**День профилактики инфекций, передающихся половым путем: Забота о себе и своем здоровье**

Ежегодно 21 февраля отмечается День профилактики инфекций, передающихся половым путем (ИППП). Этот день – важный повод напомнить себе и окружающим о необходимости ответственного отношения к своему сексуальному здоровью и здоровье своих партнеров.

**Почему это важно?**

Инфекции, передающиеся половым путем, широко распространены и могут иметь серьезные последствия для здоровья, если их не диагностировать и не лечить вовремя. Многие ИППП на ранних стадиях могут протекать бессимптомно, что делает регулярное тестирование особенно важным.

**Какие инфекции относятся к ИППП?**

Список ИППП достаточно обширен, наиболее распространенные и известные включают:

* *Хламидиоз:* Часто протекает бессимптомно, может привести к бесплодию у женщин.
* *Гонорея:* Также может быть бессимптомной, может вызвать серьезные осложнения.
* *Сифилис:* Серьезное заболевание, проходящее несколько стадий, без лечения может привести к тяжелым последствиям для всего организма.
* *Генитальный герпес:* Вирусное заболевание, вызывающее болезненные высыпания.
* *Вирус папилломы человека (ВПЧ):* Широко распространен, некоторые типы ВПЧ могут вызывать рак шейки матки, ануса, полового члена и другие виды рака.
* *ВИЧ-инфекция:* Вирус, поражающий иммунную систему, приводящий к СПИДу.
* *Трихомониаз:* Распространенная инфекция, вызывающая дискомфорт и выделения.
* *Гепатит B:* Вирусное заболевание, поражающее печень.

**Как защитить себя и других от ИППП?**

Профилактика ИППП – это комплекс мер, которые помогут сохранить ваше здоровье и здоровье ваших близких:

* *Использование презервативов:* Презерватив – один из самых эффективных способов защиты от большинства ИППП при каждом половом контакте. Важно использовать презерватив правильно и постоянно.
* *Регулярное тестирование на ИППП:* Регулярное тестирование позволяет выявить инфекцию на ранней стадии, даже при отсутствии симптомов, и своевременно начать лечение. Рекомендуется проходить тестирование, особенно если вы ведете активную половую жизнь и имеете новых партнеров.
* *Вакцинация:* Существуют эффективные вакцины против некоторых ИППП, таких как вирус папилломы человека (ВПЧ) и гепатит B. Узнайте у своего врача о возможности вакцинации.
* *Открытое общение с партнером:* Обсуждение сексуального здоровья с партнером – важная часть ответственных отношений. Открытое и честное общение о прошлом сексуальном опыте и планах на будущее поможет принимать информированные решения о защите.
* *Ограничение количества половых партнеров:* Чем больше половых партнеров, тем выше риск заражения ИППП. Выбор моногамных отношений или ограничение количества партнеров снижает этот риск.
* *Избегание случайных половых связей:* Случайные половые связи увеличивают риск заражения ИППП.
* *Своевременное обращение к врачу:* При появлении любых подозрительных симптомов (выделения, зуд, боли, высыпания) необходимо немедленно обратиться к врачу для диагностики и лечения.

**В День профилактики ИППП важно:**

* *Получить информацию:* Узнайте больше об ИППП, путях их передачи и методах профилактики.
* *Пройти тестирование:* Если вы ведете активную половую жизнь, запланируйте тестирование на ИППП.
* *Рассказать другим:* Поделитесь информацией о профилактике ИППП с друзьями, близкими и партнерами.
* *Поддержать здоровый образ жизни:* Здоровый образ жизни укрепляет иммунную систему и способствует общему благополучию.

*Забота о своем сексуальном здоровье – это проявление ответственности и любви к себе и своим партнерам. День профилактики ИППП – это напоминание о том, что профилактика, тестирование и открытое общение – ключевые элементы здоровой и безопасной сексуальной жизни.*

***21 февраля с 10.00 до 12.00 по вопросам профилактики ИППП будет работать «горячая» телефонная линия 8(0232) 35-04-22. На вопросы ответит главный специалист ГУЗО Гомельского облисполкома по дерматовенерологии Аксенова Светлана Викторовна.***

*Екатерина Толкачёва,*

*врач по медицинской профилактике*

 *отдела общественного здоровья*

 *Гомельского областного ЦГЭ и ОЗ*