باب 18
جنسی بیماریاں اور جنسی اعضا کے دوسرے انفیکشنز

اس باب میں:

جنسی بیماریاں کیا ہیں؟ 337

جنسی بیماریاں کیسے منتقل ہوتی ہیں 338
جنسی بیماریوں کا علاج 338

وجائنا سے اخراج 339

کلیمیڈیا اور سوزاک 339
خمیر یا ییسٹ (کینڈیڈا، سفید رطوبت، فنگس) 342
ٹریکوموناس.. 342
بیکٹیریل وجائنوسس (بی وی، گارڈنیریلا) 344

جنسی اعضا پر ناسور (جنسی السرز) 344

آتشک 345
جینیٹل ہرپیز 347
شینکروئیڈ 347
ایچ پی وی (جنسی مسّے) 349

وہ جنسی بیماریاں جن سے پورا جسم متاثر ہوتا ہے 350

ایڈز... 350
عورتوں کو جنسی بیماریوں سے بچاؤ
ہیپاٹائٹس بی 352
کے بارے میں سکھانا 352

اپنے علاقے میں جنسی بیماریوں کی روک تھام میں کیسے مدد کی جائے 353

باب
18

جنسی بیماریاں اور جنسی اعضا کے دوسرے انفیکشنز

جنسی بیماریاں کیا ہیں؟

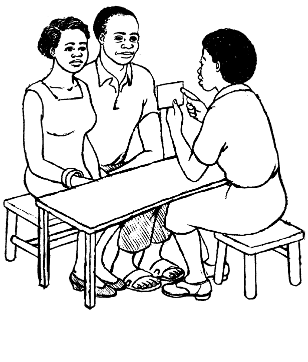
جنسی طور پر منتقل ہونے والے انفیکشنز (sexually transmitted infections-STIs) یا جنسی بیماریاں وہ انفیکشنز ہوتے ہیں جو جنسی عمل کے دوران ایک فرد سے دوسرے فرد کو منتقل ہوتے ہیں۔ مرد، عورتیں اور بچے سب ان سے متاثر ہوسکتے ہیں۔ سوزاک، کلیمیڈیا (chlamydia)، ٹریکوموناس (trichomonas)، آتشک، شینکرویڈ (chancroid)، ہرپیز، ہیپاٹائٹس بی اور ایچ آئی وی/ایڈز عام جنسی بیماریاں ہیں۔

اگر کسی فرد میں ان میں سے کوئی علامت ہے تو اسے جنسی بیماری ہوسکتی ہے:

- جنسی اعضا سے بدبودار رطوبت کا نکلنا
- جنسی اعضا میں کھجلی
- جنسی اعضا میں درد
- جنسی اعضا پر ناسور یا پھوڑے
- پیلوس میں درد یا جنسی عمل کے دوران تکلیف

یہ بھی بہت عام ہے کہ جنسی بیماری ہونے کے باوجود کوئی علامت نظر نہ آجائے۔ بہت سی عورتوں اور مردوں کو جنسی بیماری ہوتی ہے لیکن انہیں اس کا علم نہیں ہوتا۔

جنسی بیماری کا علاج نہ ہو تو بہت سنگین نتائج نکل سکتے ہیں۔ اس لیے جسے بھی جنسی بیماری ہو اسے جتنی جلد ممکن ہو اس کا علاج کرانا چاہیے۔ عورت کی جنسی بیماری کا علاج نہ ہونے کی صورت میں اسے ٹیوبل پریگننسی (tubal pregnancy) ہوسکتی ہے، سرویکس کا کینسر ہوسکتا ہے یا وہ بانجھ ہوسکتی ہے (دیکھیں صفحہ 30)۔ حاملہ عورت کو جنسی بیماری ہو تو بچہ قبل از وقت پیدا ہوسکتا ہے اور وہ بہت چھوٹا، نابینا، بیمار یا مردہ بھی ہوسکتا ہے۔ اگر کسی شخص کو ایک جنسی بیماری ہو تو اسے ایچ آئی وی / ایڈز سمیت کوئی دوسری بھی آسانی سے لگ سکتی ہے۔



اس باب میں سب سے عام جنسی بیماریوں کے بارے میں بتایا گیا ہے اور یہ سمجھایا گیا ہے کہ ان کا علاج اور روک تھام کیسے کی جائے۔ اس میں جنسی اعضا کے بعض دوسرے انفیکشنز کے بارے میں بھی بتایا گیا ہے جو عام ہیں لیکن جنسی عمل سے منتقل نہیں ہوتے۔

جنسی بیماریاں کیسے منتقل ہوتی ہیں

جنسی بیماری اس وقت منتقل ہوتی ہے جب کوئی فرد کسی دوسرے ایسے فرد کے بہت قریبی رابطے میں ہو جسے وہ بیماری ہو۔ قریبی رابطے سے مراد معمول کا جنسی عمل (مرد کا عضو عورت کی وجائنا کے اندر جانا)، مقعد میں جنسی عمل (مرد کا عضو دوسرے مرد کی مقعد میں جانا)، یا اورل (oral) (جنسی اعضا پر منہ کا استعمال) ہے۔ اورل جنسی عمل نسبتاً کم ہوتا ہے۔ جنسی بیماریاں بعض اوقات متاثرہ مردانہ عضو یا وجائنا کو دوسرے فرد کے جنسی اعضا سے رگڑنے سے بھی منتقل ہوجاتی ہیں۔ بہت سے لوگوں کو ایسے افراد سے جنسی بیماریاں لگ جاتی ہیں جن میں جنسی بیماری کی کوئی علامت نہیں ہوتی۔

جنسی بیماری سے اس طرح بچا جاسکتا ہے کہ کسی ایسے فرد کے ساتھ جنسی عمل سے گریز کیا جائے جسے انفیکشن ہو۔ کنڈوم استعمال کرکے بھی جنسی بیماری سے بچا جاسکتا ہے۔ جنسی بیماریوں سے بچاؤ کے بارے میں جاننے کے لیے دیکھیں صفحات 350 اور 352۔

جنسی بیماریوں کا علاج

زیادہ تر جنسی بیماریاں ایسی ہیں کہ اگر فوراً علاج ہوجائے تو ختم ہوجاتی ہیں یا افاقہ ہوجاتا ہے۔ لیکن بیشتر عورتوں کا علاج نہیں ہوتا۔ ہوسکتا ہے کہ عورت کے پاس علاج کرانے کے لیے پیسے نہ ہوں۔ وہ شرم محسوس کرتی ہو۔ اسے خوف ہو کہ شوہر کو ناجائز تعلقات کا شک ہوگا۔

ان وجوہات کی بنا پر جنسی بیماری میں مبتلا عورت کی دیکھ بھال کی خاص اہمیت ہے۔ اگر کوئی عورت آپ کو اپنی جنسی بیماری کے بارے میں بتاتی ہے تو کسی اور کو نہ بتائیں کہ اسے جنسی بیماری ہے ورنہ ہوسکتا ہے کہ اگلی بار وہ مدد حاصل کرنے کے لیے نہ آئے۔ اس پر تنقید نہ کریں۔ ایمانداری سے اور اپنی پوری اہلیت کے مطابق اس کے سوالوں کے جواب دیں۔ اگر آپ اس کے انفیکشن کا علاج نہیں کرسکتیں تو قریبی علاقے میں سستا علاج ڈھونڈنے میں اس کی مدد کریں۔

یاد رکھیں:

