

# فصل 18

## انتانات مقاربتی

### درین فصل

- 321.....انتانات منتقله از طریق مقاربت جنسی کدام ها اند؟
- 322.....چگونه انتانات مقاربتی انتقال می یابند.....322
- 323.....تداوی انتانات مقاربتی.....322
- 323.....افرازات مهبلی.....323
- 326.....فنگس (کاندیدیا، افرازات سفید رنگ).....326
- 328.....التهاب باکتریائی مهبل.....326
- 329.....زخم های ناحیه تناسلی.....329
- 331.....تبخال ناحیه تناسلی.....329
- 333.....زخ های ناحیه تناسلی(HPV).....331
- 329.....سفلیس.....329
- 331.....شانکروئید.....331
- 334.....انتانات مقاربتی که بر تمام بدن تأثیر میگذارند.....334
- 336.....آلوده گی به HIV و ایدز.....334
- 336.....هیپاتیت B.....334
- 336.....آموزش زنان که چگونه امراض مقاربتی را وقایه نمایند.....336
- 337.....چگونه برای توقف امراض مقاربتی در جامعه کمک شود.....337

## انتانات مقاربتی

و

## دیگر انتانات اعضاي تناسلی

### انتانات منتقله از طریق مقاربت جنسي کدام ها اند؟

انتانات مقاربتی به آن انتاناتی گفته می شود که از يك شخص به شخص دیگر در هنگام مقاربت جنسي انتقال مییابد. زنان، مردان و اطفال شان از این امراض متأثر شده میتوانند. بعضی امراض معمول مقاربتی عبارتند از: گونریا یا سوزاك، کلامیدیا، تریکوموناس، سفلیس، شانکروئید، تب خال ناحیه تناسلی، هیپاتیت B و HIV. هرگاه شخصی یکی از این علایم را داشته باشد، ممکن است مصاب امراض مقاربتی باشد:



- افرازات بد بوي.
- خارش ناحیه تناسلی.
- دردناك بودن اعضاي تناسلی.
- زخم ها و آبله های اعضاي تناسلی.
- درد در لگن خاصره و یا درد در زمان مقاربت جنسي.

همچنان این هم خیلی معمول است که انتانات مقاربتی موجود باشد ولی هیچگونه علامه موجود نباشد.

بسیاری زنان و مردان مصاب انتانات قابل انتقال از طریق مقاربت جنسي میباشند، درحالیکه خودشان آنرا نمیدانند.

امراض مقاربتی تداوي نشده میتوانند سبب مشکلات صحتی خطرناك گردند، بناءً هرکسي که مصاب انتانات مقاربتی است باید، هرچه زود تر تداوي گردد. يك خانم مصاب انتانات مقاربتی تداوي نشده ممکن است حمل خارج رحمی (حمل در نفیر) پیدا کند (صفحه 113 دیده شود)، مصاب سرطان عنق رحم گردد و یا عقیم شود (صفحه 30 دیده شود). يك انتان مقاربتی در خانم حامله میتواند سبب تولد طفل قبل از میعاد، طفل بسیار کوچک، طفل نابینا، طفل مریض و یا طفل مرده گردد. کسی که يك نوع انتان مقاربتی را دارد، بسیار امکان دارد که به انواع دیگر آن منجمله HIV گردد.

این بخش امراض مقاربتی بسیار معمول را تشریح نموده و در مورد طرز تداوي و وقایه آنها توضیح میدهد. همچنان بعضی امراض دیگر ناحیه تناسلی را شرح میدهد که معمول بوده مگر قابل انتقال از طریق مقاربت جنسي نمیباشند.



### چگونه امراض مقاربتی انتقال می یابند

برای مصاب شدن به یک مرض مقاربتی، یک شخص باید به تماس نزدیک با شخص منتن قرار گیرد. این تماس میتواند مقاربت جنسی از طریق مهبل، مقاربت جنسی از طریق مقعد، تماس دهن با آله تناسلی و بعضاً حتی مالش آله تناسلی مرد یا زن با فرد دیگری باشد. بیشتر افراد از کسانی امراض مقاربتی را میگیرند که علایم انتانی را ندارند.

وقایه از انتقال امراض مقاربتی میتواند با عدم اجرای مقاربت جنسی با کسانی که مصاب انتان میباشند صورت گیرد. انتقال بسیاری از امراض مقاربتی با استفاده از کاندوم در هنگام مقاربت، جلوگیری میشود. جهت آموزش بیشتر در مورد وقایه از امراض مقاربتی به صفحات 334 و 336 مراجعه شود. اطفال نیز میتوانند از طریق خون مادر در زمان حاملگی ویا از طریق کانال ولادی در زمان تولد، به امراض مقاربتی مصاب گردند.

### تداوی انتانات مقاربتی

اکثر انتانات مقاربتی اگر بزودی و بموقع تداوی شوند، بهبود یافته و از بین میروند. اما بیشتر زنان تداوی دریافت نمی نمایند. یک خانم ممکن است پول تداوی را نداشته باشد، یک خانم دیگر ممکن خجالت کشیده و احساس شرم نماید. یک خانم ممکن است ترس داشته باشد که شوهرش او را متهم به روابط ناجایز با شخص دیگری خواهد کرد.

بهمین دلایل، طریق مواظبت شما از خانم ایکه مصاب امراض مقاربتی میباشد، بسیار مهم است. اگر یک خانم بخاطر گرفتن کمک نزد شما مراجعه میکند، چیزی را که به شما میگوید به کس دیگری نگویند. در غیر آن خانم دوباره نزد شما نخواهد آمد. خانم را مورد انتقاد قرار ندهید. به سوالات وی صادقانه و به بهترین وجه ممکن جواب بدهید. در صورتیکه نمیتوانید انتان وی را تداوی کنید، برایش کمک کنید تا نزدیکترین و ارزانترین مواظبت صحتی را پیدا کرده بتواند.



من نمیخواهم که به کلینیک بروم.

ولی اگر هر دوی ما تداوی نشویم، دوباره مبتلاً خواهیم شد.

#### به یاد داشته باشید:

- امراض مقاربتی را بزودی ممکنه تداوی کنید. تداوی مقدم امراض مقاربتی کمتر خرج داشته و مؤثر تر میباشد.
- زوج را نیز تداوی کنید. تداوی خانم به تنهایی کمک نخواهد کرد اگر شوهرش تداوی نشده و مصاب انتان باقی بماند.
- اطمینان حاصل کنید که خانم تمام دواهای توصیه شده برای تداوی را بگیرد. حتی اگر در وسط تداوی علایم مرض از بین رفته باشد، باز هم باید برای تداوی کامل دواها را تا اخیر بگیرد.

