

ابق آمناً ومحمياً معلومات عن الأمراض المنقولة جنسياً

Information about STIs



يُرجى التواصل معنا على www.eccq.com.au/health أو تحميل نسخة من كُتيب "دعونا نكتشف الأمر معاً." من على الموقع الإلكتروني، وذلك للحصول على المزيد من المعلومات كما يمكننا تزويدك بنسخة ورقية وذلك مجاناً.

الموقع الإلكتروني: www.eccq.com.au/health
رقم الهاتف: 0738449166
رقم الفاكس: 0738464453
البريد الإلكتروني: health@eccq.com.au

Please contact us at www.eccq.com.au/health or download a copy of the **Let's Talk About It** booklet from the website for further information. You can also ask us to send you hard copies for free.

Website: www.eccq.com.au/health
Phone: 07 3844 9166
Fax: 07 3846 4453
Email: health@eccq.com.au



How can people protect themselves from STIs?

Condoms used with water-based lubricant are still the best way to protect people from STIs, and can also prevent pregnancy.

Condoms can be very effective if people store and use them correctly:

- Don't keep condoms in places that are too hot (such as in a car) or too cold (such as in a freezer). Keep condoms away from direct sunlight
- Choose and use the right size (width) condom – small (45-51mm), regular (52-56mm) or large (56-60mm). ECCQ has a free sample pack available with different sized condoms. Anyone can order free condom packs at www.eccq.com.au/health or ask our program staff.
- Always remember to:
 - ✓ Check the expiry date and don't use condoms that have expired
 - ✓ Always use water-based lubricant. Don't use oil-based lubricant as it can damage the condom
 - ✓ Don't re-use condoms – washed or not washed
 - ✓ Don't use two or more condoms at the same time
 - ✓ Condoms should be used for every type of sex- vaginal, anal and oral

Condoms and water-based lubricant can be bought from supermarkets, pharmacies and convenience stores.

HPV vaccine can prevent genital warts and cancers of cervix, anus, vulva, vagina, penis and throat. The risk of getting an STI are reduced by:

- Using condoms
- Reducing the number of sexual partners
- Avoiding having sex with a person if they have a lump, rash or sore on their genitals. Suggest that they have a sexual health check
- Drinking alcohol in moderation. Drinking alcohol or taking drugs can make it difficult to make good decisions about having safe sex
- Having a sexual health check if you have had sex while traveling in another country
- Having a sexual health check when you have finished a relationship and before you start a new one
- Do not wash out your vagina with water or antiseptic solution after sex (this is called douching). Washing out the vagina does not protect against STIs and can make it easier to be infected

كيف يمكن للأشخاص حماية أنفسهم من الأمراض المنقولة جنسياً (STIs) ؟

لا يزال استخدام الواقيات الذكرية مع المزلقات الشخصية التي يدخل الماء في تركيبها من أفضل الطرق لحماية الأشخاص من الأمراض المنقولة جنسياً، كما أنها تمنع حدوث الحمل.

وتظهر فاعلية الواقيات الذكرية إذا تم تخزينها واستخدامها بطريقة صحيحة:

- لا تحتفظ بالواقيات الذكرية في أماكن ذات حرارة عالية (مثل السيارة)، ولا تحتفظ بها كذلك في أماكن ذات برودة عالية مثل (المُبردات). احتفظ بالواقيات الذكرية بعيداً عن أشعة الشمس المباشرة
- ينبغي اختيار واستخدام الواقي الذكري ذي الحجم المناسب (العرض) - الحجم الصغير (45 - 51 ملليمتر)، العادي (52 - 56 ملليمتر)، أو الكبير (56 - 60 ملليمتر) ويوفر مجلس المجتمعات العرقية في كوينزلاند (ECCQ) علبة من الواقيات الذكرية ذات أحجام ومقاسات مختلفة. يمكن لأي شخص طلب علبة مجانية من الواقيات الذكرية من على الموقع الإلكتروني www.eccq.com.au/health أو الرجوع إلى أي من طاقم العمل الخاص بالبرنامج.
- عليك أن تتذكر دائماً:
 - ✓ التحقق من تاريخ الصلاحية، لا تستخدم أيًا من الواقيات الذكرية التي انتهت صلاحيتها.
 - ✓ ينبغي لك استخدام المزلقات الشخصية التي يدخل الماء في تركيبها. لا تستخدم المزلقات الشخصية التي يدخل الزيت في تركيبها. ذلك لأنها قد تتسبب في إتلاف الواقي الذكري.
 - ✓ لا تعيد استخدام الواقي الذكري سواء قمت بغسله أم لا.
 - ✓ لا تستخدم أكثر من واقي ذكري في المرة الواحدة.
 - ✓ ينبغي استخدام الواقي الذكري لجميع أنواع الممارسات الحميمة المهبلية منها أو الفموية.

