

Инфекции передаваемые половым путем (ИППП) – это группа инфекционных заболеваний, которые передаются в основном при половом контакте от больного человека к здоровому. В настоящее время известно более 30 ИППП. К ним относят гонорею, сифилис, хламидиоз, трихомониаз, генитальный герпес, аногенитальные бородавки (вирус папилломы человека), мягкий шанкр, донованоз, гарднереллез (бактериальный вагиноз), микоплазмоз, уреаплазмоз, кандидоз, ВИЧ, гепатиты В и С.

Самая большая опасность ИППП — в их скрытности. Многие болезни, такие как хламидиоз или трихомониаз, могут годами протекать бессимптомно. Человек чувствует себя абсолютно здоровым, но при этом является носителем инфекции, разрушающей его организм изнутри и передающейся партнерам.

Последствия запущенных инфекций — это не только дискомфорт и воспаление. Это риски бесплодия, импотенции, тяжелых осложнений беременности и заболеваний внутренних органов. ИППП не выбирают по социальному статусу или возрасту — под ударом и студент, и добропорядочный семьянин, изменивший жене «всего один раз».

Золотой стандарт профилактики прост, как таблица умножения:

1. Барьерная контрацепция (презерватив). Это не просто защита от нежелательной беременности. На сегодняшний день это единственное средство, которое снижает риск передачи большинства бактериальных и вирусных инфекций (включая ВИЧ и гепатиты). Использовать его нужно при любом виде проникающего контакта — вагинальном, анальном, оральном.

2. Вакцинация. Мы привыкли прививаться от гриппа, но забываем о защите от вируса папилломы человека (ВПЧ) и гепатита В. ВПЧ — причина практически 100% случаев рака шейки матки, а также может вызывать рак полового члена и ротоглотки. Вакцинация эффективна и рекомендована как девушкам, так и юношам до начала половой жизни.

3. Личная гигиена. Общие правила звучат банально, но работают: использование только личного полотенца, мочалки, бритвы. В общественных местах (бани, бассейны) желательно использовать личные тапочки и сидеть на личном полотенце.

*Красные флаги: когда бежать к врачу?*

Поводом для внепланового визита к специалисту должны стать:

- ✓ Необычные выделения из половых путей (изменение цвета, запаха, обильности).

- ✓ Зуд, жжение или дискомфорт в интимной зоне.
- ✓ Болезненность во время секса или мочеиспускания.
- ✓ Высыпания, покраснения, язвочки, бородавки на коже и слизистых.
- ✓ Увеличение лимфатических узлов в паху.

Важно! Даже если симптомы исчезли сами (что часто бывает при переходе болезни в хроническую форму), это не значит, что вы здоровы. Заниматься самолечением и использовать «проверенные» народные методы или свечи из интернета — значит дать болезни время нанести непоправимый урон.

Профилактика ИППП — это не скучная лекция из кабинета здоровья. Это ваш личный инвестиционный план в долгую и счастливую жизнь. Будьте честны с собой и партнерами, проходите регулярные обследования (раз в год или при смене партнера) и помните: ваше здоровье — в ваших руках.

Врач акушер-гинеколог

Радькова М.А.