می توانید.

ویا

محلول 20 فیصده پودوفیلین Podophylin را به عین ترتیب تطبیق نمائید تا زمانیکه زخ نصابی گردد. پودوفیلین 6 ساعت بعد از استعمال باید شسته شود. در زمان حاملگی از پودوفیلین استفاده ننمائید.

در صورتیکه تداوی مؤثر باشد، سبب بوجود آمدن یک زخم دردناک در محل زخ خواهد شد. زخم ها را پاک و خشک نگهدارید و الی برطرف شدن آنها از رابطه جنسی خود داری نمائید. اما اگر مجبور به داشتن رابطه جنسی باشید، شریک جنسی شما باید از کاندوم استفاده نماید. زخم ها باید در جریان يك الی دو هفته ترمیم شوند. متوجه آنها باشید تا منتن نگردند.

اکثراً برای رهائی از تمام زخ ها، چندین جلسه تداوی ضرورت میباشند (بدون در نظر داشت اینکه کدام دوا را استفاده میکنید). میتوانید تداوی را بعد از یک هفته تکرار کنید. کوشش کنید که اسید با زخم هاییکه از برطرف شدن زخ ها بوجود آمده تماس نکند. اگر تخریسات بسیار زیاد باشد، بیشتر از یک هفته برای تداوی بعدی انتظار بکشید.

◀ همسر شما باید تا زمانیکه هردوی شما از زخ ها رهائی یافته باشید، در هنگام مقاربت جنسی از کاندوم استفاده کند.

◀ زخ ها در زمان حاملگی سریعتر رشد می نمایند. اگر تعداد آنها زیاد باشد، ممکن است در زمان ولادت مشکلاتی را ایجاد نمایند. با يك کارمند صحتی در مورد آنها صحبت نمائید

اسباب معمول زخم های ناحیه تناسلی:

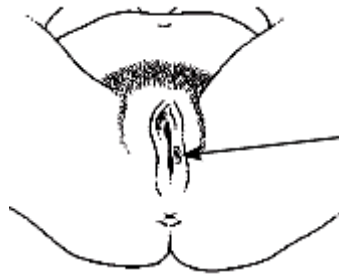
بیشتر زخم های ناحیه تناسلی قابل انتقال از طریق مقاربت جنسی میباشند. دانستن اینکه کدام مریضی سبب زخم شده مشکل است، زیرا سیفلیس و شانکروئید (Chancroid) زخم های مشابه تولید می کنند. ازین جهت بهتر آنست که در زمان تداوی زخم های ناحیه تناسلی برای تداوی هر دو این انتانات مقاربتی همزمان دوا داده شود (صفحه 271 دیده شود).

با اهمیت: اچ آی وی، ویروس ایکه سبب مرض ایدز میشود، به آسانی از طریق زخم های ناحیه تناسلی در زمان مقاربت جنسی انتقال می یابد. جهت کمک به وقایه از انتشار ویروس اچ آی وی، زمانیکه زخم دارید و یا همسر شما زخم دارد، از مقاربت جنسی بپرهیزید.

سیفلیس (syphilis):

سیفلیس يك انتان مقاربتی وخیم بوده که تمام بدن را متأثر ساخته و سال ها دوام میکند. این مرض از سبب یکنوع بکتری بوجود آمده که در صورت تداوی مقدم میتواند علاج شود.

علامه:



• علامه اول يك زخم كوچك، بدون درد مشابه جواني دانه، آبله، يك زخ هموار و مرطوب و یا بصورت يك زخم باز می باشد. زخم صرف چند روز و یا هفته دوام کرده بعداً خود به خود بر طرف می گردد. اما مرض به انتشار خود در داخل عضویت ادامه میدهد.

• هفته ها و یا ماه ها بعد تر، ممکن گلو دردی، تب بخارات جلدی (مخصوصاً در کف دستها و پا ها)، زخم های دهن و یا تورم مفاصل بروز نماید.

تمام این علامه خود به خود برطرف می شوند، اما مرض ادامه می یابد. بدون تداوی سیفلیس میتواند سبب امراض قلبی، فلج، مرض دماغی و حتی مرگ شود.