- جنسی بیماری کا جتنی جلدی ممکن ہو علاج کرائیں۔ علاج جلدی ہوجائے تو اس میں کم پیسے لگتے ہیں اور علاج زیادہ اچھی طرح ہوسکتا ہے۔
- شوہر کا علاج بھی کریں۔ اگر شوہر کو بیماری لگی ہوئی ہے تو عورت کا علاج کرنے سے فائدہ نہیں ہوگا۔
- اس بات کا یقین کرلیں کہ عورت کو جتنی دوائیں دی جاتی ہیں وہ کھا رہی ہے۔ چاہے انفیکشن کی علامات ختم ہوجائیں پھر بھی انفیکشن کا مکمل علاج کرنے کے لیے ساری دوائیں کھانا ضروری ہوتا ہے۔

نوٹ: اس باب میں جتنی دواؤں کے نام دیے گئے ہیں وہ حمل یا دودھ پلانے کے دوران کھائی جاسکتی ہیں، سوائے ان دواؤں کے جن کے بارے میں خبردار کیا گیا ہے کہ ان کا کھانا خطرناک ہوسکتا ہے۔ جو عورتیں حاملہ نہیں یا اپنا دودھ نہیں پلا رہیں وہ دوسری زیادہ مؤثر دوائیں بھی کھا سکتی ہیں۔ دوسری دواؤں کے بارے میں جاننے کے لیے کتاب ''جہاں عورتوں کے لیے ڈاکٹر نہ ہوں'' دیکھیں یا کسی فارمسسٹ سے بات کریں۔

وجائنا سے اخراج

عورتوں میں وجائنا سے کسی مادے (رطوبت) کا اخراج عام بات ہے۔ اس رطوبت سے وجائنا خود کو صاف کرتی رہتی ہے۔ ماہواری اور حمل کے دوران اس رطوبت میں تبدیلیاں ہوتی ہیں۔

لیکن اگر وجائنا سے نکلنے والی رطوبت کی مقدار، رنگ یا بو میں کوئی بڑی تبدیلی ہو تو اس کا مطلب یہ ہوسکتا ہے کہ جنسی اعضا میں انفیکشن ہے۔ یہ کوئی جنسی بیماری ہوسکتی ہے اور کسی اور قسم کا انفیکشن بھی ہوسکتا ہے۔

اس باب میں ہم نے علامات کے لحاظ سے عورتوں کے انفیکشنز کو تقسیم کیا ہے۔ وجائنا سے نکلنے والی رطوبت کلیمیڈ یا، سوزاک یا ٹریکوموناس کی علامت ہوسکتی ہے یا کسی اور ایسے انفیکشن کی علامت ہوسکتی ہے جو جنسی طور پر منتقل نہ ہوا ہو۔

کلیمیڈیا اور سوزاک

کلیمیڈیا اور سوزاک دونوں خطرناک بیماریاں ہیں۔ لیکن اگر ان کا جلدی علاج ہوجائے تو آسانی سے ٹھیک ہوجاتی ہیں۔ اگر علاج نہ ہو تو اس سے عورتوں اور مردوں میں شدید انفیکشن یا بانجھ پن ہوسکتا ہے۔

عورت میں علامات

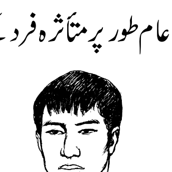
متاثرہ فرد کے ساتھ جنسی عمل کے بعد کچھ ہفتے یا مہینے بعد علامات ظاہر ہوسکتی ہیں۔

- وجائنا یا مقعد سے پیلی یا ہرے رنگ کی رطوبت نکلنا
- پیشاب کرتے وقت درد یا جلن
- بخار
- پیٹ کے نچلے حصے میں درد
- جنسی عمل کے دوران درد یا خون بہنا
- کوئی علامات نہ ہونا۔

مردوں اور عورتوں دونوں کو کلیمیڈیا یا سوزاک اس طرح ہوسکتا ہے کہ کوئی علامات نہ ہوں۔ جب کوئی علامات نہ ہوں تب بھی کلیمیڈیا یا سوزاک ایک فرد سے دوسرے فرد میں منتقل ہوسکتا ہے۔

مرد میں علامات

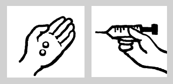
عام طور پر متاثرہ فرد کے ساتھ جنسی عمل کے 2 سے 5 دن کے اندر علامات ظاہر ہوتی ہیں۔



- عضو سے رطوبت کا نکلنا
- پیشاب کرتے وقت درد یا جلن
- خصیوں (testicles) میں درد یا سوجن
- کوئی علامات نہ ہونا۔

علاج

ممکن ہو تو ہر حاملہ عورت کا کلیمیڈیا یا سوزاک کا ٹیسٹ ہونا چاہیے۔ اگر ٹیسٹ سے پتہ چلتا ہے کہ اس میں ان میں سے کوئی ایک یا دونوں انفیکشنز ہیں تو اس کا **اور اس کے شوہر کا علاج ہونا چاہیے**۔ لیکن اگر اس کا ٹیسٹ ممکن نہ ہو اور اس میں یا اس کے شوہر میں انفیکشن کی علامات ہوں تب بھی ان دونوں کا فوری علاج ہونا چاہیے۔ بہتر ہے کہ اگر انفیکشن کا صرف اندیشہ ہو اور یقین نہ ہو کہ انفیکشن ہے پھر بھی علاج کیا جائے۔



کلیمیڈیا کے علاج کے لیے

- 500 ملی گرام اریتھرومائی سین دیں............................کھانے کے لیے، دن میں 4 بار، 7 دن تک یا
- 500 ملی گرام ایموکسی سلین دیں............................کھانے کے لیے، دن میں 3 بار، 7 دن کے لیے

سوزاک کا علاج کرنے کے لیے

- 250 ملی گرام سیفٹرائیکسون کا انجکشن دیں............................پٹھوں میں، صرف 1 بار یا
- 400 ملی گرام سیفیکسیم دیں............................کھانے کے لیے، صرف 1 بار

کلیمیڈیا اور سوزاک ایک ساتھ ہونا عام ہے۔ اگر آپ کو یقین نہیں کہ عورت کو کلیمیڈیا ہے یا سوزاک، یا اگر اسے دونوں ہو سکتے ہیں تو اس کا اور اس کے شوہر دونوں کا دونوں انفیکشن کا علاج کریں۔

نوٹ: ماضی میں سوزاک کے علاج کے لیے پینیسلین استعمال ہوتی تھی۔ اب بہت سی جگہوں پر پینیسلین سوزاک کو ختم نہیں کر سکتی کیونکہ اس دوا کے خلاف مزاحمت پیدا ہو گئی ہے (دیکھیں صفحہ 486)۔ یہ معلوم کریں کہ آپ کے علاقے میں کون سی دوائیں سب سے اچھی ہیں۔

کلیمیڈیا اور سوزاک کی وجہ سے بچوں کے مسائل

جن عورتوں کو زچگی کے وقت کلیمیڈیا یا سوزاک ہوتا ہے وہ اپنے نومولود بچوں کو یہ جراثیم منتقل کر سکتی ہیں۔ اس سے آنکھ کا انفیکشن ہو سکتا ہے جس سے اندھے پن کا خطرہ ہوتا ہے یا پھیپھڑوں کی سنگین بیماری ہو سکتی ہے۔ آنکھ میں کلیمیڈیا یا سوزاک کا انفیکشن ہو تو عموماً پہلے مہینے کے اندر آنکھوں سے گاڑھی پیلے رنگ کی رطوبت نکلتی ہے۔ بچوں میں آنکھ کے انفیکشن کی روک تھام کے لیے پیدائش کے بعد بچے کے آنکھوں میں اینٹی بایوٹک مرہم ڈالیں (دیکھیں صفحہ 275)۔