يمكنك شراء الواقيات الذكرية وكذلك المزلقات الشخصية التي يدخل الماء في تركيبها من المتاجر والصيدليات والمحال التجارية.

يمكن لتطعيمات فيروس الورم الحليمي البشري أن تقي من الإصابة بالتأليل التناسلية، وسرطانات عنق الرحم والشرج والفرج والمهبل والقضيب والحلق.

تخفض احتمالية الإصابة بالأمراض المنقولة جنسياً عند استخدام:

- الواقيات الذكرية
- تقليل عدد الشركاء عند الممارسة الجنسية
- تجنب ممارسة الجنس مع شخص يعاني من التأليل أو الطفح الجلدي أو التهاب الأعضاء التناسلية. إذا صادفت أي منهم، اقترح عليهم أن يخضعوا لفحص الصحة الجنسية
- تناول المشروبات الكحولية باعتدال. يؤدي الإفراط في تناول المشروبات الكحولية أو المخدرات إلى صعوبة اتخاذ قرار صائب بشأن ممارسة الجنس الآمن.
- ينبغي لك الخضوع لكشف الجنس الآمن، إذا مارست الجنس أثناء سفرك إلى بلد آخر.
- ينبغي لك الخضوع لفحص الصحة الجنسية إذا كنت قد أنهيت إحدى العلاقات وكنت بصدد بدء علاقة جديدة.
- تجنب غسل الأعضاء التناسلية بالماء أو المُطهرات بعد ممارسة الجنس (يُسمى ذلك أيضاً بشطف المهبل). إن غسل المهبل لا يحميك من الأمراض المنقولة جنسياً، كما أنه يسهل انتقال العدوى.

What might a sexual health check include?

- Discussion of your sexual health concerns and taking a sexual health history
- Urine and/or blood tests
- Swabs of the genital, anus or throat

Where can people get a sexual health check?

You can have free and confidential sexual health checks at sexual health clinics (www.health.qld.gov.au/clinical-practice/guidelines-procedures/sex-health/services/find-service). You can also go to your GP or Family Planning Services.

Queensland residents aged 16 years or older can order a free and confidential chlamydia and gonorrhoea urine test online at www.health.qld.gov.au/13health/webtest. However, it does not replace a sexual health check.

How are STIs treated?

- Chlamydia, gonorrhoea and syphilis are caused by bacteria and can be cured with antibiotics. However, people can be re-infected.
- Genital herpes and genital warts are caused by viruses and cannot be cured, but symptoms can be treated with oral, injected or cream medications.

What will happen if a pregnant woman has an STI?

All pregnant women should have a sexual health check in early pregnancy. Some women may need to be tested for STIs a few times throughout the pregnancy. STIs like syphilis, chlamydia, gonorrhoea and genital herpes can be passed from mother to baby during pregnancy or birth. Syphilis is very dangerous for babies and can cause birth defects or miscarriage. Most STIs can be safely treated during pregnancy – the earlier the better.