**یادداشت:** گرفتن تمام دواهای لست شده در این فصل در زمان حاملگی و شیردهی بی خطر هستند مگر اینکه ما علامه خطر غیر مصوون بودن را با آن ذکر کرده باشیم. خانم ها ایکه حامله نیستند و طفل را از پستان تغذی نمی نمایند، خواهند توانست دواهای دیگر با مؤثریت بیشتر را بگیرند. برای معلومات درمورد دواهای دیگر به کتاب **"آنجا که زنان داکتر ندارند"** مراجعه نموده ویا از کارکنان صحتی سوال نمائید.

### افرازات مهبلی

آمدن مقدار کمی افرازات از مهبل نورمال است. این طریقه ایست که مهبل خود را پاک مینماید. مقدار افرازات در جریان روز های دوران قاعدگی و همچنان در جریان حاملگی تفاوت مینماید. مگر تغییر بزرگ در مقدار، رنگ و بوی افرازات مهبلی میتواند بدان معنی باشد که یک انتان مهبلی موجود است.



درین فصل ما با در نظر داشت اعراض يك خانم به شما مشخص میسازیم که کدام نوع انتان را خواهد داشت. افرازات مهبلی میتواند يك عرض انتانات گونوریا، کلامیدیا، تریکوموناز و یا انتان مهبلی غیر مقاربتی باشد.

### کلامیدیا و گونوریا (سوزاك)

کلامیدیا و گونوریا هر دو از امراض وخیم میباشدند. مگر به آسانی علاج یافته میتوانند در صورتیکه بصورت مقدم تداوی گردند. هرگاه تداوی نگردند میتوانند سبب وخامت انتان و عقامت در مردان و زنان شوند.

#### علايم در زنان

علايم ممکن است هفته ها یا ماه ها بعد از داشتن مقاربت جنسي یا يك شخص مصاب به انتان شروع شود.

- افرازات زرد یا سبز از مهبل یا مقعد
- درد یا سوزش در هنگام ادرار کردن
- تب
- درد در قسمت پائین شکم
- درد و یا خونریزي هنگام مقاربت جنسي
- یا اینکه هیچ علايمي موجود نیست



زنان و مردان هر دو میتوانند بدون کدام علايمي کلامیدیا و یا گونوریا داشته باشند. حتی افرادی که هیچ علايمي نشان نمیدهند، میتوانند کلامیدیا و یا گونوریا را به اشخاص دیگر در زمان مقاربت انتقال دهند.

#### علايم در مردان

علايم اکثراً 2 تا 5 روز بعد از آنکه يك مرد با يك شخص منتن مقاربت داشته باشد، شروع گردد.

- افرازات از قضیب (آله تناسلي مرد)
- درد یا سوزش در هنگام ادرار کردن
- درد و تورم در خصیه ها
- آمدن افرازات از احنیل
- یا شاید هم هیچ علامه اي موجود نیست



### تداوی

اگر امکان دارد هر خانم حامله ای را برای موجودیت کلامیدیا و گونوریا تست گردد. اگر تست یک یا هر دو این انتانات را نشان داد، خانم و شوهر هر دو باید تداوی شوند. اگر امکان تست موجود نباشد و خانم و شوهرش علایم انتان را دارند، باید بهر صورت تداوی گردند. بهتر است که یک شخص مشکوک به انتان تداوی شود - حتی اگر شما یقین نداشته باشید.



#### برای تداوی کلامیدیا

- 500 ملي گرام اریترومايسين ..... از طریق دهن، 4 دفعه در روز برای 7 روز

#### ویا

- 500 ملي گرام اموكسي سيلين ..... از طریق دهن، 3 دفعه در روز برای 7 روز

#### برای تداوی گونوریا

- زرق 125 ملي گرام سفتریاكسون ..... زرق عضلي، يك مرتبه

#### ویا

- 400 ملي گرام سفیکسیم ..... از طریق ، يك مرتبه

موجودیت همزمان کلامیدیا و گونوریا خیلی معمول است. در صورتیکه مطمئن نیستید که خانم کلامیدیا دارد یا گونوریا ویا اگر فکر میکنید که ممکن است خانم هر دو را داشته باشد، خانم و شوهرش را بخاطر هر دو انتان تداوی نمایند.

← **یادداشت:** در گذشته پنسلین برای معالجه گونوریا استفاده میشد. فعلاً در بیشتر مناطق پنسلین مؤثریت نداشته و میکروب گونوریا را نمیکشد زیرا در مقابل آن مقاوم گردیده اند (صفحه 464 دیده شود). پیدا کنید که در منطقه شما کدام دوا مؤثر تر است.



### مشکلات اطفال از سبب کلامیدیا و گونوریا

زنان مصاب به کلامیدیا و گونوریا در زمان ولادت انتانات را به اطفال نوزاد شان منتقل خواهند کرد. در اطفال این ها سبب انتان چشم و کوری طفل ویا سبب مشکلات تنفسي وخیم خواهند گردید. موجودیت انتان کلامیدیا یا گونوریا در چشم سبب بوجود آمدن افرازات زرد غلیظ از چشم ها در جریان ماه اول بعد از ولادت میشوند. برای وقایه از انتانات چشم در اطفال، بعد از تولد هر دو چشم طفل مرحم انتی بیوتیک بیاندازید (صفحه 260 دیده شود).



#### اگر طفل انتان کلامیدیا داشته باشد

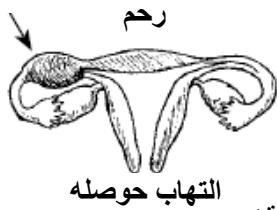
- شربت 30 ملي گرام اریترومايسين ..... از طریق دهن، 4 دفعه در روز برای 14 روز داده شود

#### اگر طفل مصاب انتان گونوریا باشد

- زرق 125 ملي گرام سفتریاكسون ..... در عضله ران ، تنها يك زرق - تطبیق شود.

اگر نتوانید تست کرده و دریابید که کدام انتان سبب مرض است، برای تداوی هر دو نوع دوا بدهید.

آبسه



### امراض التهابی لگن خاصره (P.I.D):

امراض التهابی لگن خاصره يك انتان وخيم رحم ، نفیرها و تخمدان هاي زنان میباشد.

انتان حوصله (لگن خاصره) زماني بوجود ميآيد كه خانم مصاب يك انتان مقاربتی تدای ناشده (اکثراً کلامیدیا یا گونوریا) باشد. این حالت همچنان بعد از سقط یا تولد طفل بوجود آمده میتواند. جراثیم داخل رحم، نفیرها و تخمدان ها شده آنجا را منتن میسازند.

در صورتیکه انتان لگن خاصره تدای نگرده، سبب درد دوامدار خانم میگردد. در خانم ها ایکه مصاب انتانات لگن خاصره میباشد، چانس حمل خارج رحمی ویا عقامت بیشتر است. انتانات لگن خاصره حتی میتوانند سبب مرگ شوند.

