

SEKSUAALSEL TEEL LEVIVAD INFEKTSIOONID



Seksuaalsel teel levivad infektsioonid ehk nakkused (rahvakeeles suguhaigused) levivad kaitsmata seksuaalvahekorra ajal. Tuntumad nendest on gonorröa ("tripper") ja süüfilis.

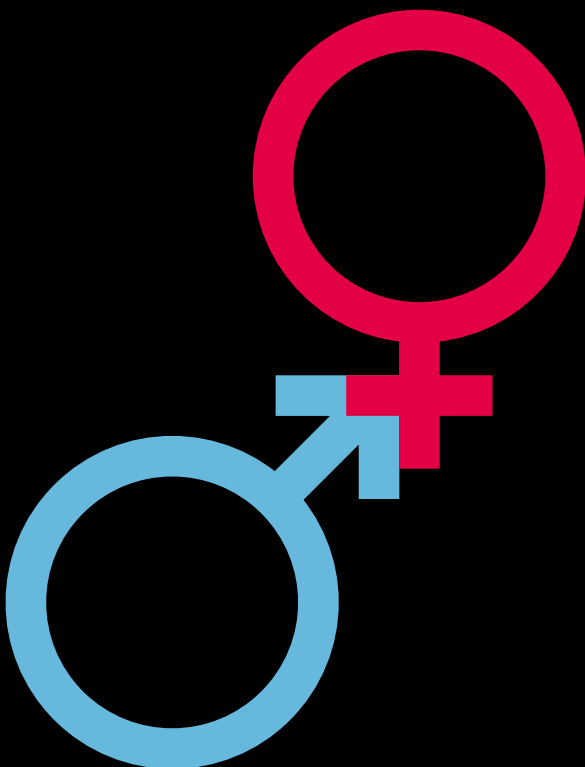
Mitmed seksuaalsel teel levivad infektsioonid, nagu näiteks klamüdioos ja gonorröa, võivad kulgeda ilma sümptomite ja vaevusteta ja seetõttu inimene ei pruugi seda ise tähele panna. Sellest hoolimata võivad nakkused palju kahju teha, näiteks põhjustada nii naistel kui meestel viljatust. Ka ilma sümptomiteta kulgeva seksuaalsel teel leviva nakkuse võib oma partnerile edasi anda. Sõltumata sümptomite olemasolust või puudumisest võib inimene kaitsmata seksuaalvahekorras teist nakatada või ise nakatuda.

Ükski seksuaalsel teel leviv infektsioon ei kao iseenesest. Suurem osa seksuaalsel teel levivatest infektsioonidest allub hästi ravile, kui seda õigeaegselt teha. Mida varem need nakkused avastatakse, seda parem on neid ravida. Gonorröa, trihhomonoos, süüfilis ja klamüdioos on täielikult ravitavad, kui seda teha õigeaegselt. Kuid näiteks herpesviirust ja HI-viirust, mis samuti levivad kaitsmata seksuaalvahekorra ajal, ei ole võimalik välja ravida.

Kui olete nakatud mis tahes seksuaalsel teel levivasse infektsiooni, peate hoiatama oma sekspartnerit/ sekspartnereid, et ka nemad saaksid lasta ennast arsti juures kontrollida ja vajadusel ravida.

Kuidas nakatutakse?

Seksuaalsel teel leviva infektsiooni võib saada nakatunud inimesega kaitsmata seksuaalvahekorras olles. Inimese suu, tupe, pära ja kusiti sisemus on kaetud limaskestaga, millel elavad ja paljunevad mikroorganismid (enamasti bakterid või viirused), mis põhjustavad seksuaalsel teel levivaid infektsioone. Kaitsmata seksuaalvahekorra ajal võivad need nakkusetekitajad levida ühe inimese limaskestalt teise inimese omale. See põhjustabki nakkuse.



