

**В.С. Centre for Disease Control**  
**(Центр санитарно-эпидемиологического**  
**надзора в Британской Колумбии)**  
655 West 12<sup>th</sup> Avenue  
Vancouver BC V5Z 4R4  
Тел.: (604) 707-5600  
Факс: (604) 707-5604  
Электронная почта: [stdinfo@bccdc.ca](mailto:stdinfo@bccdc.ca)  
[www.bccdc.ca](http://www.bccdc.ca)

Данная публикация доступна в интернете по следующему адресу: <http://www.stdresource.com>

03/10

REF:175R

## **Что все мы должны знать об инфекциях, передаваемых половым путем**



BC Centre for Disease Control

### **ВИЧ/СПИД**

#### **Что такое ВИЧ/СПИД?**

Сокращение СПИД означает **С**индром **П**риобретенного **И**ммуно**Д**ефицита. Это очень опасная болезнь. СПИД возбуждается вирусом, называемым ВИЧ (**В**ирус **И**ммунодефицита **Ч**еловека). Этот вирус поражает иммунную систему, которая защищает человека от инфекций. Поскольку больной СПИДом лишается этой защиты, он становится жертвой разнообразных инфекций и онкологических заболеваний, которые могут привести к смерти.

#### **Как я могу заболеть СПИДом?**

Вы можете заболеть СПИДом только в том случае, если в ваш организм проникнет ВИЧ. Это может произойти через сперму, влагалищную жидкость или через кровь. Люди могут заразиться ВИЧ в ходе полового акта, либо если они пользуются для инъекций общей иглой или шприцем. Мать может заразить СПИДом новорожденного.

#### **Как я узнаю, что у меня есть ИППП?**

У некоторых людей, зараженных ИППП, полностью отсутствуют какие-либо симптомы, и поэтому они не знают о том, что у них есть инфекция. Следует обращать внимание на любые необычные выделения из влагалища или полового члена, чувство жжения при мочеиспускании, язвы, зуд, болевые ощущения или высыпания на половых органах или поблизости от них. У вас может не быть вообще, быть какой-то один или несколько симптомов.

#### **Что связано с риском?**

Вы рискуете получить ИППП:

- Если вступаете в незащищенный половой контакт (не пользуетесь презервативом).
- Если у вас более одного партнера.
- Когда у вас появляется новый половой партнер.
- Если ваш партнер имеет половые контакты с другими.
- Если вы или ваш партнер употребляете инъекционные наркотики.
- Если вы или ваш партнер пользуетесь общими иглами или шприцами для инъекций.

Если вы подверглись риску, сходите к врачу для проверки на ИППП, даже если у вас нет никаких симптомов.

## Содержание

Что все мы должны знать об ИППП .....	1
Введение .....	2
Как люди заражаются ИППП? .....	5
Что такое более безопасный секс? .....	6
Тело женщины .....	7
Как пользоваться женским презервативом .....	8
Тело мужчины .....	10
Как пользоваться мужским презервативом .....	11
Как я узнаю, что у меня есть ИППП? .....	13
Как избежать заражения ИППП? .....	14
Я думаю, что заражен ИППП .....	15
Гепатит Б .....	16
Гепатит Ц .....	19
Генитальные бородавки .....	23
Вагинит/Бактериальный вагиноз .....	25
Генитальный герпес .....	28
Хламидиоз .....	32
Гонорея .....	35
Сифилис .....	38
ВИЧ/СПИД .....	40
Где получить дополнительную информацию .....	45
Терминологический словарь .....	46

- 53 -

### Как избежать заражения ИППП?

Вы можете воздерживаться от половых контактов.

Вы не заразитесь ИППП, если у вас только один партнер, который тоже имеет половые контакты только с вами. Чем шире круг людей, с которыми вы или ваш партнер имеете половые контакты, тем выше риск получения ИППП.

Если вы или ваш партнер имеете половые контакты с кем-то еще, следует позаботиться о защите себя и других. Если вы не будете предохраняться, вы подвергнете риску здоровье своего партнера и детей, которых вы или ваш партнер можете иметь в будущем.

- При всех половых контактах пользуйтесь презервативами если у вас нет полной уверенности в отсутствии ИППП у вас или партнера. Начать пользоваться презервативами не поздно никогда. Они помогут вам предохраниться от заражения ИППП.
- Никогда не используйте один и тот же презерватив повторно.
- Вступайте только в безопасные половые контакты. Это означает – пользуйтесь презервативом всегда. Говорите «Нет» любому, кто не хочет соблюдать эти правила безопасности. Помните, большинство людей не расскажет вам, с кем у них был половой контакт, и принимали ли они инъекционные наркотики.

- 14 -

### ВТОРИЧНЫЙ ПЕРИОД

В период от шести недель до шести месяцев после заражения вы можете ощущать симптомы, похожие на гриппозные. У некоторых больных возникают также высыпания на ладонях, ступнях или по всему телу. Эти симптомы могут пройти сами по себе, но возбудители болезни в организме останутся.

### ТРЕТИЧНЫЙ ПЕРИОД

Если вам не проведут лечение сифилиса, годы спустя у вас возникнут серьезные проблемы со здоровьем, например, сердечно-сосудистые заболевания, слепота, паралич, церебральные нарушения, а затем наступит смерть.

- 39 -

# ЧТО ВСЕ МЫ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ ОБ ИППП

## (инфекциях, передаваемых половым путем)

Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП) – это инфекции, которые можно получить в результате полового контакта с зараженным. Известно много видов ИППП.

Представители многих национальных культур считают неудобным обсуждать проблемы секса. Если у вас есть вопросы или озабоченность, связанные с ИППП, позвоните своему врачу, в пункт общественного здравоохранения или в органы контроля за ИППП/СПИДом, телефоны которых имеются в конце данной брошюры.

