

Sëmundjet seksualisht të transmetueshme (STI)

Sëmundjet seksualisht të transmetueshme (STI) janë infeksione që përhapen përmes aktit seksual penetrues (anal, oral dhe vaginal) dhe atij jo-penetrues (përdorimi i lodrave seksuale, kontakti i ngushtë lëkurë me lëkurë i organeve gjenitale).

**Mund të jeni prekur nga STI-ja dhe të mos e dini.
Disa njerëz nuk shfaqin asnjë simptomë.**

KLAMIDIA

Simptomat: Dhimbje gjatë urinimit, sekrecione, gjakderdhje ndërmjet periodave ose pas aktit seksual.

Analiza: Kampion urine ose mostër.

Trajtimi: Trajtim me hape antibiotikë.

GONORREA

Simptomat: Sekrecione, gjakderdhje ndërmjet periodave.

Analiza: Kampion urine ose mostër.

Trajtimi: Trajtim me antibiotikë.

SYPHILIS

Simptomat: Flluska ose plagë rreth zonës gjenitale/anele (të cilat mund të jenë ose jo të dhimbshme), skuqe të trupit.

Analiza: Kampion gjaku.

Trajtimi: Trajtim me antibiotikë.

SËMUNDJA HIV

Simptomat: Mund të keni një sëmundje të ngjashme me gripin disa javë pas infeksionit, skuqe të trupit.

Analiza: Një analizë përmes shpimit të gishtit ose kampion gjaku, në varësi të klinikës ku shkoni për këtë qëllim.

Trajtimi: Nën kontroll përmes barnave antiretrovirale. Nëse trajtimi që po merrni është i efektshëm dhe keni një masë të padukshme virale, HIV-in nuk mund ta transmetoni te të tjerët.

HERPESI GJENITAL

Simptomat: Flluska ose plagë të theksuar rreth zonës gjenitale/anele.

Analiza: Kampion të flluskave ose plagës.

Trajtimi: Trajtim me tableta antivirale.

LYTHAT GJENITALE

Simptomat: Gjëndra, bullunga ose masë rreth zonës gjenitale/anele.

Analiza: Doktor/infermiera do të ekzaminojë zonën e preku.

Trajtimi: Trajtimi me krem ose terapi me ngjirje.

Pëlqimi

Pëlqim do të thotë kur pranon të bësh diçka. Kur bëhet fjalë për marrëdhënie seksuale, kjo do të thotë se pranon të bësh seks ose të përfshihesh në akte seksuale.

ÇFARË TË BËNI

- Sigurohuni që të kërkonti pëlqimin e të tjerëve. Kjo përfshin partnerët e rregullt seksualë.
- Kërkonti pëlqimin për çdo akt seksual. Vetëm sepse dikush ka dhënë pëlqimin për një akt të vetëm seksual, nuk do të thotë se ka dhënë pëlqimin për çdo herë tjetër.
- Vini re gjuhën e trupit. Nëse dikush duket i shqetësuar, por prapë ka thënë "po", ai/a jo mund të mos dëshirojë të kryejë marrëdhënie.



ÇFARË TË MOS BËNI

- Të supozosh se dikush ka dhënë pëlqimin për shkak të asaj që ka veshur ose si vepron.
- T'i bësh presion dikujt për të kryer marrëdhënie seksuale. Pëlqimi duhet të jetë një vendim i lirë dhe i vullnetshëm.



Në Mbretërinë e Bashkuar, mosha e ligjshme e pëlqimit për marrëdhënie seksuale është 16 vjeç.



Ligji ka për qëllim të mbrojtë të rinjtë nga abuzimi. Ai nuk ka për qëllim të kriminalizojë personat nën 16 vjeç që kryejnë marrëdhënie seksuale, kur të dy janë në të njëjtën moshë.

Mund të flisni me ekipin tonë të shëndetit seksual në mënyrë konfidenciale.

C-Card

Merrni prezervativë dhe lubrifikantë falas nga farmacistë, klinikat dhe qendrat edukative me anë të një C-Card; e disponueshme për ata mbi 13 vjeç.

Skanoni kodin QR për të parë një listë të vendeve ku mund të regjistroheni dhe për më shumë informacion vizitoni faqen tonë të internetit.