Seksuaalsel teel levivad infektsioonid

GONORRÖA (TRIPPER)

Gonorröad põhjustavad bakterid võivad elada tupe, emakakaela, suguti, päraku, kusiti ja kurgu limaskestal. Seega võib nakkus levida kõikides nendes kohtades. Milline piirkond nakatub, sõltub sellest, kas nakatunud partneriga harrastatakse suu-, tupe- või pärakuseksi.

Naistel võib paar päeva kuni kaks nädalat pärast nakatumist tekkida suguteedest eritis või voolus (kollakas või rohekas) ja/või kusiti on urineerimisel valulik. Meestel võib esineda eritist peenisest (võib-olla ainult paar tilka) või on urineerimine valulik. Nii naistel kui meestel ei pruugi sümptomeid alati esineda. Gonorröad on võimalik ravida.

Naistel võib gonorröa levida emakakaelast munajuhadesse. See võib põhjustada munajuhade põletiku. Võib esineda palavik ja valu kõhu alaosas. Ka seda on võimalik välja ravida. Ravimata juhtudel on peamiseks tüsistuseks viljatus ja emakaväline rasedus.

KLAMÜDIOOS

Klamüdioos on väga levinud seksuaalsel teel leviv infektsioon. Üle pooltel naistel võib see kulgeda ilma kaebusteta. Võib esineda rohkem voolust, natuke rohkem verekaotust menstruatsiooni ajal või veritsemist pärast seksuaalvahekorda või ka valu alakõhus.

Meestel esinevad sümptomid sagedamini. Paar nädalat pärast kaitsmata seksuaalvahekorda võib mehel esineda eritist peenisest (võib-olla ainult paar tilka) või on urineerimine valulik. Ent samuti ei pruugi ka mehed midagi tähele panna. Kui klamüdioosi õigel ajal ei ravita, võib see põhjustada samu probleeme nagu gonorröagi – munajuhade põletik ja emakaväline rasedus naistel, viljatus nii meestel kui naistel. Klamüdioosi on võimalik ravida.

SÜÜFILIS

Süüfilis on kolme staadiumiga kulgev seksuaalsel teel leviv infektsioon. Esimeses staadiumis, kaks kuni kaksteist nädalat pärast nakatumist, võib tekkida üks või mitu haavandit selles kohas (või ümbruses), kus haigustekitaja sisse pääses. Need haavandid on väikesed, katsudes kõvad ning tavaliselt valutud. Alati pole neid näha, sest need võivad olla peidus tupes või pärakus. Need kaovad ise ära isegi siis, kui nende suhtes midagi ette ei võeta. Kuid süüfilise tekitajad jäävad kehasse alles.

Teises staadiumis võivad esineda sellised sümptomid nagu palavik, juuste väljalangemine või plekid nahal. Ka need nähud kaovad ilma ravita, kuid bakterid jäävad inimese organismi alles.

Aastaid pärast nakatumist algab süüfilise nn kolmas staadium ja kahjustada võivad saada mitmed organid ja organsüsteemid. Süüfilist on võimalik ravida esimeses ja ka teises staadiumis.

TRIIHOMOONOOS

Trihhomonoosi tekitajad elavad tupe või kusiti limaskestas ja põhjustavad seal põletikku. Naistel esinevad sümptomid tõenäolisemalt kui meestel. Tupp võib muutuda põletikuliseks. Voolus võib rohkeneda ning see võib halvasti lõhnata ja vahutada.

Tihti muutuvad häbe ja tupp seestpoolt punaseks ja valulikuks ning võivad sügeleda. Mõnikord muutub kusiti põletikuliseks, mis teeb urineerimise valulikuks ja võib tekkida vajadus urineerida vähe ja sageli. Sümptomid võivad olla nii kerged, et neid on raske tähele panna.

