



Hiv je virus, ki napada imunski sistem in je v številnih telesnih tekočinah. Nezdravljena okužba s hivom lahko vodi v aids, končno fazo okužbe, ki resno ogroža zdravje in se lahko konča s smrtjo. Po drugi strani pa lahko osebe, ki se zdravijo, živijo polno in dolgo življenje.

## NAČINI PRENOSA

- Stik kužne tekočine z analno ali vaginalno sluznico.
- Vstop hiva v telo preko razjede, rane, raztrganine ali mikroskopske poškodbe na tkivu penisa ali anusa.
- Neposreden vstop virusa v krvni obtok, vključno z ranami v ustni votlini (souporaba pribora za injiciranje drog predstavlja zelo visoko tveganje za prenos hiva).

Tveganje ni enako pri vseh vrstah nezaščitenih spolnih odnosov. Najbolj tvegani so receptivni analni odnosi, najmanj pa insertivni oralni odnosi. Uporaba PrEP ali spolni odnos z osebo s hivom, ki ima nezaznavno virusno breme, pomeni, da tveganja ni.

## SIMPTOMI

- Akutna faza (2–4 tedne po okužbi): vročina, utrujenost, vneto grlo, izpuščaji, bolečine v mišicah. Običajno traja do 3 tedne.
- Latentna faza: brez simptomov (lahko traja več let).
- Aids (7–10 let po okužbi): izguba teže, dolgotrajna vročina, nočno potenje, kronična utrujenost, driska, izpuščaj, hude sekundarne okužbe (npr. pljučnice, okužbe prebavil, živčevja, kože) in nekatere vrste raka.

Za več informacij nas lahko kontaktirate na [info@kajisces.si](mailto:info@kajisces.si) ali na telefonsko številko 030 361 280 vsak delovni dan med 10. in 16. uro.

## KAKO SE ZAŠČITITI

- Uporaba kondomov pri vseh vrstah spolnih odnosov.
- Redno testiranje.
- PrEP (predekspozicijska profilaksa): preventivno jemanje protiretrovirusnih zdravil znatno zmanjša tveganje za okužbo pri osebah z večjim tveganjem. Potrebni so redni zdravniški pregledi.
- PEP (poekspozicijska profilaksa): nujno zdravljenje po morebitni izpostavitvi s hivom, ki ga je treba začeti v 72 urah in traja 28 dni.
- N = N (Nezaznavno = Neprenosljivo): oseba na učinkovitem zdravljenju, ki doseže nezaznavno virusno breme, hiva ne more prenesti na spolne partnerje.
- Uporaba pribora za injiciranje drog, ki ga uporablja zgolj ena oseba.

## TESTIRANJE

Da bi bil rezultat krvnega testa zanesljiv, mora od morebitne okužbe do testiranja z laboratorijskim testom preteči 6 tednov. V primeru uporabe hitrega testa ali testa za samotestiranje se ta čas podaljša na 3 mesece.

## ZDRAVLJENJE

Hiv zdravimo s protiretrovirusnimi zdravili (ART), ki znižajo virusno breme na nezaznavno raven, preprečijo napredovanje bolezni in prenos virusa na druge osebe. Zdravljenje osebam, ki živijo s hivom, omogoča dolgo in kakovostno življenje.

# HEPATITIS A

Hepatitis A je vnetje jeter, ki ga povzroča virus hepatitisa A (HAV), ki se izloča v človeškem blatu.

## NAČINI PRENOSA

- Uživanje kontaminirane hrane ali vode.
- Neustrezna higiena rok.
- Oralno-fekalni prenos pri spolnem stiku.

## SIMPTOMI

Običajno se pojavijo od 2 do 6 tednov po okužbi in vključujejo:

- utrujenost,
- vročino,
- rumenkasto obarvanje kože in oči (zlatenica),
- temen urin,
- svetlo blato,
- slabost, bruhanje in izgubo apetita,
- bolečine pod desnim rebrnim lokom.

Pri nekaterih osebah, zlasti mlajših, lahko okužba poteka brez simptomov.

