यौन-संचारी संक्रामक रोग (Sexually transmitted infections) HINDI

यौन-संचारी संक्रामक रोग (एस.टी.आई) रोगाणुओं (सूक्ष्म जीवों) द्वारा पैदा होने वाले ऐसे संक्रामक रोग हैं जो योनि मैथुन, गुदा मैथुन और मुखाभिगम के दौरान एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में फैल सकते हैं।

क्लामिडीया (Chlamydia) *

- बैक्टीरिया द्वारा होने वाला सबसे सामान्य प्रकार का STI (एस.टी.आई)।
- अक्सर इसके कोई लक्ष्ण नहीं होते हैं।
- मूत्र त्याग करते हुए पीड़ा हो सकती है, शिष्ण या योनि से स्खलन हो सकता है, या महिलाओं में पेट के निचले भाग (उदर मांसपेशी) में पीड़ा हो सकती है।
- गंभीर हो सकता है क्योंकि इलाज ना किए जाने पर यह महिलाओं में श्रोणि सूजन रोग (पी.आई.डी) और पुरूषों व महिलाओं दोनों में ऊसरता उत्पन्न कर सकता है।
- मूत्र या स्वाब जांच के द्वारा आसानी से निदान किया जाता है।
- प्रतिजैविकों (एंटीबायोटिक दवाओं) के साथ इलाज किए जाने की आवश्यकता होती है।
- संक्रमण के फैलाव को रोकने के लिए यौन साथियों का इलाज करने की आवश्यकता होती है।

जननांग के मस्से (Genital warts)

- ह्यूमन पेपीलोमा वाइरस (एच.पी.वी) के द्वारा उत्पन्न होते हैं।
- योनिमुख के आसपास या योनि में, शिष्ण पर या गुदा के आसपास या भीतर गोले के जैसे प्रतीत हो सकते हैं।
- ये पीड़ाहीन हो सकते हैं या थोड़ी जलन/खुजली पैदा कर सकते हैं।
- दिखाई पड़ने वाले मस्सों को जमा देने या एक विशेष प्रकार का मस्सों का पेंट लगाने से हटाया जा सकता है।
- दुबारा होने वाले वृत्तांतों के दौरान तनाव या अस्वस्थता हो सकती है।
- सभी मस्से दिखाई नहीं देते।
- मस्सों के कुछ विषाणु गर्भाशय ग्रीवा को संक्रमित करते हैं और समय के साथ साथ ग्रीवा-संबंधी कैंसर भी पैदा कर सकते हैं।

जननांग दाद (Genital herpes)

- हर्पिस वाइरस के द्वारा होता है।
- सामान्य तौर पर पहले छोटे कष्टदायक छालों के रूप में प्रतीत होता है, जो उथले अल्सर बन जाते हैं और पपड़ी पड़ जाने के बाद ये घाव भर जाते हैं।
- सबसे पहले वृत्तांत सबसे बुरे होते हैं और दो सप्ताह तक रह सकते हैं। कुछ लोगों में ये दुबारा नहीं आते।
- दुबारा होने वाले वृत्तांत आमतौर पर हल्के होते हैं और संभवत: तनाव या अस्वस्थता ला सकते हैं।
- हालांकि घाव मिट जाते हैं, परंतु वाइरस संभवत: जीवनभर के लिए शरीर में रह जाता है।
- वृत्तांतों का इलाज करने के लिए डॉक्टर द्वारा विशेष विषाणु-विरोधी दवाइयां नियत की जा सकती हैं। बार बार होने वाले वृत्तांतों से बचने के लिए विषाणु-विरोधी गोलियां ली जा सकती हैं।

गोनोरिया (Gonorrhoea) या सूजाक *

- बैक्टीरिया द्वारा होता है।
- महिलाओं में योनिक स्खलन को बढा सकता है या पेट के नीचले भाग (उदर मांसपेशियों) में गहन पीड़ा पैदा कर सकता है और पुरूषों में शिष्न से स्खलन या मूत्रण करने की प्रबलता पैदा कर सकता है।
- शायद कोई लक्ष्ण ना हों।
- जांचों के द्वारा निदान किया जाता है और प्रतिजैविकों (एंटीबायोटिक दवाओं) के द्वारा इलाज किया जाता है।
- यदि इलाज ना करवाया जाए तो समस्याएँ हो सकती हैं।
- संक्रमण के फैलाव को रोकने के लिए व्यक्ति और उसके यौन साथी या साथियों का शीघ्र इलाज आवश्यक है।