حاملگی و سیفلیس: يك خانم حامله میتواند سیفلیس را به طفل که هنوز تولد

نشده منتقل نموده و یا سیفلیس ممکن است سبب تولد قبل از وقت، سوء شکل و مرگ طفل گردد. با اجرای معاینه خون و گرفتن تداوی از وقوع این حالت جلوگیری نموده میتواند. اگر يك خانم حامله و همسرش آزمایش های خون مثبت داشته یا مصاب سیفلیس باشند، باید توسط بنزاتین پنسیلین به مقدار 2.4 میلیون واحد از طریق زرق عضلی، هفته يك زرق برای سه هفته تداوی گردند.

زخم های ناحیه تناسلی (قرحات ناحیه تناسلی)

◀ اگر گاهی در سابق يك زخم باز در ناحیه تناسلی خود داشته اید که تداوی نشده بود، کوشش نمائید تا آزمایش خون را برای تشخیص سیفلیس انجام دهید. در بعضی ممالک این آزمایش رایگان صورت میگیرد.

◀ اگر حامله میباشید سعی نمائید آزمایش خون را برای تشخیص سیفلیس انجام بدهید.

شانکروید: شانکروید (Chancroid)

يك انتان مقاربتی بوده که از سبب یکنوع بکتری بوجود می آید. این مرض علاج پذیر است اگر بصورت مقدم با دواها تداوی گردد.

علامت:

- موجودیت يك و یا بیشتر زخم های نرم و دردناک در ناحیه تناسلی و یا اطراف مقعد که به آسانی خون دهنده میباشند.
- غدوات لمفاوی بزرگ و دردناک درکشاله ران.
- تب خفیف



دواها برای تداوی زخم های ناحیه تناسلی

این دواها هر دو مرض سیفلیس و شانکروئید را همزمان تداوی خواهند کرد. ضرور است که یک از دواهای لست شده در چوکات بالائی برای سیفلیس و یک دوا لست شده در چوکات پائینی برای شانکروئید را انتخاب نمایید. از دادن همزمان اریترومایسین و ازیترومایسین برای زخم های ناحیه تناسلی بپرهیزید.

اسم دواها.....چه مقدار باید داده شود:.....چه وقت و چگونه باید داده شود:

بنزاتین پنسیلین.....2.4 میلیون واحد.....زرق عضلی، دوز واحد

ویا دوکسی سیکلین.....100 ملی گرام..... از طریق دهن، 2 دفعه در روز برای 14 روز
(اگر حامله هستید ویا طفل را از شیر پستان خود تغذی میکنید، دوکسی سیکلین نگیرید)

ویا تتراسیکلین.....500 ملی گرام..... از طریق دهن، 4 دفعه در روز برای 14 روز
(اگر حامله هستید ویا طفل را از شیر پستان خود تغذی میکنید، تتراسیکلین نگیرید)

ویا اریترومایسین.....500 ملی گرام..... از طریق دهن، 4 دفعه در روز برای 15 روز
(صرف زمانی استفاده کنید که حامله بوده ویا طفل خود را شیر میدهید و به پنسیلین حساسیت دارید)

و

ازیترومایسین 1 گرام (1000 ملی گرام)..... از طریق دهن، دوز واحد

ویا سپروفلوکسازین.....500 ملی گرام..... از طریق دهن، 2 دفعه در روز برای 3 روز
(اگر حامله هستید ویا طفل را از شیر پستان خود تغذی میکنید، ویا کمتر از 16 ساله هستید این دوا را استفاده نکنید)

ویا اریترومایسین.....500 ملی گرام..... از طریق دهن، 4 دفعه در روز برای 15 روز

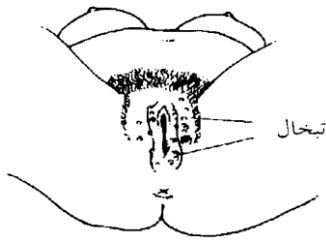
ویا سفتریاکسون.....250 ملی گرام..... از طریق عضلی، یک دوز واحد

زخم های ناحیه تناسلی باید پاک نگهداری شوند. هر روز آنها را با آب و صابون شسته و محتاطانه خشک نمایید. هیچگاه از لباس و جانپاک مشترک استفاده ننمایید.

تب خال ناحیه تناسلی (Genital Herpes)

تب خال ناحیه تناسلی یکی از انتانات مقاربتی بوده و سبب آن یک ویروس میباشند. این مرض در ناحیه تناسلی و در دهن زخم‌ها ایرا تولید میکند که برای ماه‌ها و یا سال‌ها آمد و رفت دارند. برای تبخال علاج وجود ندارد، مگر تداوی هائی موجود است که به مریض احساس بهتری میدهد. تمام زخم‌های تبخال (Herpes) که در دهن موجود اند توسط مقاربت جنسی انتقال نمی‌یابند. اطفال و بزرگان اغلب در هنگام ریزش یا تب از سبب یکنوع ویروس دیگر در دهن مصاب تب خال میشوند.