Za več informacij nas lahko kontaktirate na [info@kajisces.si](mailto:info@kajisces.si) ali na telefonsko številko 030 361 280 vsak delovni dan med 10. in 16. uro.

## KAKO SE ZAŠČITITI

- Cepljenje proti hepatitisu A (najbolj učinkovita zaščita).
- Skrb za higieno rok.
- Izogibanje kontaminirani hrani in vodi, zlasti v državah z večjim tveganjem.
- Uporaba zaščitnih sredstev, kot je dentalna folija (dental dam).

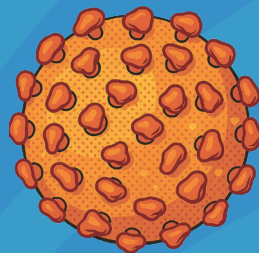
## TESTIRANJE

V Sloveniji ne izvajamo rutinskega presejalnega testiranja na HAV.

## ZDRAVLJENJE

Za hepatitis A ni specifičnega zdravljenja, saj okužba običajno izzveni sama v nekaj tednih ali mesecih. Priporočljivi so počitek, ustrezna hidracija, uravnotežena prehrana z lahkimi, hranljivimi obroki in izogibanje alkoholu in težki, mastni hrani. V redkih primerih lahko bolezen povzroči resne zaplete, kot je odpoved jeter.

# HEPATITIS B



Hepatitis B je vnetje jeter, ki ga povzroča virus hepatitisa B (HBV). Lahko poteka akutno ali preide v kronično obliko in ima lahko hude posledice, kot so ciroza, rak jeter ali odpoved jeter.

## NAČINI PRENOSA

- Nezaščiten vaginalni, frontalni, analni ali oralni spolni odnos.
- Souporaba igel za injiciranje drog.
- Nesterilni pribor za tetoviranje ali prebadanje kože.
- Stik z okuženo krvjo ali telesnimi tekočinami pri souporabi pribora za osebno higieno, na primer zobnih ščetk, brivskih pripomočkov itd.
- Prenos z matere na otroka med porodom.

## SIMPTOMI

Hepatitis B lahko poteka brez simptomov. Če se ti pojavijo, lahko vključujejo:

- utrujenost,
- vročino,
- rumenkasto obarvanje kože in oči (zlatenica),
- temen urin,
- svetlo blato,
- bolečine v trebuhu,
- izgubo apetita,
- slabost in bruhanje.

Za več informacij nas lahko kontaktirate na [info@kajisces.si](mailto:info@kajisces.si) ali na telefonsko številko 030 361 280 vsak delovni dan med 10. in 16. uro.

## KAKO SE ZAŠČITITI

- Cepljenje proti HBV učinkovito preprečuje okužbo. Večina oseb, rojenih po letu 1992, je bila cepljena proti HBV v otroštvu.
- Uporaba kondomov pri vseh vrstah spolnih odnosov.
- Uporaba pribora za injiciranje drog, ki ga uporablja zgolj ena oseba.
- Izogibanje souporabi pribora za osebno higieno.

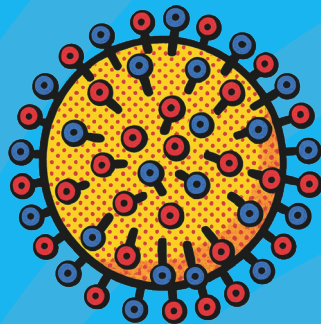
## TESTIRANJE

Diagnostično okno za laboratorijski krvni test je od 8 tednov do 6 mesecev po izpostavitvi.

## ZDRAVLJENJE

Akutni hepatitis B pogosto izzveni sam ali pa ga zdravimo simptomatsko. Pri kroničnem hepatitisu B je lahko potrebno zdravljenje s protivirusnimi zdravili, ki zmanjšajo virusno obremenitev in preprečijo poškodbe jeter.

# HEPATITIS C



Hepatitis C je vnetje jeter, ki ga povzroča virus hepatitisa C (HCV). Okužba večinoma preide v kronično obliko in ima lahko hude posledice, kot so ciroza, rak jeter ali odpoved jeter.

