

Infekcje przenoszone drogą płciową

Niniejsza ulotka podaje miejsca, w których możesz szukać porady i pomocy, jeśli myślisz, że zaraziłeś/aś się chorobą przenoszoną drogą płciową, martwisz się o swoje zdrowie seksualne lub chcesz się przebadać. Wszystkie poradnie zachowują poufność.

Co to jest infekcja przenoszona drogą płciową?

Jest to infekcja przenoszona z osoby zarażonej na zdrową przez stosunek płciowy, seks oralny lub analny. Infekcje, które szerzą się w ten sposób, nazywa się infekcjami przenoszonymi drogą płciową. Każdy, kto prowadzi współżycie seksualne, może zarazić się chorobą przenoszoną drogą płciową. Nie trzeba mieć wielu partnerów seksualnych. Zarówno kobiety, jak i mężczyźni mogą zarazić się chorobą i przekazać ją kolejnej osobie.

Większość chorób przenoszonych drogą płciową da się łatwo wyleczyć, ale leczenie powinno się zacząć możliwie jak najszybciej. Dla niektórych infekcji, takich jak HIV (wirus wywołujący AIDS) nie ma obecnie lekarstwa, a leczenie może być skomplikowane. Wiele nie leczonych infekcji może powodować bóle, dolegliwości, lub, co gorsza, trwałe uszkodzenie zdrowia i płodności.

Infekcje, o których być może już słyszałeś/aś, to:

- Chłamydia
- Niespecyficzne zapalenie cewki moczowej
- Opryszczka narządów płciowych
- Herpes typu II
- Rzeżączka
- Wiesz łonowa
- Rzęsistek pochwowy
- Kiła
- HIV
- Wirusowe zapalenie wątroby typu B

Skąd mam wiedzieć, czy jestem zarażony/a?

Nie każdy zarażony wykazuje objawy i/lub symptomy choroby. Czasami nie pojawiają się one miesiącami lub zanikają, ale to nie oznacza, że infekcja jest wyleczona.

Zasięgnij porady lekarza, jeśli zauważyłeś/aś u siebie następujące objawy:

- dziwną wydzielinę z pochwy
- wydzielinę z penisa
- uczucie bólu lub pieczenia podczas oddawania moczu
- swędzenie, wysypkę, krosty lub pęcherze wokół narządów płciowych lub odbytu
- ból i/lub krwawienie podczas stosunku
- krwawienie między miesiączkami (również kobiety stosujące antykoncepcję hormonalną)
- krwawienie po stosunku
- ból jąder lub w dole brzucha

Nawet jeśli nie masz żadnych objawów i/lub symptomów, powinieneś/powinnaś pójść do lekarza lub przebadać się, szczególnie, gdy:

- współżyłeś/aś ostatnio z nowym partnerem bez żadnych zabezpieczeń
- ty lub twoi partnerzy seksualni współżyją z innymi nie stosując prezerwatywy
- twój partner seksualny ma jakieś objawy choroby

Gdzie mogę zasięgnąć porady na temat chorób przenoszonych drogą płciową?

Istnieje kilka poradni oferujących pomoc:

- każda klinika NHS lecząca choroby układu moczowo-płciowego (czasami nazywana jest kliniką chorób wenerycznych lub chorób przenoszonych drogą płciową)
- twój lekarz rodzinny lub praktykująca pielęgniarka
- klinika zdrowia seksualnego
- klinika planowania rodziny
- tzw. "klinika dla młodych ludzi" [ang. young people's clinic; występuje wyłącznie w Wielkiej Brytanii, oferuje porady dotyczące zdrowia seksualnego i antykoncepcji – przyp. tłum.] (istnieją w niej zazwyczaj ograniczenia wiekowe)

Niezależnie od tego, w jakim jesteś wieku, z jakiej grupy etnicznej, czy jesteś mężczyzną czy kobietą, hetero- czy homoseksualistą, lesbijką bądź biseksualistą, możesz uzyskać poufną pomoc i informacje na temat chorób przenoszonych drogą płciową. W żadnej poradni nie powinieneś/powinnaś spotkać się z osądzeniem twoich zachowań seksualnych – mimo to wybierz poradnię, w której będziesz czuć się najlepiej. Niektóre poradnie organizują osobne sesje dla kobiet i mężczyzn, ludzi młodych, homoseksualistów lub lesbijek. Kliniki zdrowia seksualnego i poradnie chorób przenoszonych drogą płciową są dostępne w całym kraju. Nie musisz mieć skierowania od lekarza rodzinnego.