ما الذي قد يتضمنه فحص الصحة الجنسية؟

- إجراء مناقشة حول مخاوفك بشأن الصحة الجنسية، الاطلاع على تاريخ الصحة الجنسية.
- تحليل بول و/أو دم.
- مسحة من على الأعضاء التناسلية، وفتحة الشرج والحلق.

أين يمكن للأشخاص الحصول على فحوصات الصحة الجنسية؟

يمكنك الحصول على فحوصات الصحة الجنسية مجاناً وبكل سرية تامة في عيادات الصحة الجنسية (<https://www.health.qld.gov.au/clinical-practice/guidelines-procedures/sex-health/services/find-service>) يمكنك أيضاً الذهاب إلى طبيبك المعالج أو خدمات تنظيم الأسرة.

يمكن لسكان كوينزلاند الذين يبلغون من العمر 16 عاماً فما فوقها، طلب تحليل بول مجاناً للكشف عن أمراض الكلاميديا والسيلان في سرية تامة من على الموقع الإلكتروني

(www.health.qld.gov.au/13health/webtest) ومع ذلك فإن هذه التحاليل لا تغني عن فحوصات الصحة الجنسية.

كيف يمكن علاج الأمراض المنقولة جنسياً؟

- تحدث الإصابة بالكلاميديا والسيلان والزهري نتيجة الإصابة بالبكتيريا، ويمكن علاجها بالمضادات الحيوية. ومع ذلك يمكن أن يعاني الأشخاص من ظهور المرض مرة أخرى.
- أما التآليل التناسلية والهربس التناسلي فهما يحدثان نتيجة الإصابة بالفيروسات ولا يمكن علاجهما، إلا أنه يمكن علاج الأعراض باستخدام أدوية تُؤخذ عن طريق الفم أو من خلال الحقن أو الكريمات.

ماذا سيحدث إذا ما تعرضت إحدى النساء الحوامل لأحد الأمراض المنقولة جنسياً؟

يجب على السيدات الحوامل الخضوع لفحوصات الصحة الجنسية في بداية الحمل. قد تحتاج بعض النساء إلى الخضوع لاختبارات الأمراض المنقولة الجنسية عدة مرات أثناء فترة الحمل. كما أن أمراضاً مثل الزهري والكلاميديا والسيلان والهربس التناسلي، قد تنتقل من الأم إلى الجنين أثناء الحمل أو أثناء الولادة. ويُعد مرض الزهري من الأمراض الخطيرة على صحة الأجنة حيث قد يتسبب في تشوهات حُقْقية أو الإجهاض. كما أن معظم الأمراض المنقولة جنسياً يمكن علاجها بكل أمان أثناء الحمل، وكلما جرى اكتشافها في وقت مبكر كان أفضل.

What are STIs?

STIs (Sexually Transmissible Infections) are infections that can be passed from one person to another by sexual contact including **vaginal sex** (penis in vagina), **anal sex** (penis in anus) and **oral sex** (mouth to genitals/anus). Some STIs can also be passed from mother to baby or by blood contact such as HIV and hepatitis B. These are discussed separately in our HIV and Hepatitis B Factsheet available at www.eccq.com.au/health.

There are more than 30 different STIs. Some can be caused by viruses, some by bacteria and some by parasites.

What are common STIs in Australia?

The common STIs in Australia are Chlamydia, Gonorrhoea, Syphilis, Genital Warts and Genital Herpes.

How do STIs affect people?

Some STIs can cause serious long-term health problems if left untreated, such as pelvic inflammatory diseases (PID) for women or **infertility (cannot have a baby) for both men and women**. STIs can increase the risk of getting and transmitting HIV. Some STIs can even lead to death. **Therefore, it is important that STIs are diagnosed and treated early.** Recent and current sexual partners will also need testing and treatment if infected. Your doctor can help you to contact them if required. **This will help to prevent re-infection.**

How can people know if they have an STI?

A sexual health check is the only way to know whether a person has an STI or not.