## NAČINI PRENOSA

- Souporaba igel za injiciranje ali slamic za njuhanje drog.
- Nesterilni pribor za tetoviranje ali prebadanje kože.
- Souporaba pribora za osebno higieno.
- Prenos z matere na otroka med porodom.
- Nezaščiteni spolni odnosi, še posebej takšni, pri katerih prihaja do poškodb tkiv.

## SIMPTOMI

Od okužbe do znakov bolezni lahko mine od 15 do 160 dni, simptomi pa se pojavijo le pri manjšem deležu okuženih.

Če se pojavijo, vključujejo:

- utrujenost,
- rumenkasto obarvanje kože in oči (zlatenica),
- temen urin,
- svetlo blato,
- bolečine pod desnim rebrnim lokom,
- izgubo apetita,
- slabost in bruhanje.

Za več informacij nas lahko kontaktirate na [info@kajisces.si](mailto:info@kajisces.si) ali na telefonsko številko 030 361 280 vsak delovni dan med 10. in 16. uro.

## KAKO SE ZAŠČITITI

Za zaščito pred hepatitisom C so ključni izogibanje souporabi pripomočkov za njuhanje ali injiciranje drog, uporaba kondomov pri spolnih odnosih in uporaba rokavic pri fistingu.

## TESTIRANJE

Diagnostično okno je do 6 mesecev po izpostavitvi.

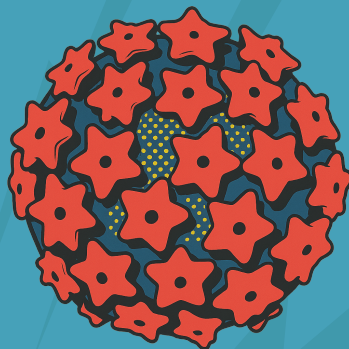
## ZDRAVLJENJE

Hepatitis C zdravimo s protivirusnimi zdravili, ki so zelo učinkovita in lahko okužbo popolnoma pozdravijo. Uspešnost zdravljenja je odvisna od zgodnjega odkrivanja okužbe. Prebolela oz. pozdravljena okužba ne pušča trajne imunosti, zato so možne ponovne okužbe.



# HPV

(HUMANI PAPILOMA VIRUS)



HPV je ena najpogostejših spolno prenosljivih okužb. Obstaja več kot 200 genotipov HPV, nekateri povzročajo genitalne bradavice, drugi pa lahko vodijo do raka materničnega vratu, penisa, nožnice, vulve, zadnjika in ustnega dela žrela.

## NAČINI PRENOSA

- Nezaščiten vaginalni, frontalni, analni ali oralni spolni odnos.
- Stik kože s kožo.
- Deljenje spolnih igrač.
- Prenos z okužene matere na otroka med porodom (redko).

## SIMPTOMI

HPV pogosto poteka brez simptomov. Pri nekaterih tipih lahko povzroči genitalne bradavice, ki se pojavljajo v predelu genitalij ali zadnjika.

Za več informacij nas lahko kontaktirate na [info@kajisces.si](mailto:info@kajisces.si) ali na telefonsko številko 030 361 280 vsak delovni dan med 10. in 16. uro.

## KAKO SE ZAŠČITITI

- Cepljenje proti HPV je najbolj učinkovita zaščita.
- Uporaba kondomov zmanjšuje tveganje, vendar ne prepreči vseh okužb.
- Redni ginekološki pregledi in bris materničnega vratu (PAP test) za zgodnje odkrivanje predrakavih sprememb in raka materničnega vratu.
- Higiena spolnih igrčk.

Brezplačno cepljenje proti HPV je na voljo vsem osebam do dopolnjenega 26. leta starosti. Starejši se lahko samoplačniško cepijo pri osebnem zdravniku ali v ambulantah NIJZ.