सिफलिस (Syphilis) *

- बैक्टीरिया द्वारा होता है।
- प्रारम्भिक संक्रमण से जननांगों में घाव (फोड़े) उत्पन्न हो सकते हैं।
- बाद में त्वचा में लाल फुंसियां हो सकती हैं, बाल अनियमित रूप से झड़ सकते हैं, सामान्य रोग हो सकते हैं या जननांगों या गुदा के आसपास सीली सूजन उत्पन्न हो सकती है।
- लक्ष्णों और रक्त जांच के द्वारा निदान किया जाता है।
- प्रतिजैविकों (एंटीबायोटिक दवाओं) के द्वारा इलाज किया जाता है।

ट्राइचोमोनस (Trichomonas)

- बैक्टीरिया द्वारा होता है।
- इससे महिलाओं में पतला व पीला-हरा योनिक स्खलन हो सकता है जो तकलीफ़देह हो सकता है और इससे कड़ी दुर्गन्ध आती है। पुरूषों में ऐसा ही स्खलन होता है या फिर कोई भी लक्षण नहीं होते।
- जांच के द्वारा आसानी से निदान किया जाता है।
- संक्रमण के फैलाव को रोकने के लिए व्यक्ति और उसके यौन साथी या साथियों का शीघ्र इलाज आवश्यक है।

जघन जूँ और खाज (Pubic lice and scabies)

- जघन जूँ या 'जघन यूका (क्रैब्ज़)' छोटी जूँ होती है जो कि जघन बालों, ऊपरी जांघों और बग़लों में पाई जाती है। अंडे एक मिलीमीटर आकार के होते हैं और अंडे बालों की छड़ों से जुड़े हुए देखे जाते हैं।
- खाज छोटे कण होते हैं जो कि अपने अंडे देने के लिए त्वचा के नीचे बिल बनाते हैं। खाज त्वचा में कहीं भी हो सकती है।
- दोनों स्थानीय तौर पर गहन खुजली पैदा करते हैं।
- दोनों नजदीकी व्यक्तिगत संपर्क के द्वारा फैलते हैं, और हमेशा यौन-संचारित नहीं होते।
- त्वचा पर लगाये जाने वाले लोशन (फार्मेसियों पर उपलब्ध) के एक या दो लेप आमतौर पर कणों और अंडों को मार देंगे।
- ना धुले हुए चादर-तकियों, कपड़ों और तौलियों को साझा करने से फैल सकता है।
- नजदीकी संपर्क रहे किसी भी व्यक्ति का इलाज किए जाने की आवश्यकता हो सकती है।

एच.आई.वी (HIV) / एड्स (AIDS) *

- HIV/AIDS (एच.आई.वी/एड्स) का अर्थ है ह्यूमन डेफिशियेंसी वायरस/एक्वायर्ड इम्यून डेफिशियेंसी सिंड्रोम
- HIV (एच.आई.वी) संक्रामित शारीरिक द्रवों (रक्त, वीर्य, योनिक स्खलन और गुदा से निकलने वाले चिपचिपे पदार्थ) के आदान-प्रदान से होता है। यह आदान-प्रदान यौन संपर्क या सूईयां साझा करने वाली अन्य क्रियाओं के द्वारा हो सकता है।
- वाइरस (विषाणु) के संपर्क में आने वाले लोगों में रोग-प्रतिकारक (ऐंटिबाडीज़) (एक ऐसी चीज जो कि शरीर रोगाणुओं से संघर्ष करने के लिए पैदा करता है) विकसित हो जाते हैं और ऐसे लोगों में अल्पावधि के लिए फ्लू-जैसे लक्षण पाए जा सकते हैं।
- वाइरस (विषाणु) के संपर्क में आने के तीन महीने बाद से रक्त जांच रोग-प्रतिकारकों (ऐंटिबाडीज़) का पता लगा सकती है।
- यदि कोई व्यक्ति HIV (एच.आई.वी) पॉजिटिव है तो इसका अर्थ है कि वह वाइरस (विषाणु) से ग्रस्त है और वह इसे पारित कर सकता है। इसका अर्थ यह नहीं है कि उन्हें AIDS (एड्स) है। वाइरस (विषाणु) से संक्रमित होने के महीनों या वर्षों के बाद AIDS (एड्स) हो सकता है।
- AIDS (एड्स) के लक्ष्णों में बार बार आने वाला पसीना, वजन का कम होना, खांसी, दस्त, संक्रमण और ट्यूमर (गिल्टी) शामिल हो सकते हैं।
- हालांकि एच.आई.वी/एड्स से ग्रस्त लोगों को स्वस्थ रखने के लिए इलाज उपलब्ध हैं, परंतु इसका कोई स्थायी उपचार नहीं है।