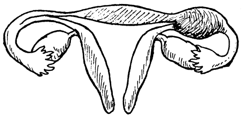
اگر بچے کو کلیمیڈیا کا انفیکشن ہے تو

- 30 ملی گرام اریتھرومائی سین شربت دیں...............پینے کے لیے، دن میں 4 بار 14 دن تک۔

اگر بچے کو سوزاک کا انفیکشن ہے تو

- 125 ملی گرام کا سیف ٹرائیک زون کا انجکشن دیں .... ران کے پٹھوں میں، صرف 1 بار۔

اگر ٹیسٹ ممکن نہیں ہے اور یہ پتہ نہیں چل رہا کہ انفیکشن کون سا ہے تو دونوں دوائیں دیں۔



پیلوک انفیکشن (پیلوک انفلیمیٹری ڈزیز، پی آئی ڈی PID)

پیلوک انفلیمیٹری ڈزیز یا پی آئی ڈی عورت کے یوٹرس، ٹیوبس یا اووریز میں ہونے والا خطرناک انفیکشن ہے۔ پیلوک انفیکشن اس وقت ہوسکتا ہے جب عورت کو جنسی بیماری ہو جو عام طور پر کلیمیڈیا یا سوزاک ہوتی ہے، اور اس کا علاج نہ کیا جائے۔ یہ اسقاط اور زچگی کے بعد بھی ہوسکتا ہے۔ جراثیم عورت کے یوٹرس، ٹیوبس یا اووریز میں داخل ہوجاتے ہیں اور وہاں انفیکشن پیدا کرتے ہیں۔

اگر پیلوک انفیکشن کا علاج نہ کیا جائے تو اس سے عورت کو لمبے عرصے تک درد رہ سکتا ہے۔ جن عورتوں کو پیلوک انفیکشن ہوا ان کے ٹیوبل پریگننسی ہونے یا بانجھ ہونے کا خطرہ زیادہ ہوتا ہے۔ پیلوک انفیکشن سے موت تک واقع ہوسکتی ہے۔

پیلوک انفیکشن کی علامات

- پیٹ کے نچلے حصے میں درد
- تیز بخار (38 سینٹی گریڈ یا 100.4 فارن ہائیٹ سے زیادہ)
- بہت بیمار یا کمزور محسوس کرنا
- وجائنا سے ہرے یا پیلے رنگ کی بدبودار رطوبت کا نکلنا
- جنسی عمل کے دوران درد یا خون بہنا۔

پیلوک انفیکشنز کے علاج کے لیے

جس عورت کو پیلوک انفیکشن ہو اسے ایک ساتھ 3 دوائیں لینی چاہئیں۔ ایک دوا کلیمیڈیا کی، دوسری سوزاک کی اور ایک اور اینٹی بایوٹک— میٹرونائیڈازول۔

کلیمیڈیا کے لیے

- 500 ملی گرام اریتھرومائی سین دیں.............. کھانے کے لیے، دن میں 4 بار، 14 دن تک۔

یا

- 500 ملی گرام ایموکسی سلین دیں.............. کھانے کے لیے، دن میں 3 بار، 14 دن تک۔

اور سوزاک کے لیے

- 250 ملی گرام سیف ٹرائیک زون کا انجکشن لگائیں .... پٹھوں میں، صرف 1 بار۔

یا

- 400 ملی گرام سیفکزم کا انجکشن لگائیں...................... صرف 1 بار۔

اور پیلوک انفیکشن پیدا کرنے والے کسی اور قسم کے جراثیم کے لیے

- 400 سے 500 ملی گرام میٹرونائیڈازول دیں............ کھانے کے لیے، دن میں 3 بار، 14 دن تک۔

حمل کے پہلے 3 مہینوں میں میٹرونائیڈازول نہ لیں۔

اگر 2 دن اور 2 راتوں (یعنی 48 گھنٹوں) بعد عورت کی حالت بہتر نہ ہو، یا اگر اسے تیز بخار ہے یا الٹیاں آرہی ہیں تو اسے فوراً صحت مرکز جانا چاہیے۔ اسے طاقتور آئی وی (نس یا ورید (vein) میں) دواؤں کی ضرورت ہے۔

ٹریکوموناس

ٹریکوموناس بہت تکلیف دہ بیماری ہے۔ اس میں کھجلی ہوتی ہے۔ مردوں میں عام طور پر اس کی کوئی علامت نہیں ہوتی لیکن ان کے جنسی عضو میں اس کا جرثومہ ہوسکتا ہے جو جنسی عمل کے دوران عورت کو منتقل ہوجاتا ہے۔

ٹریکوموناس خطرناک نہیں ہوتا لیکن اس سے وجائنا میں کھجلی ہوسکتی ہے جس سے عورت کو ایچ آئی وی/ایڈز سمیت دوسری جنسی بیماریاں آسانی سے لگ سکتی ہیں۔

ٹریکوموناس کی علامات

- بلبلے دار گدلی یا پیلی رطوبت
- بدبودار رطوبت
- جنسی اعضا اور وجائنا کا سرخ ہونا اور کھجلی محسوس ہونا
- پیشاب میں تکلیف یا جلن

عورت سٹز باتھ (sitz bath) لے تو بہتر محسوس کرے گی۔ یہ اس طرح کیا جاتا ہے کہ عورت صاف اور نیم گرم پانی سے بھرے برتن میں 15 منٹ تک بیٹھتی ہے۔ جتنی بار ہوسکے یہ عمل کیا جائے۔ اس سے جنسی اعضا کو آرام ملتا ہے اور بیماری جلدی ختم ہوتی ہے۔ جب تک عورت اور اس کے شوہر کا علاج ختم نہ ہوجائے اور تمام علامات غائب نہ ہوجائیں جنسی عمل نہیں کرنا چاہیے۔

ٹریکوموناس کے علاج کے لیے

اگر عورت حاملہ ہو:

علاج کے تیسرے مہینے کے آخر تک انتظار کرنا چاہیے۔ حمل کے پہلے تین مہینے میں یہ دوا خطرناک ہوسکتی ہے۔ تیسرے مہینے کے بعد:

- 400 سے 500 ملی گرام میٹرونائیڈازول دیں............ کھانے کے لیے، دن میں 2 بار، 7 دن تک۔

عورت کے شوہر کو بھی 2 گرام میٹرونائیڈازول کھانے کے لیے دیں، صرف 1 بار۔

خمیر یا ییسٹ (کینڈیڈا، سفید رطوبت، فنگس)

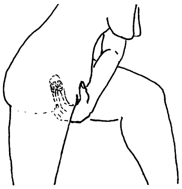
ییسٹ عام طور پر جنسی بیماری نہیں ہوتی لیکن یہ وجائنا میں ہونے والا بہت عام انفیکشن ہے۔ حاملہ خواتین اور اینٹی بایوٹکس یا ضبط ولادت کی گولیاں کھانے والی عورتوں میں یہ خاص طور پر عام ہے۔ مردوں کو بھی ییسٹ انفیکشن لگ سکتا ہے۔

ییسٹ کی علامات

- جنسی اعضا میں کھجلی
- وجائنا کے باہر اور اندر سرخ چمکیلی جلد جس سے بعض اوقات خون بہتا ہے
- پیشاب کرتے وقت جلن
- وجائنا سے پھپھوند یا آٹے جیسی بو آنا۔