Вы можете заразиться ИППП от любого лица, с которым вступаете в половой контакт. Не имеет значения, другого пола ваш партнер или того же, что и вы.

- 52 -

### Сифилис

#### Что такое сифилис?

Сифилис – серьезное заболевание. Он может нанести ущерб всему вашему организму. Вы можете быть заражены сифилисом, не зная об этом, и передавать его другим. Беременная женщина может передать сифилис плоду. Ребенок родится с серьезными нарушениями здоровья, может даже умереть. Если вы пошли на риск и имели незащищенный половой контакт, следует обратиться к врачу.

Сифилис излечивается антибиотиками.

#### Каковы симптомы?

#### В течении сифилиса различают три периода:

##### ПЕРВИЧНЫЙ ПЕРИОД

У вас появляется безболезненная язва, обычно через 9-90 дней после полового контакта. Она может быть расположена поблизости от влагалища или внутри него, на половом члене, во рту или в прямой кишке. При расположении во влагалище или в прямой кишке язва часто остается незамеченной. Она заживает самостоятельно даже при отсутствии лечения, однако возбудители болезни в организме сохраняются.

- 38 -

- 1 -

### Я думаю, что заражен ИППП

#### Что мне делать?

Не стесняйтесь и не бойтесь обратиться за помощью. Посетите врача и попросите, чтобы он проверил вас на ИППП, или же сходите в клинику ИППП. Там вас обследуют и в случае необходимости проведут лечение.

Обязательно выполняйте рекомендации врача. Примите ВСЕ рекомендованные лекарства, даже если почувствуете себя хорошо задолго до окончания приема рекомендованного количества доз. Если проблема не решится, сходите к врачу еще раз.

Если у вас есть ИППП, расскажите об этом вашим секс-партнерам. Им нужно будет пройти обследование на ИППП. Вы должны так поступить чтобы:

- Они могли получить лечение, если оно им нужно.
- Предохранить их от получения инфекции.
- Предохранить детей, которых вы или они можете иметь в будущем.
- Они не заразили других людей.
- Вы от них еще раз не заразились.

Вам нужно будет подождать, пока врач или медсестра не скажут, что вам можно возобновить половую жизнь.

- 15 -

## Введение

Возможно, вам приходилось встречать сокращение ИППП. Оно расшифровывается как **И**нфекции, **П**ередаваемые **П**оловым **П**утем. Вы можете заразиться этими инфекциями или сами заразить ими кого-либо при половом контакте.

Секс – нормальная и здоровая часть нашей жизни. Данная брошюра расскажет как сделать половые контакты более безопасными и поможет вам получить более полное представление об инфекциях, которые могут сделать сексуальную жизнь нездоровой или опасной.

От ИППП страдают многие. Заразиться ими могут лица любого возраста и социального положения. Многие даже не подозревают о том, что больны. Все они – чьи-то матери, отцы, сестры, братья, сыновья и дочери. Они такие же как вы. Быть зараженными ИППП могут даже люди, состоящие в браке.

Прочитайте данную брошюру, чтобы знать, что такое ИППП и какие риски с ними связаны.

- 2 -

- 51 -

## Гепатит Б

### Что такое гепатит Б?

Гепатит Б – это заболевание печени. Оно вызывается вирусом. Часто болезнь протекает без симптомов. Гепатит Б – единственная ИППП, от которой есть вакцина. Она делается в виде профилактической инъекции, которую вам могут ввести доктор или медсестра. Если вы больны гепатитом Б, вы должны много отдыхать, хорошо питаться и не употреблять алкоголя. Если вступаете в половой контакт, обязательно пользуйтесь презервативом.

### Каковы симптомы?

Симптомы могут появиться у вас через два-шесть месяцев после заражения гепатитом Б. Они могут быть следующими:

- отсутствие аппетита, тошнота, рвота
- головные боли
- общее недомогание
- желтуха (окрашивание в желтый цвет глаз и кожи)
- темная окраска мочи (цвета крепкого чая)
- светлого тона кал (экскременты)

- 16 -

### Как у меня может проявиться гонорея?

У большинства женщин, больных гонореей, симптомов нет. У большинства мужчин, заразившихся этой болезнью, симптомы имеются, однако не у всех. Гонорея излечима, но вам следует обратиться к врачу и провести лечение. Если этого не сделать, в последующем могут возникнуть следующие серьезные проблемы:

#### У женщин

- не проходящая боль в нижней части живота
- Болезнетворные микроорганизмы могут попасть в матку и фаллопиевы трубы (см. рисунок на стр. 7). Это может привести к бесплодию.
- У вас может наступить внематочная беременность в фаллопиевой трубе (см. рисунок на стр. 7). Труба может разорваться, что вызовет сильное внутреннее кровотечение.

#### У мужчин

- если микроорганизмы попадут в яички (см. рисунок на стр. 10), вы можете потерять способность иметь детей
- у вас могут возникнуть опухание и боли в суставах

- 37 -

**ШЕЙКА МАТКИ** – часть системы женских половых органов (см. рисунок на стр. 7)

**ШПРИЦ** – приспособление для введения в организм жидких медикаментов.

**ЭРЕКЦИЯ/ЭРЕГИРОВАННЫЙ ПОЛОВОЙ ЧЛЕН** – это когда половой член становится твердым, «встает».

ИППП могут нанести серьезный вред здоровью, если своевременно не провести лечение. Они могут вызвать бесплодие как у мужчин, так и у женщин. У некоторых женщин результатом заражения ИППП может стать рак шейки матки. Мать может передать ИППП своему еще не рожденному ребенку, и он может появиться на свет с серьезными нарушениями здоровья и даже погибнуть. Чем больше у вас будет секс-партнеров в течение жизни, тем выше риск заражения ИППП.

Единственная гарантия от заражения ИППП – НЕ иметь половых контактов.