Testy i leczenie

Nie wszystkie poradnie wymienione powyżej oferują testy i leczenie wszystkich infekcji - najlepiej najpierw zadzwonić i się upewnić. Kliniki chorób układu moczowo-płciowego (a także niektóre kliniki zdrowia seksualnego) oferują pełny zakres testów, leczenie i poradnictwo w zakresie wszystkich infekcji. Jeśli się na to zgodzisz, mogą również pomóc ci dotrzeć do poprzednich partnerów seksualnych, którzy być może potrzebują leczenia, zachowując jednocześnie poufność.

Jeśli twój lekarz rodzinny lub klinika planowania rodziny nie oferuje takich testów czy leczenia, jakiego potrzebujesz, wskaże ci najbliższą klinikę, gdzie znajdziesz pomoc. Oprócz testów i leczenia infekcji oferowane są także inne usługi, np.:

- darmowe prezerwatywy
- specjalne grupy dla ofiar przestępstw seksualnych
- poradnictwo psychoseksualne
- szczepienia przeciwko wirusowemu zapaleniu wątroby typu B

Czy muszę umawiać się na wizytę?

Nie zawsze trzeba się wcześniej umawiać, ale najlepiej jest zadzwonić i to sprawdzić. Jeśli masz objawy i/lub symptomy, które cię niepokoją, wyjaśnij to przez telefon – być może lekarz będzie mógł cię przyjąć wcześniej. Powstrzymaj się od współżycia, przynajmniej do wizyty u lekarza rodzinnego lub w klinice. Jeśli jest to niemożliwe, koniecznie użyj prezerwatywy.

Czy muszę płacić za udzieloną mi pomoc?

Wszelkie porady, informacje i testy są darmowe. Jeśli pójdziesz do lekarza rodzinnego, być może będziesz musiał tylko zapłacić w aptece za lek na receptę.

Czy wszystkie poradnie zachowują poufność?

Tak, wszystkie poradnie zachowują pełną poufność. Jakikolwiek informacje o tobie mogą być ewentualnie przekazane dalej tylko w wyjątkowych wypadkach i tylko za twoją zgodą. Mimo, że wiele klinik chorób układu moczowo-płciowego znajduje się przy szpitalach, prowadzą one osobną dokumentację i nie mają dostępu do informacji o tobie. Jeśli masz jakiegokolwiek obawy o tym, kto będzie miał dostęp do twojej historii choroby, porozmawiaj o tym ze swoim lekarzem rodzinnym lub personelem kliniki.

Jak wygląda wizyta w poradni zdrowia seksualnego?

Jak dokładnie będzie wyglądać taka wizyta zależy głównie od tego, do której poradni trafisz. Jeśli rejestrujesz się jako nowy pacjent w klinice chorób układu moczowo-płciowego, klinice zdrowia seksualnego lub planowania rodziny, zostaniesz poproszony/a o wypełnienie formularza i podanie nazwiska i adresu. Te informacje pozostaną poufne. Następnie zobaczysz się z lekarzem, pielęgniarką lub doradcą ds. zdrowia seksualnego.

Badanie

Podczas badania lekarz lub pielęgniarka lub doradca ds. zdrowia seksualnego porozmawia z tobą o tym, co cię niepokoi. Musi również zadać ci pytania dotyczące twojego życia seksualnego i wszelkich objawów i/lub symptomów. Być może będziesz się czuł/a skrupowany/a, ale odpowiedz na wszystkie pytania szczerze – to pomoże wybrać dla ciebie odpowiednie testy. Jeśli nie jesteś pewien, po co zadaje się niektóre pytania, po prostu o tym powiedz.