## TESTIRANJE

V Sloveniji rutinskega testiranja na HPV ni, saj ni zanesljive presejalne metode. Pri PAP testu se opravi bris materničnega vratu za odkrivanje predrakavih sprememb celic.

## ZDRAVLJENJE

Okužbe s HPV ni mogoče pozdraviti, vendar je mogoče zdraviti simptome in zaplete:

- odstranjevanje genitalnih bradavic z zdravili ali posegi,
- zdravljenje predrakavih sprememb z različnimi medicinskimi posegi.

Večina okužb se pozdravi sama v roku enega do dveh let, vendar lahko nekatere trajajo dlje in povzročijo zaplete.

# SIFILIS



Sifilis je spolno prenosljiva okužba, ki jo povzroča bakterija *Treponema pallidum*. Običajno jo najdemo na sluznici genitalij, zadnjika in ustne votline, lahko pa se razširi tudi na živčni sistem, srčno-žilni sistem in očesno veznico.

## NAČINI PRENOSA

- Nezaščiten vaginalni, analni ali oralni spolni odnos.
- Preko poljubljanja.
- Neposredni stik z razjedami ali izpuščaji.
- Prenos z matere na otroka med nosečnostjo ali porodom.

## SIMPTOMI

Simptomi so pogosto blagi ali neznačilni. Okužba poteka v več fazah:

- primarna faza: povprečno 3 tedne po okužbi nastane neboleča razjeda na mestu okužbe (genitalije, anus, usta), ki se zaceli sama po 3 do 6 tednih;
- sekundarna faza: nekaj mesecev po okužbi se pojavijo izpuščaji po trupu, na dlaneh ali podplatih, povišana telesna temperatura, utrujenost, bolečine v mišicah, izpadanje las, otekle bezgavke. Ta faza lahko traja tudi do nekaj mesecev;
- latentna faza: brez simptomov, a bakterija ostaja prisotna. Ta faza lahko traja več let;
- terciarna faza: poškodbe notranjih organov (možgani, srce, jetra), nevrološke težave, demenca ali smrt.

Za več informacij nas lahko kontaktirate na [info@kajisces.si](mailto:info@kajisces.si) ali na telefonsko številko 030 361 280 vsak delovni dan med 10. in 16. uro.

Nezdravljen sifilis lahko povzroči resne zdravstvene zaplete, ki prizadenejo različne organe. Med najpogostejše zaplete sodijo poškodbe srca in ožilja, vnetje možganov in hrbtenjače (nevrosifilis), slepota, gluhost, duševne motnje ter poškodbe kosti in sklepov. V napredujajočih fazah lahko sifilis vodi do trajnih telesnih okvar, nevroloških težav, demence in celo smrti.

## KAKO SE ZAŠČITITI

Za zaščito pred sifilisom so pomembni uporaba kondomov pri vseh vrstah spolnih odnosov, higiena spolnih igrač in redno testiranje. Kondomi sicer ne nudijo popolne zaščite, saj lahko do okužbe pride pri stiku z razjedami, ki niso zaščitene s kondomom, na primer pri poljubljanju.

## TESTIRANJE

Da bi bil krvni test zanesljiv, mora od morebitne okužbe preteči vsaj od 6 do 12 tednov.

## ZDRAVLJENJE

Sifilis zdravimo z antibiotiki. Pomembno je, da se okužena oseba vzdrži spolnih odnosov do konca zdravljenja in da se testirajo in po potrebi zdravijo tudi spolni partnerji, s čimer se prepreči ponovna okužba. Protitelesa, ki nastanejo po okužbi, ostanejo doživljenjsko, a ne ščitijo pred ponovno okužbo.

# GONOREJA



Gonoreja je spolno prenosljiva okužba, ki jo povzroča bakterija *Neisseria gonorrhoeae*. Okuži lahko sluznico žrela, sečnice, materničnega vratu, zadnjika in očesne veznice.

## NAČINI PRENOSA

- Nezaščiten vaginalni, frontalni, analni ali oralni spolni odnos.
- Neposredni stik s sluznicami okužene osebe.
- Prenos z matere na otroka med porodom.