علاج

ییسٹ خطرناک نہیں ہے لیکن حاملہ عورتوں میں پیدائش سے پہلے ییسٹ کا علاج ہونا چاہیے ورنہ بچے کو تھرش ہوسکتا ہے (دیکھیں صفحہ 306)۔ ییسٹ اکثر قدرتی علاج سے ٹھیک ہوجاتا ہے۔

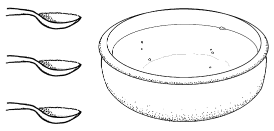


ییسٹ کے انفیکشن کے لیے قدرتی علاج

صاف نیم گرم پانی سے بھرے برتن میں سرکہ یا دہی ملائیں۔ پھر عورت اس برتن میں دن میں 2 بار بیٹھے جب تک بہتر محسوس نہ کرے۔

یا وہ یہ بھی کرسکتی ہے:

ایک لیٹر اُبلے ہوئے ٹھنڈے پانی میں 3 کھانے کے چمچے سرکہ ملائیں۔



روئی کا صاف ٹکڑا سرکہ ملے ہوئے پانی میں بھگوئیں اور رات کو وجائنا کے اندر رکھ لیں۔ 3 راتوں تک یہ عمل کریں۔ ہر صبح کو روئی نکال لیں۔

اگر قدرتی علاج سے فائدہ نہ ہوتو ان میں سے کوئی دوا آزمائیں:

ییسٹ انفیکشن کے علاج کے لیے

جنیشین وائلٹ 1% میں روئی کا صاف ٹکڑا بھگوئیں:

- روئی کا ٹکڑا رکھیں .... وجائنا کے اندر، ہر رات، 3 راتوں تک۔ ہر صبح روئی نکال لیں۔

یا

- 200 ملی گرام کا مائیکونازول انسرٹ (miconazole insert) .... وجائنا میں اوپر کی جانب رکھیں، ہر رات، 3 راتوں تک۔

یا

- 100,000 یونٹ کا نسٹیٹن انسرٹ (nystatin insert) رکھیں .... وجائنا میں اوپر کی جانب، ہر رات، 14 راتوں تک۔

بچاؤ

پولیسٹر یا نائلون کے بجائے کاٹن کے ڈھیلے ڈھالے کپڑے اور زیرِ جامہ (انڈر گارمنٹس) پہنیں۔ اس سے جنسی اعضا کو زیادہ ہوا ملتی ہے۔ اس سے ییسٹ کی روک تھام ہوتی ہے۔ زیر جامہ کو جلدی جلدی دھوئیں اور تبدیل کریں۔ نہاتے وقت وجائنا میں صابن نہ ڈالیں۔ پانی کی پھوار نہ ڈالیں۔

بیکٹیریل وجائنوسس (bacterial vaginosis) (بی وی، گارڈنیریلا/gardnerella)

بیکٹیریل وجائنوسس جنسی بیماری نہیں۔ یہ عام طور پر خطرناک نہیں ہوتی لیکن اس سے حاملہ عورتوں کے بچے جلدی ہوسکتے ہیں یا پیدائش کے بعد انفیکشن ہوسکتا ہے۔

بیکٹیریل وجائنوسس کی علامات

- معمول سے زیادہ رطوبت آنا
- وجائنا سے بدبو آنا، خاص طور جنسی عمل کے بعد
- ہلکی کھجلی۔

بیکٹیریل وجائنوسس کے علاج کے لیے

اگر عورت حاملہ ہے تو:

علاج کے تیسرے مہینے کے آخر تک انتظار کرنا چاہیے۔حمل کے پہلے 3 مہینے میں یہ دوا خطرناک ہوسکتی ہے۔

تیسرے مہینے کے بعد

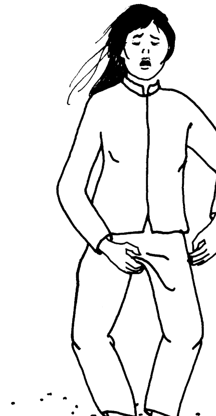
- 400 سے 500 ملی گرام میٹرونائیڈازول دیں............ کھانے کے لیے، دن میں 2 بار، 7 دن تک۔

یا

- میٹرونائیڈازول کا 500 ملی گرام انسرٹ رکھیں .... وجائنا میں اوپر کی جانب، ہر رات، 7 راتوں تک۔

جنسی اعضا میں کھجلی

جنسی اعضا میں کھجلی کی بہت سی وجوہات ہوسکتی ہیں۔ وجائنا کے سوراخ کے اردگرد کھجلی ییسٹ یا ٹریکوموناس کی وجہ سے ہوسکتی ہے۔



جنسی اعضا کے بالوں میں یا جنسی اعضا کے قریب کھجلی ہو تو اس کی وجہ اسکیبیز (scabies) یا جوئیں ہوسکتی ہیں۔ اسکیبیز یا جوؤں کا علاج جڑی بوٹیوں یا میڈیکل اسٹورز میں ملنے والی دواؤں سے ہوسکتا ہے۔ مزید معلومات کے لیے دیکھیں ''جہاں ڈاکٹر نہ ہو'' یا میڈیکل کی کوئی اور کتاب۔

کھجلی ایسے صابن یا ڈیوڈورینٹ سے بھی ہوسکتی ہے جس میں پرفیوم ہو۔ یہ وجائنا کو دھونے کے لیے استعمال ہونے والے پودوں یا جڑی بوٹیوں سے بھی ہوسکتی ہے۔ سادہ پانی سے دھوئیں اور دیکھیں کہ کھجلی ختم ہوتی ہے یا نہیں۔

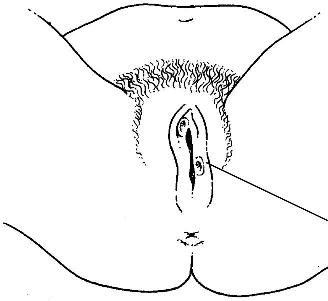
جنسی اعضا پر ناسور (جنسی السرز)

جنسی اعضا پر زیادہ تر ناسور جنسی بیماریوں کی وجہ سے ہوتے ہیں۔ (جنسی اعضا پر ناسور بننے کی دوسری وجوہات بھی ہوسکتی ہیں جیسے پھوڑے یا زخم ہوجانا)۔

جنسی اعضا پر بننے والے ناسوروں کو صاف رکھنا چاہیے۔ انہیں صابن اور پانی سے دھوئیں۔ احتیاط سے خشک کریں۔ جس کپڑے سے خشک کریں اسے دوبارہ استعمال کرنے سے پہلے دھوئیں۔

خبردار! جب کسی فرد کو جنسی اعضا پر انفیکشن ہوتا ہے تو ان ناسوروں کے ذریعے دوسرے انفیکشن آسانی سے لگ سکتے ہیں، خاص طور پر ایچ آئی وی/ایڈز۔ کسی اور شخص کو انفیکشن منتقل کرنے سے بچنے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ جب تک ناسور ٹھیک نہ ہوجائے جنسی عمل نہ کیا جائے۔

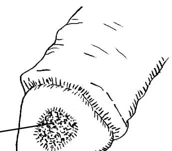
آتشک (syphilis)



آتشک خطرناک جنسی بیماری ہے جو پورے جسم کو متاثر کرتی ہے۔ یہ کئی سال تک رہ سکتی ہے اور حالت خراب سے خراب ہوتی چلی جاتی ہے۔ اگر جلدی علاج ہوجائے تو آتشک سے چھٹکارا ہوسکتا ہے۔

