



## Choroby przenoszone drogą płciową (CPDP) – prezerwatywy a ryzyko zarażenia HIV; co trzeba wiedzieć?

### Co to są choroby przenoszone drogą płciową?

Choroby przenoszone drogą płciową, w skrócie CPDP, są chorobami, którymi można się zarażać wskutek kontaktu seksualnego. Do zarażenia może dojść w wyniku kontaktu z różnymi częściami ciała: penisem, pochwą, odbytem, wargami i jamą ustną. CPDP są wywoływane przez różne czynniki chorobotwórcze: bakterie, pierwotniaki, grzyby chorobotwórcze i wirusy. Za wyjątkiem chorób wywoływanych przez wirusy, większość CPDP skutecznie leczy się odpowiednimi antybiotykami. Natomiast w przypadku chorób wirusowych leczy się tylko objawy, co nie likwiduje przyczyny choroby. Niektóre choroby wirusowe wywołują dolegliwości bólowe, inne oszczędzają ciało (opryszczki, blizny i kłykciny), zaś zarażenie HIV jest śmiertelne.

### Najczęstsze objawy CPDP: u kobiet

- owrzodzeni (e) a, ubytki, wypryski na wargach sromowych, w pochwie, w okolicy odbytu lub ust
- brodawki w okolicy lub na narządach płciowych
- upławy o nieprzyjemnym zapachu, dziwnym zabarwieniu lub strukturze
- świąd lub pieczenie w pochwie
- ból podczas oddawania moczu lub towarzyszący ruchom robaczkowym jelit
- ból lub dyskomfort podczas stosunków płciowych
- krwawienie lub plamienie po stosunku
- bóle w miednicy mniejszej
- bolesność lub powiększenie pachwinowych węzłów chłonnych
- wysypka

### u mężczyzn

- owrzodzenie lub rany na powierzchni penisa lub w okolicy odbytu
- ropny wyciek z cewki moczowej
- ból lub pieczenie przy oddawaniu moczu
- bolesność lub powiększenie pachwinowych węzłów chłonnych
- wysypka

### Jakie choroby przenoszone drogą płciową są obecnie najpowszechniejsze?

Najczęstszymi chorobami są kiła (syfilis, lues), rzeżączka, chlamydia, rzęsistkowica, opryszczka i AIDS, powodowany przez HIV. Następnie należy wymienić kłykciny wywoływane przez wirusa brodawczaka ludzkiego (HPV), czy wrzód weneryczny (szankier).

### Jak rozpoznać, czy doszło do zarażenia chorobą przenoszoną drogą płciową?

Czasem można rozpoznać, że doszło do zarażenia, a czasem nie jest to możliwe bez specjalistycznych badań. A to dlatego, że wiele tych schorzeń (zwłaszcza u kobiet) przebiega bezobjawowo lub trudno je zauważyć, ponieważ zmiany chorobowe – takie jak owrzodzenia i inne zmiany powierzchniowe – mogą występować głęboko w pochwie lub w śluzówce macicy. U mężczyzn łatwiej zauważyć zmiany chorobowe, gdyż owrzodzenia występują zazwyczaj na penisie. Następstwem choroby może być ropny wyciek z cewki moczowej i pieczenie podczas oddawania moczu. Do częstych objawów CPDP u kobiet zalicza się upławy, często o charakterystycznej, nieprzyjemnej woni, kolorze lub konsystencji, bolesność lub pieczenie przy oddawaniu moczu, opryszczki, owrzodzenia bądź brodawki na wargach sromowych lub w pobliżu odbytu, a ewentualnie bóle w obrębie miednicy mniejszej.

### Co powinno się zrobić, jeśli istnieje podejrzenie, że mogło dojść do zarażenia CPDP?

Jeśli myślisz, że mogło dojść do zarażenia lub miałeś(aś) kontakt seksualny z osobą, która może być chora, musisz bez-

zwłocznie udać do lekarza chorób skórnych i wenerycznych. Adres takiej placówki można znaleźć w codziennej prasie, w dziale „Telefony Zaufania”, gdzie dzwoniąc pod podany numer telefonu uzyskasz informacje – zazwyczaj o Oddziale Wenerologii szpitala lub przychodni specjalizujących się w leczeniu tego typu schorzeń. Leczeniu powinna również poddać się Twój partner/partnerka, aby zapobiec wzajemnemu zarażeniu się lub zarażeniu kolejnych partnerów (partnererek).