Mehed ei märka sageli mitte midagi. Mõnikord võib esineda hommikuti peenisest vähest eritist. Samuti võib peeniseots või kusitiava ümbrus olla ärritatud ning urineerimisel võib esineda põletavat tunnet. Trihhomonoosi on võimalik ravida.

KONDÜLOOMID

Kondüloomid esinevad suguelunditel ja nende ümbruses. Nende tekitajaks on papilloomiviirus. Naistel on need tupe ja päraku sees ja selle ümbruses ning meestel peenisel ja päraku sees ja selle ümbruses.

Kondüloomid ilmnevad paar nädalat kuni mitu kuud pärast nakatumist. Tavaliselt esineb hulk väikesi näsasid, mis võivad kasvada ja levida. Kondüloomid on mõnikord seksuaalvahekorra ajal valulikud ja tavaliselt iseenesest ära ei kao. Arst ravib neid, peitsides vastava lahusega või mõnikord külmutamise, kõrvetamise või operatsiooni abil. Seda tehakse tuimestuse mõju all. Vahel võivad kondüloomid pärast ravi tagasi ilmuda. Siis tuleb ravi korrata.

On olemas papilloomiviiruse vastane vaktsiin, mis kaitseb ka nende viirustüüpide eest, mis põhjustavad kondüloomide teket. Samas on vaktsiin üpris kallis, ning vaksineerida tuleks juba enne seksuaalelu alustamist.

HERPES

Herpesviirus põhjustab villide teket, mis võivad muutuda haavanditeks ja kärnadeks. Kõige tuntum herpese vorm on ohtis. Herpes võib esineda ka suguelunditel või nende ümbruses, sel juhul nimetatakse seda genitaalherpeseks. Herpes levib nii suu-, tupe- kui ka pärakuseksi ajal.

Naistel tekivad villid ja haavandid tuppe ja pärakusse ning nende ümbrusesse. Samuti võib genitaalherpes põhjustada valu tupe ümbruses ja urineerimisel või lümfisõlmede suurenemist kubeme piirkonnas.

Meestel võib esineda ville või haavandeid peenisel või munanditel ja päraku ümbruses ning lümfisõlmed võivad olla valulikud. Samuti võib meestel olla urineerimine valulik.

Sümptomid kaovad kahe või kolme nädala jooksul iseenesest. Kuid see ei tähenda, et viirus oleks organismist kadunud. Sümptomid võivad uuesti ilmuda – sageli siis, kui keha vastupanuvõime on nõrgenenud menstruatsiooni, väsimuse või stressi tõttu. Esimesel korral on haigushoog kõige valulikum, hiljem sümptomid leevenduvad. Herpest ei saa välja ravida – viirust ei ole võimalik organismist hävitada. On olemas ravimeid, mis sümptomeid leevendavad.

Nakkav on vedelik herpese villides ja haavandites. Kui neid ei ole võimalik kondoomiga katta, sest need asuvad väljaspool kondoomiga kaitstud piirkonda, on genitaalherpese ägenemise ajal parem seksist hoiduda.

HIV

HIV (või HI-viirus) on viirus, mis kahjustab inimese organismi võimet kaitsta end haiguste eest. Inimene muutub väga vastuvõtlikuks kõikvõimalikele nakkushaigustele (ka sellistele, mida tavaliselt

põetakse väga harva). Aids ehk omandatud immuunpuudulikkuse sündroom ehk HIV-tõbi on HIV-nakkuse lõppfaas. HI-viirus levib kaitsmata seksuaalvahekorra ajal, aga ka otsesel kontaktil nakatunud inimese verrega (näiteks süstalde jagamine narkootikumide süstimisel). HI-viirusega nakatumisest aiasi kujunemiseni võib kuluda kümmekond ja isegi enam aastat ning inimene võib end pikka aega üsna hästi tunda. Hoolimata sellest ei kao viirus tema organismist kuhugi ning ta on nakkusohtlik kogu aeg. HI-viirust on organismis võimalik kindlaks teha verd uurides.