آتشک کی علامات

1۔ پہلی علامت ایک ناسور ہے جو ہوسکتا ہے کہ کسی پھنسی پھوڑے یا کھلے ناسور جیسا نظر آئے۔ یہ ناسور آتشک میں مبتلا کسی شخص کے ساتھ جنسی عمل کے 2 سے 5 ہفتے بعد نظر آتا ہے۔ اس ناسور میں جراثیم بھرے ہوتے ہیں جو آسانی سے کسی اور شخص کو منتقل ہوسکتے ہیں۔ ناسور تکلیف دہ نہیں ہوتا اور اگر یہ وجائنا کے اندر ہو تو ممکن ہے کہ عورت کو پتہ بھی نہ ہو کہ ناسور موجود ہے۔ اس کے باوجود وہ جس شخص کے ساتھ بھی جنسی عمل کرے گی اسے یہ بیماری لگ سکتی ہے۔ یہ ناسور صرف چند دن یا چند ہفتے رہتا ہے، پھر غائب ہوجاتا ہے۔ لیکن انفیکشن باقی رہتا ہے اور پورے جسم میں پھیلتا رہتا ہے۔



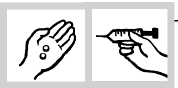
مرد کے عضو پر آتشک کا ناسور

2۔ کئی ہفتے یا کئی مہینے بعد مریض کا گلا خراب ہوسکتا ہے، اسے بخار ہوسکتا ہے، منہ میں دانے ہوسکتے ہیں، جوڑوں میں سوجن ہوسکتی ہے یا جسم پر دانے ہوسکتے ہیں خاص طور پر ہاتھوں، پیروں، پیٹ اور پہلوؤں پر۔ اس عرصے کے دوران دوسروں کے ساتھ جسم لگنے یا چومنے سے بھی آتشک کے جراثیم منتقل ہوسکتے ہیں کیونکہ یہ جراثیم جلد پر ہوتے ہیں۔

3۔ عام طور پر یہ ساری علامات خود بخود ختم ہوجاتی ہیں لیکن بیماری ختم نہیں ہوتی۔ اگر آتشک کی مریضہ کا جلد علاج نہ ہو تو آتشک کے جراثیم سے دل کی بیماری، فالج، ذہنی بیماری (سنک)، اور موت تک واقع ہوسکتی ہے۔

آتشک اور حمل

اگر عورت کو حمل کے دوران آتشک ہے تو بچہ وقت سے بہت پہلے پیدا ہوسکتا ہے، معذور ہوسکتا ہے اور مر سکتا ہے۔ اگر ممکن ہو تو ہر حاملہ عورت کا خون کا ٹیسٹ ہونا چاہیے کہ اسے آتشک تو نہیں، خاص طور پر اگر اس کے جنسی اعضا پر ناسور ہوں۔



آتشک کے علاج کے لیے

- 2.4 ملین یونٹ بینزاتھین بینزائل پینیلسین کا انجکشن دیں پٹھوں میں، صرف 1 بار

یا

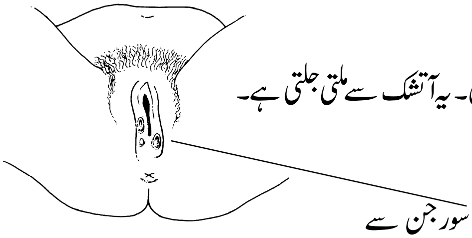
اگر مریضہ کو پینیلسین سے الرجی ہے تو:

- 500 ملی گرام اریتھرومائی سین دیں .... کھانے کے لیے، دن میں 4 بار، 14 دن تک

(اریتھرومائی سین آتشک میں ہمیشہ مؤثر نہیں ہوتی۔ بچے کو دودھ پلانا ختم ہونے کے بعد عورت کو ٹیٹراسائیکلین دینے کی ضرورت پڑسکتی ہے۔)

اگر آتشک 2 سال یا اس سے زیادہ عرصے سے ہے تو طبی مدد حاصل کریں۔ اسے مختلف دواؤں کی ضرورت ہوگی۔

خبردار! آتشک اور شینکروئیڈ میں فرق بتانا بہت مشکل ہوتا ہے (دیکھیں صفحہ 347)۔ اگر آپ کو یقین نہیں کہ عورت کو آتشک ہے یا شینکروئیڈ، یا اگر اسے دونوں بیماریاں ہونے کا اندیشہ ہو تو آپ کو اسے بینزاتھین پینیسلین **اور** اریتھرومائی سین دونوں دینی چاہئیں۔

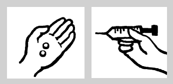


شینکر وئیڈ

شینکروئیڈ ایک جنسی بیماری ہے جس میں جنسی اعضا پر ناسور ہو جاتے ہیں۔ یہ آتشک سے ملتی جلتی ہے۔

شینکروئیڈ کی علامات

- جنسی اعضا یا مقعد پر ایک یا ایک سے زیادہ نرم، تکلیف دہ ناسور جن سے جلدی خون نکل آتا ہے۔
- جانگھ میں گلینڈز (بوبوز/buboes) کا بڑھ جانا اور ان میں تکلیف ہونا۔
- ہلکا بخار۔



شینکروئیڈ کا علاج کرنے کے لیے

- 500 ملی گرام ایری تھرومائی سین دیں .... کھانے کے لیے، دن میں 4 بار، 7 دن تک

یا

- 250 ملی گرام سیف ٹرا ئیک زون کا انجکشن دیں .... پٹھوں میں، صرف 1 بار

جینیٹل ہرپیز (genital herpes)

جینیٹل ہرپیز ایک وائرس ہے جس سے پھوڑے ہو جاتے ہیں جن میں درد ہوتا ہے اور وہ پھٹ کر جلد پر ناسور بن جاتے ہیں۔ ہرپیز اس وقت پھیلتا ہے جب کسی ایک شخص کے جسم پر بنا ہوا ناسور کسی اور شخص کی جلد کو چھو جائے، عام طور پر جنسی عمل کے دوران۔ جینیٹل ہرپیز عموماً جنسی اعضا یا مقعد کو متأثر کرتا ہے۔ کبھی کبھی جنسی فعل کے دوران منہ کے استعمال سے ناسور منہ میں بھی ہو جاتے ہیں۔

نوٹ: منہ پر بننے والے بعض ناسور جنہیں کولڈ سورز یا ٹھنڈے ناسور کہتے ہیں ایک اور قسم کے ہرپیز کی وجہ سے ہوتے ہیں۔ یہ ناسور عام طور پر جنسی عمل کے ذریعے منتقل نہیں ہوتے۔

ہرپیز کی علامات

- جنسی اعضا میں جھنجھناہٹ، کھجلی یا درد
- چھوٹے چھوٹے پھوڑے جو پھٹ جاتے ہیں اور جنسی اعضا پر ناسور بن جاتے ہیں

جب کسی شخص کو یہ وائرس لگ جائے تو اس کے جسم پر کئی بار ناسور بن سکتے ہیں۔ جب پہلی بار ہرپیز کے ناسور بنتے ہیں تو 3 ہفتے یا اس سے زیادہ عرصہ تک رہتے ہیں۔ بخار، سردرد، جسم میں درد، سردی لگنے اور جنسی اعضا کے قریب لمف نوڈز (lymph nodes) میں سوجن کی علامات بھی ہو سکتی ہیں۔ اگلی بار جو انفیکشن ہوتے ہیں وہ عام طور پر اتنے خراب نہیں ہوتے جتنے پہلے والے ہوتے ہیں۔