## SIMPTOMI

Okužba v žrelu in rektumu pogosto poteka brez simptomov, vendar se, če se pojavijo, običajno razvijejo od 3 do 7 dni po okužbi. Simptomi gonoreje so odvisni od mesta okužbe. Lahko vključujejo:

- genitalije: pekoč občutek pri uriniranju, pogosto uriniranje, izcedek (rumenkast ali zelenkast) iz genitalij, bolečine in otekanje v predelu genitalij;
- zadnjik: srbenje, izcedek ali krvavitve iz danke, bolečine pri iztrebljanju;
- žrelo: vnetje, težave pri požiranju ali bolečina (redko).

Za več informacij nas lahko kontaktirate na [info@kajjisces.si](mailto:info@kajjisces.si) ali na telefonsko številko 030 361 280 vsak delovni dan med 10. in 16. uro.

## KAKO SE ZAŠČITITI

Za zaščito pred gonorejo so ključni uporaba kondomov pri vseh vrstah spolnih odnosov, higiena spolnih igrač in redno testiranje.

## TESTIRANJE

Za testiranje je potreben vzorec urina ali bris okuženega mesta. Da bi bil rezultat testiranja zanesljiv, mora od morebitne okužbe preteči od 3 do 7 dni.

## ZDRAVLJENJE

Gonorejo zdravimo z antibiotiki. Pomembno je zdravljenje pod zdravniškim nadzorom in z ustreznimi antibiotiki.

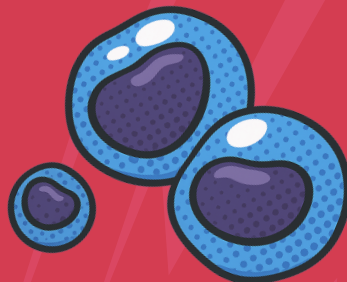
Uporaba antibiotikov na lastno pest lahko povzroči odporne seve bakterij.

Okužena oseba se mora vzdržati spolnih odnosov do konca zdravljenja.

Pomembno je, da se zdravijo tudi vsi spolni partnerji, da se prepreči ponovna okužba.

Nezdravljena gonoreja lahko povzroči zaplete, kot so neplodnost, medenična vnetna bolezen, vnetje obmodka, razširjena okužba v krvi ali sklepih.

# KLAMIDIJA



Klamidija je spolno prenosljiva okužba, ki jo povzroča bakterija *Chlamydia trachomatis*. Okuži lahko sluznico žrela, sečnice, materničnega vratu, zadnjika in očesne veznice.

## NAČINI PRENOSA

- Nezaščiten vaginalni, frontalni, analni ali oralni spolni odnos.
- Neposredni stik s sluznicami okužene osebe.
- Prenos z matere na otroka med porodom.

## SIMPTOMI

Klamidija zelo pogosto poteka brez simptomov. Če pa se simptomi pojavijo, se običajno razvijejo od 1 do 3 tedne po okužbi, pri okužbi danke pa lahko tudi po 6 tednih. Vključujejo lahko:

- genitalije: pekoč občutek pri uriniranju, izcedek (prozoren, bel ali rumenkast) iz genitalij, bolečine v spodnjem delu trebuha, otekanje ali bolečine v modih;
- zadnjik: srbenje, izcedek ali krvavitve iz danke, bolečine pri iztrebljanju;
- žrelo: vneto grlo, bolečine pri požiranju ali blaga bolečina (redko).

Za več informacij nas lahko kontaktirate na [info@kajisces.si](mailto:info@kajisces.si) ali na telefonsko številko 030 361 280 vsak delovni dan med 10. in 16. uro.

## KAKO SE ZAŠČITITI

Za zaščito pred klamidijo so ključni uporaba kondomov pri vseh vrstah spolnih odnosov, higiena spolnih igrač in redno testiranje.

