**Что нужно знать о профилактике заболеваний, передающихся половым путем.**

Сексуальная свобода, которой привык пользоваться современный человек, имеет свои «подводные камни»: во всем мире неуклонно растет уровень заболеваемости болезнями, передающимися половым путем (ЗППП). Чтобы сохранить свое здоровье и не подвергать опасности партнера, требуются своевременные профилактика и лечение.

Однако, постоянный рост количества заболеваний, передающихся половым путем, говорит не о сложности профилактики, а о безответственном отношении большинства людей к своему здоровью и их безграмотности в этом вопросе. Зачастую больные стесняются обратиться к врачу при возникновении симптомов и пытаются обойтись народными средствами. Это чревато последствиями для их здоровья.

**ЗППП и их профилактика.**

**ЗППП  — это инфекции, которые передаются чаще всего при половом контакте с инфицированным партнером**. Возбудители  проникают в организм здорового человека вместе с кровью, спермой или влагалищными выделениями больного. Некоторые заболевания распространяются при непосредственном контакте с инфицированной кожей (например, герпес, генитальные бородавки). На сегодняшний день существуют более 30 возбудителей ЗППП.  Классические ЗППП (венерические) известны давно (сифилис, гонорея). «Новые» ЗППП существуют давно, но возбудители многих из них были открыты сравнительно недавно (хламидиоз, микоплазмоз, кандидоз, гарднереллез, трихомониаз, генитальный герпес, уреаплазмоз и ВИЧ-инфекция). К «новым» относят также болезни кишечника, передающиеся половым путем (шигеллез, лямблиоз, амебеаз), а также болезни кожи, передающиеся половым путем (генитальный контагиозный моллюск, чесотка, лобковый педикулез).

Часто ЗППП протекают бессимптомно и выявляются только на этапе развития осложнений. Поэтому очень важно уделять должное внимание их профилактике: пользоваться средствами предохранения, избегать случайных половых контактов, соблюдать гигиену и дважды в год сдавать анализы по направлению от гинеколога или уролога.

Если в области половых органов вы испытываете зуд или жжение, наблюдаете нетипичные выделения с неприятным запахом, язвы или сыпь - необходимо немедленно обратиться к врачу.

**Индивидуальные профилактические мероприятия.**

Ответственный подход к своему здоровью и здоровью своего партнера предполагает индивидуальную профилактику ЗППП, в которую входят:

- соблюдение гигиены;

- правильная и регулярная контрацепция;

- использование местных бактерицидных средств;

- регулярное посещение гинеколога или уролога;

- своевременное квалифицированное лечение выявленных заболеваний;

- воздержание от беспорядочных половых связей;

- вакцинирование против некоторых типов вирусов (папилломавируса, вируса гепатита В)

Кроме того, следует разбираться в механических и медикаментозных средствах профилактики ЗППП и правильно их применять.

**Механические средства профилактики ЗППП.**

Механические (барьерные) средства защиты при половых актах не гарантируют 100% безопасность. Они обеспечивают в основном предохранение от нежелательной беременности, снижая риск заражения ЗППП лишь на 80-85%. Но, несмотря на то, что презерватив не идеальное средство предохранения от ЗППП, оно считается наиболее эффективным. Поэтому пользоваться презервативами необходимо. Чтобы не повышать риски, следует приобретать презервативы только в аптеках, соблюдать сроки и условия хранения, правильно их использовать.

**Медикаментозная профилактика ЗППП.**

Помимо механических средств защиты от ЗППП существует еще и химические. При правильном их применении они способны предотвратить инфицирование в среднем на 70%. К ним относятся:

- С***пермициды***. Выпускаются в виде мазей, гелей, свечей и вагинальных таблеток. Основная их функция – подавить активность сперматозоидов, защита от ЗППП является побочным эффектом и распространяется не на все их виды. Наиболее распространенные спермицидные средства – «Контрацептин-Т» (свечи), «Стерилин» (свечи), «Фарматекс» (свечи, крем, вагинальные таблетки, тампоны).

***- Антисептики***. Используются в экстренных случаях в течение двух часов после полового акта. Для профилактики ЗППП подходят «Бетадин», «Мирамистин», «Хлоргексидин», «Гибитан». Это растворы, которыми обрабатываются половые органы, лобок и бедра.

Перед использованием тех или иных средств индивидуальной защиты от ЗППП, необходимо проконсультироваться со специалистом и тщательно изучить прилагаемую инструкцию. Это избавит Вас от нежелательных побочных действий, придаст уверенности в целесообразности использования.

**Помните! Заболевания, передающиеся половым путем, опасны, прежде всего, осложнениями: бесплодием, импотенцией, хроническими воспалительными процессами, поражениями нервной системы и внутренних органов. Неправильное лечение, игнорирование симптомов, пренебрежение средствами профилактики могут пагубно сказаться на вашем здоровье.**

**В каких случаях стоит посетить врача?**

Вне зависимости от наличия неприятных ощущений в области половых органов, профилактический визит к врачу необходим дважды в год, а также после случайного полового контакта, полового насилия, в случае неверности вашего постоянного партнера. Если же вы заметили какие – либо симптомы ЗППП, идите на прием в тот же день.

Врач дерматовенеролог ГБУЗ «Бичурская ЦРБ» Аникеева Л.А.