Być może będziesz musiał poddać się kilku testom - przeprowadza się przed nimi zazwyczaj badanie lekarskie, po którym następuje badanie pobranych próbek.

Zarówno dla kobiet jak i mężczyzn może to oznaczać:

- badanie genitaliów, ust, odbytu i skóry w poszukiwaniu oczywistych objawów infekcji
- badanie próbki moczu
- pobranie próbki krwi (przy testach na kiłę, HIV i wirusowe zapalenie wątroby typu B i C)
- zrobienie wymazu z cewki moczowej (przewodu, przez który wypływa mocz), a także wszelkich owrzodzeń i pęcherzy
- zrobienie wymazu z gardła i odbytnicy (końcowej części jelita grubego) - robi się to jednak rzadko.

U kobiet badanie może również obejmować:

- zrobienie wymazu z pochwy i szyjki macicy
- badanie wewnętrzne

Istnieje wiele mitów na temat robienia wymazów. Wacik używany do wymazów wygląda trochę jak patyczek do uszu, ale jest mniejszy i bardziej okrągły. Pociera się nim części ciała, które mogą być zainfekowane, zbierając w ten sposób próbkę wydzieliny i komórek. Trwa to tylko kilka sekund i zazwyczaj nie boli, chociaż może być przez chwilę nieprzyjemne. Podczas badania nie wykonuje się automatycznie wszystkich testów. Najlepiej jest spytać lekarza lub pielęgniarkę, jakie testy planują wykonać, i jeśli masz jakieś wątpliwości, porozmawiaj o nich. Wszystkie testy są opcjonalne i powinny być wykonane wyłącznie za twoją zgodą. Czasami jest zbyt wcześnie, by wykonać niektóre testy - dostaniesz wtedy termin kolejnej wizyty.

Wyniki testu

Wyniki niektórych testów możesz dostać od razu. Lekarz przepisze ci wtedy odpowiednią kurację, np. antybiotyki. Niektóre próbki jednak wysyłane są do laboratorium, dlatego na wyniki czeka się dłużej. Poradnia udzieli ci wtedy informacji, w jaki sposób odbierzesz wyniki, aby zachować pełną poufność.

Powiadomienie partnera o chorobie

Jeśli okaże się, że jesteś zarażony, ważne jest, aby twój obecny partner seksualny i twoi ostatni partnerzy również poddali się badaniom i leczeniu. Personel kliniki lub przychodni może ci pomóc zdecydować o tym, jak możesz powiedzieć o chorobie swojemu partnerowi(om). Jeśli czujesz, że jest to zbyt trudne, kliniki chorób układu moczowo-płciowego oraz niektóre kliniki zdrowia seksualnego dadzą ci „druczek-powiadomienie”, który wyślesz swojemu partnerowi(om), lub który klinika może wysłać za twoją zgodą za siebie. Taki druczek informuje adresata, że być może miał kontakt z osobą zarażoną chorobą przenoszoną drogą płciową, i powinien/powinna się przebadać. Nie informuje on o rodzaju

infekcji ani nie podaje twojego nazwiska, dlatego jest w pełni poufny. Nazywa się to powiadomieniem partnera. Powiadomienie partnera(ów) o chorobie jest wyraźnie zalecane, ale nie jest obowiązkowe.

Ludzie o rodzimym języku innym niż angielski

Niektóre kliniki i lekarze rodzinni współpracują z „pracownikami środowiskowymi” i tłumaczami, którzy pomagają ludziom, których język rodzimy nie jest językiem angielskim. Zalicza się do nich również brytyjski język migowy. O usługę tą możesz zapytać swojego lekarza. W Highland National Health Service dostępne są usługi tłumaczeniowe przez telefon.