Në varësi të moshës suaj, mund të regjistroheni edhe në internet.



Kontraceptivë emergjentë

Kontraceptivët emergjentë mund të parandalojnë shtatzëninë pas aktit seksual pa kontraceptiv ose nëse kontraceptivi dështon. Ka dy opsione kontraceptivësh emergjentë falas nga NHS-ja:

- **Pajisje intrauterine (IUD) emergjente (spirale bakri)** – gjenden pranë klinikat e shëndetit seksual dhe disa klinika të mjekut të familjes (GP).
- **Kontraceptiv hormonal emergjent** – ndonjëherë i quajtur "pilula pas aktit" – e disponueshme pranë qendrave të shëndetit seksual, mjekëve të familjes dhe disa farmaci.

Është më mirë të përdorni kontraceptiv emergjent sa më shpejt të jetë e mundur pas aktit seksual të pambrorjtur.



openclinic.org.uk

Këto shërbime të shëndetit seksual ofrohen nga Midlands Partnership NHS Foundation Trust dhe janë të autorizuar nga autoriteti lokal.

Nëse është e nevojshme, mund të sigurojmë një përkthyes për vizitat e shëndetit seksual.

Kontraceptivët

Nëse kryeni marrëdhënie seksuale, përdorimi i kontraceptivëve është mënyra më e mirë për të zvogëluar mundësinë e një shtatzënie. Ka shumë lloje kontraceptivësh dhe metoda të ndryshme që u përshtaten njerëzve të ndryshëm. Për disa duhet të kryhet një procedurë për vendosjen dhe heqjen e tyre.

Implant

Një kunj i vogël, i cili lëshon një hormon progestogjen, vendoset nën lëkurën e krahut të sipërm.

- Ka mbi 99% efekt
- Zgjat deri në 5 vjet
- Periodat mund të jenë të njëjta, të ndërpriten, të shpeshta ose të çrregullta



Injeksion

Një hormon progestogjen injektohet në muskuj, zakonisht në vithe.

- Ka mbi 99% efekt nëse injeksionet përsëriten në kohën e duhur, sipas keshillave)
- Zgjat për 14 javë
- Periodat zakonisht ndalojnë pas 2-3 injeksionesh



Pajisje intrauterine (IUD) (spirale hormonale)

Një pajisje e vogël plastike vendoset në mitër.

- Ka mbi 99% efekt
- Ajo zgjat deri në 8 vjet, në varësi të llojit të vendosur
- Periodat mund të jenë më të lehta ose të ndërpriten



Pajisje intrauterine (IUD) (spirale bakri)

Një pajisje e vogël plastike dhe bakri vendoset në mitër.

- Ka mbi 99% efekt
- Zgjat deri në 10 vjet
- Periudhat mund të jenë të njëjta ose më të rënda/më të gjata/më të dhimbshme.



Hape e kombinuar

Një tabletë që përmban estrogen dhe progestogjen.

- Ka 91% efekt me përdorim të zakonshëm
- Merret çdo ditë për të paktën 3 javë, me ose pa e ndërprerë.
- Mund të kontrolloni kur keni ose nuk keni gjakderdhje, dhe shpesh bën që periodat të jenë më të lehta dhe më pak të dhimbshme.



Hape vetëm me progestogjen

Një tabletë që përmban progestogjen.

- Ka 91% efekt me përdorim të zakonshëm
- Duhet që ta merrni çdo ditë, vazhdimisht
- Periodat mund të jenë të njëjta, të ndërpriten, të shpeshta ose të çrregullta



Prezervativë (për penis)

Një këllëf i hollë lateksi ose plastike vendoset mbi penisin e forcuar.

- Rreth 85% efekt me përdorim të zakonshëm
- Mbron kundër sëmundjeve seksualisht të transmetueshme



Prezervativë (për vaginë)

Një mbulesë e hollë plastike e mbështjell vaginën dhe mbulon zonën e jashtme.

- Rreth 85% e efektshme me përdorim të zakonshëm
- Mbron kundër sëmundjeve seksualisht të transmetueshme



Ka metoda të tjera të disponueshme përveç atyre të renditura këtu. Për të ditur se cilat mund të jenë më të përshtatshme për ju, flisni me mjekun tuaj të familjes ose shërbimin e shëndetit seksual.