On olemas ravimeid, mis leevendavad sümptomeid ja aeglustavad HIV-nakkuse kulgu, kuid kahjuks ei ole nendega võimalik viirust organismist hävitada. Ei ole olemas ka vaktsiini, mille abil saaks nakatumist vältida.

HEPATIIDID

Hepatiiti ehk maksapõletikku võivad põhjustada erinevad viirused. Tuntumad nendest on A-, B- ja C-hepatiidi viirused. B-hepatiidi viirus levib eelkõige seksuaalsel teel. C-hepatiit levib peamiselt verega kokkupuutel ning A-hepatiit eelkõige pesemata käte, saastunud toidu ja veega.

B-hepatiiti nakatumine põhjustab maksapõletiku. Kui palju sümptomeid esineb, sõltub põletiku tõsidusest. Mõnikord ei ole üldse sümptomeid. Ainult üks kolmest B-hepatiiti põdevast inimesest märkab, et on haigestunud. Sümptomid võivad ilmnedas alles kaks kuni kuus kuud pärast nakatumist ja nendeks võivad olla näiteks väsimus, iiveldus, gripitaolised sümptomid ja kõhuvalu. Mitu päeva pärast nende sümptomite ilmnemist võivad nahk ja silmad kollakaks muutuda. Uriin näeb välja nagu seisnud tee (tume) ja väljaheide muutub väga heledaks (nagu pahtel). Need sümptomid võivad

kesta paarist nädalast kuni mitme kuuni. Isegi pärast sümptomite kadumist võib väsimus kesta veel mitu kuud. Üheksal inimesel kümnest kaob viirus iseenesest. Ühel inimesel kümnest viirus aga ei kao ning kujuneb välja krooniline B-hepatiit. Seejärel on need inimesed nakkusohtlikud. Krooniline B-hepatiit võib põhjustada maksa kärbumise – maks ei tööta enam korralikult, samuti võib lõpuks areneda maksavähk. Teistel inimestel võib viirus organismi jääda, kuid püsida soikeseisundis. Tavaliselt neil sümptomeid ei esine, kuid nad on viirusekandjad ja seega nakkusohtlikud. B-hepatiidi levimise oht on suurem kui HI-viiruse levimise oht – B-hepatiit on nakkusohtlikum. B-hepatiidi vastu on võimalik lasta end vaktsineerida.

C-hepatiit on maksapõletik, mida tekitab C-hepatiidi viirus ehk HCV. See levib peamiselt nakatunud vere kaudu (näiteks ühiste süstalde või nõelte kasutamine narkootikumide süstimisel), viiruse ülekandeks piisab isegi ühest veretilgast. Seksuaalsel teel levib nakkus harva. Erinevalt A- ja B-hepatiidist on organismi immuunsüsteemil C-hepatiidist tunduvalt raskem vabaneda. Seetõttu areneb enam kui 80 protsendil ägeda C-hepatiidi viirusega nakatunud haigetest kauakestev või krooniline C-hepatiit. Võivad tekkida fibroos, maksatsirroos, maksakoe armistumine, lõppstaadiumis ka maksapuudulikkus, samuti maksavähk. See kõik toimub tavaliselt väga pika aja jooksul. C-hepatiiti ei ole võimalik välja ravida ning selle vastu vaktsiini ei ole.

Viiruslikest hepatiididest on kõige soodsama kuluga A-hepatiit. A-hepatiidi viirus (HAV) eritub organismist roojaga ning kandub edasi otsese kontakti, pesemata käte, saastunud vee ja toiduga. Inimesed nakatuvad eelkõige lõunamaades reisis, seepärast ei peaks seal kasutama keetmata vett, jääga jahutatud jooke, tooreid puu- ja juurvilju ning mereande. Ka seksuaalvahekorra ajal võib A-hepatiit levida – seda just päraseksi ja suuseksi ajal.