ہرپیز کو پھیلنے سے روکنے کے لیے ناسور بن جانے پر جنسی عمل نہیں کرنا چاہیے۔ کنڈوم سے بھی ہرپیز سے بچاؤ ہو سکتا ہے بشرطیکہ کنڈوم ناسور کو ڈھکے ہوئے ہو۔ عورتوں کے کنڈوم زیادہ اچھے رہتے ہیں کیونکہ وہ جنسی اعضا کے زیادہ حصے کو ڈھانکے ہوئے ہوتے ہیں۔

علاج

ہرپیز کا کوئی علاج نہیں لیکن حالت بہتر بنانے کے کچھ طریقے ہیں:

- جونہی ناسور محسوس ہو اس پر برف رکھیں۔ اس سے ہوسکتا ہے کہ ناسور مزید خراب نہ ہو۔
- ٹھنڈی کی ہوئی کالی چائے یا لونگ سے بنی ہوئی چائے میں کپڑا بھگوئیں۔ بھگویا ہوا کپڑا ناسوروں پر رکھیں۔
- صاف ٹھنڈے پانی سے بھرے ہوئے برتن میں بیٹھیں۔
- کھانے کا سوڈا یا کارن اسٹارچ پانی میں ملائیں اور اسے ناسور کی جگہ پر رکھیں۔

پہلی بار جو ناسور بنتے ہیں اور ان میں جو درد ہوتا ہے وہ عموماً دواؤں سے کم کیا جاسکتا ہے۔

ہرپیز کے حملے کے ناسور اور درد کی شدت کم کرنے کے لیے

- 200 ملی گرام ایسائی کلوور (acyclovir) دیں .... کھانے کے لیے، دن میں 5 بار، 7 دن تک درد میں کمی کے لیے
- 500 سے 1000 ملی گرام پیراسیٹامول دیں .... کھانے کے لیے، ہر 4 گھنٹے بعد

اگر کسی فرد کو ذہنی دباؤ یا دوسری بیماریاں ہیں تو اسے ناسور زیادہ بار نکلیں گے۔ اس لیے اگر ممکن ہو تو ہرپیز کے شکار افراد کو بہت آرام کرنا چاہیے اور اچھی غذا کھانی چاہیے۔

خبردار! ہرپیز آنکھوں کے لیے بہت خطرناک ہے اور اس سے اندھا پن ہوسکتا ہے۔
ہرپیز کے ناسور کو چھونے کے بعد ہمیشہ صابن اور پانی سے ہاتھ دھوئیں۔

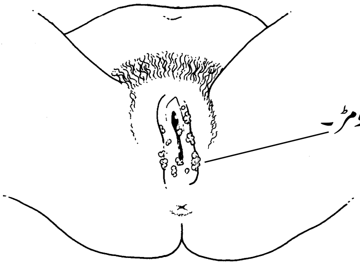
ہرپیز اور حمل

اگر عورت کو پہلی بار حمل کے دوران ہرپیز ہو تو انفیکشن سے بچے میں پیدائشی نقائص ہوسکتے ہیں۔ اگر پیدائش کے وقت عورت کو ناسور نکل آئیں تو اس وقت بیماری بچے کو لگ سکتی ہے جب وجائنا سے باہر آتے ہوئے بچے کی جلد ناسوروں سے چھو جائے۔ یہ خطرہ اس صورت میں بہت زیادہ ہوتا ہے، جب ماں کو پہلی بار ہرپیز اس وقت ہو جب وہ لیبر سے گزر رہی ہو۔ اگر لیبر شروع ہونے کے وقت عورت کو ہرپیز کا ناسور نکل آئے تو عورت کو صحت مرکز میں زچگی کرانی چاہیے۔ بچے کا جسم ناسوروں سے الگ رکھنے کے لیے ڈاکٹرز سیزیرین سرجری کرسکتی ہیں یا پیدا ہونے کے بعد بچے کو دوا دے سکتی ہیں۔

ایچ پی وی (جنسی مسّے)

ایچ پی وی ایک وائرس ہے جس سے جنسی اعضا یا مقعد پر مسے ہو جاتے ہیں۔ بعض اوقات مسے ہوتے ہیں اور ان کے بارے میں پتہ نہیں ہوتا خاص طور پر اگر وہ وجائنا کے اندر بڑھ رہے ہوں۔ یہ مسے خطرناک نہیں ہوتے لیکن پریشان کن ہوتے ہیں۔

ایچ پی وی کی علامات



- کھجلی
- جنسی اعضا یا مقعد پر چھوٹے چھوٹے خشک، سفید یا بھورے رنگ کے گومڑ۔ ان گومڑوں کی سطح کھردری ہوتی ہے اور ان سے تکلیف نہیں ہوتی۔

خبردار! چپٹی شکل میں بڑھا ہوا گیلا گوشت جو مسوں جیسا لگتا ہے عموماً ایچ پی وی کی وجہ سے نہیں ہوتا۔ اس کی وجہ آتشک ہوسکتی ہے۔ جس عورت کے بھی اس طرح گوشت بڑھا ہوا ہو اس کا آتشک کا ٹیسٹ ہونا چاہیے۔ ذیل میں جو علاج دیا ہوا ہے وہ استعمال نہ کریں۔

علاج

1۔ صحت مند جلد کے بچاؤ کے لیے پیٹرولیم جیل (ویسلین) یا کوئی اور چکنا مرہم ہر مسے کے گرد جلد پر لگائیں۔

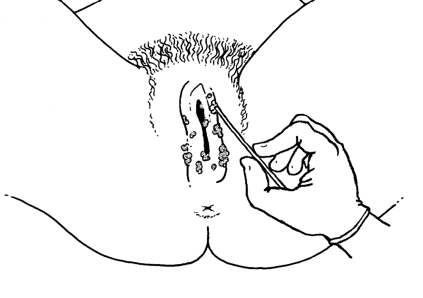
2۔ چھوٹی سی اسٹک سے تھوڑا سے ٹرائی کلورو ایسیٹک ایسڈ (TCA) 80% سے 90% سالیوشن یا بائی کلورو ایسیٹک ایسڈ (BCA) مسے پر لگائیں۔ جب تک مسہ سفید نہ ہو جائے ایسڈ کو لگا رہنے دیں۔ خیال رکھیں کہ ایسڈ صحت مند جلد پر نہ لگے۔ ایسڈ کو 2 گھنٹے بعد یا اگر جلن ہو رہی ہے تو دھو دیں۔

ایسڈ سے مسہ جل کر ختم ہو جائے گا اور اس جگہ ایک تکلیف دہ ناسور بن جائے گا۔

مسے کو بالکل ختم کرنے کے لیے عام طور پر یہ علاج کئی ہفتوں تک ہفتے میں روزانہ ایک بار کرنے کی ضرورت پڑتی ہے۔

جب تک ناسور ٹھیک نہ ہو جائے اسے صاف اور خشک رکھیں۔

جب تک ناسور ٹھیک نہ ہو جائے جنسی عمل نہ کریں۔



ایچ پی وی کی کچھ قسمیں ایسی ہیں کہ اگر ان کا علاج نہ ہو تو عورت کے سرویکس میں کینسر ہوسکتا ہے۔ ایچ پی وی کے لیے عورت کے سرویکس کا ٹیسٹ کرنے کے بارے میں جاننے کے لیے دیکھیں صفحہ 397۔

