Prevenzjoni ta' l-infezzjonijiet waqt kull tip ta' attività sesswali!

<table>
<tr><th></th><th>Sess bejn in-nisa</th><th>Sess bejn nisa u rġiel</th><th>Sess bejn l-irġiel</th></tr>
<tr><td rowspan="2">Sess Orali</td><td colspan="2">■ Uża' 'dental dam' (square tal-latex) biex tevita li demm jew fluwidi vaġinali jidħlu f'ħalqek. Kondom maqtugħ u miftuħ ċatt jista' jintuża għall-istess skop.</td><td></td></tr>
<tr><td></td><td colspan="2">■ Uża dejjem kondom u evita li l-persuna jiġi f'ħalqek.</td></tr>
<tr><td>Sess Anali</td><td>■ Uża lubrikant minħabba ċans ogħla ta' ġrieħi interni f'dan it-tip ta' sess. Uża ingwanti tal-latex speċjalment jekk hemm xi qatgħat fis-swaba/idejn.</td><td colspan="2">■ Hemm riskju akbar li jiġu trasemessi xi infezzjonijiet f'dan it-tip ta' sess, għalhekk huwa rakkomandat li jintużaw kondoms aktar b'saħħithom u ħafna lubrikant magħmul mill-ilma. Ftakar li kremi żejtnin bħal; baby oil jew Vaseline jistgħu iqattgħu l-kondom.</td></tr>
<tr><td>Sess Vaġinali</td><td>■ Uża ingwanti tal-latex speċjalment jekk hemm xi qatgħat fis-swaba/idejn. L-użu ta' lubrikant inaqqas miċ-ċans ta' ġrieħi interni. Hemm riskju akbar ta' infezzjonijiet waqt il-period.</td><td>■ Uża dejjem kondom qabel ma l-ġenitali tiegħek u tal-partner imissu ma' xulxin. Lubrikant inaqqas miċ-ċans ta' ġrieħi interni. Hemm riskju akbar ta' infezzjonijiet waqt il-period.</td><td></td></tr>
<tr><td>Masturbazzjoni</td><td colspan="3">■ M'hemm ebda riskju ta' infezzjonijiet meta timmasturba waħdek. Jekk timmasturba mal-partner ir-riskju jiżdied jekk tuża l-isperma jew fluwidi vaġinali tal-partner bħala lubrikant għalik.</td></tr>
<tr><td>Sex Toys</td><td colspan="3">■ Evita s-self (sharing) ta' sex toys għax dawn jistgħu jkunu mċapsin bil-fluwidi jew demm ta' ħaddieħor u b'hekk tgħaddi infezzjoni. Is-sex toys għandhom dejjem jinħaslu tajjeb wara l-użu u kemm jista' jkun il-persuna iżomm tagħha/tiegħu personali.</td></tr>
</table>

Reprint 2009

Is-Saħħa Sesswali

L-Infezzjonijiet: Punti qosra

SEXUAL HEALTH HELPLINE
232 66 121
sexualhealth@gov.mt

G.U. CLINIC
TEL: 21 227 981

Promozzjoni tas-Saħħa u Prevenzjoni ta' Mard
5B, The Emporium, C. De Brocktorff Str., Msida MSD 1421
Tel: (+356) 2326 6000, www.sahha.gov.mt

Kif tiġi trasmessa?	Sintomi	Konsegwenzi	Trattament
Chlamydia			
B'sess orali, vaġinali u anali. Sintomi jafu joħorġu sa 4 ġimgħat wara kuntatt ma' l-infezzjoni.	▪ Tisfija mill-ġenitali ▪ Uġigħ mal-pipi ▪ Uġigħ waqt is-sess ▪ Dmija mhux tal-period Madwar 80% tan-nisa u 30% ta' l-irġiel ma jkollhomx sintomi.	▪ Infjammazzjoni fil-pelvis (PID) li tista' tikkawża infertilità fil-mara ▪ Problemi fit-tqala u fis-saħħa għat-tarbija kemm qabel kif ukoll wara l-ħlas	Antibijotiċi
Gonorrhoea			
B'sess orali, vaġinali u anali. Sintomi jafu joħorġu sa ġimgħa wara kuntatt ma' l-infezzjoni.	▪ Tisfija mill-ġenitali ta' kulur safrani ▪ Uġigħ/ħruq mal-pipi Madwar 75% tan-nisa u 10% ta' l-irġiel ma jkollhomx sintomi.	▪ Uġigħ fit-testikoli b'riskju ta' infertilità fl-irġiel ▪ PID li tista' tikkawża infertilità fil-mara ▪ Problemi fit-tqala u fis-saħħa għat-tarbija	Antibijotiċi
Hepatitis B, C			
Minn demm infettat e.ż b'użu ta' labar/ oġġetti li jaqtgħu. B'sess vaġinali u anali. Trasmessi wkoll mill-omm infettata għat-tarbija. Sintomi jafu joħorġu bosta ġimgħat wara kuntatt ma' l-infezzjoni.	▪ Sintomi ta' riħ ▪ Nuqqas ta' aptit ta' ikel ▪ Jisfaru l-abjad ta' l-għajnejn Kemm nisa u rġiel jafu ma joħorġux sintomi ta' l-infezzjoni.	▪ Infjammazzjoni fil-fwied li taf twassal għall-kanċer u anki mewt	Jeżisti vaċċin għall-prevenzjoni tal-Hepatitis B iżda mhux għal Hepatitis C. F'każ ta' infezzjoni t-tabib irid jindika l-aħjar trattament u kura.