◀ در مبتلایان اچ‌آی‌وی، تبخال شاید در تمام بدن آنها به وجود آمده و مدت بسیار زیادی باقی بماند.



علامت:

- سوزنک زدن، خارش یا احساس پاره شدن جلد ناحیه تناسلی یا جلد ران‌ها.
- آبله‌های کوچک که ترکیده و سبب تشکیل زخم‌های باز و دردناک در ناحیه تناسلی می‌گردند.

در اولین دفعه مصاب شدن ممکن است تبخال به مدت 3 هفته یا بیشتر دوام کند. ممکن تب، سردردی جان‌دردی، لرزه، و تورم عقداات لمفاوی داشته باشید. انتان بعدی خفیف‌تر خواهد بود.

حاملگی و تبخال:

یک خانم حامله که برای اولین دفعه مصاب تب خال شده و در زمان ولادت زخم‌های ناحیه تناسلی داشته باشد میتواند مرض را به طفل خود انتقال دهد. این حالت میتواند سبب مشکلات خطرناک برای طفل شود. کوشش کنید که در شفاخانه ولادت نمایید. آنها قادر خواهند بود تا با اجرای عملیات طفل را خارج سازند و یا بعد از ولادت به طفل دواهای مخصوصی بدهند.



برای آنکه احساس بهتری داشته باشید:

- بزودی بعد از احساس نمودن تب خال، یک پارچه یخ را در یک تکه پاک بپیچانید. آنرا مستقیم روی زخم ها برای مدت 20 دقیقه بگذارید.
- توسط غوطه نمودن يك پارچه تکه در مخلوط آب و چای سیاه کامپرس بسازید و آنرا بالای زخم بگذارید.
- در بین طرف یا تشت آب سرد و پاک بنشینید.

◀ بعد از تماس با زخم ها، دست های خود را با آب و صابون بشویند.



◀ محتاط باشید که به دست های تان به چشم های شما یا چشم های طفل شما تماس نکند. عفونت تبخال در چشم ها بسیار وخیم می باشد.

◀ وقتی زخم های تبخال ناحیه تناسلی داشته باشید، از مقاربت جنسی اجتناب کنید، به آسانی می توانید تبخال را به همسر خود انتقال دهید.



کامپرس به خانم های دارای زخم های ناحیه تناسلی احساس راحت میدهد.

- آب را با پلی مخلوط نموده و یا نشایسته جوارى را به شکل خمیر در آورده و بالای ناحیه زخم بگذارید.
- همچنان از رهنمایی های صفحه 278 استفاده نموده می توانید.

تداوی تبخال ناحیه تناسلی

در اولین حمله انتان، به مقدار 200 ملی گرام Acyclovir از طریق دهن، روزانه 5 دفعه برای 7 روز بگیرید، و یا 400 ملی گرام، 3 دفعه در روز برای 7 روز.

اگر قبلا نیز حملات تبخال داشته اید، بزودی بعد از احساس سوزنک زدن، سوزش و یا بوجود آمدن زخم ها، خوردن همین دوا را شروع کنید، مگر برای مدت 5 روز.

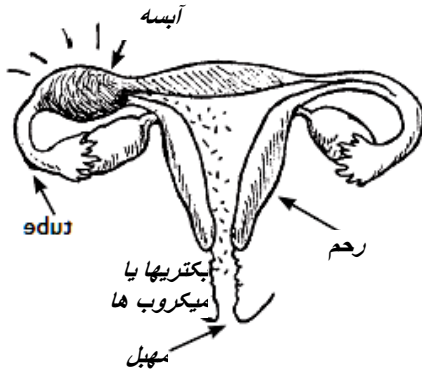
اگر بیشتر از 6 حمله تبخال را در یک سال داشته باشید، مقدار 400 ملی گرام اسیکلووایر از طریق دهن، 2 دفعه در روز برای یک سال بگیرید. بعد گرفتن دوا را توقف دهید تا دیده شده که آیا باز هم به دوا نیاز خواهد بود.

هرچند acyclovir تبخال را تداوی کرده نمیتواند، سبب خفیف تر شدن عفونت، کاهش درد و دوام کوتاهتر مرض میشود.