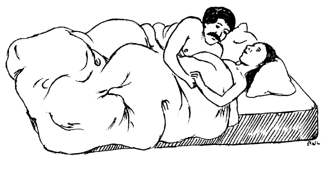
وہ جنسی بیماریاں جن سے پورا جسم متأثر ہوتا ہے

ایڈز

ایڈز مہلک بیماری ہے جو ایک وائرس سے ہوتی ہے جسے ایچ آئی وی (human immunodeficiency virus) کہتے ہیں۔ ایچ آئی وی/ایڈز سے جسم کی وہ صلاحیت ختم ہوجاتی ہے جس سے وہ بیماری سے لڑتا ہے۔ ایچ آئی وی/ایڈز میں مبتلا لوگوں کو آسانی سے نمونیا، ٹی بی، کینسر اور دوسرے انفیکشن لگ جاتے ہیں۔ ایچ آئی وی/ ایڈز کا علاج نہیں ہے لیکن اسے اس طرح بہتر بنایا جاسکتا ہے کہ مریض آسانی سے بیمار نہ ہو۔

ایچ آئی وی اس وقت پھیلتا ہے جب متأثرہ خون، منی، ماں کے دودھ یا ایچ آئی وی میں مبتلا عورت کی وجائنا کی رطوبت کسی اور شخص کے جسم میں داخل ہوجائے۔ یہ ان طریقوں سے پھیل سکتا ہے:

کسی ایسے فرد کے ساتھ جنسی عمل جسے ایچ آئی وی/ایڈز ہو



متأثرہ ماں سے پیٹ میں موجود بچے کو

ایچ آئی وی میں مبتلا کسی شخص کی استعمال کی ہوئی سرنج یا سوئی استعمال کرنے سے۔

جن علاقوں میں خون کا ایچ آئی وی کا ٹیسٹ نہیں ہوتا وہاں لوگوں کو خون منتقل کرنے سے ایچ آئی وی لگ سکتا ہے۔ بعض اوقات ایچ آئی وی/ایڈز کی شکار ماؤں سے چھاتی کے دودھ کے ذریعے وائرس بچے کو منتقل ہوجاتا ہے (دیکھیں صفحہ 309)۔

ایچ آئی وی/ایڈز کی علامات

جن لوگوں کو ایچ آئی وی ہو ان میں بعض اوقات بہت عرصے تک کوئی علامت نظر نہیں آتی، کبھی کبھی 10 سال تک۔ جن لوگوں میں کوئی علامت نہ ہو ان سے بھی ایچ آئی وی دوسروں کو منتقل ہوسکتا ہے۔ عورت کو کسی ایسے شخص سے بھی ایچ آئی وی/ایڈز لگ سکتا ہے جو بظاہر بالکل صحت مند ہو۔ ایڈز کی ابتدائی علامات میں بخار، دست آنا اور جسم پر دانے ہوجانا شامل ہیں۔

ابھی تک ایچ آئی وی / ایڈز کا کوئی علاج دریافت نہیں ہوسکا۔ لیکن اگر کوئی عورت اچھا کھا پی سکتی ہے اور اپنے جسم اور ذہن کا خیال رکھ سکتی ہے تو وہ لمبی اور صحت مند زندگی گذار سکتی ہے۔ اب نئی دوائیں آ گئی ہیں جن سے ایچ آئی وی لگنے کے بعد بھی لوگ برسوں زندہ رہ سکتے ہیں۔

ایچ آئی وی کو پھیلنے سے روکنے کے لیے عورتوں کو احتیاط کرنی چاہیے کہ:

- ایچ آئی وی میں مبتلا شخص کے ساتھ جنسی عمل سے بچیں۔
- کنڈوم استعمال کریں۔
- جراثیم سے پاک نہ کی گئی سرنجیں، سوئیاں، کان ناک، اکوپنکچر، جسم پر نقش ونگار بنانے یا ختنے کے لیے ہمیشہ ایسے آلات استعمال کیے جانے چاہئیں جو جراثیم سے پاک کیے گئے ہوں (دیکھیں صفحہ 61)۔

ایچ آئی وی/ایڈز کی دوائیں

ایچ آئی وی/ایڈز کا کوئی علاج نہیں لیکن دواؤں سے زندگی بہتر اور لمبی ہوسکتی ہے۔ دواؤں سے لیبر کے دوران ماں سے بچے کو ایچ آئی وی منتقل ہونے کی بھی روک تھام ہوسکتی ہے۔

ایچ آئی وی/ایڈز کی نئی دوائیں مسلسل بن رہی ہیں اور اچھی سے اچھی دوائیں آرہی ہیں۔ ان طاقتور دواؤں کے ضمنی اثرات بھی ہوتے ہیں۔ اپنے علاقے کے محکمۂ صحت سے پوچھیں کہ وہاں کون سی بہترین دوائیں ہیں اور ہر عورت کی بیماری کی شدت کے لحاظ سے کون کون سی دوائیں سب سے اچھی ہیں۔

کسی ایسی عورت کے علاج کے لیے جسے ایڈز ہو (جس میں ایڈز کی اور ان بیماریوں کی علامات ہوں جو ایڈز کے مریضوں میں آسانی سے ہوجاتی ہیں) آپ کو 3 یا 4 مختلف دوائیں ایک ساتھ دینی چاہئیں۔ بعض اوقات 3 یا 4 دوائیں ایک ہی گولی میں ہوتی ہیں۔

ایڈز کی مریض عورت کے علاج کے لیے
اور ماں سے بچے کو ایچ آئی وی کی منتقلی روکنے کے لیے

- 150 ملی گرام لیموڈین (3TC) دیں .... کھانے کے لیے، دن میں 2 بار، روزانہ

اور

- 300 ملی گرام زیڈوڈین (ZDV) دیں .... کھانے کے لیے، دن میں 2 بار، روزانہ

اور

- 1250 ملی گرام نیلفینور دیں .... کھانے کے لیے، دن میں 2 بار، روزانہ

یا اگر نیلفینور نہیں ہے تو

200 ملی گرام نیویریپین (NVP) کھانے کے لیے دیں، دن میں 1 بار 14 دن تک، پھر دن میں 2 بار روزانہ۔

اگر عورت کو ابھی تک ایڈز نہیں ہوا ہے تو حمل کے تیسرے مہینے کے آخر تک انتظار کیا جاسکتا ہے کیونکہ بڑھتے ہوئے بچے پر ان دواؤں کے نقصان دہ اثرات ہوسکتے ہیں اگر انہیں حمل کے شروع میں لیا جائے۔ لیکن اگر عورت ایڈز کی وجہ سے بہت بیمار ہے تو اسے فوراً دوائیں کھانی شروع کردینی چاہئیں۔

جن علاقوں میں یہ دوائیں دستیاب نہیں یا بہت مہنگی ہیں وہاں عورت کے لیے تندرست رہنے کے لیے ضروری دوائیں حاصل کرنا بہت مشکل ہوگا۔ لیکن پیدائش کے دوران ماں سے بچے کو ایچ آئی وی/ایڈز کی منتقلی روکنے کے لیے آپ لیبر کے دوران دوسری دوائیں بھی دے سکتی ہیں۔