### **Ważny powód, dla którego należy leczyć CPDP!**

Naukowcy są zdania, że „zwykłe” CPDP ułatwiają zarażenie HIV. HIV jest wirusem wywołującym AIDS – śmiertelną chorobę, którą można zarazić się również w wyniku kontaktów seksualnych. Owrzodzenia, ranki i ubytki powierzchniowe na narządach płciowych można porównać do otwartych drzwi, którymi HIV może dostać się do organizmu bez żadnych przeszkód. Dlatego osoby chore na „zwykłe CPDP” należą do grypy podwyższonego ryzyka zarażenia śmiertelnym HIV. Chlamydia, rzeżączka i rzeżystkowica podwajają a nawet potrajają to ryzyko, otwierając wrota dla infekcji HIV, gdyż chorobowo zmienione powierzchnie nie stanowią żadnej bariery dla zarażenia HIV.

### **Jak chronić się przed chorobami przenoszonymi drogą płciową?**

Najpewniejszym sposobem ochrony przed zarażeniem jest abstynencja – powstrzymanie się od kontaktów seksualnych. Jeśli nie chcesz zrezygnować z kontaktów seksualnych, powinnaś je odbywać z jednym, stałym i wiernym partnerem, który nie jest chory na żadną z tych chorób. Jeśli masz więcej niż jednego partnera lub twój partner ma liczne partnerki, musisz zaliczyć się do grupy wysokiego ryzyka zarażenia CPDP. Ryzyko to wzrasta jeszcze bardziej, jeśli ty lub twój partner zażywa narkotyki podawane drogą dożylną. Do zarażenia HIV może bardzo łatwo dojść poprzez użycie igły, którą wstrzykiwała sobie narkotyk osoba zarażona HIV. Jeśli prowadzisz taki ryzykowny styl życia, mężczyzna koniecznie musi używać lateksowych prezerwatyw męskich podczas każdego stosunku. Choć ich stosowanie nie eliminuje ryzyka zarażenia

#### **Wskazówki na temat prawidłowego stosowania prezerwatyw**

- Przy każdym stosunku zakładaj nową prezerwatywę. Kontynuując stosunek, nigdy nie używaj ponownie tej samej prezerwatywy!
- Sprawdź na opakowaniu, czy nie upłynął termin ważności - prezerwatywy stare łatwiej ulegają uszkodzeniu i są mniej wytrzymałe.
- Jeśli używasz środka plemnikobójczego (spermicydu), to tylko takiego, który zawiera 9-nonoksynol (są dostępne również prezerwatywy z dodatkiem spermicydu).
- Nałóż spermicyd na czubek prezerwatywy (kobiety mogą stosować spermicyd dopochwowo).
- Delikatnie i całkowicie odwiń prezerwatywę, jednocześnie naciągając ją na penisa, ściskając jej koniuszek między kciukiem i palcem wskazującym.
- Po orgazmie (ejakulacji) wyciągnij penis z pochwy jeszcze w stanie całkowitego wzwodu, aby zapobiec zsunięciu się prezerwatywy przy wyciąganiu członka z pochwy.
- Przy wyciąganiu członka z pochwy przytrzymaj prezerwatywę u nasady członka, tak, aby zapobiec zsunięciu się prezerwatywy.

całkowicie, ogranicza je w znacznym stopniu pod warunkiem, że prezerwatywa stosowana jest zgodnie ze sposobem użycia. Nie ma nic niewłaściwego w tym, jeśli jeden z partnerów – zwłaszcza od „pierwszego razu” – żąda stosowania prezerwatywy! Wykazano, że lateksowe prezerwatywy w znacznym stopniu ograniczają zarażenie wszystkimi CPDP. Czy wykluczają ryzyko zarażenia w 100%? Nie, ale stosowane zgodnie z zaleceniami producenta, dobrej jakości (świadczenie dopuszczenia MZiOS) i przy każdym stosunku stanowią najlepszą ochronę ze wszystkich obecnie dostępnych.

#### **Jakich prezerwatyw powinno się używać?**

Powinno używać się męskich prezerwatyw wykonanych z lateksu. Jeśli Twój partner odmawia ich stosowania, możesz używać prezerwatyw żeńskich (Femidom – w Polsce niedostępna – trzeba sprowadzać z zagranicy). Jeśli któryś z partnerów jest uczulony na lateks, można używać prezerwatywy z innego tworzywa (niektóre prezerwatywy są wykonane z poliuretanu – należy sprawdzić na opakowaniu lub ulotce informacyjnej). Prezerwatywy można dostać praktycznie w każdym sklepie, lecz najlepiej nabywać je w aptece. Warto wiedzieć, że środki plemnikobójcze (spermicydy) mogą zwiększać ryzyko zarażenia HIV – prawdopodobnie dlatego, że mogą drażnić śluzówkę pochwy i prowadząc do jej mikrouszkodzeń, którymi wirus może dostać się do organizmu. To samo dotyczy prezerwatyw z dodatkiem spermicydu, w przypadku uszkodzenia prezerwatywy. Dlatego przed użyciem prezerwatywy należy bezwzględnie zapoznać się ze sposobem użycia!