Вы можете снизить риск получения или передачи ИППП если вы:

- Не вступаете в половые контакты с многими.
- Всегда используете презерватив. Это наиболее важное правило, которое поможет сделать секс более безопасным.
- Если вы принимаете инъекционные наркотики, не пользуйтесь общими иглами.
- Если вам кажется, что вы заразились ИППП, сходите к врачу или в клинику ИППП. Попросите, чтобы вас проверили на наличие ИППП. Помните, любая информация, которую вы сообщите, будет конфиденциальной.

- 50 -

- 3 -

### **Симптомы, которые нужно отслеживать:**

#### **У женщины:**

- Ранее отсутствовавшие или необычного вида выделения из влагалища.
- Чувство жжения при мочеиспускании.
- Боль в нижней части живота, иногда сопровождаемая жаром и ознобом.
- Боль при половом акте.

#### **У мужчины:**

- Густые желтые или желто-зеленые выделения из полового члена.
- Чувство жжения при мочеиспускании.
- Боль в яичках или их опухание (см. рисунок на стр. 10).

Вы можете получить или передать гонорею при вагинальном, анальном и оральном половом контакте (см. ТИПЫ ПОЛОВОГО АКТА в ТЕРМИНОЛОГИЧЕСКОМ СЛОВАРЕ). Если вы практикуете анальный секс, симптомами заболевания могут быть боль, кровотечение или другие выделения из ануса.

- 36 -

Вы можете заразить вирусом других людей даже если у вас нет никаких симптомов. Некоторые люди всю жизнь являются носителями вируса гепатита Б и заражают им своих секс-партнеров, не подозревая об этом.

### **Что со мной может произойти?**

Большинство больных выздоравливают. У некоторых могут развиться серьезные заболевания печени или рак печени.

### **Как заражаются гепатитом Б?**

Вы можете заразиться гепатитом Б в результате полового контакта с больным или через кровь, содержащую вирус гепатита Б. Женщина, больная гепатитом Б, может заразить им своего ребенка.

- 17 -

- Если у вас есть ИППП, вы должны рассказать об этом своему секс-партнеру. Это нужно сделать, чтобы сохранить здоровье вашего партнера, а также чтобы он не заразил ИППП других. Если вы не представляете, что сказать, попросите помощи у врача или медсестры.
- Если вы или ваш партнер не желаете беременности, вам нужно пользоваться каким-либо противозачаточным средством.
- Помните, противозачаточные таблетки НЕ предохранят вас от ИППП.

Вам следует знать об опасности ИППП. Только вы сами в состоянии защитить себя от получения и передачи ИППП.

В конце данной брошюры есть словарь, где объясняются некоторые трудные для понимания термины.

- 4 -

#### Чтобы защитить себя и других людей от гепатита Б:

- Не пользуйтесь общими иглами, шприцами или приспособлениями для вдыхания наркотиков.
- Не пользуйтесь общими инструментами для прокалывания ушей, татуировки или удаления волос.
- Не пользуйтесь общими зубными щетками, нитками для чистки зубов или бритвами.
- Если у вашего секс-партнера раньше был гепатит Б, узнайте у своего врача, не нужно ли вам сделать прививку от этой болезни.

- 18 -

**ПАРАЛИЧ** – состояние, при котором человек не способен двигаться.

**ПРЕЗЕРВАТИВ** – защитное средство из латекса, надеваемое на половой член, «резинка».

**ПРОТИВОЗАЧАТОЧНОЕ СРЕДСТВО** – приспособление (например, презерватив) или медикамент (таблетки), которые предохраняют от беременности.

#### РИСК

- 1) Вероятность того, что что-то может произойти
- 2) Надежда на «авось».

**СИМПТОМЫ** – признаки, которые показывают, что вы заражены определенной инфекцией. Например, язвы, зуд, боль, высыпания на половых органах или поблизости от них являются симптомами ИППП.

**СНИЖЕНИЕ РИСКА** – уменьшение вероятности, но НЕ гарантия защиты.

**СПЕРМА** – белая жидкость, которая извергается из мужского полового члена во время полового акта.

**ТИПЫ ПОЛОВОГО АКТА** – люди занимаются сексом разными путями:

**анальный секс:** половой член в анусе

**вагинальный секс:** половой член во влагалище

**оральный секс:** половой член во рту или ртом стимулируется влагалище

- 49 -

## Гонорея (триппер)

### Что такое гонорея?

Эта ИППП очень распространена. Если вы вовремя не получите лечения от нее, у вас могут быть серьезные проблемы со здоровьем. Особенно это относится к женщинам. Беременная женщина, страдающая гонореей, может заразить ребенка при родах и тогда у него возникнет опасная глазная инфекция.

Гонорея излечивается антибиотиками.

### Каковы симптомы?

При гонорее может вообще не быть никаких симптомов. Если же они появляются, это случается через три-пять дней после полового контакта с больным. Даже если у вас нет симптомов, вы можете заразить других людей.

- 35 -

## ИНЪЕКЦИОННЫЕ СРЕДСТВА

- 1) Медикаменты, которые вводят вам через шприц врач или медсестра.
- 2) Наркотики, которые некоторые люди вводят себе при помощи шприца.

**ИППП** – инфекция, передаваемая половым путем, болезнь, которой вы можете заразиться если вступите в половой контакт с больным.

**КАЛ** – продукты распада, которые выводятся из организма через анус.

**КОНФИДЕНЦИАЛЬНОСТЬ** – врачи и другие медицинские работники не будут никому предоставлять информацию о вас без вашего письменного согласия.

**ЛУБРИКАНТ** – крем или гель, призванный сделать поверхности скользкими.

**МИКРООРГАНИЗМ** – мельчайшее живое существо в нашем теле, видимое только под микроскопом. Некоторые микроорганизмы играют позитивную роль, некоторые нейтральны, некоторые вредны. В здоровом теле присутствуют в основном здоровые микроорганизмы.