مرض التهابی لگن خاصره (P.I.D):

مرض التهابی لگن خاصره اسم عفونت یکی از اعضای تناسلی خانم در قسمت های پائینی شکم میباشد. اغلب بنام انتان لگن خاصره (Pelvic Infection) نیز یاد می گردد.

وقتی یک انتان مقاربتی داشته باشید که معالجه نشده باشد، بخصوص گونوریا و کلامیدیا، سبب انتان لگن خاصره شده میتواند. همچنان اگر در این اواخر ولادت نموده باشید ویا در صورت سقط بنفسهی، سقط دادن طفل ویا تطبیق وسیله داخل رحمی (IUD) مرض التهابی لگن خاصره بوقوع رسیده میتواند.



میکروب ها ایکه سبب انتان حوصلي مي شوند از مهبل و عنق رحم گذشته و بالاخره به رحم، تیوب های رحم و تخمدان ها میرسند. اگر انتان به موقع تداوی نگردد سبب درد دوام دار، مریضی شدید و مرگ شده میتواند. عفونت یا انتان در تیوب های رحم میتواند سبب ایجاد نسج ندبوی شده که باعث عقامت شما ویا حمل خارج رحمی گردد.

علائم (ممکن است یکی یا بیشتر از این علائم را داشته باشید):

- درد قسمت پائینی شکم.
- تب بلند.
- احساس ضعیفی و عللیل بودن.
- افرازات سبز و یا زرد بد بو از مهبل.
- درد یا خونریزی در زمان مقاربت جنسی.

عفونت یا انتان لگن خاصره را بزودی تداوی نمایید.



تداوی :

بزودی تداوی را با گرفتن دواهای صفحه بعدی شروع کنید. اگر بعد از 48 ساعت احساس بهبودی نداشتید ویا اگر بسیار عللیل بوده، تب بلند و استفراغ داشته باشید، ویا اگر حامله هستید، در این اواخر سقط داشته یا ولادت نموده باشید، فوراً به مرکز صحت بروید. شما به دواهای قوی از طریق وریدی ضرورت دارید.

اختلالات انتانات مقاربتی



اسباب دیگر درد قسمت های پائین شکم

مرض التهابی لگن خاصره همیشه توأم با درد نمیشد.

برای جلوگیری از مرض التهابی لگن خاصره، همیشه انتانات مقاربتی را بدرستی تداوی نمایید. مطمئن شوید که:

- تمام دوا های تجویز شده را گرفته باشید.
- همسر شما نیز تداوی شده باشد.
- از مقاربت جنسی الی برطرف شدن کامل علائم کلینیکی و استفاده مکمل دواها اجتناب ورزید.

دوا ها براي انتانات لگن خاصره (PID)

این انتانات اکثراً از سبب چندین میکروب بوجود میاید، لذا برای معالجه بیشتر از یک دوا باید استفاده گردد.

اسم دوا	مقدار دوا	دفعات و طرز استفاده
سفتریاکسون	250 ملی گرامزرق عضله، دوز واحد.
ویا سپکتینومایسین	2 گرام (2000 ملی گرام)زرق عضله، دوز واحد.
و		
دوکسی سیکلین	100 ملی گرام از طریق دهن، 2 دفعه در روز برای 10 روز
ویا ازیترومایسین	1 گرام (1000 ملی گرام) از طریق دهن، دوز واحد (اگر حامله هستید ویا طفل را از شیر پستان خود تغذی میکنید، دوکسی سیکلین نگیرید)
ویا اریترومایسین	500 ملی گرام از طریق دهن، 4 دفعه در روز برای 7 روز (در حاملگی مصوون است)
ویا اموکسی سیلین	500 ملی گرام از طریق دهن، 3 دفعه در روز برای 7 روز (اگر حامله هستید وازیترومایسین و اریترومایسین یافت نشود، اموکسی سیلین را میتوانید استفاده کنید)
و		
میترونیدازول	400 تا 500 ملی گرام از طریق دهن، روزانه 3 دفعه، برای 10 روز (در 3 ماه اول حاملگی از گرفتن میترونیدازول پرهیز نمایید)
همچنان همسر خانم را با عین دوا تداوی نمایید.		
با اهمیت: هنگامیکه میترونیدازول ویا تینیدازول میگیرید از نوشیدن الکل اجتناب ورزید.		