### علامات انتانات لگن خاصره

- درد قسمت پائینی شکم
- تب بلند (بیشتر از 38 درجه سانتی گرید)
- احساس ضعیفی و مریضی شدید.
- افرازات سبز و یا زرد بد بو از مهبل.
- درد در جریان مقاربت جنسی



### برای تدای انتانات لگن خاصره

يك خانم مصاب انتانات لگن خاصره باید 3 دوا را همزمان بگیرد.

يك دوا برای تدای کلامیدیا، یکی برای تدای گونوریا، و یک انتی بیوتیک دیگر – مترونیدازول: **برای تدای کلامیدیا**

- مقدار 500 ملی گرام اریترومايسين.....از طریق دهن، روزانه 4 مرتبه، برای 14 روز **یا**
- مقدار 500 ملی گرام اموكسی سيلين.....از طریق دهن، روزانه 3 مرتبه، برای 14 روز

**و برای تدای گونوریا**

- زرق 125 ملی گرام سيفترياكسون..... زرق عضلی، تنها يك زرق **یا**
- مقدار 400 ملی گرام سفیکسیم.....از طریق دهن، تنها يك مرتبه

و برای کشتن تمام میکروب دیگری که میتوانند سبب انتانات لگن خاصره شوند

- مقدار 400 تا 500 ملی گرام مترونیدازول.....از طریق دهن، 3 مرتبه در روز، برای 14 روز

مترونیدازول را در 3 ماه اول حاملگی نگیرید.

زمانیکه مترونیدازول میگیرید، الکل ننوشید.

اگر خانم در ظرف 2 روز و 2 شب (48 ساعت) بهبود نیابد ویا اگر تب بلند ویا استفراغ داشته باشد، باید دفعتاً خانم به مرکز صحتی برود.

خانم به دواهاي قوي از طریق زرق وریدی ضرورت دارد.

### تریکوموناس (Trichomonas)

تریکوموناس بسیار خارش دار و ناراحت کننده میباشد. مردان اکثراً هیچگونه اعراضی و علایمی ندارند، اما میتوانند این انتان را در آله تناسلی خود داشته و در زمان مقاربت جنسی به خانم انتقال دهند. تریکوموناس خطرناک نیست، مگر میتواند سبب تخریش مهبل گردیده که مصاب شدن خانم را به دیگر انتانات مقاربتی بشمول HIV آسانتر میسازد.



#### علایم تریکوموناس

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

برای اینکه به بهبود خانم کمک شده باشد، باید هر قدر به دفعات بیشتر که ممکن باشد خانم در یک تشت آب گرم و پاک هر مرتبه برای 15 دقیقه بنشیند. اینکار سبب تسکین خانم شده و التیام را تسریع می بخشد. خانم نباید تا زمانیکه خودش و شوهرش تداوی خود را تکمیل نموده و اعراض کاملاً از بین رفته باشد، مقاربت جنسی داشته باشد.



#### برای تداوی تریکوموناس

اگر خانم حامله است:

باید تاختم ماه سوم حاملگی صبر نموده و بعد تداوی نماید. زیرا که این دوا های در 3 ماه اول حاملگی مسموم نمیشوند. بعد از ماه سوم حاملگی:

- مقدار 400 الی 500 ملی گرام مترونیدازول..... از طریق دهن، 2 مرتبه در روز، برای 7 روز

همچنان شوهر خانم را با مقدار 2 گرام مترونیدازول از طریق دهن، تنها یکمرتبه، تداوی نمایند.

### پوپنک ها (کاندیدا، افزایش سفید ، فنگس )



پوپنک ها اکثراً از طریق مقاربت انتقال نمی یابند، مگر انتانات مهبل بسیار معمول میباشند. این انتانات بخصوص در زنان حامله و زنان ایکه انتی بیوتیک و یا تابلیت های کنترول کننده ولادت میگیرند معمول اند. مردان نیز میتوانند مصاب این انتانات گردند.

#### علایم پوپنک ها

- خارش ناحیه تناسلی.
- افزایش پاغنده ئی ، سفید و چسپناک
- جلد سرخ روشن خارج و داخل مهبل که بعضاً خونریزی دارد.
- احساس سوزش در هنگام ادرار.
- یک بوی مشابه نان پوپنک زده از مهبل

**تداوی**

پوپنك ها خطرناك نیستند، اما بهتر است که این انتانات در خانم های حامله قبل از ولادت تداوی شوند در غیر آن طفل در هنگام عبور از کانال تناسلی به انتان آلوده شده و دهن پختگی یا برفک دهن پیدا میکند (صفحه 290 دیده شود). پوپنك ها اغلب با استفاده از دارو های طبیعی تداوی میگردند.


**مواد طبیعی برای تداوی فنگس**

سرکه یا ماست ترش شده را به همراه آب پاک در یک تشت مخلوط نمائید. خانم در بین تشت محتوی محلول روزانه 2 مرتبه بنشیند تا اینکه احساس بهبودی نماید.


ویا خانم میتواند میتواند این مخلوط را استفاده کند:

سه قاشق چایخوری سرکه را به همراه یک لیتر آب جوش داده شده سرد شده مخلوط کند.

یک تکه پنبه ای پاک را بداخل این محلول غوطه نموده و آنرا هر شب بداخل مهبل بگذارید. اینکار را برای 3 شب متوالی انجام دهید. تکه را هر صبح از مهبل خارج سازید.



اگر این علاج های طبیعی مؤثریت نداشت، یکی از دواهای زیر را بکار گیرید:



**برای تداوی انتان فنگسی (پوپنك ها)**

یک پارچه پنبه پاک را در بین محلول 1% جنشن ویولت غوطه کنید

- پنبه داخل مهبل شود..... اینکار هر شب برای 3 شب اجرا شود. هر صبح پنبه را خارج سازید. یا
- مقدار 200 ملی گرام میکونازول..... عمیقاً داخل مهبل شود، هر شب برای 3 شب متوالی یا
- مقدار 100000 واحد نسناتین..... عمیقاً داخل مهبل شود، هر شب برای 14 شب متوالی یا
- يك اپلیکاتور (وسیله تطبیق کننده) مملو از مرخم 1% کلوتریمازول.... بداخل مهبل شود، هر شب برای 7 شب متوالی

**وقایه:**

پوشیدن لباس و زیر لباسی های پنبه ای به عوض لباس های ساخته شده از نیلون و پولی ایستر، تا داخل شدن هوا را به اطراف ناحیه تناسلی اجازه دهند. اینکار در وقایه از پوپنك ها یا انتانات فنگسی کمک میکند. زیر لباسی ها را زود زود تبدیل نموده و بشوئید. در زمان حمام گرفتن در ناحیه تناسلی صابون استفاده نشود.