**МОЧА** – жидкие продукты распада, которые выводятся из организма через мочевого пузыря и уретру (см. рисунки на стр. 7 и 10) когда человек «писает».

**ОБРЕЗАНИЕ** – удаление кожи, закрывающей головку полового члена, производится обычно в младенчестве.

- 48 -

## Как у меня может проявиться хламидиоз?

У большинства женщин, больных хламидиозом, никаких симптомов нет. У большинства мужчин симптомы бывают, но не у всех. Хламидиоз необходимо лечить. В противном случае он принесет серьезный ущерб здоровью, особенно женщинам. Если вы не будете лечить хламидиоз, произойдет следующее:

### У женщины:

- Непроходящая боль в нижней части живота.
- Бактерии могут проникнуть в матку и фаллопиевы трубы (см. рисунок на стр. 7). Вам придется лечь в больницу. Возможно, в будущем вы не сможете иметь детей.
- Если у вас возникнет внематочная беременность в фаллопиевых трубах (см. рисунок на стр. 7), они могут порваться, и у вас начнется внутреннее кровотечение.

### У мужчины:

- Если бактерии попадут в яички (см. рисунок на стр. 10), вы, возможно, не сможете иметь детей.

## Как люди заражаются ИППП?

### Вы можете заразиться ИППП разными путями.

- Чаще всего заражение ИППП происходит в ходе полового акта. Возбудители инфекции передаются через сперму, влагалищную жидкость или кровь.
- Матери, зараженные ИППП, могут передать инфекцию своим детям. Это может произойти в ходе беременности и родов.
- Вы можете получить ИППП в результате укола, если игла или шприц были ранее использованы и там сохранилась зараженная кровь. Таким путем вы можете получить, например, гепатит Б или СПИД.

Не существует прививок от ИППП, за исключением гепатита Б.

Многие ИППП легко излечиваются. Все ИППП опасны если вы не получаете лечения. Некоторые ИППП неизлечимы.

- 5 -

## Гепатит Ц

### Что такое гепатит Ц?

Гепатит Ц – это заболевание печени. Оно вызывается вирусом гепатита Ц (HCV). Он был открыт в 1989 году. С 1990 года вся кровь, предназначенная для переливания, тестируется на наличие вируса гепатита Ц.

### Каковы симптомы?

Вы можете быть заражены гепатитом Ц и не иметь никаких симптомов. Вы можете передавать вирус другим людям даже если у вас самих никаких симптомов нет.

Через шесть-девять недель после заражения гепатитом Ц вы можете на короткое время заболеть. Симптомы будут следующими:

- Высокая температура
- Повышенная утомляемость
- Желтуха (пожелтение глаз и кожи)
- Боль в нижней части живота
- Моча цвета крепкого чая
- Тошнота (позывы на рвоту)

У некоторых больных наблюдаются менее выраженные симптомы в течение продолжительного времени: общее недомогание, чувство усталости, потеря аппетита.

- 34 -

- 19 -

## Что такое более безопасный секс?

Вы можете получать удовольствие от секса и в то же время предохранять себя и своего секс-партнера (партнеров) от ИППП. Самое важное в деле повышения безопасности секса – пользоваться презервативом при каждом половом контакте. Это поможет вам также уберечься от рака шейки матки и бесплодия, которые развиваются в результате ИППП.

### Важная информация о презервативах:

- Презерватив служит барьером, препятствующим смешиванию биологических жидкостей и заражению ИППП; он также предохраняет от беременности.
- При использовании мужским презервативом из латекса употребляйте только лубриканты на водяной основе. Лубриканты на масляной основе – вазелин, лосьоны, детское масло и т.п. – ослабляют и разрушают латекс.
- Женские презервативы изготавливаются из полиуретана. Этот материал выдерживает контакт с лубрикантом на любой основе, будь она водная или масляная.
- Некоторые лубриканты содержат химикаты (спермициды) для предохранения от нежелательной беременности. Если у вас от них бывает раздражение на половых органах – откажитесь от них.
- НЕ используйте мужской презерватив одновременно с женским.
- Презервативы не дают 100%-ной защиты от ИППП и нежелательной беременности. Они не препятствуют заражению ИППП, передаваемыми через контакт с кожей, таких как сифилис, вирус папилломы (бородавки) и герпес. Однако при правильном использовании они очень эффективны и могут снизить риск получения этих ИППП.

- 6 -

### Как я узнаю, что у меня гепатит Ц?

Обратитесь к своему врачу или в клинику, чтобы сделать анализ крови. Если в вашем организме когда-либо был вирус гепатита Ц (HCV), анализ это покажет. Однако анализ не даст ответа на вопрос, остается ли он там сейчас. На сегодняшний день анализы этого показать не могут. Так что если вы получили положительный результат анализа на HCV, ведите себя так, будто вы инфицированы.

### Что со мной может произойти?

Если у вас гепатит Ц, он может вызвать цирроз (повреждение печени). У небольшого числа больных разовьется печеночная недостаточность или рак печени.

### Как заражаются гепатитом Ц?

Вы заболеете гепатитом Ц только в том случае, если вирус попадет вам в кровь. Это может произойти следующим образом:

- Если вы пользуетесь или пользовались общей иглой при инъекциях.
- Если ваш партнер пользуется или пользовался общей иглой при инъекциях.
- Если вам делали переливание крови или трансплантацию до июня 1990 г. на территории Канады.
- Если вы случайно укололись использованной иглой для инъекций.

- 20 -

**ВЛАГАЛИЩНАЯ ЖИДКОСТЬ** – жидкость, содержащаяся во влагалище женщины (см. рисунок на стр. 7).

**ВОСПАЛЕНИЕ** – инфекция в какой-то части вашего тела, связанная с болевыми ощущениями, жаром, зудом, а иногда также с отеком и покраснением.