Niepełnosprawni

Jeśli masz wadę wzroku/słuchu lub jakąś wadę fizyczną, niektóre poradnie mogą nie być w pełni dostępne, dlatego najlepiej jest to sprawdzić uprzednio telefonicznie. Twój lekarz rodzinny lub znajoma klinika powinny skierować cię do poradni odpowiadającej twoim potrzebom.

Gdzie mogę uzyskać dalsze informacje o poradniach zdrowia seksualnego?

- Zadzwoń bezpośrednio do poradni zdrowia seksualnego, prowadzonej przez **fpa** [ang. family planning association – stowarzyszenie planowania rodziny – angielska organizacja charytatywna – przyp. tłum.] aby uzyskać poufne informacje i poradę na temat infekcji przenoszonych drogą płciową, antykoncepcji, zdrowia seksualnego oraz planowania i decyzji dotyczących ciąży urodzenie, aborcja, adopcja itd.). Podajemy również kontakty do poradni zdrowia seksualnego i oferujemy dużą ilość ulotek, w tym przewodnik po prezerwatywach dla kobiet i mężczyzn.
- **fpa UK**
0845 310 1334 poniedziałek – piątek 9.00 - 19.00
- **fpa Irlandia Północna**
Belfast: 028 90 325 488
Derry: 028 71 260 016
poniedziałek – czwartek: 9.00 – 17.00; piątek: 9.00 – 16.30
- lub wejdź na stronę internetową fpa: www.fpa.org.uk
- Poradnia zdrowia seksualnego Highland Sexual Health Services 01463 704202

Szczegóły na temat poradni można znaleźć w książce telefonicznej pod hasłami zdrowie seksualne, kliniki chorób układu moczowo-płciowego, choroby przenoszone drogą płciową, choroby weneryczne.

Pamiętaj...

- Jest wiele poradni, które udzielą ci pomocy. Wybierz tę, w której będziesz czuć się najlepiej.
- Gdziekolwiek pójdziesz, nie powinieneś/powinnaś spotkać się z osądzaniem twoich zachowań seksualnych.
- Wszelkie porady, informacje i testy są darmowe. Wszystkie poradnie zachowują poufność.
- Wszystkie testy są opcjonalne i powinny być wykonane wyłącznie za twoją zgodą.
- Pytaj o wszystko, co chcesz wiedzieć – i domagaj się odpowiedzi w języku, który rozumiesz.
- Personel udzieli ci takiego wsparcia, jakie potrzebujesz, szczególnie w kwestii powiedzenia o chorobie twojemu partnerowi.

Telefony zaufania

- Zadzwoń bezpośrednio do poradni zdrowia seksualnego na numer 0845 310 1334, prowadzonej przez **fpa** [ang. family planning association – stowarzyszenie planowania rodziny – angielska organizacja charytatywna – przyp. tłum.] aby uzyskać poufne informacje i poradę na temat infekcji przenoszonych drogą płciową, antykoncepcji, oraz decyzji dotyczących ciąży (urodzenie, aborcja, adopcja itd.).
- Zadzwoń na numer telefonu informacji o zdrowiu seksualnym 0800 567 123 aby poufnie uzyskać odpowiedzi na pytania o infekcjach przenoszonych drogą płciową, zdrowiu seksualnym, a także o adresach najbliższych poradni.
Tel. tekstowy 0800 521 361 – czynny całą dobę.
- Wejdź na strony internetowe www.playingsafely.co.uk i www.ssha.info (Towarzystwo Doradców ds. Zdrowia Seksualnego).
- Młodzi ludzie poniżej 25 roku życia mogą również zadzwonić na numer kliniki Brook: 0800 0185 023
- Zadzwoń na całodobowy numer angielskiej państwowej służby zdrowia NHS24: 08454 242424
- Ulotki informacyjne możesz zamówić w DH Publications pod numerem telefonu 08701 555 455

Informacje zawarte w ulotkach opierają się na doświadczeniach lekarzy i wiedzy medycznej dostępnej, gdy ulotka oddawana była do druku. Informacje o chorobie i porady różnych osób mogą różnić się w niektórych szczegółach.