### التهاب بکتریائی مهبل (Bacterial Vaginosis)

این يك مرض قابل انتقال از طریق مقاربتی جنسی نیست. اکثراً خطرناك نمیباشد، مگر میتواند سبب شود که خانم های حامله اطفال بسیار قبل از میعاد به دنیا آورده ویا مصاب انتانات بعد از ولادت گردند.

#### علامت التهاب بکتریائی مهبل

- افرازات بیشتر از معمول
- بوي بد مشابه بوي ماهي از مهبل، بخصوص بعد از مقاربت جنسی.
- خارش خفیف.



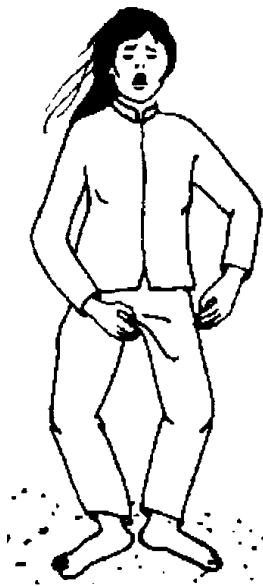
#### برای تداوی التهاب بکتریائی مهبل

اگر خانم حامله باشد:

باید خانم تا آخر ماه سوم حاملگی اش صبر نماید. این دوا در 3 ماه اول حاملگی مصوون نیست. بعد از ماه سوم:

- مقدار 400 الی 500 ملی گرام مترونیدازول..... از طریق دهن، 2 مرتبه در روز، برای 7 روز
- یا
- مقدار 500 ملی گرام مترونیدازول..... عمیقاً داخل مهبل، هر شب برای 7 شب متوالی

#### خارش اعضاي تناسلي



خارش اعضاي تناسلي میتواند اسباب زيادي داشته باشد. خارش اطراف دريچه مهبل ممکن از سبب فنگس (پوپنک ها) و يا تريکوموناس (Trichomonas) باشد.

خارش نواحي مشعر تناسلي و قسمت هاي نزديك به ناحيه تناسلي ممکن از سبب مرض گرگ (Scabies) و يا شپش ها (lice) باشد. اين امراض توسط با استفاده از مواد محلي ويا دواها ايکه در بيشتري دواخانه ها پيدا ميشوند، تداوي شده ميتوانند.

براي کسب معلومات بيشتري به کتاب "انجا که داکتر نیست" يا يك کتاب طبي ديگر مراجعه نماييد.

بعضي خارش ها از اثر استفاده از صابون ها يا مواد ضد بوي (Deodorants) که در ترکيب خود عطريات دارند، بوجود ميآيد. همچنان ممکن است از سبب گياها يا دارو ها ايکه جهت شستن مهبل استفاده مي گردد بوجود آيد. با استفاده از آب خالص ناحيه تناسلي را شسته و ببينيد که آيا خارش برطرف مي شود يا خير

## زخم های ناحیه تناسلی (قرحات ناحیه تناسلی)

بیشتر زخم ها یا قرحات ناحیه تناسلی از سبب مقاربت جنسی با يك فرد مصاب بمیان میاید. (اسباب دیگر غیر مقاربتی مانند آبله ویا جروحات نیز میتواند سبب زخم های ناحیه تناسلی گردند).  
زخم های ناحیه تناسلی باید پاک نگهداری گردند. آنها را با آب و صابون بشوئید. با دقت آنها را خشک نمائید. تمام تکه ها ایکه توسط آن زخم ها خشک میگردند، قبل از استفاده مجدد شسته شود.

**اخطار!** وقتی يك نفر در ناحیه تناسلی خود زخم یا قرحه دارد، به آسانی ممکن است انتانات دیگر- بخصوص HIV را از طریق این زخم بگیرد. بهترین طریق وقایه از انتقال انتان به شخص دیگر، اجتناب از مقاربت جنسی تا زمان بهبود کامل زخم میباشد.

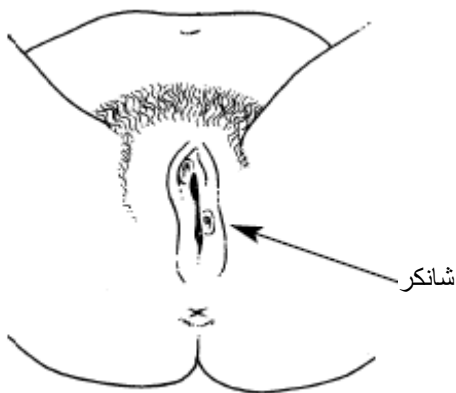


### سفلیس:

سفلیس يك مرض وخیم مقاربتی بوده که تمام بدن را متأثر میسازد. میتواند سال های زیادی دوام کند. سفلیس در صورتیکه بزودی تداوی گردد، علاج یافته میتواند.

### علامه سفلیس

1. اولین علامه آن موجودیت يك زخم است که بشکل يك بخار، آبله ویا زخم باز دیده میشود. این زخم 2 تا 3 هفته بعد از تماس جنسی با شخص مصاب سفلیس ظاهر می شود. این زخم مملو از میکروب ها بوده که با آسانی به فرد مقابل انتقال می یابد. زخم اکثراً بدون



درد بوده و اگر در داخل مهبل باشد خانم ممکن نفهمد که زخم دارد مگر باز هم میتواند از طریق مقاربت جنسی دیگران را مصاب سازد. زخم چند روز یا چند هفته دوام می کند. بعد از آن خودش بدون تداوی از بین می رود مگر انتشار مرض در بدن دوام مینماید.



زخم سفلیس  
بالای آله  
تناسلی مردانه

2. هفته ها یا ماه ها بعد تر ممکن است گلو دردی، تب خفیف، زخم های دهن، ورم مفاصل ویا بخارات جلدي - بخصوص روی دست ها، پا ها، شکم و پهلو ها بوجود آید. در این مرحله مرض با تماس های ساده مانند بوسه کردن یا لمس نمودن نیز میتواند انتقال یابد، زیرا میکروب های سفلیس در روی جلد قرار دارند.

3. تمام این علامه اکثراً خود بخود از بین می روند. اما مرض ادامه می یابد. اگر شخص مصاب سفلیس بزودی تداوی نگردهد، میکروب سفلیس میتواند سبب سبب امراض قلبی، فلج، دیوانگی و مرگ شود.

## سیفلیس و حاملگی



اگر يك خانم زمانیکه حامله است مصاب سیفلیس شود، ممکن است طفل وي بسیار قبل از میعاد، با سوء اشکال ولادي و یا مرده تولد گردد. در صورت امکان هر خانم حامله باید خون خود را بخاطر سیفلیس معاینه نماید - بخصوص اگر گاهی خانم در ناحیه تناسلي اش زخم داشته بوده باشد.