Haigussümptomid tekivad kuni poolteist kuud pärast nakatumist: väsimus, palavik, oksendamine; nahk võib muutuda kollakaks ja sügeleda, uriin tumedaks ja väljaheide heledaks. Üldjuhul on see haigus soodsa kuluga. Läbi põdedes saab inimene eluaegse immuunsuse ning erinevalt B- ja C-hepatiidist ei muutu haigus krooniliseks.

KUBEMETÄID

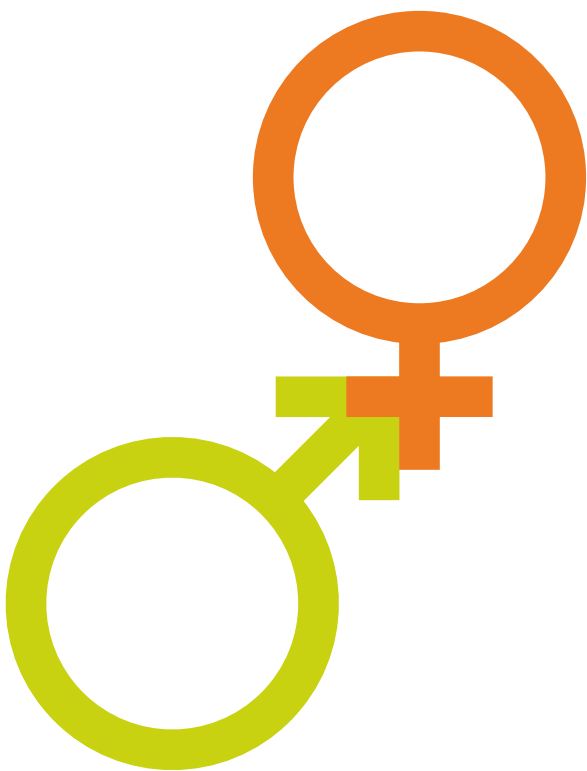
Kubemetäid põhjustavad sügelust, eriti kubemekarvades (tupevõipäraku ümbruses). Täideväljaheited tekitavad punakaid või pruune plekke aluspesule. Ehkki kubemetäid on väikesed, on neid võimalik näha. Täid ise on hallikaspruunid. Munad (tingud) on hallid või beežid. Viimased klammerduvad kubemekarvade külge. Paar päeva või nädalat pärast intiimset kehalist kokkupuudet kellegagi, kellel on kubemetäid, võib tekkida sügelus. See on ainuke seksuaalsel teel leviv infektsioon, mille suhtes on võimalik ise midagi ette võtta. Ostke apteegist kubemetäide vastane ravim. Järgige hoolikalt kasutusjuhendit ning peske oma riided ja linad, et hävitada täid ja tingud. Samuti tuleb ravida partnerit. Kui te pole kindel, et tegemist on kubemetäidega, paluge oma arstil vaadata.

