

je žena u mogućnosti zaštititi svoje zdravlje samo na jedan način - ako zahtijeva da partner nosi kondom.

Može li se ispiranjem spriječiti zarazu? Neke žene vjeruju da je ispiranje vagine vodom ili antiseptikom dobro za održavanje higijene i zaštitu od zaraze. Međutim nesamo što ispiranje ne sprečava zarazu, ono može uzrokovati probleme jer uništava i korisne bakterije koje održavaju zdravlje vagine.

Kada bi trudnica trebala otići na STD test? Ako postoji sumnja da trudnica možda ima STD, morala bi reći liječniku kako bi se zarazu otkrilo i liječilo. Neke STD zaraze mogu biti uzročnici teških problema u djeteta.

U mnogim dijelovima sydneyškog gradskog područja (**Sydney Metropolitan Area**) i preko NSW-a, postoje centri za spolno zdravlje koje možete naći u telefonskoj knjizi **White Pages** pod imenom "**Sexual Health Centres**". U nekim centrima su zaposleni dvojezični radnici. Ako je potrebno, može se pozvati tumača.

Ako trebate pomoć za nazivanje na engleskom, nazovite Službu za prevođenje i tumačenje (**Translating and Interpreting Service - TIS**), na **131 450**.

Više informacija o zdravlju na hrvatskom jeziku možete naći u **Multicultural Communication website** na **<http://mhcs.health.nsw.gov.au>**

Telefonski brojevi su točni za vrijeme objavljivanja ove informacije, ali ih se ne usklađuje s eventualnim promjenama. Preporuča se da brojeve provjerite u telefonskom imeniku.

multi
cultural
communication

Croatian
22 November 1999
[BHC-5435]

Mitovi i činjenice o spolnom zdravlju

Myths and facts about sexual health

NSW Multicultural Health Communication Service
website: <http://mhcs.health.nsw.gov.au>
e-mail: mhcs@sesahs.nsw.gov.au
phone: (02) 9382 8111

NSW HEALTH
DEPARTMENT

Mitovi i činjenice o spolnom zdravlju

Myths and facts about sexual health

Spolno zdravlje je nešto o čemu se obično mnogo ne govori, pa nije nikakvo čudo da oko toga postoje mnogi nesporazumi. No ipak, kao što je važno voditi brigu o bilo kojem drugom obliku zdravlja, isto je tako potrebno i o spolnom. Trebamo biti svjesni slijedećih činjenica:

Što je to spolno prenešena bolest (sexually transmitted disease - STD)? Svaka bolest koja prelazi s jedne osobe na drugu putem spolnoga kontakta (tj. vaginalnog, oralnog ili analnog seksualnog odnosa). Neki misle da su spolno prenešene bolesti samo sifilis (**syphilis**) i gonoreja (**gonorrhoea**). Međutim postoje mnogobrojne vrste STD-a, od blagog nadražaja genitalija pa sve do bolesti koje mogu uzrokovati neplodnost ili teška oboljenja ako ih se ne liječi. Neki ljudi ne znaju da je i HIV spolno prenešena bolest. Pogađa oba spola i može dovesti do AIDS-a koji može biti fatalan. Hepatitis B, koji isto može biti fatalan, prenaša se za vrijeme seksa.

Tko dobije STD? Nije istina da samo izvjesne kategorije ljudi obole od STD-a. Ove zarazne bolesti mogu pogoditi svakoga.

Kako osoba može znati ima li STD? Ne može uvijek. Neke bolesti ne pokazuju vidljive simptome. Primjerice, klamidija (**chlamydia**) je dosta učestala spolno prenešena bolest, osobito među 15 - 24 godišnjacima. Premda pogađa oba spola, u žena se nekada ne primjećuju simptomi. Neliječena, klamidija može uzrokovati tešku infektivnu upalu zdjelice (**Pelvic Inflammatory Disease - PID**), koja uzrokuje neplodnost.

Bilo koji od slijedećih simptoma mogu značiti da osoba ima STD:

- neobični iscjedak iz vagine ili penisa
- žestoka bol, pečenje ili nadražaj za vrijeme mokrenja
- ranica, mjehurić, čir, bradavica ili pukotina na koži
- osip u području genitalija

- bol u donjem dijelu trbuha za vrijeme odnosa
- osip koji ne svrbi a pojavljuje se na dlanovima ili tabanima

Ovi simptomi ne moraju značiti da osoba ima STD ali ipak, za svaki slučaj, idite liječniku. Jedini način za otkrivanje imate li - ili nemate STD je putem testa. Testiranje STD-a je strogo povjerljivo a obavljaju ga u Centrima za spolno zdravlje (**Sexual Health Centres**), Zdravstvenim centrima za žene (**women's health centres**), Klinikama za planiranje obitelji (**Family Planning Clinics**) i kod liječnika opće prakse. Usluge u Centrima za spolno zdravlje su većinom besplatne. Tkogod obilazi ove centre, ne treba dati svoje pravo ime niti pokazivati Medicare kartu ako neće.

Kako možemo znati je li netko drugi ima spolno prenešenu bolest? Većinom se to ne može znati. Neki misle - ako je netko čist i dobro obučan da taj ne može imati STD. No naprotiv, mnogi čisti i dobro obučani ljudi imaju spolno prenešene bolesti - zapamtite, one mogu pogoditi svakoga.

Koji je najbolji način za izbjegavanje STD- a? Jedan je ne imati seks. Drugi je imati seks samo s jednim partnerom - s nekim tko osim s vama nema seks s nikim drugim. Međutim makar imali samo jednog partnera, ali ako taj partner ima seks s nekom drugom osobom bez uporabe kondoma (prezervativa), još ste uvijek u opasnosti od zaraze. Kondom je dobro zaštitno sredstvo protiv STD-a. Važno je rabiti ih u slučaju:

- a) ako niste sigurni je li vaš partner zaražen ili nije
- b) ako ste imali nezaštićeni spolni odnos s nekim tko nije vaš uobičajeni partner.

Kada par može prestati rabiti kondome? Kad su oboje sigurni da niti jedan nema infekciju. Jedini način da budu sasvim sigurni je ako se oboje podvrgnu STD testu i ako niti jedan ne namjerava imati nezaštićeni seks s drugim osobama.

Što ako partner žene odbije uporabu kondoma? To bi moglo dovesti do ozbiljnih poteškoća. Međutim važno je zapamtiti da