### برای تداوی سیفلیس

• زرق 2.4 ملیون واحد بنزاتین پنسلین..... از طریق عضلی ، تنها يك مرتبه یا

اگر شخص به پنسلین حساسیت داشته باشد:

• مقدار 500 ملی گرام اریترومایسین..... از طریق دهن، روزانه 4 مرتبه برای 14 روز

(اریترومایسین گاهی اوقات در مقابل سیفلیس مؤثر نیست. درینصورت ضرورت خواهد بود تا بعد از آنکه خانم دوره شیردهی (تغذی طفل را از پستان) تمام نمود، خانم را با تتراسیکلین تداوی نمایند.)

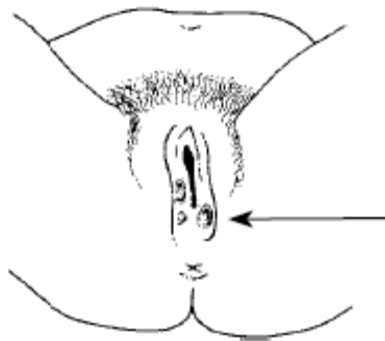
هرگاه شخصی برای 2 سال یا بیشتر مصاب سیفلیس بوده باشد، کمک طبي بگیریید. وي به دواهاي متفاوتي ضرورت دارد.

**اخطار!** خیلی مشکل است که تفاوت بین سیفلیس و شانکروئید گفته شود (صفحه 331 را ببینید). در صورتیکه مطمئن نباشید که خانم سیفلیس دارد یا شانکروئید، یا ممکن است که به هر دو را همزمان داشته باشد، باید برایش بنزاتین پنسلین و اریترومایسین یکجا بدهید.



### شانکروئید

شانکروئید يك مرض مقاربتی است که سبب زخم ناحیه تناسلی میگردد. به آسانی با سیفلیس مغالطه میگردد.



### علامه شانکروئید

- يك یا چند زخم های نرم و درد ناك در ناحیه تناسلی یا مقعد که به آسانی خونریزی پیدا میکند.
- عقدات لمفاوی بر جسته در ناحیه بالائی ران ( ناحیه مغربی).
- تب خفیف



### برای تداوی شانکروئید

- مقدار 500 ملی گرام اریترومايسين.....از طریق دهن، روزانه 4 مرتبه، برای 7 روز و یا
- مقدار 250 ملی گرام سیفتریاکسون..... زرق عضلی، تنها يك زرق

### تب خال ناحیه تناسلی (Genital Herpes):

تب خال ناحیه تناسلی يك مرض ویروسی است، سبب آبله های دردناك شده که به آسانی ترکیده و به زخم های جلدي تبدیل میشوند. تب خال زمانی انتقال میکند که زخم های يك نفر به تماس جلد نفر دیگر قرار گیرد - اکثراً در زمان مقاربت جنسی. تب خال ناحیه تناسلی اکثراً اعضای تناسلی و مقعد را مصاب میسازد. ندرتاً در صورت تماس با این زخم ها دهن نیز ممکن است مصاب گردد.

← **یادداشت:** بعضی زخم های دهن - که بنام زخم های سرد یا تب خال معمولی یاد میشود - در

اثر یکنوع دیگر ویروس تب خال بوجود میاید. این انتان نیز ممکن است بعضاً در صورت تماس از دهن به ناحیه تناسلی انتقال یابد.



### علامه تب خال ناحیه تناسلی

- احساس ناراحتی، خارش و درد ناحیه تناسلی
- آبله های کوچک که ترکیده و زخم های باز دردناك را در ناحیه تناسلی میسازند.

يك مرتبه که شخص مصاب ویروس گردید، ممن است به دفعات زیاد این زخم ها را پیدا کند. کسی که برای دفعه اول مصاب تب خال میگردد، ممکن است تا 3 هفته یا بیشتر این زخم ها دوام نمایند. فرد مصاب همچنان ممکن است تب، سردردی، درد اعضاء، لرزه و بر جستگی عقدات لمفاوی ناحیه مغربی (قسمت بالائی ران) داشته باشد. دفعه های بعدی اکثراً سیر مرض به اندازه دفعه اول خراب نیست. برای توقف انتشار تب خال، افرادی که مصاب زخم ها اند نباید مقاربت جنسی داشته باشند. کاندوم یا پوش در صورتیکه زخم ها را ببوشاند، ممکن است از انتشار تب خال جلوگیری نموده بتواند. کاندوم زنانه ممکن است بهتر کار بدهد چون بیشتر ناحیه تناسلی را میپوشاند.



### تداوی

تداوی معالجوی برای تبخال وجود ندارد، مگر درینجا بعضی چیز هائی تذکر داده می شود که اجرای آن برای افراد مصاب کمک می کند، تا احساس بهتری داشته باشند:

- بزودی بعد از اینکه موجودیت زخم را احساس نمودید، بالایش یخ بگذارید. اینکار از پیشرفت زخم جلوگیری خواهد کرد.
  - مرطوب نمودن یک تکه پانک با چای سیاه سرد شده و گذاشتن آن روی زخم ها.
  - نشستن در تشت یا حمام کردن با آب پانک و سرد.
  - مخلوط کردن سودا پلی و یا نشایسته با آب تا بشکل خمیره در آمده و بعداً گذاشتن آن روی ناحیه زخم های تبخال.
  - استعمال هر داروی گیاهی دیگری که جلد را خشک می سازد. روی زخم ها گذاشته شود.
- درد و زخم های اولین حمله مرض میتواند توسط درد ها کاهش داده شود.



### برای حمله اول تب خال

- مقدار 400 ملی گرام Acyclovir..... از طریق دهن، روزانه 3 مرتبه، برای 7 الی 10 روز

### برای حمله های بعدی تبخال

- مقدار 400 ملی گرام Acyclovir..... از طریق دهن، روزانه 3 مرتبه، برای 5 روز
- مقدار 400 ملی گرام Acyclovir..... از طریق دهن، روزانه 2 مرتبه، برای 1 سال. بعد استفاده از دوا را توقف داده و ببینید که آیا دوباره عود میکنند.
- مقدار 400 ملی گرام Acyclovir..... از طریق دهن، روزانه 2 مرتبه، هرروز، در ماه اخیر حاملگی
- مقدار 500 الی 1000 ملی گرام پاراسیتامول..... از طریق دهن، هر 4 ساعت

شخصی که ناراحتی عصبی زیاد و یا مشکلات صحتی دیگری دارد، احتمال دارد که بدفعات بیشتری تب خال پیدا کند. بناءً در صورت امکان، افراد مصاب به تب خال باید استراحت کافی داشته و همیشه دست های خود را با آب و صابون بشویند.

