

Как избежать заражения инфекциями, передаваемыми половым путем (ИППП)

Инфекции, передаваемые половым путём, или ИППП (Sexually transmitted infections), — это болезни, которые передаются от человека к человеку в основном при незащищённом сексуальном контакте. Их также называют заболеваниями, передаваемыми половым путём (ЗППП).

В зависимости от возбудителя ЗППП могут быть:

- бактериальными — сифилис, венерическая лимфогранулёма, гонорея, уреаплазмоз, микоплазмоз;
- вирусными — генитальный герпес, ВИЧ, остроконечные кондиломы, цитомегаловирус, контагиозный моллюск;
- протозойными, вызванными паразитами, — трихомониаз;
- грибковыми — кандидоз .

ИППП передаётся:

- ➔ половым путём — при традиционном, оральном и анальном сексе;
- ➔ контактно-бытовым путём — через поцелуи, общую бритву, зубную щётку и другие средства гигиены;
- ➔ внутриутробно — от матери к плоду при родах и через плаценту;
- ➔ парентерально — через кровь при медицинских манипуляциях, использовании нестерильных игл и переливании крови;
- ➔ другими путями — через грудное молоко и слюну.

В группу риска входят люди, которые ведут беспорядочную половую жизнь и не имеют постоянного партнёра, а также гомосексуалисты, бисексуалы, заключённые и мигранты

Наиболее частые инфекции

1. *Хламидиоз*, или *хламидиозная инфекция*, — это самая распространённая инфекция среди других ИППП. Её возбудителем является бактерия *Chlamydia trachomatis*. Болезнь поразила около 4,2 % женщин и 2,7 % мужчин во всём мире, но наиболее распространена среди молодёжи
2. *Трихомониаз* — это инфекция, возбудителя которой (*Trichomonas vaginalis*) находят во влагалище и половом члене. При инфицировании симптомы не проявляются примерно у 70 % больных. Поражает и

женщин, и мужчин. Инфекция передаётся половым путём, в том числе при контакте кожа-к-коже с участием влагалища или пениса. Заразиться при обычном контакте, например через немытые руки или поцелуи, нельзя.

3. *Гонорея* вызывается гонококком (*Neisseria gonorrhoeae*). Бактерия обычно передаётся во время полового акта. После этого она находится в слизистых оболочках половых органов и мочевыделительной системы. Помимо половых путей гонорея поражает слизистую прямой кишки, конъюнктивы и ротоглотки. Инкубационный период длится от дня до 2 недель, реже до месяца. Гонорея обладает высокой заразительной способностью во время секса (99 %). Риск заражения у женщин после секса с инфицированным мужчиной составляет 50–80 %. Вероятность повышается, если у женщины менструация и половой акт удлинен. Мужчины заражаются в 30–40 % случаев. Это связано с особенностями строения мочеполовой системы, например узким каналом уретры. Гонококки также могут смываться мочой. Иногда женщина передаёт бактерии ребёнку контактным путём и через предметы личной гигиены, например через постельное бельё или полотенца (обычно девочкам).
4. *Генитальный герпес* также распространён по всему миру. Его вызывает вирус простого герпеса (ВПГ). Человек способен заразиться им как при классическом, так и при оральном сексе. Чаще всего заражаются подростки и люди до 50 лет.
5. *Сифилис* хроническое инфекционное заболевание, вызванное бледной трепонемой (*Treponema pallidum*), которое характеризуется специфическим системным поражением кожи, слизистых оболочек, нервной системы, внутренних органов и опорно-двигательного аппарата. Без лечения заболевание проходит четыре последовательные стадии, характеризующиеся разными симптомами.
6. *Гепатит В* — тяжёлая инфекция, возбудителем которого является вирус гепатита В. Передаётся половым, трансплацентарным и трансфузионным путём и протекает в основном с поражением печени.
7. *ВИЧ* — тяжёлая болезнь, которая передаётся разными способами, в том числе и половым путём. Её возбудителем является вирус иммунодефицита человека. ВИЧ приводит к нарушению работы иммунной системы вплоть до развития синдрома приобретённого иммунодефицита человека (СПИДа).

8. Вирус папилломы человека (ВПЧ) — инфекция, которая передаётся половым, трансплацентарным и контактными путями. У пациентов с ВПЧ появляются остроконечные кондиломы и бородавки в половых путях.

Симптомы инфекций, передаваемых половым путём.

Симптомы отличаются в зависимости от типа инфекции.

1. **Симптомы хламидиоза** Инкубационный период инфекции составляет в среднем 2–6 недель, после чего появляются первые симптомы и способность заражать других. Помимо половых органов, хламидиозные инфекции возникают в анусе, глазах, горле и лимфатических узлах. Если не лечить повторные хламидиозные инфекции глаз, у пациента ухудшается зрение.