Kif tiġi trasmessa?	Sintomi	Konsegwenzi	Trattament
Herpes			
B'sess orali, vaġinali u anali. Sintomi jafu joħorġu sa ġimagħtejn wara kuntatt ma' l-infezzjoni.	▪ Bħall-bżieżaq mal-parti ġenitali jew madwar il-ħalq ▪ Sintomi ta' riħ ▪ Tisfija mill-parti ġenitali	▪ Is-sintomi jafu jibqgħu joħorġu snin wara minnkejja li jkun ittieħed trattament ▪ L-infezzjoni taf tkun fatali għal tarbija fil-ġuf	Ingwent jew pilloli biex tfejjaq is-sintomi iżda il-virus ma jitlaqx mill-ġisem.
HIV			
B'sess vaġinali u anali jew permezz ta' labar/oġġetti li jaqtgħu mċapsin b'demm infettat. Trasmessi wkoll mill-omm infettata għat-tarbija.	▪ Ħafna min-nisa u rġiel ma jkollhomx sintomi ta' din l-infezzjoni	▪ Tista' twassal għall-AIDS ▪ L-immunità tal-persuna tkun baxxa għall-mard u tista' twassal għall-mewt	F'każ ta' infezzjoni t-tabib irid jindika l-aħjar trattament u kura.
HPV/Genital Warts			
B'sess orali, vaġinali u anali. Sintomi jafu joħorġu xhur jew snin wara kuntatt ma' l-infezzjoni.	▪ Ħakk madwar il-ġenitali ▪ Felul kulur roża ċar li jitla' madwar jew ġewwa il-ġenitali ▪ Ħafna min-nisa u rġiel ma jkollhomx sintomi ta' din l-infezzjoni	▪ Il-felul jaf jikber u jinfirex madwar iż-żona ġenitali u jsir aktar diffiċli biex titrattah ▪ Tibdil f'xi ċelluli tas-*cervix* (l-għonq ta' l-utru) u dan jista' jwassal għal kanċer	Fil-każ ta' infezzjoni tas-cervix it-tabib jgħidlek dwar l-aħjar trattament. Fil-każ ta' felul viżibbli, likwidu jingħata biex tagħmlu fuqhom jew jiġu iffriżati mit-tabib.

Kif tiġi trasmessa?	Sintomi	Konsegwenzi	Trattament
Non-Specific Urethritis (NSU)			
B'sess vaġinali u anali. Sintomi jafu joħorġu sa xahar wara kuntatt ma' l-infezzjoni.	▪ Fl-irġiel sintomi jinkludu: Tisfija bajdanija Ħruq mal-pipi Xi rġiel ma jkollhomx sintomi ▪ Raġel jista' jagħddiha lill-partner femminili u hi ma jkollhiex sintomi	▪ Uġigħ fit-testikoli b'riskju ta' infertilità' fl-irġiel ▪ Infjammazzjoni fil-pelvis (PID) li tista' tikkawża infertilità fil-mara	Antibijotiċi
Syphilis			
B'sess orali, vaġinali u anali. Sintomi jafu joħorġu sa 3 xhur wara kuntatt ma' l-infezzjoni u ġieli anki aktar tard.	▪ Raxx aħmar mal-ġisem ▪ Glandoli jintefħu ▪ Infafet mal-ġenitali u partijiet oħra tal-ġisem	▪ Is-sintomi jafu jieqfu, iżda l-infezzjoni tippersisti ▪ Taf twassal għal paralisi, dementia u mewt ▪ Taf tkun fatali għal tarbija fil-ġuf	Antibijotiċi
Bacterial Vaginosis (BV)			
Vaginal douching u użu ta' *bubble bath*. Mhux maħsub li trasmessa sesswalment.	▪ Tisfija mill-ġenitali li taf tkun tintenn ▪ Ma taffetwax lill-irġiel	▪ Assoċjata ma' PID (infjammazzjoni fil-pelvis)	Antibijotiċi jew ingwent.
Thrush (Candida)			
Użu ta' antibijotiċi. Użu ta' *tights* u ħwejjeġ issikkati li ma jħallux arja tiċċirkola fil-parti ġenitali.	▪ Ħakk madwar iż-żona ġenitali ▪ Tisfija bajdanija mill-ġenitali	▪ Jekk ikun hemm sintomi, dawn kapaċi jippersistu jekk ma tfittixx trattament	Trattament kontra l-fungus.