**ВОЗБУДИТЕЛИ ИНФЕКЦИИ** – мельчайшие живые существа, которые при попадании внутрь вашего тела могут вызвать инфекцию.

**ГЕНИТАЛЬНЫЕ БОРОДАВКИ** – небольшие шишечки, которые могут вырасти на половых органах или поблизости от них.

**ДАТА ИСТЕЧЕНИЯ СРОКА ХРАНЕНИЯ** – дата, после которой может быть небезопасно использовать презерватив, медикамент или пищевой продукт. Обычно все продаваемые продукты имеют гарантию вплоть до этой даты.

**ДРОЖЖЕВЫЕ ГРИБКИ** – мельчайшие организмы, которые часто присутствуют в нашем организме. Их чрезмерное размножение может вызвать инфекцию.

**ИНФЕКЦИЯ** – состояние, вызываемое микробом или бактерией; высокая температура может быть симптомом инфекции. **ИНФИЦИРОВАТЬ** – заразить возбудителями инфекции (бактериями, вирусами) другого человека

- 47 -

### Симптомы, которые нужно отслеживать:

#### У женщины:

- Ранее отсутствовавшие или необычного вида выделения из влагалища.
- Чувство жжения при мочеиспускании.
- Боль в нижней части живота, иногда сопровождаемая жаром и ознобом.
- Боль при половом акте.

#### У мужчины:

- Водянистые или похожие на молоко выделения из полового члена.
- Ощущение зуда внутри полового члена.
- Чувство жжения при мочеиспускании.
- Боль в яичках или их опухание (см. рисунок на стр. 10).

Так же, как и в случае с другими ИППП, вы можете получить и передать хламидиоз как при вагинальном, так и при анальном половом акте (см. ТИПЫ ПОЛОВОГО АКТА в ТЕРМИНОЛОГИЧЕСКОМ СЛОВАРЕ). В последнем случае симптомами заболевания могут быть боль, кровяно-чужие или другие выделения из ануса.

- 33 -

## ТЕРМИНОЛОГИЧЕСКИЙ СЛОВАРЬ

ЕСЛИ ВЫ НЕ ОБНАРУЖИЛИ ЗДЕСЬ СЛОВО ИЛИ ИНФОРМАЦИЮ, КОТОРЫЕ ИСКАЛИ, ВЫЯСНИТЕ НЕПОЯСНИМОЕ У ВРАЧА ИЛИ МЕДСЕСТРЫ. НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ НИ ОДИН ВОПРОС БЕЗ ОТВЕТА.

**АНТИБИОТИКИ** – лекарства, используемые для борьбы с инфекциями, которые вызываются бактериями.

**АНТИТЕЛА** – защита, которую ваш организм вырабатывает для противодействия инфекциям, вызванным бактериями и вирусами.

**БЕРЕМЕННОСТЬ** – период, в течение которого ребенок находится в теле матери; обычно он составляет девять месяцев.

**БЕСПЛОДИЕ** – неспособность иметь детей.

**ВАКЦИНА** – укол, который может защитить вас от инфекции.

**ВИРУС** – мельчайший живой организм, который вызывает инфекцию, попав в ваш организм; по размеру вирусы меньше бактерий.

- 46 -

## Хламидиоз

### Что такое хламидиоз?

Хламидиозом заражаются многие. Это одна из наиболее опасных ИППП. Если вы ей заболели, результатом может быть бесплодие. Матери могут передать возбудитель болезни своему ребенку при родах. В результате у многих детей развивается инфекция глаз или легких.

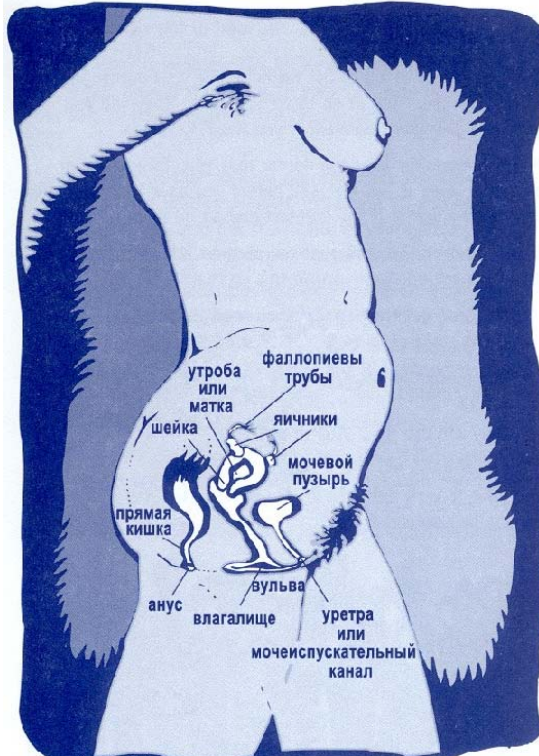
Хламидиоз излечивается антибиотиками.

### Каковы симптомы?

У некоторых больных хламидиозом симптомов нет. Если симптомы появляются, это бывает через одну-три недели после полового акта с человеком, зараженным хламидиозом. Вы можете заражать болезнью других людей даже если у вас нет никаких симптомов.

- 32 -

## Тело женщины



- 7 -

Существует некоторый риск передачи гепатита Ц при половом контакте, а также от матери новорожденному. Выясните подробности у своего врача.

### Чтобы защитить себя и окружающих от гепатита Ц:

- Не пользуйтесь общими иглами, шприцами и другими средствами для инъекции наркотиков.
- Не пользуйтесь общими инструментами для прокалывания ушей, пирсинга, татуировки или удаления волос.
- Не пользуйтесь общими зубными щетками, нитками для чистки зубов или бритвами.
- Всегда пользуйтесь презервативом.

