

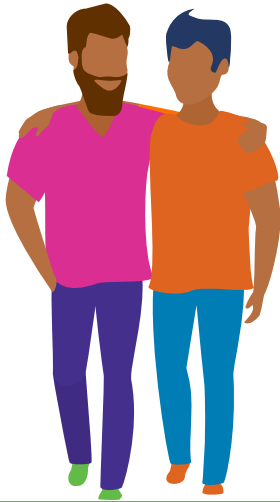
Mga Impeksiyong Nakukuha sa Pakikipagtalik



Ano ang Mga Impeksiyong Nakukuha sa Pagtatalik?

Dulot ang mga impeksiyong nakukuha sa pakikipagtalik (sexually transmitted infections o STI) ng germs na nabubuhay sa balat o body fluids gaya ng semen, vaginal fluid, at dugo. Naipapasa ang germs sa mga tao sa pamamagitan ng pagdami sa balat, dugo, o body fluids. Maaaring mapunta sa katawan ang mga STI sa pamamagitan ng vagina, bibig, anus, at mga open sore o sugat. Hindi ito naipapasa sa simpleng pakikisalamuha, gaya ng kapag nasa mga swimming pool, o sa pag-upo sa mga toilet seat.

Napakakaraniwan ng mga STI. Maaaring magkaroon ng STI ang kahit sino. Maaaring maiwasan, magamot, o lubos na mawala ang mga STI.



Iba't Ibang Uri ng mga STI

Mayroong maraming uri ng mga STI. Maaari itong hatiin sa 3 pangkat:

- Ang mga parasito ay napakaliliit na insekto na nabubuhay sa katawan ng tao. Halimbawa nito ang mga pubic lice o "crabs."
- Maaaring magamot ng antibiotics ang mga STI na dulot ng bacteria. Ilan sa mga halimbawa nito ang chlamydia, gonorrhea, trichomoniasis, at syphilis.
- Maaaring makontrol pero hindi tuluyang gumaling ang mga STI na dulot ng mga virus. Kung mahahawa ka ng viral na STI, mananatili ito sa iyong katawan habambuhay. Pero hindi palaging lumalabas ang mga sintomas ng virus. Ang viral na STI ay maaaring HIV, genital herpes, genital warts, human papilloma virus (HPV), at hepatitis B virus.

Mga Sintomas ng STI

Hindi laging may mga sintomas ang mga STI. Kung minsan, hindi matindi ang mga sintomas ng mga STI. Posibleng magkaroon ng STI nang hindi ito nalalaman. Kaya mahalagang magpasuri ng STI kung nakikipagtalik ka. Makipag-usap sa iyong Provider ng Pangunahing Pangangalaga* (PCP) tungkol sa pagpapasuri ng STI at dalas ng pagpapasuri.

**Ang iyong Provider ng Pangunahing Pangangalaga ay ang doktor, assistant ng doktor, o nurse practitioner na nangangasiwa sa iyong pangangalagang pangkalusugan.*



Mga karaniwang sintomas na dapat bantayan:

- Discharge mula sa penis o vagina na iba ang kulay
- Mga pamamaga o pagtubo sa genital area
- Hapdi habang umihi o madalas na pag-ihi
- Pangangati at pamumula ng genital area
- Mga paltos o pamamaga sa o sa paligid ng bibig
- Abnormal na amoy ng vagina
- Pangangati, pananakit, o pagdurugo ng anus

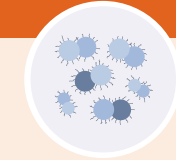


Mga Karaniwang STI

- Pubic Lice o "Crabs"
- Chlamydia
- Gonorrhea
- Bacterial Vaginosis (BV)



- Trichomoniasis
- Syphilis
- Hepatitis B
- Herpes



- Human Papillomavirus (HPV)
- HIV



Bisitahin ang **CDC** para sa higit pang impormasyon tungkol sa bawat STI.

Maaari mong maiwasan ang mga STI

Kung nakikipagtalik ka, mapapababa mo ang iyong panganib na magkaroon ng mga STI sa pamamagitan ng "ligtas na pakikipagtalik." Ibig sabihin nito na:

- Gumamit ng proteksyon gaya ng condom o dental dam para sa vaginal, oral, at anal sex sa bawat pagkakataon
- Direktang pagtatanong sa iyong mga partner tungkol sa kanilang karanasan sa pakikipagtalik
- Pagkilala sa iyong mga partner at kung mayroon silang anumang STI
- Pagsailalim sa mga regular na pangkalusugan pagpapatingin



- Pagkuha ng PrEP (Pre-Exposure Prophylaxis). Ang PrEP ay isang gamot na maaaring gamitin ng mga tao kung may panganib sila ng HIV at nais nilang maiwasang magkaroon ng HIV. Makipag-usap sa iyong PCP para matuto pa tungkol sa **PrEP**.



- Pagkuha ng **HPV (Human Papillomavirus) na bakuna**



- Pagkuha ng **Hepatitis B na bakuna**



Pinoprotektahan ka at ang iyong partner ng ligtas na pakikipagtalik. Makipag-usap sa iyong PCP tungkol sa panganib ng mga STI at kung kailangan mong magpasuri. Bisitahin ang **CDC** para sa higit pang impormasyon.