**اخطار!** تبخال برای چشم ها بسیار خطرناک بوده و میتواند سبب کوری گردد. بعد از تماس یا یک شخص مصاب به تب خال همیشه دست های خود را با آب و صابون بشویند.

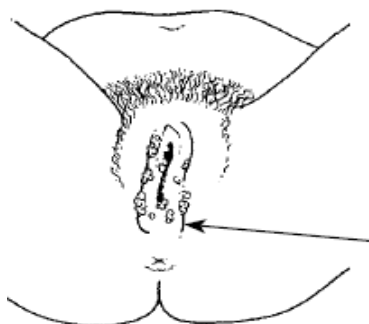


### تب خال و حاملگی

این امکان وجود دارد که تب خال از مادر به طفل انتقال یابد. اکثراً این در زمان ولادت اگر خانم زخم های تب خال را در ناحیه تناسلی داشته باشد، صورت میگیرد. حمله اول اگر در زمان حاملگی باشد، بسیار احتمال دارد که سبب انتقال ویروس به طفل گردد. به همین سبب، یک خانم یک زخم های تب خال فعال داشته باشد باید در یک شفاخانه- اکثراً با عملیات سزارین، طفل خود را ولادت دهد. خطر انتقال ویروس زمان حاملگی با تداوی مقدم خانم با دواي Acyclovir، کاهش یافته میتواند. یک خانم یک در سابقه خود مصاب تب خال بوده میتواند در ماه اخیر حاملگی روزانه تابلیت های Acyclovir بگیرد.

### زخم های ناحیه تناسلی (ویروس HPV)

یک ویروس بنام HPV سبب زخم های می شود که در ناحیه تناسلی و مقعد رشد میکنند. ممکن است که زخم داشته باشید اما از آن اطلاع نداشته باشید، بخصوص اگر این زخم ها داخل مهبل رشد کرده باشند. زخم ها خطرناک نمی باشند، مگر ممکن است ناراحت کننده باشند.



#### علامت HPV

- خارش
- برجستگی یا زخم های کوچک، خشک، سفید یا ناصوری در ناحیه تناسلی و یا ناحیه مقعدی. سطح زخم ها درشت است و دردناک نیستند.

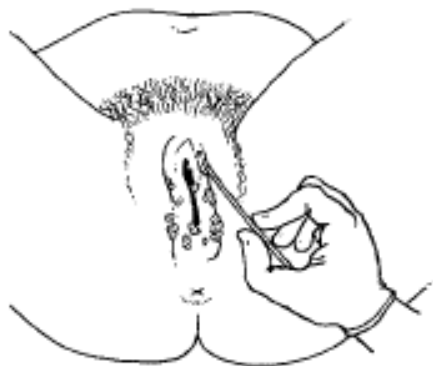
**جهت تست زخم ها:** روی زخم ها با مخلوط رقیق سرکه و آب تماس نمانید. در صورتیکه زخم ها از سبب ویروس HPV بوجود آمده باشد، زخم ها به رنگ سفید در می آیند.

**اخطار!** برجستگی های بزرگ، هموار و مرطوب که مشابه زخم اند، اکثراً از سبب ویروس HPV نمیباشند. اینها ممکن است از سبب سیفلیس بوجود آمده باشند. هر کسی که این نوع برجستگی ها را داشته باشد باید تست سیفلیس گردد. تداوی زیر برایشان تطبیق نگردد.



#### تداوی:

1. برای محافظت جلد سالم، یک مقدار واسلین و یا مرهم چرب دیگری را در جلد اطراف هر یک از زخم ها چرب نمانید.



2. با یک چوبک خورد مقدار کمی محلول تری کلورواسیتیک اسید (TCA) 80% تا 90% یا بایکلوراستیک اسید (BCA) روی هر یک از زخم ها بزنید. اسید را تا زمانی روی زخم ها نگهدارید تا که زخم ها سفید گردند. احتیاط کنید که اسید را روی جلد نارمل نریزید. اسید را بعد از 30 دقیقه و یا در صورتیکه احساس سوزش یا درد زیادی را ایجاد نمایند، بشوئید. اسید زخم ها را میسوزاند و در جایش یک زخم دردناک باقی میگذارد.

اکثراً باید تداوی را هفته یک مرتبه برای چندین هفته ادامه دهید تا زخم ها بکلی برطرف گردند. زخم ها را تا زمان شفای کامل پاک و خشک نگهدارید.

نوع ویروس HPV که سبب سرطان عنق رحم خانم ها میگردد، مشابه نوع ویروس HPV که سبب زخم ها میگردد، نمی باشد. صفحه 380 برای آموزش بیشتر در مورد اینکه چگونه عنق رحم یک خانم درمورد تست موجودیت ویروس HPV دیده شود.

یک واکسین بنام گاردازیل (Gardasil) فعلاً برای وقایه از بسیاری ویروس های خطرناک HPV بشمول ویروس های HPV که سبب زخم های ناحیه تناسلی میگردند، وجود دارد.

واکسین 3 دوره تطبیق میگردد و میتواند به خانم های جوان بین سنین 9 تا 26 ساله زرق گردد. این واکسین نباید در زمان حاملگی تطبیق گردد و نمیتواند برای تداوی خانم ها ایکه قبلاً مصاب ویروس HPV باشند، استفاده گردد.

## امراض مقاربتی که تمام بدن را متأثر میسازند انتان HIV ومرض ایدز

HIV (ویروس انسانی عدم کفایه معافیتی) سیستم معافیتی بدن را مورد حمله قرار میدهد. سیستم معافیتی آن قسمت از وجود ما است که وظیفهٔ مقابله را با امراضی دارد که همیشه با آنها مواجه میباشیم. افرادی که مصاب HIV میباشند، به آسانی به امراضی مانند اسهال، سینه و بخل، توبرکلوز، سرطان و دیگر انتانات مبتلا شده و شدیداً مریض میگردند.

HIV معالجه شده نمیتواند، مگر میتواند با استفاده از دواهایی تداوی گردد تا به آسانی شخص مصاب مریض نشود. شخصی که بتواند تداوی بگیرد، خوب غذا بخورد و از بدن، دماغ و روان خود مواظبت نماید میتواند يك زندگی بسیار سالم تر و طولانی تري داشته باشد.

ویروس HIV زمانی انتشار مینماید که خود، شیر پستان، افرازا مهبل و یا آب منی از يك شخص مصاب به HIV داخل بدن شخص دیگری گردد. عمدتاً از این طرق انتقال صورت میگیرد:



در مناطق ايكه خون از نظر HIV تست نمیشود، افراد ممکن است از طریق انتقال خون نیز مصاب گردند. بعضی اوقات مادران مصاب HIV ویروس را از طریق شیرپستان نیز به اطفال انتقال میدهند (صفحه 293 را ببینید).