### Если у вас положительный результат анализа на гепатит Ц:

- Расскажите об этом своему секс-партнеру.
- Всегда пользуйтесь презервативом.
- Прикрывайте все ранки до полного заживления.
- Складывайте весь мусор со следами вашей крови в отдельный полиэтиленовый пакет прежде чем выбросить (например, лейкопластырь, бумажные носовые платки, тампоны, бритвенные лезвия, нитки для чистки зубов и т.п.).
- Используйте отбеливатель для очистки поверхностей, на которые попала ваша кровь, например, доски для резки хлеба, кухонной раковины (разводите отбеливатель водой в соотношении один к девяти).
- Никогда не выступайте в роли донора крови, спермы или каких-либо частей тела (органов).
- Обсудите вопросы беременности и кормления грудью со своим врачом.

- 21 -

## Как пользоваться женским презервативом

Во время каждого полового акта пара должна использовать новый презерватив. Презерватив должен быть вставлен на место до того, как эрегированный половой член вступит в контакт с телом партнера.



- (1) Осторожно откройте упаковку.
- (2) Держите презерватив так, чтобы открытый конец свисал вниз. Придерживая презерватив с внешней стороны, зажмите малое кольцо между большим и средним пальцами.
- (3) Найдите удобное положение – либо лежа, либо сидя с разведенными коленями, либо стоя одной ногой на стуле. Сожмите малое кольцо и вставьте его во влагалище как можно глубже.



- 8 -

### Как мне себя вести, чтобы в максимальной степени сохранить здоровье?

Если у вас положительный результат анализа на гепатит Ц, вам следует регулярно посещать врача и делать анализ крови, чтобы следить за состоянием печени. Кроме того:

- Не употребляйте алкоголя.
- Не курите и не употребляйте наркотики.
- Не принимайте больших доз витаминов или так называемой «здоровой пищи» без предварительной консультации с врачом.
- Советуйтесь с врачом по поводу приема любых лекарств, даже тех, что продают без рецепта.
- Выясните возможность получения прививки от гепатита А и В.
- Если у вас появятся какие-либо симптомы гепатита, немедленно обратитесь к врачу (см. стр. 19).

- 22 -

Теперь вы знаете как снизить риск заболевания ИППП. Если у вас был половой контакт, связанный с риском, обратитесь к врачу или медсестре, или посетите клинику ИППП и попросите вас обследовать.

Не соглашайтесь на уговоры, если вы пока не готовы к сексу. Если же вы решились на половой контакт, подумайте о связанном с этим риске.

Для получения дополнительной информации об ИППП, ВИЧ и СПИДе обращайтесь к врачу или же позвоните в местный пункт здравоохранения либо в:

### **B.C. Centre for Disease Control Clinical Prevention Services – STI Control**

**(Центр санитарно-эпидемиологического надзора в  
Британской Колумбии)**

655 West 12<sup>th</sup> Avenue

Vancouver BC V5Z 4R4

Тел.: (604) 707-5600

Факс: (604) 707-5604

Электронная почта: [stdinfo@bccdc.ca](mailto:stdinfo@bccdc.ca)

- 45 -

### Я думаю, у меня герпес. Что мне делать?

- Не паникуйте, но сходите к врачу.
- Сохраняйте инфицированную область чистой и сухой.
- Высушивайте кожу вокруг язвочек при помощи фена, а не полотенца.
- Не носите тесных брюк, колготок или белья из нейлона, полиэстера или акрила. Выбирайте свободную одежду и белье из хлопка.
- Не пользуйтесь совместно полотенцами.

Если мочеиспускание связано с болью, попробуйте помочиться, сидя в теплой воде. Употребляйте только лекарства, рекомендованные врачом или медсестрой. Не пытайтесь лечить генитальный герпес самостоятельно.

- 31 -

### А как насчет моих секс-партнеров?

Если у вас обнаружен ВИЧ, вы должны рассказать об этом своему секс-партнеру или тому, с кем вы совместно пользовались иглами для инъекций. Они должны пройти проверку на заражение ВИЧ.

### Кто будет говорить с моими секс-партнерами?

Вы можете поговорить с ними сами. Если вы не можете или не хотите делать этого, расскажите об этом врачу или медсестре. Они вам помогут.

### Можно ли что-то сделать в отношении ВИЧ/СПИДа?

Средства излечения от ВИЧ и СПИДа не существует. Вирус останется в вашем организме пожизненно. Врачи используют различные медикаменты, чтобы противодействовать инфекциям и заболеваниям, которыми могут заболеть люди, зараженные ВИЧ. Но способа излечения пока не найдено.



- (4) Введите палец в презерватив и протолкните малое кольцо как можно глубже.
- (5) Следите за тем, чтобы часть презерватива с внешним кольцом оставалась снаружи. Внешнее кольцо должно плашмя лежать на поверхности тела когда половой член окажется внутри презерватива.
- (6) Выдавите внутрь презерватива несколько капель лубриканта и нанесите немного на поверхность полового члена. Когда половой член будет введен во влагалище, убедитесь, что он внутри презерватива.
- (7) По окончании полового акта выньте презерватив перед тем как встать. Возьмитесь за внешнее кольцо и перекрутите его, так чтобы сперма осталась внутри презерватива. Осторожно вытяните презерватив на поверхность.
- (8) Избавьтесь от презерватива гигиеничным образом. Заверните его в салфетку и выбросьте в мусор.

Если во время полового акта презерватив порвется, его следует немедленно изъять и заменить новым.

### Заразен ли герпес?

Вы можете заразиться генитальным герпесом если будете целоваться или вступите в половой контакт с носителем этой ИППП. Чаще всего это происходит при наличии открытых язвочек. Однако герпес передается и при отсутствии видимых поражений. Если вы дотронулись руками до язвочек, вымойте руки с мылом, чтобы вирус не перешел в другие места, например в глаза.