## TESTIRANJE

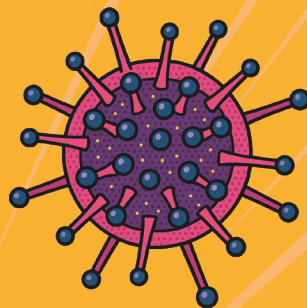
Za testiranje je potreben vzorec urina ali bris okuženega mesta. Da bi bil rezultat testiranja zanesljiv, mora od morebitne okužbe preteči vsaj 7 dni.

## ZDRAVLJENJE

Klamidijo zdravimo z antibiotiki. Ključno je zdravljenje pod zdravniškim nadzorom. Pomembno je, da se okužena oseba vzdrži spolnih odnosov do konca zdravljenja in da se zdravijo tudi spolni partnerji, da se prepreči ponovna okužba.

Nezdravljena klamidija lahko povzroči resne zaplete, kot so vnetje obmodka ali prostate, vnetje sklepov, kronične bolečine v spodnjem delu trebuha in v dimljah, neplodnost, medenična vnetna bolezen ter zunajmaternična nosečnost.

# GENITALNI HERPES



Genitalni herpes je virusna okužba, ki jo povzroča virus *Herpes simplex* (HSV). Večinoma ga povzroča virus tipa 2 (HSV-2), lahko pa tudi virus tipa 1 (HSV-1), ki ponavadi povzroča herpes na ustnicah. Okužba je doživljenjska, izbruh bolezni praviloma sledi oslabitvi imunskega sistema, stresu, vročini itd.

## NAČINI PRENOSA

- Neposredni stik z mehurčki ali ranami.
- Nezaščiteni spolni odnosi.
- Poljubljanje.
- Deljenje spolnih igrač.

Virus se lahko prenaša tudi, ko okužena oseba nima vidnih znakov okužbe.

## SIMPTOMI

Oralni herpes (HSV-1): mehurčki na ustnicah ali okoli njih, srbenje, bolečina, vročina.

Približno teden dni po okužbi in kadarkoli kasneje v življenju ob ponovnem zagonu bolezni se pojavijo mehurčki na genitalijah ali anusu, ki jim sledijo razjede, pojavljajo se še bolečine in srbenje v predelu spolovil in splošno slabo počutje. V primeru izbruha bolezni, ki jo povzroča HSV-1, se srbenje, mehurčki in razjede pojavijo na ustnici.

Za več informacij nas lahko kontaktirate na [info@kajisces.si](mailto:info@kajisces.si) ali na telefonsko številko 030 361 280 vsak delovni dan med 10. in 16. uro.

## KAKO SE ZAŠČITITI

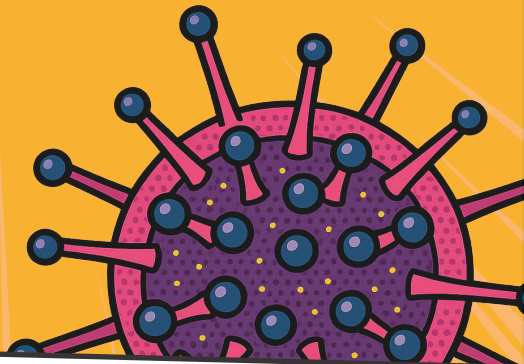
- Uporaba kondomov (zmanjša tveganje, a ne prepreči okužbe v celoti).
- Izogibanje spolnim stikom ob izbruhih.

## TESTIRANJE

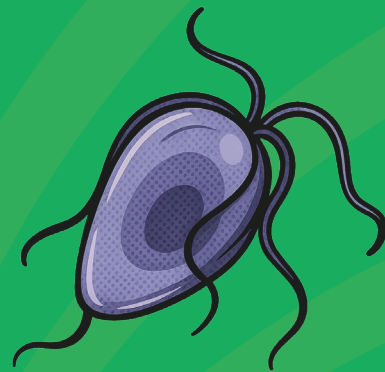
Za potrditev herpesa se odvzame bris s kožne spremembe ali sluznice, pri asimptomatskih bolnikih pa je možno testiranje krvi na protitelesa. Bris je najbolj zanesljiv, če se odvzame v času aktivnih sprememb

## ZDRAVLJENJE

Herpes ni ozdravljiv, a ga je možno obvladovati s protivirusnimi zdravili. Zdravila skrajšajo izbruhe in zmanjšajo njihovo pogostost.