شوهرم در يك مکتب دور از قریه تدریس می نمود. صرف در سال چند مرتبه به ملاقات من میآید. بعد از يك ملاقات با او وضع صحتی من بسیار خراب شد، تب و درد شدید در شکم پیدا نمودم که سبب آنرا نمی دانستم.....، من دارو های را که از طبیب محلی گرفته بودم استفاده نمودم، اما آنها مؤثر نبودند. من نمی خواستم قریه خود را بخاطر گرفتن کمک طبي ترك نمايم، زیرا نمی خواستم فرزندانم را ترك نمايم و همچنان پول زیاد نداشتم. وضع من آنقدر وخیم شد که همسایه ها فکر میکردند که من میمیرم. بنابراین آنها مرا به وسیله یک موتر لاری به شفاخانه که 90 میل دورتر فاصله داشت انتقال دادند.



داکتر در شفاخانه گفت که سوزاک (گونوریا) دارم و این سبب عفونت شدید در شکم من شده است. او گفت که به عملیات جراحی گران قیمت ضرورت خواهد بود و روز های زیادی باید دوا بگیرم تا معالجه شوم. همچنان او گفت که احتمالاً من نمیتوانم باز هم طفل دار شوم. حالا، من تنها افسوس می خورم که ايكاش از همان روز هاي اول که مریض شده بودم دواي مناسب میگرفتم.

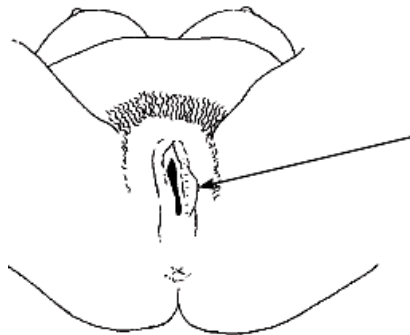
■ جمهوری افریقای مرکزی

علاوه بر مرض التهابی لگن خاصره، انتانات مقاربتی مشکلات دیگری نیز برای خانم ایجاد می نمایند. یک خانم دارای انتان مقاربتی که معالجه نشده باشد، بسیار امکان دارد که مشکل عقامت (صفحه 229 دیده شود) و یا حمل خارج رحمی (صفحه 73 دیده شود) پیدا کند. انتانات مقاربتی همچنان سبب حالات ذیل شده می توانند:

◀ تداوی مقدم انتانات مقاربتی از اختلالات جلوگیری مینماید.

ورم مهبل (عفونت غده بارتولین):

در داخل مهبل 2 پاکت کوچک جلدی قرار دارد که بنام غده های بارتولین یاد میگردند. این غده ها مایع را تولید می کنند که مهبل را مرطوب نگه میدارد. بعضی اوقات میکروب ها داخل این غده ها شده و یک یا هر دو غده را عفونی یا منتن میسازند.



علائم:

- چین خورده گی های مهبل متورم، گرم و دردناک شده و رنگ تیره را بخود می گیرند معمولاً یک طرفه میباشد.
- بعضی اوقات ورم بدون درد موجود میباشد.

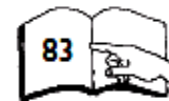
هر چند همیشه این مرض از سبب انتانات مقاربتی بوجود نمی آید، اما اغلب زمانیکه یک خانم گونوریا و یا کلامیدیا داشته باشد به این حالت مبتلا میشود.

تداوی:

1. یک پارچه تکه را در آب پاک و گرم غوطه داده و آنرا بالای ناحیه متورم بگذارید. آنرا بسیار داغ نسازید که سبب سوختاندن شما گردد. اینکار را تا جاییکه میتوانید به دفعات بیشتر انجام دهید تا زمانیکه تورم باز شده و چرک آن تخلیه گردد و یا تا زمانیکه ورم از بین برود.
2. همچنان شما و همسر تان به گرفتن انتی بیوتیک برای تداوی گونوریا و کلامیدیا ضرورت دارید. چوکات دوا ها را در صفحه 268 ببینید.
3. اگر ناحیه دردناک و متورم باقی بماند به یک کارمند صحتی مراجعه نمائید تا آنرا شق نموده و چرک آنرا تخلیه کند.

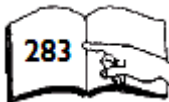
مشکلات صحتی اطفال جدید الولاده:

اگر خانمی گونوریا و یا کلامیدیا داشته باشد (صفحه 267 دیده شود)، در اثنای ولادت ممکن است انتان را به اطفال تازه تولد خویش انتقال دهد. چشم های اطفال با گونوریا منتن گردیده و میتواند سبب کوری طفل گردد. برای وقایه از انتان و کوری طفل، مرخم انتی بیوتیک را در چشم های طفل بلافاصله بعد از تولد تطبیق نمایند. همچنان کلامیدیا در اطفال جدید الولاده سبب سینه بغل شده میتواند.