Вы НЕ МОЖЕТЕ заразиться герпесом через сиденья в туалете, ванну или бассейн. Но вы его получите, если будете пользоваться одним полотенцем с носителем этой инфекции.

Вы можете заразить вирусом герпеса своих секс-партнеров даже если у вас нет никаких симптомов.

## Генитальные бородавки

### Что такое генитальные бородавки?

Генитальные бородавки – это небольшие шишечки, вырастающие на половых органах или поблизости от них. По виду они напоминают обычные бородавки, возникающие на коже. Вызывает их вирус.

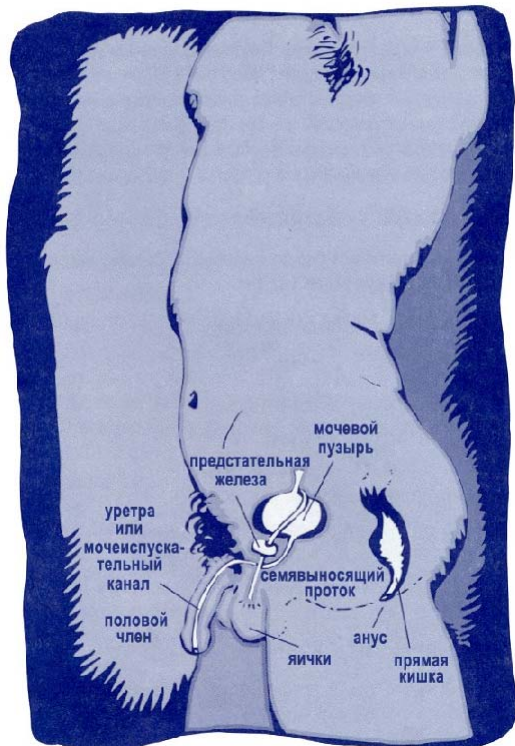
### Каковы симптомы?

Генитальные бородавки появляются по прошествии от двух недель до восьми месяцев после полового контакта с зараженным этой инфекцией.

С виду они напоминают крошечные кочаны цветной капусты. Местом их расположения бывают влажные области тела, например, половой член, влагалище или анус. Боли они не приносят. Если вы занимались оральным сексом, они могут возникнуть во рту или вокруг него.

У некоторых носителей инфекции никаких внешних проявлений на половых органах и поблизости от них не наблюдается. Тем не менее, они могут заразить ей своих партнеров.

## Тело мужчины



- 10 -

### Какой вред принесут мне генитальные бородавки?

Генитальные бородавки могут быть опасны, особенно для женщин. Женщины, имеющие генитальные бородавки, с большей вероятностью заболеют раком шейки матки (см. рисунок на стр. 7). Люди, у которых есть бородавки в анусе (см. рисунки на стр. 7 и 10) с большей вероятностью получат раковую опухоль в этом месте. Если у матери есть генитальные бородавки, при рождении ребенка они могут попасть ему в горло.

### Как я могу бороться с генитальными бородавками?

Если вы считаете, что у вас появились генитальные бородавки, вам нужно сходить к врачу или в клинику ИППП. Там проверят, есть ли у вас бородавки внутри влагалища, на половом члене или в анусе. Врач может наложить лекарство на бородавки или порекомендовать другое специализированное лечение.

- 24 -

Помните, если вы идете на риск в половой жизни, вы можете получить инфекцию и передать инфекцию людям, с которыми вступаете в половой контакт, а также их еще не рожденным детям. Предохраняйте себя и других людей, практикуя более безопасный секс (см. стр.6, 8-9, 11-12).

### Безопасен ли глубокий, «французский» поцелуй?

Вы не можете заразиться ВИЧ или СПИДом через поцелуй. Глубокий или «французский» поцелуй безопасен.

### Я думаю, что заражен ВИЧ или СПИДом. Что мне делать?

Если вы считаете, что у вас есть соответствующие симптомы, или вы пошли на риск в половой жизни, сходите к врачу или в клинику ИППП. Вам потребуется сдать анализ крови. Если его результат положителен, это означает, что вы заражены ВИЧ и можете передать его другим людям. Это не значит, что у вас СПИД, или что вы им заболеете.

- 43 -

У женщин герпесные высыпания могут быть внутри или вокруг влагалища, вблизи ануса или на бедрах и ягодицах (см. рисунок на стр. 7). У мужчин высыпания могут быть на половом члене, вокруг яичек, вблизи ануса или на бедрах и ягодицах (см. рисунок на стр. 10). И у мужчин, и у женщин высыпания могут возникнуть вокруг рта как результат орального секса с человеком, зараженным герпесом.

Многие из заразившихся герпесом сталкиваются с рецидивами болезни. Рецидивы обычно протекают в более легкой форме, чем первичный герпес.

### Какой вред принесет мне герпес?

Для многих людей герпес не представляет серьезной проблемы. Однако он может нести опасность для беременных женщин. При родах мать может заразить вирусом новорожденного. Он может очень серьезно заболеть. Если у матери первичный герпес, новорожденный может погибнуть. Если вы забеременели и у вас или вашего партнера в прошлом бывали проявления герпеса, сообщите об этом своему врачу.

- 29 -

## Как я могу определить, заражен ли я ВИЧ?

Существует анализ крови на наличие ВИЧ. Он называется анализ на антитела ВИЧ. Если вы заражены ВИЧ, ваш организм вырабатывает антитела, которые призваны с ним бороться. Таким образом, наличие антител свидетельствует о заражении.

Если результат вашего анализа на ВИЧ ПОЗИТИВЕН, это означает, что вы заражены ВИЧ. Если результат анализа НЕГАТИВЕН, это означает, что в вашем организме антител нет. Однако антитела появляются через целых 12 и более недель. Так что результаты вашего анализа могут быть негативными, а вы все равно можете быть заражены.