# TRIHOMOZOZA



Trihomonoza je spolno prenosljiva okužba, ki jo povzroča parazit *Trichomonas vaginalis*. Okužba pogosto prizadene nožnico, sečnico in sečni mehur.

## NAČINI PRENOSA

Trihomonoza se prenaša preko nezaščitenega vaginalnega spolnega odnosa. Okužba pri analnem ali oralnem spolnem odnosu je redka, vendar možna.

## SIMPTOMI

Trihomonoza zelo pogosto poteka brez simptomov. Če pa se simptomi pojavijo, se običajno razvijejo od 5 do 7 dni po okužbi. Vključujejo lahko:

- genitalije: povečan izcedek (penast, rumeno-zelen), neprijeten vonj, srbenje ali pordelost v spolnem predelu, pekoč občutek pri uriniranju, bolečine pri spolnem odnosu;
- zadnjik: srbenje, draženje ali nelagodje;
- žrelo: okužba je redka in običajno brez simptomov.

Za več informacij nas lahko kontaktirate na [info@kajisces.si](mailto:info@kajisces.si) ali na telefonsko številko 030 361 280 vsak delovni dan med 10. in 16. uro.

## KAKO SE ZAŠČITITI

Za zaščito pred trihomonozo so ključni uporaba kondomov pri vseh vrstah spolnih odnosov, higiena spolnih igrač in redno testiranje.

## TESTIRANJE

Za testiranje potrebujemo vzorec urina ali bris okuženega mesta. Testiranje je priporočljivo za osebe z nejasnimi simptomi ali tiste, ki imajo več spolnih partnerjev.

## ZDRAVLJENJE

Trihomonozo zdravimo z antibiotiki. Pomembno je, da se hkrati zdravijo tudi spolni partnerji, da se prepreči ponovna okužba. Okužena oseba se mora vzdržati spolnih odnosov do zaključka zdravljenja.

# UROGENITALNA MIKOPLAZMA

Mikoplazma je spolno prenosljiva okužba, ki jo povzroča bakterija *Mycoplasma genitalium*. Ta okuži sluznico sečil in spolovil.

## NAČINI PRENOSA

Mikoplazma se prenaša preko nezaščitenega vaginalnega, frontalnega, analnega ali oralnega spolnega odnosa.

## SIMPTOMI

Mikoplazma zelo pogosto poteka brez simptomov. Če pa se simptomi pojavijo, se običajno razvijejo od 1 do 3 tedne po okužbi. Vključujejo lahko:

- pekoč občutek pri uriniranju,
- izcedek iz genitalij,
- bolečine v spodnjem delu trebuha,
- bolečine pri spolnem odnosu,
- srbenje ali izcedek iz danke.

Mikoplazma lahko povzroči vnetje materničnega vratu, vnetno bolezen medenice in vnetje sečnice.

Za več informacij nas lahko kontaktirate na [info@kajisces.si](mailto:info@kajisces.si) ali na telefonsko številko 030 361 280 vsak delovni dan med 10. in 16. uro.

## KAKO SE ZAŠČITITI

Za zaščito pred mikoplazmo so ključni uporaba kondomov pri vseh vrstah spolnih odnosov, higiena spolnih igrač in redno testiranje.

## TESTIRANJE

Za testiranje potrebujemo vzorec urina ali bris okuženega mesta, odvisno od vrste testa. Testiranje je priporočljivo za osebe z nejasnimi simptomi ali tiste, ki imajo več spolnih partnerjev.

## ZDRAVLJENJE

Mikoplazmo zdravimo z antibiotiki, vendar je bakterija odporna na nekatera zdravila, zato je ključno zdravljenje pod nadzorom zdravnika. Pomembno je, da se okužena oseba vzdrži spolnih odnosov do zaključka zdravljenja in da se zdravijo tudi spolni partnerji.