Most people who have an STI look and feel healthy without knowing that they are infected. However, some people may experience one or more of the following symptoms:

- Blisters, lumps, sores, a rash or a change in the skin on the genitals (penis, testicles, vagina, anus) or inner thighs
- Pain in the testicles (males)
- Lower belly pain, pain during or just after sex, or bleeding between periods (females)
- Unusual discharge or bleeding from the penis, vagina, or anus
- Pain or difficulty passing urine

All people who are sexually active should have sexual health checks. In particular, if you:

- change a sexual partner, particularly at the start or end of a sexual relationship
- have had sex without using a condom
- have more than one sexual partner

ما المقصود بالأمراض المنقولة جنسياً؟

الأمراض المنقولة جنسياً هي حالات العدوى التي قد تنتقل من شخص إلى آخر نتيجة الاتصال الجنسي بما في ذلك **الجنس المهبلي** (إيلاج القضيب في المهبل)، و**الجنس الشرجي** (إيلاج القضيب في فتحة الشرج)، و**الجنس الفموي** (لمس الأعضاء التناسلية بالفم). كما يمكن أن تنتقل بعض الأمراض المنقولة جنسياً من الأم إلى الجنين، أو عن طريق الدم مثل مرض الإيدز أو مرض التهاب الكبد الوبائي B. وسوف نناقش هذه الأمور في ورقة الحقائق التفصيلية عن مرض الإيدز، ومرض التهاب الكبد الوبائي B، المتوفرة على الموقع الإلكتروني www.eccq.com.au/health

يوجد أكثر من 30 نوعاً مختلفاً من الأمراض المنقولة جنسياً تنتوع أسباب الإصابة بهذه الأمراض ما بين العدوى بالفيروسات أو البكتيريا أو الطفيليات.

ما أكثر الأمراض المنقولة جنسياً انتشاراً في أستراليا؟

من أشهر الأمراض المنقولة جنسياً انتشاراً في أستراليا: الكلاميديا، والسيلان، والزهري، والتآليل التناسلية، والهربس التناسلي.

كيف تؤثر الأمراض المنقولة جنسياً على الأشخاص؟

يمكن أن تتسبب بعض الأمراض المنقولة جنسياً في إصابة الأشخاص بمشكلات صحية على المدى الطويل إذا ما تركت دون علاج، مثل أمراض التهاب الحوض للنساء أو **العمق (عدم القدرة على الإنجاب) لكل من الرجال والنساء**. يمكن أن تزيد الأمراض المنقولة جنسياً من خطورة الإصابة بمرض الإيدز وتعمل على نقله. كما أن بعض الأمراض المنقولة جنسياً قد تتسبب في الوفاة. و**بناءً عليه، فمن الضروري أن يتم تشخيصها وعلاجها مبكراً**. وقد يحتاج الشركاء الجنسيون الحاليون إلى الخضوع للفحص والعلاج في حالات الإصابة. يمكن أن يساعدك طبيبك في التواصل معهم إذا دعت الحاجة. **سيؤدي ذلك إلى منع إعادة الإصابة وظهور المرض من جديد.**

كيف يمكن للأشخاص معرفة أنهم مُصابون بالأمراض المنقولة جنسياً؟

يُعد فحص الصحة الجنسية الطريقة الوحيدة لمعرفة ما إذا كان هناك شخص مُصاب بأحد الأمراض المنقولة جنسياً أم لا.

يظهر الإعياء على معظم الأشخاص المُصابين بالأمراض المنقولة جنسياً ويشعرون بالتعب دون أن يعلموا أنهم مُصابون بها. ومع ذلك، قد يعاني بعض الأشخاص من واحد أو أكثر من الأعراض التالية:

- ظهور بثور أو تآليل أو تقرُّحات أو طفح جلدي أو تغيُّر في الجلد في مناطق الأعضاء التناسلية (القضيب أو الخصية أو المهبل أو فتحة الشرج) أو ما بين الفخذين.
- ألم في الخصيتين (لدى الرجال).
- ألم أسفل البطن، ألم أثناء العلاقة الجنسية أو بعدها، نزيف بين فترات الدورة الشهرية (لدى النساء).