СПИД – последняя стадия заражения ВИЧ. Люди, у которых развился СПИД, чувствуют себя все хуже и хуже. Болезнь может закончиться смертельным исходом. Однако у вас есть возможность предохраниться от ВИЧ и СПИДа.

## Как я могу предохраниться от ВИЧ?

- Пользуйтесь презервативом при каждом половом акте.
- Имейте как можно меньше секс-партнеров.
- Не пользуйтесь общими иглами для инъекций.
- Не пользуйтесь совместно бритвами или зубными щетками.

- 42 -

## Генитальный герпес

### Что такое генитальный герпес?

Генитальный герпес – это ИППП, которая вызывает болезненные высыпания на гениталиях и вокруг них. Это тот же вид вируса, что вызывает лихорадку на губах и вокруг рта. Генитальный герпес можно получить и в результате занятий оральным сексом. После заживления язвочек они могут периодически появляться вновь. Излечение от герпеса невозможно, но есть лекарства, помогающие избавляться от высыпаний быстрее и делающие их менее болезненными.

### Каковы симптомы?

В период от нескольких дней до недели после полового акта вы можете ощущать жжение или зуд в области гениталий. Затем появляются группы мелких пузырьков. Они лопаются и превращаются в болезненные язвочки. Язвочки сохраняются две-четыре недели. При первой вспышке болезни она может сопровождаться также повышением температуры и головной болью.

- 28 -

## Как пользоваться мужским презервативом

Во время каждого полового акта, вагинального или анального, пара должна использовать новый презерватив. Презерватив должен надеваться на эрегированный половой член до того, как он вступит в контакт с телом партнера.



(1) Осторожно откройте упаковку.



(2) Приложите презерватив к кончику полового члена когда он уже тверд и эрегирован, но до того, как он коснулся тела партнера. Следите за тем, чтобы закатанная кромка презерватива оказалась снаружи.



(3) Пальцами другой руки сожмите верхушку презерватива, чтобы выпустить из него воздух, и раскатайте его, так чтобы он покрыл поверхность полового члена.

- 11 -

## Вагинит/бактериальный вагиноз

### Что такое вагинит?

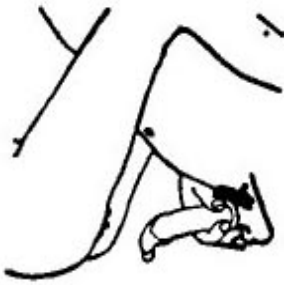
Вагинит – это воспаление влагалища.

### Каковы симптомы?

Больная может испытывать различные симптомы, включая:

- Необычные выделения из влагалища, иногда имеющие неприятный запах.
- Зуд и боль во влагалище и в сопредельной области.
- Покраснение и отек у входа во влагалище.
- Болезненность при половом акте и мочеиспускании.

- 25 -



(4) После сношения и до того, как половой член станет мягким, выньте его из влагалища, придерживая презерватив за ободок, чтобы не пролить сперму.



(5) Осторожно снимите презерватив с полового члена и завяжите узлом открытый конец.



(6) Избавьтесь от использованного презерватива гигиеничным образом. Заверните его в салфетку и выбросьте в мусор.

Если во время полового акта презерватив порвется, его надо немедленно снять и заменить новым.

- 12 -

## Что вызывает вагинит?

### Дрожжевая грибковая инфекция

Дрожжевые грибки могут находиться во влагалище и не наносить никакого вреда. Однако их чрезмерное размножение может вызвать вагинит. Если вы беременны, принимаете противозачаточные таблетки или антибиотики, или же у вас какие-то другие проблемы со здоровьем – все это может привести к избыточному количеству дрожжевых грибков. Если вы вступаете в половой контакт при наличии у вас дрожжевой грибковой инфекции, ваш партнер скорее всего ей не заразится. Однако у некоторых мужчин бывают зуд и покраснение полового члена, особенно если им не было сделано обрезания.

### Трихомонады

Женщина может получить этот микроорганизм от мужчины в ходе полового акта. Часто у мужчин отсутствуют симптомы и они могут распространять трихомонад, не подозревая об этом. У некоторых мужчин бывают небольшие выделения из полового члена и чувство жжения при мочеиспускании.

### Бактериальный вагиноз

Женщина заболевает этой болезнью, когда в результате избыточного размножения нормальной бактериальной флоры во влагалище нарушается необходимый баланс. Партнер-мужчина в лечении не нуждается.

- 26 -

## Как мне НЕ заразиться СПИДом?

Вы не можете заразиться ВИЧ от других людей если не вступаете с ними в половой контакт и не пользуетесь совместно иглами для инъекций. Прикосновения, рукопожатия, объятия полностью безопасны. Вы не можете заразиться ВИЧ от домашних животных или от жалящих насекомых, например, от комаров.

Некоторые думают, что можно заразиться ВИЧ, сдавая кровь. Это не так, поскольку медсестры, берущие кровь, используют новую иглу для каждого донора. Когда вы сдаете кровь, вам не приходится контактировать с кровью других людей.

Донорская кровь обязательно проверяется на наличие ВИЧ, так что риск заразиться ВИЧ через кровь, переливаемую в больничных условиях, чрезвычайно низок.

- 41 -

## Что делать при вагините/бактериальном вагинозе?

Существуют кремы и таблетки, призванные помочь при вагините и бактериальном вагинозе. Если у вас обнаружены трихомонады, ваш партнер (партнеры) также нуждаются в лечении, даже если у них симптомов нет. Если они лечения не получают, они могут заразить вас повторно.

## Что еще нужно делать?

Лучше носить свободную одежду и белье из хлопка. Не носите тесных брюк, колготок или белья из нейлона, полиэстера или акрила.

- 27 -