### علامه HIV و ایدز

افراد مصاب HIV برای يك مدت طولانی، الي 10 سال ممکن است هیچگونه علامه نداشتند. حتی بدون هیچگونه علامه مریضی بازهم این افراد میتوانند، ویروس را به دیگران انتشار دهند. یگانه راه مطمئن برای فهمیدن مصاب بودن شخص، اجرای تست HIV است.

افراد مصاب مرض ایدز چون قدرت مقابله با انتانات را از دست داده اند، به امراض زیادی مبتلا میشوند که شامل امراض وخیم و نادری میگردد که اکثراً هیچ يك از اشخاص بدون داشتن HIV بدان ها مصاب نمیگردند، مانند Kaposi's Sarcoma که يك نوع سرطان میباشد. علامه دیگر مرض ایدز معاینه خون است که نشان میدهد سیستم معافیتی بدن وي بسیار ضعیف است.



### برای وقایه از انتشار HIV، مردان و زنان باید:

- تست HIV شوند.
  - در صورت موجودیت دیگر انتانات، تداوی گردند.
  - در زمان مقاربت جنسی با زوج شان اگر مصاب HIV باشد و یا اگر مطمئن نباشند که HIV ندارد، از کاندوم استفاده نمایند.
  - هیچوقت نباید سوزنها، سرنج ها و دیگر وسایل ناپاك را استفاده کنند. در زمان قطع نمودن جلد، تنها از وسایل معقم استفاده نمایند (صفحه 59 را ببینید). این شامل وسایل ختنه، طب سوزنی، حجامت و غیره نیز میشود.
  - در صورت مصاب بودن به HIV، تداوی گردند.
- زوج ها ايكه هردو تست HIV شان منفي است و كاملاً به يكديگر وفادار اند، میتوانند بدون کاندوم مقاربت جنسی داشته باشند و مصاب HIV نگردند.

## صحتمند ماندن با HIV

وقتی سیستم دفاعی یک خانم توسط ویروس HIV مورد حمله قرار میگیرد، خیلی مهم است که وی از مبتلا شدن به انتانات دیگر خود را وقایه نموده و یا انتانات دیگر را تداوی کند:

- اگر خانم کدام علامهٔ امراض مقاربتی مانند خارش، اندفاعات، افرزات ناشناخته و یا زخم در اطراف ناحیه تناسلی داشته باشد، باید حتماً به یک کارمند صحتی مراجعه نماید.
- وی به خوردن غذای بیشتر و رژیم غذایی بهتر ضرورت دارد (صفحه 33 را ببینید). گرفتن تابلیت های مولتی ویتامین نیز کمک کننده خواهد بود.
- ضرور است که خود را از مریضی توبرکلوز محافظه نماید. اشخاص مبتلا به HIV بیشتر از هر مریضی دیگر از سبب توبرکلوز فوت مینمایند. شخص مصاب HIV باید از کسانی که توبرکلوز فعال دارند خود را دور نگهدارد و زمانی که علائم توبرکلوز را داشته باشد، باید فوراً به یک کارکن صحتی مراجعه کند. علائم توبرکلوز سرفه، عرق شبانه، تب و یا باختن زیاد وزن میباشد.
- باید تنها آب هائی را بنوشند که پاک و عاری از جراثیمی باشند که میتواند سبب بوجود آمدن اسهالات یا مشکلات دیگر گردند.



خانم های مصاب HIV از نظر عاطفی به حمایت ضرورت دارند. آنها را تشویق نمائید تا از کسانی که مورد اعتمادشان است تقاضای حمایت نمایند. آنها میتوانند از دیگر افراد مصاب HIV چیز های زیادی را یاد بگیرند.

یک خانم مصاب HIV هرگاه حالت مریضی را پیدا نماید (طول مثال ترکیبگی و زخم های اطراف دهن، باختن وزن، بخارات خارش دار و یا زکام شدن زیاد) میتواند روزانه تابلیت های کوتریموکسازول بگیرد تا وی را از انتانات محافظه نموده و سیستم معافیتی بدن وی مدت بیشتری سالم بماند. صفحه 478 دیده شود.

اگر خانم بتواند، باید معاینه خون بخاطر تست شمارش CD4 شود. درین تست با شمارش حجرات CD4 فهمیده میشود که سیستم معافیتی تا چه اندازه قوی باقیمانده است. هر قدر تعدا این حجرات زیاد تر باشد، بدن بیشتر در مقابل انتانات مجادله کرده میتواند. در صورتیکه تعداد حجرات CD4 کمتر از 350 باشد، ضرورت به تداوی HIV با دوا های ضد ویروس HIV دارد که بنام ART یاد میشوند.

### دواها ای که HIV را کنترل مینمایند

یکتعداد دواهایی که بنام Anti Retroviral Therapy (ART) یاد میشوند، میتوانند به افراد مصاب HIV کمک کنند تا سالم تر باقیمانده و طولانی تر زندگی نمایند. این دواها همچنان در پائین آوردن خطر انتقال HIV از مادر به طفل در زمان حاملگی و ولادت کمک مینمایند.

برای اینکه این دوا های مؤثر باشند، باید هر روز در عین زمان مصرف گردند. در صورتیکه یک خانم گرفتن دوا را متوقف سازد، ویروس های HIV موجود در بدن وی، بسیار قویتر رشد کرده و خانم را دوباره مریض خواهند ساخت. بعد از آن اگر خانم دوباره گرفتن دوا های ART را شروع نماید، بسیار مشکل خواهد بود که با همان دواها دوباره تداوی گردد.

چندین ترکیب مختلف دوایی برای تداوی HIV وجود دارد. برای معلومات بیشتر در مورد شروع استفاده از دوا های ART، به صفحه 492 این کتاب مراجعه نمائید.

یادداشت: در مناطق ای که هنوز دوا های ART به آسانی قابل دریافت نیست، برای همه خانم ها مشکل خواهد بود تا در زمان ضرورت بتوانند ART را برای بهبود صحت خود بگیرند. مگر حتی در این مناطق نیز زنان و قابله ها احتمالاً خواهند توانست برای وقایه از انتقال ویروس به اطفال در زمان حاملگی و ولادت این دوا ها را حصول کنند. صفحه 495 دیده شود.



### هیپاتیت-ب (زردی سیاه):

به شخصی که جگر وی مرضی میشود گفته میشود که هیپاتیت یا التهاب جگر دارد. هیپاتیت-ب B یک مرض انتانی خطرناک جگر میباشد که توسط یک ویروس بوجود میآید. هیپاتیت-ب B زمانی انتشار می یابد که خون یا دیگر مایعات وجود یک نفر منتن داخل وجود شخص دیگری شود. مایعات وجود شامل لعاب دهن، افرازات مهیل، و آب منی میباشد. هیپاتیت-ب در جریان مقاربت جنسی به آسانی از یک شخص به شخص دیگر انتقال می یابد. همچنان این مرض از مادر حامله به طفل داخل بطن انتقال میگردد..