У женщин бактерии изначально заражают шейку матки, после чего появляются симптомы, напоминающие цервицит. Пациентки обычно жалуются на небольшие выделения из влагалища, дискомфорт, жжение и болезненное мочеиспускание. Бактерия также может заразить уретру. В этом случае появляются признаки и симптомы уретрита (например, частые болезненные мочеиспускания с гноем). Иногда инфекция распространяется восходящим путём, из шейки матки в матку и фаллопиевы трубы, что приводит к воспалению органов малого таза. Это повышает риск бесплодия или внематочной беременности. Хламидиоз может протекать бессимптомно или остро, при этом типичным симптомом выступает боль в животе и/или тазу. При обследовании также отмечают болезненность движения шейки матки, самой матки и придатков.

Мужчины отмечают появление светлых выделений из пениса, болезненность при мочеиспускании, отёчность и увеличение яичек. Часто у пациентов находят уретрит со слизистыми или водянистыми выделениями из уретры и другими трудностями мочеиспускания. У некоторых мужчин развивается эпидидимит — воспаление придатка яичка. Хронический процесс нередко приводит к бесплодию.

Без лечения хламидийная инфекция может поражать глаза и привести к трахоме, вызывающей слепоту.

2. **Симптомы трихомониаза.** Женщины отмечают раздражение и зуд влагалища и прилегающей области, пенные, цветные выделения из влагалища, неприятный запах, боль при половом акте и мочеиспускании.

У мужчин клиническая картина выражена не так ярко, как у женщин. Обычно у них нет симптомов. Иногда появляются проблемы с мочеиспусканием, дискомфорт в области паха и болезненность при семяизвержении.

3. Симптомы гонореи. У большинства женщин нет симптомов, но в некоторых случаях пациентки жалуются на жжение или боль при мочеиспускании, кровотечения, не связанные с менструацией, выделения из влагалища и боль в животе.

У мужчин гонорея проявляется в виде жжения при мочеиспускании, болезненных и опухших яичек, белых, жёлтых или зелёных выделений из пениса. Инфекция гонореи в прямой кишке или задней части может вызвать кровотечение, зуд и боль при дефекации

4. Генитальный герпес. Период появления первых признаков болезни занимает от 2 до 10 дней после инфицирования, при этом симптомы длятся 2–3 недели. Пациенты жалуются на болезненность и жжение в области половых органов, в анусе, ногах и ягодицах. Иногда повышается температура тела, появляется лихорадка, боль в голове, мышцах, связках и сухожилиях. Женщины отмечают сильный зуд и неприятные выделения из влагалища. Внешне для герпеса характерны мелкие групповые пузырьковые высыпания с серозной жидкостью внутри, которые в дальнейшем сливаются, изъязвляются и покрываются корочкой.

Симптомы ИППП у беременных. Вероятность заражения ЗППП у беременных остаётся такой же, как и у обычных женщин. В этом случае последствиями заражения ИППП могут быть самопроизвольные аборты и выкидыши (в дальнейшем — бесплодие), спаечные процессы в малом тазу, врождённые уродства, задержка развития или внутриутробная смерть плода.

Какие осложнения вызывают ИППП?

✓ У женщин:

Бесплодие – хламидиоз и гонорея часто приводят к непроходимости маточных труб.

Внематочная беременность – из-за воспалительных процессов в малом тазу.

Хронические боли – спайки, воспаление придатков (аднексит).

Рак шейки матки – вызванный некоторыми типами ВПЧ.

✓ [] У мужчин:

Простатит и бесплодие – инфекции могут повреждать предстательную железу и нарушать качество спермы.

Сужение мочеиспускательного канала – из-за рубцов после гонореи.

Импотенция – в запущенных случаях сифилиса или хронических воспалений.

✓ **Общие последствия:**

Поражение суставов, сердца, нервной системы (например, при сифилисе).

Повышенный риск ВИЧ – из-за воспалений и микротравм слизистых.

Передача инфекции ребенку во время беременности или родов (врожденный сифилис, хламидийный конъюнктивит).

Прогноз.

При своевременном выявлении инфекций, прогноз у ИППП благоприятный. Пациенты с осложнёнными формами после лечения находятся на динамическом наблюдении. При обращении к другим специалистам они должны сообщать о перенесённой болезни.

Профилактика ИППП

Основная профилактика заключается в отказе от случайных сексуальных связей, использовании презервативов или занятиях сексом с постоянным здоровым партнёром.

Чтобы предупредить инфицирование, также рекомендуют:

- ➔ соблюдать правила личной гигиены — ежедневно подмывать половые органы;
- ➔ регулярно сдавать анализы на заражение ИППП;
- ➔ посещать гинеколога и уролога;
- ➔ при первом подозрении на болезнь сразу обращаться за медицинской помощью;
- ➔ медицинскому персоналу, работникам детских учреждений и пищевой промышленности регулярно проходить медицинские осмотры;
- ➔ пройти обязательное обследование во время беременности.

→ Вакцинация – от ВПЧ и гепатита В.

Также важно поддерживать иммунитет, потому что вирусные инфекции активируются при его снижении.

Подготовлено по материалам интернет-источников

Подготовила Н. Защеринская, инструктор-валеолог.