**ПАМЯТКА по профилактике ИППП**

**Что такое ИППП (ЗППП)**, на сегодняшний день, обязан знать каждый. Это аббревиатура, которая расшифровывается как инфекции (заболевания), передающиеся половым путем.

В настоящее время известно более 30 инфекционных заболеваний, передающихся половым путем. Наиболее распространенные из них: сифилис, гонорея, трихомониаз, хламидиоз, кандидоз, папилломавирусная инфекция (остроконечные кондиломы), лобковый педикулёз, генитальный герпес, гепатит В, С, Д, ВИЧ-инфекция.

**Заражение ИППП происходит при:**

* при половом контакте;
* при контакте с зараженной кровью и другими биологическими жидкостями (ВИЧ/СПИД, гепатит В, С, Д и др.);
* от матери к плоду в период внутриутробного развития или ребенку во время родов, а также через молоко при грудном вскармливании (сифилис, гонорея, ВИЧ/СПИД, гепатиты В, С, Д и др.);
* контактно-бытовым путем (при пользовании общими полотенцами, постельным бельем, например, гонорея, сифилис, гепатиты В, С, Д и др.);

Заразиться ИППП может абсолютно любой человек, который практикует рискованное сексуальное поведение (к примеру, незащищенный половой контакт) и пренебрегает правилами личной гигиены (использование чужих полотенец, постельного белья, бритвенных принадлежностей и т.д.).

Важно отметить, что возбудители половых инфекций могут находиться не только на слизистой половых путей, но и на слизистой ротовой полости и прямой кишки (сифилис, хламидиоз, гонорея и др.) – поэтому заражение может произойти при любом виде полового контакта.

**Наиболее частыми симптомами ИППП являются:**

* необычные выделения и запах из половых органов;
* появление разрастаний на слизистой оболочке наружных половых органов;
* возникновение зуда, боли и жжения в половых органах;
* частые позывы к мочеиспусканию;
* боль и дискомфорт при половом контакте;
* появление сыпи, ранок и язвочек на коже или слизистых;
* увеличение лимфоузлов;
* в отдельных случаях повышение температуры тела.

**Важно знать, что:**

* из-за анатомических особенностей у женщин риск заразиться ИППП при половом акте без предохранительных мер больше, чем у мужчин;
* сразу после полового контакта может не появиться никаких симптомов – между инфицированием и появлением симптомов обычно проходит от нескольких суток до нескольких недель;
* большинство женщин и мужчин, заразившихся ИППП, вообще не чувствуют никаких изменений из-за того, что их нет или они могут быть в таком месте, где их нельзя увидеть или почувствовать.

**В случае, если обнаружение и лечение ИППП произошло в поздние сроки, возможно развитие серьезных осложнений, к которым относятся:**нарушение микрофлоры влагалища, воспалительные процессы в различных органах, эрозия шейки матки, рак шейки матки, выкидыш, преждевременные роды, внематочная беременность, бесплодие, заражение инфекцией новорожденного, простатит. Поэтому, врачи настаивают на том, как важно проходить регулярные медицинские осмотры, даже если у человека отсутствуют какие-либо жалобы и его состояние здоровья не вызывает беспокойства.

**Основные меры профилактики заражения ИППП:**

1.Здоровьесберегающее поведение (избегание половых контактов с людьми с высоким риском инфицирования, осознанное вступление в половые отношения);

2.Регулярное использование презерватива;

3.Соблюдение правил личной гигиены (использование только индивидуальных полотенец, бритвенных, принадлежностей постельного белья и др.);

4.Регулярное прохождение профилактических осмотров.

**Как узнать о наличии ИППП?**

Анализ крови - может показать заражение ВИЧ, сифилисом, вирусным гепатитом;

Анализ выделений из половых органов - может показать, заражение гонореей, хламидиозом, трихомониазом, микоплазмозом, уреаплазмозом, кандидозом;

Обнаружение на коже или в ее верхних слоях паразитов (вшей, клещей) - может показать заболевание лобковым педикулезом, чесоткой.

**Если диагноз подтвердился:**

* необходимо точно выполнять все назначения вашего доктора;
* опасно заниматься самолечением;
* рекомендуется сдать анализы партнеру — возможно, что у него будут обнаружены некоторые инфекции, не выявленные у вас;
* лечение ИППП обязательно проводится вместе с партнером;
* во время лечения половые контакты нужно исключить;
* после курса лечение требуется сдать повторные анализы.