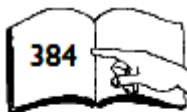
مواظبت از چشم ها

دیگر انتانات مقاربتی



اچ آی وی و ایدز

◀ اگر همسر شما بعضی از این علایم را داشته بوده باشد، تا زمانیکه کاملاً صحت یاب نشده، با او مقاربت جنسی نداشته باشید. از یک کارکن صحتی بپرسید که آیا واکسین شده میتواند.



سرطان



واکسین برای هیپاتیت - ب

انتان اچ آی وی:

ویروس اچ آی وی که سبب مرض ایدز میشود، اغلب از طریق مقاربت جنسی انتقال می یابد. زمانی منتشر میشود که مایع منوی، مایعات مهبل و یا خون شخص ای که قبلاً مصاب اچ آی وی است، داخل بدن شخص دیگری شود. زخم های ناحیه تناسلی انتقال ویروس را از یک نفر به نفر دیگر آسان میسازد. مایع منوی و افرازات دیگر یک فرد مصاب انتانات مقاربتی و اچ آی وی، حاوی مقدار زیاد ویروس اچ آی وی میباشد (صفحه 262 دیده شود).

زنان نسبت به مردان به سهولت بیشتری ویروس اچ آی وی را در زمان مقاربت جنسی کسب میکنند. شما ممکن است اچ آی وی را از کسی بگیری که کاملاً سالم بنظر میرسد.

تداوی برای معالجه اچ آی وی وجود ندارد، اما تداوی میتواند زندگی فرد مصاب را بهتر و طولانی تر بسازد. مقاربت جنسی مصون تر را بکار گیرید تا خود و دیگران را از انتشار ویروس اچ آی وی وقایه کنید. اگر فکر میکنید با فرد ای که ممکن است اچ آی وی داشته باشد، گاهی مقاربت جنسی شما غیر مصون بوده است، صفحه 521 را ببینید.

التهاب جگر نوع ب (Hepatitis B):

التهاب جگر نوع ب یا هیپاتیت - ب یک عفونت وخیم است که توسط یک ویروس ای که به جگر آسیب میرساند، بوجود می آید. هیپاتیت - ب زمانی منتشر میشود که خون، لعاب دهن، مایعات مهبل و یا مایع منوی یک فرد ای که قبلاً مصاب این ویروس باشد به بدن فرد دیگری داخل شود. این انتان به آسانی - بخصوص در زمان مقاربت جنسی - از یک فرد به فرد دیگر انتقال میشود.



علایم:

- تب
- بی اشتها
- احساس ضعفی و خستگی
- چشم ها و یا جلد زرد
- درد بطن
- تیره شدن ادرار و سفید رنگ شدن مواد غایطه
- عدم موجودیت علایم مرضی

تداوی:

دوائی وجود ندارد که کمک کند. در حقیقت گرفتن دوا ممکن است به جگر شما بیشتر آسیب برساند.

بیشتر افراد مصاب هیپاتیت - ب خوب میشوند. تعداد کمی از آنها ممکن مشکلاتی در جگر پیدا کنند که دوباره برطرف نشود، بشمول سرطان جگر. هر قدر بیشتر که میتوانید استراحت کنید و غذاهائی بخورید که هضم آنها آسان باشد. اقلأ برای مدت 6 ماه هیچ نوع نوشابه الکولی را ننوشید.

حاملگی و التهاب جگر. اگر در زمان حاملگی یکی از این علایم را داشته باشید، به یک کارکن صحتی مراجعه کنید. ممکن است بتوانید برای وقایه طفل خود از مصاب شدن به هیپاتیت - ب واکسین بگیری.

چگونه احساس آرامش نمایید

برای علاج خویش از یک انتان مقاربتی، شما باید دواهای تشریح شده درین فصل را بگیرید. برای احساس آرامش از یک انتان مقاربتی نکات ذیل را مد نظر داشته باشد:



1. اگر زخم و یا خارش در ناحیه تناسلی خود دارید، روز دو دفعه در بین یک تشت آب گرم و پاک برای 15 دقیقه بنشینید. اینکار را تا وقتی که احساس آرامش نمایید، ادامه دهید. اگر یک انتان پوینگی (کپک) دارید، میتوانید یکمقدار آب لیمو، سرکه، ماست (بدون شکر) و یا شیر ترش شده را در آب گرم علاوه کنید.