Magpasuri at Alamin ang Iyong Status



Magtanong sa iyong PCP tungkol sa **kung anong pagsusuri ng STI ang dapat mong kunin**.



Ang lahat ng taong edad 13 hanggang 64 ay dapat na magpasuri para sa HIV nang kahit isang beses bilang bahagi ng iyong karaniwang check-up. Kung ikaw ay **may panganib ng HIV**, magpasuri nang kahit isang beses sa isang taon o higit pa batay sa iyong panganib.

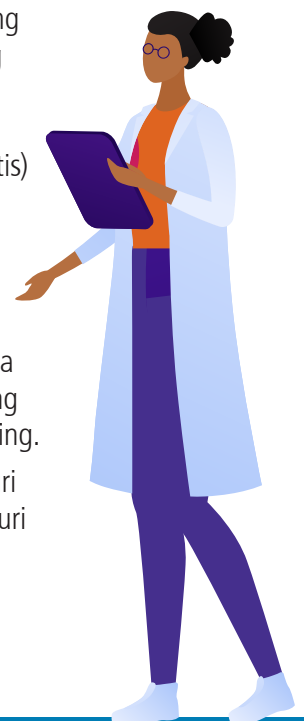


Kung buntis ka, maaaring makatulong ang screening sa STI na maiwasan ang perinatal (bago, habang o pagkatapos ng pagbubuntis) na pagkahawa ng bata. Matuto pa sa **CDC**.



Para sa lahat ng taong aktibo sa pakikipagtalik, pakibisita ang **CDC** para sa kanilang mga kasalukuyang rekomendasyon ng screening.

Mabilis at madali ang mga pagsusuri sa STI. Maaaring bahagi ng pagsusuri sa STI ay pagsusuri ng ihi, swab sa lalamunan o rectum, o pagsusuri ng dugo.





Paggamot sa STI

May iba't ibang uri ng paggamot para sa iba't ibang uri ng mga STI

- Maaaring makagamot ang antibiotics ng mga STI na dulot ng bacteria o mga parasito.
- Walang gamot para sa mga STI na dulot ng virus. Pero mayroong gamit na maaaring makatulong sa iyo na makontrol ang mga sintomas at mapababa ang iyong panganib ng pagkalat ng STI.

Makipag-usap sa iyong PCP tungkol sa mga paggamot sa STI na maaaring tama para sa iyo.



Anong mangyayari kung hindi magagamot ang mga STI?

Ang mga STI na hindi nagamot ay maaaring humantong sa malulubhang isyu sa kalusugan, gaya ng:

- Pelvic Inflammatory Disease (PID) na maaaring magpahirap sa iyong magkaanak
- Scar tissue na nabubuo at humaharang sa mga fallopian tube
- Ectopic pregnancy (pagbubuntis sa labas ng sinapupunan)
- Pagkabaog (kawalan ng kakayahang magbuntis)
- Pangmatagalang pananakit ng pelvis o sikmura
- Mas mataas na panganib ng pagkakaroon o paghawa sa iba ng mga STI gaya ng chlamydia, gonorrhea, o HIV
- Kanser sa cervix (maaaring makatulong ang pagkuha ng Human Papillomavirus "HPV" na bakuna na maiwasan ito)
- Maaaring nakamamatay ang HIV kung hindi magagamot

Makakuha ng Sensitibong Pangangalaga mula sa SFHP

Ang mga serbisyo sa STI ay bahagi ng "sensitibong pangangalaga." Ibig sabihin, kung higit sa 18 ang iyong edad, maaari kang pumili ng kahit sinong provider at pumunta sa kanila para sa mga serbisyo sa STI nang walang referral o paunang pag-apruba (paunang pahintulot). Hindi kailangang bahagi ng network ng SFHP ang provider o health center.

Kung ikaw ay nasa 12–18 taong gulang, maaari kang pumunta sa isang doktor para sa mga serbisyo sa STI nang walang pahintulot mula sa iyong magulang o guardian. Maaaring pribadong makipag-usap ang mga minor tungkol sa kanilang mga alalahanin sa kalusugan sa pamamagitan ng pagtawag sa 24/7 na Linya ng Tulong ng Nurse ng SFHP sa **1(877) 977-3397**. O maaari mong gamitin ang Teladoc® para sa isang pagpapatingin sa telepono o video sa isang doktor sa **1(800) 835-2362** o **online**.



Para sa karagdagang detalye tungkol sa mga benepisyo, mangyaring pumunta sa **SFHP**.

Mga Sources:



Sexually Transmitted Diseases
Centers for Disease Control
and Prevention | **cdc.gov**



STD Fact Sheets
Centers for Disease Control
and Prevention | **cdc.gov**



Sexually Transmitted
Diseases | MedlinePlus
medlineplus.gov

Para sa higit pang impormasyon, tawagan ang Serbisyo sa Customer sa **1(415) 547-7800** o bisitahin ang **sfhp.org/tl/health-ed**
24/7 Linya para sa Payo ng Nurse **1(877) 977-3397** | Makipag-usap sa doktor **sfhp.org/tl/teladoc**