हेपेटाइटिस ए (Hepatitis A)

- एक वाइरल (विषाणु) संक्रामक रोग जो कि लिवर (जिगर) को प्रभावित कर सकता है।
- किसी संक्रमित व्यक्ति के अवशेषों की छोटी मात्राओं के मुँह में जाने से (उदाहरण के लिए, गुदा क्षेत्र के आसपास या शरीर के किसी ऐसे हिस्से को चाटने से जिसका संपर्क गुदा क्षेत्र से हुआ हो, जैसे कि उंगलियां) फैलता है, परंतु यह संदूषित आहार या पानी से भी फैल सकता है।
- लक्ष्णों और रक्त जांच द्वारा निदान किया जाता है।
- Hepatitis A (हेपेटाइटिस ए) से सुरक्षा के लिए टीका उपलब्ध है।

हेपेटाइटिस बी (Hepatitis B) *

- एक वाइरल (विषाणु) संक्रामक रोग जो कि लिवर (जिगर) को प्रभावित कर सकता है।
- असुरक्षित योनि मैथुन, गुदा मैथुन या मुखाभिगम के दौरान शारीरिक द्रवों (रक्त, वीर्य, योनिक स्खलन और गुदा से निकलने वाले चिपचिपे पदार्थ) के आदान-प्रदान होने से, और सुईओं को साझा करने से फैलता है।
- रक्त जांच द्वारा निदान किया जाता है।
- लगभग 2% ऑस्ट्रेलियन लोग Hepatitis B (हेपेटाइटिस बी) से ग्रस्त हैं और उनके लिवर (जिगर) को गंभीर रूप से नुकसान होने का खतरा हो सकता है।
- Hepatitis B (हेपेटाइटिस बी) से सुरक्षा के लिए टीका व इलाज उपलब्ध है।

हेपेटाइटिस सी (Hepatitis C) *

- एक वाइरल (विषाणु) संक्रामक रोग जो कि लिवर (जिगर) को प्रभावित करता है और गंभीर क्षति पहुँचा सकता है।
- इसे STI (एस.टी.आई) के रूप में श्रेणीबद्ध नहीं किया जाता है क्योंकि यह आसानी से यौन संपर्क के द्वारा नहीं फैलता है। यह रक्त के द्वारा फैलता है, इसलिए सुईओं को साझा करना तथा प्रयोग की जा चुकी सुईओं के द्वारा टैटू (शरीर पर गुदना लगाना) बनवाना या शरीर पर सुइओं / उपकरण से छेद करवाने से खतरा पैदा कर सकता है, और 1990 से पहले जिन लोगों में रक्त-आधान हुआ हो, उन्हें भी खतरा हो सकता है।
- रक्त जांच द्वारा निदान किया जाता है।
- सुईयां, रेज़र, टूथब्रश या रक्त के साथ संपर्क में आने वाली किसी भी चीज को साझा ना करें।
- Hepatitis C (हेपेटाइटिस सी) से ग्रस्त किसी भी व्यक्ति का इलाज किया जा सकता है। विस्तृत सूचना के लिए Hepatitis C (हेपेटाइटिस सी) कौंसिल या क्लिनिक 275 को संपर्क करें। कोई टीका उपलब्ध नहीं है।

STIs (एस.टी.आईज) की रोकथाम (Prevention of STIs)

- **तैयारी के साथ आयें!** जल-आधारित चिकनाई पदार्थ या तरल-बंधक वाले कंडोम का प्रयोग करें।
- सुरक्षित संभोग की आदत डालें। सुनिश्चित करें कि वीर्य, रक्त, योनिक या गुदा द्रव साथियों के बीच पारित ना हों।
- अपने यौन संबंधी साथी/साथियों के साथ बीते हुए समय में जो संक्रमण हुए है उसके बारे में बात-चीत करें।
- हमेशा साफ सुईओं का प्रयोग करें।
- जब मुँह या जननांग क्षेत्र के पास घाव, सूजन या फोड़े हों, अथवा असामान्य स्खलन हो रही हो तो प्रभावित क्षेत्र के साथ त्वचा से संपर्क करने वाले योनि मैथुन, गुदा मैथुन और मुखाभिगम या किसी अन्य क्रिया को ना करें।