2. الی شفایاب شدن، از مقاربت جنسی اجتناب ورزید.



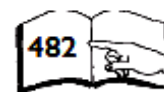
3. از زیر لباسی های نخی یا پنبه ئی استفاده نمائید. اینها ورود هوا را به اطراف نواحی تناسلی اجازه داده و در شفایابی کمک میکنند.



4. زیر لباسی های خود را روز یکمرتبه بشوئید و آنها را در شعاع آفتاب خشک نمائید. اینکار جراثیم را که سبب عفونت ها میشوند از بین میبرد.

5. یک دوی ضد درد ضعیف بگیرید.

6. اگر یک قرحه ناحیه تناسلی دارید و ادرار کردن شما دردناک باشد، در هنگام ادرار نمودن روی ناحیه تناسلی خود آب پاک بریزید. ویا در هنگام ادرار نمودن در یک تشت آب پاک و سرد بنشینید.



دواهای ضد درد

کارکردن برای ایجاد تغییر

◀ وقایه از انتانات مقاربتی
میتواند شما و همسر شما را
از مریضی های وخیم و
عقامت محافظه کند.



مقاربت جنسی خشک

وقایه از انتانات مقاربتی:

- از مقاربت جنسی مصنوعی تر کار بگیرید (فصل "صحت جنسی" را ببینید).
- در هر مقاربت جنسی از کاندوم استفاده نمائید. برای آموزش اینکه چطور همسر خود را برای استفاده از کاندوم تشویق نمائید، صفحه 192 را ببینید.



- اگر همسر شما کاندوم استفاده نمیکند، حجاب (دیافراگم) در مقابل بعضی انتانات مقاربتی، بخصوص گونوریا و کلامیدیا، یک اندازه محافظت میکند (صفحه 205 دیده شود).

• سطح خارجی ناحیه تناسلی را بعد از مقاربت جنسی بشوئید.

• بعد از مقاربت جنسی ادرار نمائید.

- دوش مهلی نگیرید و نیز توسط گیاهان داروئی و پودر مهبل را خشک ننمائید. دوش گرفتن (و شستن مهبل با صابون) رطوبت نارمل مهبل را تغییر می دهد. هنگامیکه مهبل خشک باشد با مقاربت جنسی تخریش شده و زمینه را برای مصاب شدن به اچ آی وی و دیگر انتانات مقاربتی مساعد می سازد.



کاندوم استفاده
کنید!

کاندوم مردانه و زنانه:

- شما را از انتانات مقاربتی بشمول اچ آی وی محافظه مینماید.
- صحت همسر شما را محافظه میکند.
- از حاملگی های ناخواسته جلوگیری میکند.

اگر شما و یا همسر شما علایم یک انتان مقاربتی را داشته باشید از مقاربت جنسی پرهیز نمائید.

کار برای ترویج مقاربت جنسی مصوون تر در جامعه:

انتانات مقاربتی مشکل صحتی تمام افراد جامعه می باشد. برای کمک به وقایه از آنها نکات ذیل را مد نظر داشته باشید:

- به مردان و زنان در مورد خطرات انتانات مقاربتی آموزش بدهید. فرصت هائی را پیدا نمایید که زنان بصورت گروهی باهم یکجا میشوند، مانند محل انتظار در مراکز صحتی، عروسی ها و یا دیگر محلات تجمع زنان، تا برای آنها تشریح نمایید که چگونه انتانات مقاربتی از یک نفر به نفر دیگر انتقال می یابد و چگونه میتواند وقایه شود.
- با دیگران برای یافتن شیوه های قانع ساختن مردان برای استفاده از کاندوم کار نمایید. به شکل گروهی تمرین نمایید که برای شوهران خود چه بگویند تا آنها به استفاده از پوش (کاندم) ترغیب شوند.



صحبت در مورد مقاربت جنسی مصوون تر



من میگویم که تو بیشتر دوام میکنی و هر دوی ما بهتر احساس خواهیم کرد

اگر بگوید که استفاده از کاندوم لذت را کم میسازد..



میتوانید توضیح دهید که کاندوم چیست و با استفاده از یک کیله تمرین کنید که چگونه پوشیده میشود.