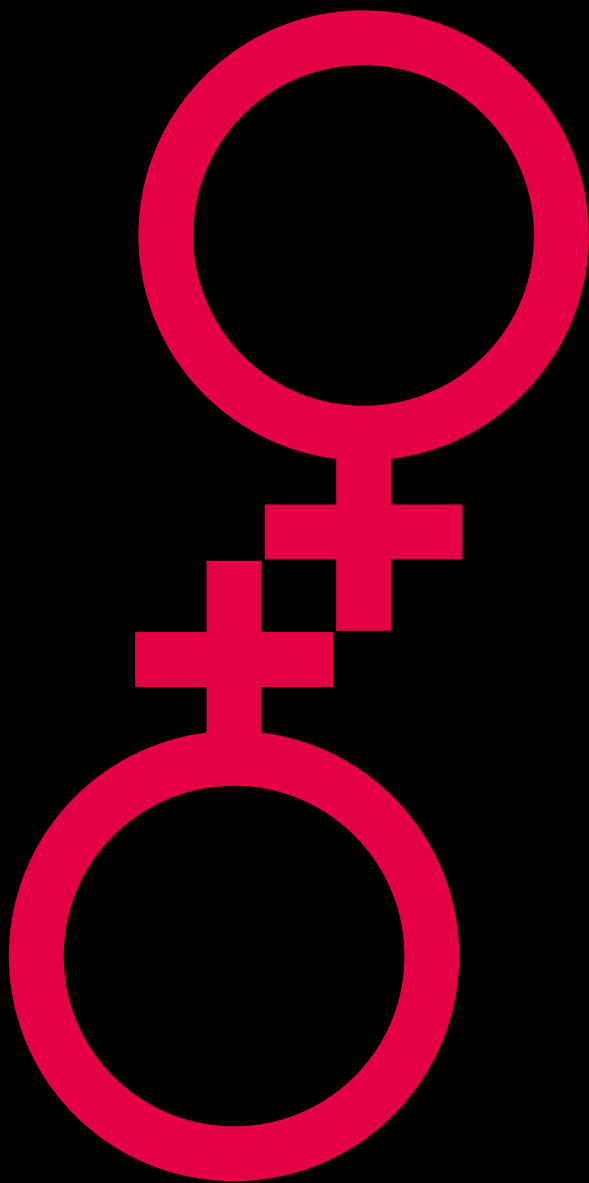
Kõikide seksuaalsel teel levivate infektsioonide puhul tuleb meeles pidada

- Need ei kao iseenesest ja neid ei ole võimalik maha pesta.
- Võib esineda sümptomeid, kuid tihti ei pruugi kaebusi olla.
- Sõltumata sümptomite olemasolust, võite nakatuda ise ja nakatada kedagi teist.
- Enamikke seksuaalsel teel levivaid infektsioone on võimalik ravida.
- Ainult arst saab kontrollides kindlaks määrata, kas olete nakatunud seksuaalsel teel levivasse infektsiooni.
- Ravi puhul on oluline võtta sisse kõik ravimid vastavalt arsti ettekirjutusele, isegi siis, kui sümptomid on juba kadunud.
- Minge järelkontrolli, et saada teada, kas ravi on mõjunud.
- Laske end ravida alati arstil, ainult arst oskab määrata õiged ravimid. Ärge kasutage lihtsalt ravimeid, mida kasutasite kunagi varem. Samuti ärge kasuta kellegi teise ravimeid. Ei ole olemas ühte ravimit kõigi seksuaalsel teel

levivate infektsioonide vastu. Iga nakkuse raviks on erinevad ravimid.

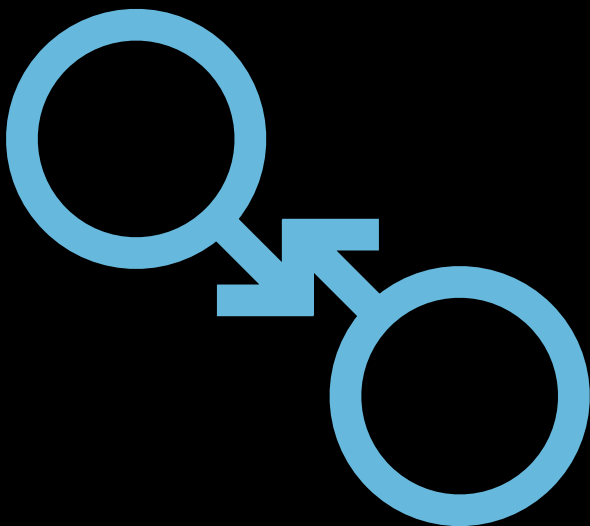
- Te pole kunagi ainuke seksuaalsel teel levivat infektsiooni põdev inimene, sest nakatusite sellesse kaitsmata seksuaalvahekorra ajal juba nakatunud inimesega. Seega hoiatage oma sekspartnereid, kui olete nendega kaitsmata seksuaalvahekorras olnud. Neid tuleks samuti kontrollida ja vajadusel ravida.