### علامه هیپاتیت (بشمول هیپاتیت-ب)

- بی اشتهائی
- احساس خستگی و ضعیفی
- زردی چشم ها و بعضاً زردی جلد (بخصوص کف دست ها و پا ها)
- درد در شکم و یا دلبدی
- تیره شدن ادرار (برنگ کواکولا) و سفید شدن مواد غایطه.
- و یا هیچ علامه موجود نیست.

### تداوی:

دوائی وجود ندارد که بتواند کمک نماید. در حقیقت گرفتن دوا میتواند بیشتر موجب تخریب جگر شود. بیشتر افراد مصاب هیپاتیت-ب، صحت یاب می گردند. افراد مصاب به هیپاتیت-ب در صورتیکه استراحت نمایند، غذا ها ایرا بخورند که هضم آن آسان باشد و الکل ننوشند، زود تر بهبود می یابند.

### هیپاتیت-ب و حاملگی

اگر یک خانم در زمان حاملگی علامه هیپاتیت-ب را داشته باشد، مشوره طبعی بگیریید. طفل بعد از تولد ضرورت خواهد داشت تا واکسین برای وقایه از هیپاتیت-ب بگیرد.

### آموزش زنان در مورد وقایه از انتانات مقاربتی

زنان باید بدانند که هر شخصی ممکن است انتانات مقاربتی داشته باشد. زمانیکه یک مرد بدون استفاده از کاندوم با دیگر زنان مقاربت داشته باشد، احتمال داشتن انتانات مقاربتی بیشتر است.

تست لابراتواری یگانه راه مطمئن فهمیدن مصاب بودن یا نبودن یک شخص به انتانات مقاربتی استجسجو نمایند که آیا معاینات لابراتواری با قیمت ارزان برای تشخیص انتانات مقاربتی در منطقه شما وجود دارد، و صفحه 379 برای آموزش در مورد تست توسط خود خانم ها، دیده شود.

مطمئن طریق جلوگیری از مصاب شدن به انتانات مقاربتی آنست که با اشخاص مشکوک به داشتن انتانات مقاربتی، مقاربت جنسی انجام ندهید. ویا در صورت

داشتن مقاربت از کاندوم (مردانه یا زنانه) استفاده نمایید. کاندوم بسیار بخوبی از مصاب شده به بسیاری انتانات مقاربتی جلوگیری بعمل میآورد، هر چند همیشه حتی با استفاده از کاندوم شانس مصاب شدن به امراض مقاربتی موجود میباشد.

قابله ها میتوانند با استفاده از سرنج ها و دیگر وسایل معقم در زمان ولادت و دیگر پروسیجر های مداخلوی، از مصاب شده خانم ها به HIV جلوگیری بعمل آورند. صفحه 59 دیده شود.



### قابله ها میتوانند این طریقه ها را بیاموزانند تا زنان خود را محافظت نمایند

اگر شوهر نمی خواهد از کاندوم استفاده نماید، روش های زیر تا اندازه ای خانم را درمقابل انتانات مقاربتی وقایه می نمایند:

- استفاده از دیافراگم یا حجاب.
- شستن سطح خارجی ناحیه تناسلی بعد از مقاربت جنسی.
- ادرار نمودن بعد از مقاربت جنسی.

خانم و زوج وی میتوانند از روش های دیگر غیر از تداخل مهبل نیز برای معاشقه استفاده نمایند (صفحه 312 دیده شود).

- استفاده از کاندوم در هر مقاربت جنسی
- اجتناب از مقاربت با کسی که علایم انتانات مقاربتی را دارد (هرچند بسیاری انتانات مقاربتی زمانی انتشار می یابند که هیچگونه علایمی ندارند).
- برای خشک ساختن مهبل از ریختن آب (دوش) و یا گیاهان دارویی استفاده نشود. زمانیکه مهبل خشک بوده و یا بوسیله ریختن آب یا استفاده از دارو ها تخریش شده باشد، مقاربت جنسی سبب بریدگی های کوچک در مهبل میشود که احتمال مصاب شدن خانم به انتانات مقاربتی و HIV را بسیار افزایش میدهد.

### چگونه امراض مقاربتی در جامعه توقف داده شود

برای توقف انتشار انتانات مقاربتی در جامعه درینجا بعضی نظریات تذکر داده میشود:

- با زنان تحت مواظبت خود در مورد انتانات مقاربتی صحبت نمائید. بعضی زنان ممکن است احساس شرم کرده و در مورد این موضوع صحبت ننمایند. مگر دانستن بیشتر به محافظت از زندگی شان کمک خواهد کرد.
- در هنگام معاینات قبل از ولادت، از خانم در مورد افرازات غیر معمول یا موجودیت زخم های ناحیه تناسلی پرسیده شود و یا علایم انتانات مقاربتی در ایشان معاینه گردد.
- يك گروه را سازماندهی کنید تا در مورد موضوعات صحی بشمول امراض مقاربتی و HIV صحبت کنند.
- در مکتب محل خود تعلیمات در مورد موضوعات جنسی را تقویت کنید. کمک کنید تا والدین بدانند که آموزش در مورد امراض مقاربتی بشمول HIV به افراد جوان کمک خواهد کرد تا بعد تر زمانیکه ازدواج مینمایند، انتخاب های مصوون تری داشته باشند.
- با مردان صحبت نمائید تا از خطرات انتانات مقاربتی بشمول خطرات آن به زنان حامله و اطفال شان آگاهی داشته باشند.
- از مرکز صحی منطقه تان یا از شفاخانه و مسولین وزارت صحت خویش معلومات بدست آورید که کدام انتانات مقاربتی در جامعه شما بسیار عمومیت دارند.
- دریابید که کدام دواها برای تداوی امراض مقاربتی در منطقه شما بسیار مؤثر اند - و قیمت آنها چقدر است. بیاموزید که انتانات مقاربتی را چگونه تداوی نمائید و یا چگونه به زنان کمک کنید تا تداوی گردند.
- يك دواخانه جامعه را ایجاد کنید تا مردم به آسانی بتوانند به دواهای ضروری و کاندوم دسترسی داشته باشند.

من میخواهم که دخترم مصوون باشد. اما نمی دانم چی برایش بگویم. مادرم بامن درین باره هیچوقت صحبت نکرده بود.

میفهم شما چی میگویند. میتوانیم در مورد طریقه های تشریح این موضوعات فکر کنیم.