- در جامعه خود زمینه را مساعد بسازید تا پوش (کاندم) برای همه قابل دریافت باشد. برای اطمینان از اینکه کاندوم رایگان و یا به قیمت ارزان در دسترس همه از طریق دوکان های محل، رستوران ها و همچنان از طریق کارکنان صحتی قرار گیرد، کار نمایید.
- مردان را آموزش دهید تا طرز استفاده و فواید کاندوم را برای مردان دیگر تدریس نمایند.
- یک گروه محل را تنظیم نمایید تا در مورد مشکلات صحتی بشمول انتانات مقاربتی، اچ آی وی و ایدز صحبت کنند. واضح سازید که چگونه وقایه از انتانات مقاربتی از انتشار اچ آی وی و ایدز نیز وقایه بعمل می آورد.
- تعلیمات در مورد امور جنسی در مکاتب را حمایت نمایید. به والدین کمک کنید تا درک نمایند که تدریس اطفال در مورد انتانات مقاربتی بشمول اچ آی وی به اطفال کمک میکند تا بعداً زمانیکه بزرگتر شده و مناسبات جنسی را آغاز نمایند، انتخاب های مصوون تری داشته باشند.
- نوجوانان را تشویق کنید تا به دوستان و رفقای خود در مورد انتانات مقاربتی بشمول اچ آی وی آموزش دهند.

بعد از آنکه یک کارمند صحتی برای صحبت کردن با یک گروه زنان در مورد انتانات مقاربتی و اچ آی وی به محل ما آمد، ما به صحبت راجع به زندگی خویش شروع نمودیم. یکتعداد زنان با این گفته شروع کردند که ما چیزی نداریم که در مورد آن تشویب کنیم.

اما هر چه بیشتر درین مورد صحبت نمودیم به همان اندازه زیادتر درک نمودیم که هر مرد و هر زن باید در مورد انتانات مقاربتی و اچ آی وی نگرانی داشته باشد. ما فکر کردیم که چگونه مردان را آماده استفاده از کاندوم نمائیم و تصمیم گرفتیم که نیاز است به تمام افراد جامعه در مورد خطرات انتانات مقاربتی و مرض ایدز تعلیمات داده شود.

یک نمایش نامه را سازماندهی کردیم و افراد جامعه را انتخاب کردیم تا در آن تمثیل نمایند. ما یک کرکتر را ایجاد کردیم بنام "قوماندان کاندوم" تا برای نجات همراه با کاندوم ها به صحنه بیاید.

همه به تماشای این نمایش آمدند. مردم از آن لذت برده و نیز آموختند. حالا مردان فکاهیاتی راجع به "قوماندان کاندوم" ساخته اند اما آنها بیشتر مایل به استفاده از آن می باشند.

(Oaxaca, Mexico) ■



برای کارمندان صحتی:

- با پرسیدن از مرکز صحتی محل، شفاخانه و یا وزارت صحت، در یابید که کدام دواها برای تداوی انتانات مقاربتی در جامعه شما بهترین مؤثریت را دارد.
- کوشش نمائید تا یک دواخانه جامعه را بسازید که مردم به سهولت از آنجا دوا، کاندوم مردانه و زنانه و مواد کشنده سپرم را دریافت نموده بتوانند.
- با افراد ایکه میبینید انتانات مقاربتی دارند، صحبت نمایید. برای آنها معلومات خوب بدهید که چگونه انتان مقاربتی خود را معالجه کنند، چطور مانع انتشار انتان به دیگران شوند و چگونه خود را از مصاب شدن دوباره به انتانات مقاربتی محافظه کنند. مطمئن شوید که همسران آنها نیز تداوی شوند.
- در برنامه های تنظیم خانواده معلومات در مورد وقایه از انتانات مقاربتی و اچ آی وی را شامل سازید.
- در مورد افراد ایکه انتانات مقاربتی داشته و برای گرفتن کمک از شما مراجعه میکنند، قضاوت نکرده و آنها را ملامت نکنید.
- به مسائل شخصی و محرم افراد مصاب انتانات مقاربتی و سایر مشکلات صحتی، احترام بگذارید. هیچگاه در مورد مشکل آنها با دیگران صحبت نکنید.

فصل " صحت جنسی " را در صفحه 181، جهت معلومات در مورد موضوعات ذیل ببینید:

- مقاربت جنسی و نقض جنسیت یا جندر
- عقاید مضر در مورد تمایلات جنسی زنان
- چگونه مقاربت جنسی مصوون تر داشته باشید
- احساس لذت از مقاربت جنسی

همچنان فصل "کارگران جنسی" را در صفحه 340 ببینید.