Kuidas vältida naka- tumist seksuaalsel teel levivatesse infektsioonidesse?

Oluline on elada turvalist seksuaalelu. **TURVALINE SEKS** tähendab seda, et suu-, tupe- või pärakuseksi ajaleilasta partneri seemnevedelikul, tupevedelikul ega verel sattuda oma kehasse. Turvaseks ei ole mitte ainult kondoomi kasutamine. See on arukas ja ohutu käitumine. See tähendab armastust, hoolt ja austust enda ja oma partneri vastu.



Kuidas ennast kaitsta?

TURVALINE SEKSUAALELU

– kaitske ennast ja oma partnerit. Ärge laske oma partneri spermal, verel ega tupevedelikul sattuda oma kehasse suu-, tupe- või pärakuseksi ajal. Selleks kasutage kaitsevahendeid nagu kondoom ja turvakile. Rasestumisvastased tabletid, pessaar või spiraal aitavad ära hoida soovimatut rasedust, kuid seksuaalsel teel levivate infektsioonide vastu need mingit kaitset ei paku. Katkestatud suguühe ei kaitse HIV-i, suguhaiguste ega raseduse eest.

Kondoomi kasutamine on lihtsaim viis kaitsta ennast ja oma partnerit seksuaalsel teel levivate infektsioonide ja HI-viiruse eest ning ära hoida soovimatut rasedust.

PARTNERITE VALIMINE

Kui partner süstib narkootikume või tal on mitmeid erinevaid seksuaalpartnerid, siis on nakatumisoht suurem. Kui märkate partneril mingeid kahtlasi lööbeid, haavandeid või eritist, siis ärge seksige temaga. Pigem uurige välja, millega on tegemist, ja soovitage tal arsti juurde minna.

Pidage meeles, et ainult vaatlusest ei piisa, sest mitmetel seksuaalsel teel levivatel infektsioonidel võivad nähtavad haigustunnused puududa.

Ka igati terve väljanägemisega inimene võib olla HIV-i või mõne seksuaalsel teel leviva infektsiooni kandja.

SEKSIST HOIDUMINE

ehk abstinents on kõige kindlam viis kaitsta end seksuaalsel teel levivate infektsioonide eest.

MONOGAAMIA

– olge vahekorras vaid ühe inimesega, kes on omakorda seksuaalvahekorras ainult teiega. Seksuaalsel teel levivatesse infektsioonidesse ei nakatu need paarid, kellel ei ole elu jooksul olnud teisi seksuaalpartnereid.

Püsisuhtes on oluline vastastikune truudus. Kui olete leidnud püsipartneri ja otsustate olla vahekorras ilma kondoomita, siis tuleks eelnevalt käia koos testimas HIVi ja levinumate seksuaalsel teel levivate infektsioonide suhtes.

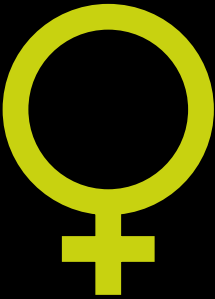
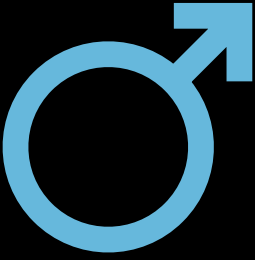
VÄLTIGE ALKOHOLI JA NARKOOTIKUME

Purjus või narkouimas inimene teeb asju, mida ta kaine ja selge peaga ei teeks, ning võib panna nii ennast kui ka teisi inimesi ohtu.

Täiendav informatsioon:

WWW.HIV.EE

WWW.TERVISEINFO.EE



Tervise Arengu Instituut
National Institute for Health Development