महिलाओं के लिए सामान्य स्खलन (Normal discharge for women)

हर महिला में योनि स्खलन होता है जो कि योनि को साफ व नम करता है। यह साफ या थोड़ा दूधिया होता है और सूखा होने पर कुछ कुछ पीले रंग का प्रतीत होता है। जननांग क्षेत्र से दुर्गन्ध आती है। योनि से होने वाले स्खलन की मात्रा घटती बढती रहती है। निम्नलिखित समयावधियों के दौरान इसकी मात्रा बढ सकती है:

- माहवारी की अवधि के मध्य में
- मौखिक गर्भ निरोध या आंतर-गर्भाशय उपकरण का प्रयोग करते समय
- गर्भावस्था के दौरान

पुरूषों के लिए सामान्य स्खलन (Normal discharge for men)

मूत्र और वीर्य के अलावा, पुरूषों में शिष्न से सामान्यता किसी और प्रकार का स्खलन नहीं होता। जिन पुरूषों में ख़तना नहीं हुआ होता है, वे थोड़ी मात्रा में कुछ कुछ सफेद रंग का स्खलन उत्पन्न करते हैं जिसे smegma (स्मेगमा) कहा जाता है, smegma (स्मेगमा) का काम फोर्स्किन (शिश्नग्रच्छद) के निचले भाग को चिकना और साफ करना होता है। गुप्तांग क्षेत्र से दुर्गन्ध आती है जो कि बिल्कुल सामान्य है।

डॉक्टर से कब परामर्श करना चाहिए (When to consult a doctor)

STI (एस.टी.आई) के लक्ष्ण जब पहली बार पाये जाएँ या जब यौन साथी किसी STI (एस.टी.आई) से ग्रस्त पाया जाए या उसमें किसी STI (एस.टी.आई) जैसे लक्ष्ण पाये जाएँ, तो आपको डॉक्टर से मुलाकात करनी चाहिए। अगर आपमें कोई लक्ष्ण ना भी हों, तब भी आप डॉक्टर के यहाँ अथवा यौन स्वास्थ्य क्लिनिक पर STI (एस.टी.आई) जांच करवा सकते/सकती हैं।

* सूचनीय STIs (एस.टी.आईज) *(Notifiable STIs)

कुछ STIs (एस.टी.आईज) सूचनीय होते हैं (क्लामिडीया, गोनोरिया, सिफलिस, एच.आई.वी/एड्स, हेपेटाइटिस बी और सी)। इसका अर्थ है कि इन संक्रामक रोगों से ग्रस्त किसी भी व्यक्ति को पिछले 3-6 महीनों के दौरान के अपने यौन संपर्क या संपर्कों को बताने के लिए कहा जाएगा। संक्रमण के खतरे और उचित रूप में जांच और इलाज की आवश्यकता का वर्णन करने के लिए इन व्यक्तियों से संपर्क (को सूचित) किया जाएगा।

अधिक जानकारी (More information)

STIs (एस.टी.आईज) से संबंधित अधिक जानकारी के लिए क्लिनिक 275 को संपर्क करें:

दूरभाष:	8222 5075
कंट्री कॉलर्स:	1800 806 490
पता:	275 North Terrace, Adelaide
वेबसाइट:	www.stdservices.on.net

Shine SA का संपर्क विवरण

पूर्वी/पश्चिमी प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल टीम:	8300 5300
उत्तरी प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल टीम:	8256 0700
दक्षिणी प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल टीम:	8186 8600
लाइब्रेरी और संसाधन केंद्र:	8300 5312

SHine SA's की यौन संबंधी हेल्थलाइन

सोमवार से शुक्रवार, सुबह 9 बजे से दोपहर 1 बजे तक उपलब्ध

दूरभाष:	1300 883 793
कंट्री कॉलर्स (टोल फ्री):	1800 188 171
ईमेल:	sexualhealthhotline@health.sa.gov.au

Sexual Health information networking and education, South Australia Inc
SHine SA

यदि आपको एक दुभाषिए की आवश्यकता है तो अनुवाद और दुभाषिया सेवा (Translating and Interpreting Service) को 131 450 पर फोन करें और 1300 883 793 पर बात करवाए जाने के लिए निवेदन करें।

वेबसाइट (Website) **www.shinesa.org.au**