ہیپٹائٹس بی

جس شخص کو جگر کی بیماری ہوتی ہے اسے ہیپٹائٹس کہتے ہیں۔ ہیپٹائٹس بی جگر کا ایک خطرناک انفیکشن ہے جو ایک وائرس سے ہوتا ہے۔ ہیپٹائٹس بی اس وقت پھیلتا ہے جب کسی متأثرہ شخص کا خون یا جسم کا کوئی اور سیال (fluid) کسی غیر متأثرہ شخص کے جسم میں داخل ہوجاتا ہے۔ جسم کے سیالوں میں تھوک، وجائنا سے نکلنے والی رطوبت اور منی شامل ہیں۔ ہیپٹائٹس بی ایک سے دوسرے کو بہت آسانی سے لگ جاتا ہے خاص طور پر جنسی عمل کے دوران۔ یہ حاملہ عورت سے اس کے بچے کو بھی منتقل ہوسکتا ہے۔

ہیپٹائٹس (ہیپٹائٹس بی سمیت) کی علامات

- بھوک نہ لگنا
- پیٹ میں درد اور متلی
- تھکن اور کمزوری محسوس ہونا
- بھورا، گہرے رنگ کا پیشاب اور سفید سا پاخانہ
- آنکھیں اور بعض اوقات پیلی جلد (خاص طور پر ہتھیلیاں اور تلوے)
- کوئی علامات نہ ہونا

علاج

کسی دوا سے فائدہ نہیں ہوتا۔ بلکہ دواؤں سے جگر کو مزید نقصان پہنچ سکتا ہے۔ لیکن ہیپٹائٹس بی کے زیادہ تر مریض ٹھیک ہوجاتے ہیں۔

جن لوگوں کو ہیپٹائٹس بی ہو وہ آرام کریں، آسانی سے ہضم ہونے والی غذا کھائیں اور شراب نہ پئیں تو جلد بہتر محسوس کریں گے۔

ہیپٹائٹس بی اور حمل

حمل کے دوران عورت میں ہیپٹائٹس بی کی علامات ہوں تو مشورہ کریں۔ ہوسکتا ہے کوئی ٹیکا مل جائے جس سے بچہ متأثر نہ ہو۔

عورتوں کو جنسی بیماریوں سے بچاؤ کے بارے میں سکھانا

عورتوں کو معلوم ہونا چاہیے کہ شوہر کو جنسی بیماری ہوسکتی ہے۔ اگر شوہر دوسری عورتوں سے کنڈوم استعمال کیے بغیر جنسی تعلق رکھتا ہے تو اس کے جنسی بیماری میں مبتلا ہونے کا خطرہ زیادہ ہوگا۔

جنسی بیماری ہے یا نہیں، یہ جاننے کا یقینی طریقہ ایک ہی ہے جو ٹیسٹ ہے۔ یہ معلوم کریں کہ آپ کے علاقے میں جنسی بیماریوں کے سستے ٹیسٹ دستیاب ہیں یا نہیں اور خود عورتوں کا ٹیسٹ کرنا سیکھنے کے لیے دیکھیں صفحہ 395۔

جنسی بیماری سے بچنے کا سب سے یقینی طریقہ یہ ہے کہ کسی ایسے شخص کے ساتھ جنسی تعلق نہ رکھا جائے جس کے بارے میں اندیشہ ہو کہ وہ جنسی بیماری میں مبتلا ہوگا۔ یا پھر جنسی عمل کرتے وقت کنڈوم استعمال کیے جاسکتے ہیں (مردانہ یا زنانہ کنڈوم)۔ کنڈوم استعمال کرتے وقت بھی جنسی بیماری منتقل ہونے کا تھوڑا سا خطرہ ہوتا ہے۔

مڈوائفیں عورتوں کو ایچ آئی وی/ایڈز سے بچنے میں اس طرح مدد دے سکتی ہیں کہ پیدائش کے وقت یا جسم کے اندر کوئی آلہ ڈالنے کے طریقوں (invasive procedures) میں جو سرنجیں یا دوسرے آلات استعمال ہوں وہ جراثیم سے پاک کرلیے گئے ہوں۔ دیکھیں صفحہ 61۔

مڈوائفیں ان طریقوں سے عورت کو اپنا بچاؤ کرنا سکھا سکتی ہیں:

- جب بھی جنسی عمل کریں کنڈوم استعمال کریں۔
- جس شخص میں جنسی بیماری کی علامات ہوں اس کے ساتھ جنسی عمل نہ کریں (تاہم بہت سی جنسی بیماریاں اس صورت میں بھی پھیل سکتی ہیں کہ مریض میں کوئی علامات نہ ہوں)۔
- وجائنا میں پھوار نہ ڈالیں، نہ ہی وجائنا کو خشک کرنے کے لیے جڑی بوٹیاں یا پوڈر استعمال کریں۔ وجائنا خشک ہو یا پھوار ڈالنے سے اس میں کھجلی ہو تو جنسی عمل سے جِلد کٹ سکتی ہے جس کی وجہ سے اس میں ایچ آئی وی یا دوسری جنسی بیماریاں منتقل ہونے کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔

اگر مرد کنڈوم استعمال نہ کرے تو ان طریقوں سے عورت کو جنسی بیماری سے تھوڑا سا تحفظ مل سکتا ہے:

- ڈایافرام استعمال کرنا۔
- جنسی عمل کے بعد جنسی اعضا کا باہر کا حصہ دھونا۔
- جنسی عمل کے فوراً بعد پیشاب کرنا۔

مکمل جنسی عمل کے بجائے یہ بھی کیا جاسکتا ہے کہ جسم کو چھو کر لطف حاصل کرلیا جائے (دیکھیں صفحہ 327)۔

اپنے علاقے میں جنسی بیماریوں کی روک تھام میں کیسے مدد کی جائے

اپنے علاقے میں جنسی بیماریوں کی روک تھام میں اس طرح مدد کی جاسکتی ہے:

- جن عورتوں کی آپ دیکھ بھال کررہی ہیں ان سے جنسی بیماریوں کے بارے میں بات چیت کریں۔ ممکن ہے بعض عورتیں بات کرنے میں جھجک محسوس کریں لیکن ان کی معلومات زیادہ ہوگی تو زندگی بچ سکتی ہے۔
- پیدائش سے پہلے معائنوں کے دوران عورتوں سے پوچھیں کہ ان کے جنسی اعضا سے کوئی غیر معمولی مادہ تو خارج نہیں ہورہا یا کوئی ناسور تو نہیں، یا جنسی بیماریوں کی علامات دیکھنے کے لیے خود معائنہ کرنے کی پیشکش کریں۔
- صحت کے موضوعات پر گفتگو کے لیے ایک گروپ بنائیں۔ اس میں جنسی بیماریوں پر بھی بات کی جائے۔
- مقامی تعلیمی اداروں میں جنسی صحت کی تعلیم کی حوصلہ افزائی کریں۔ والدین کو یہ سمجھائیں کہ نوجوانوں کو ایچ آئی وی/ایڈز سمیت جنسی بیماریوں کے بارے میں معلومات ہوں تو وہ آئندہ بیماریوں سے بچ سکتے ہیں۔

- اپنے مقامی صحت مرکز، اسپتال یا محکمہ صحت سے معلوم کریں کہ آپ کے علاقے میں کون کون سی جنسی بیماریاں ہیں۔
- معلوم کریں کہ آپ کے علاقے میں جنسی بیماریوں کے علاج کے لیے کون سی دوائیں ملتی ہیں، یہ بھی معلوم کریں کہ ان کی قیمت کیا ہے۔ جنسی بیماریوں کا علاج کرنا سیکھنے یا عورتوں کو علاج ڈھونڈنے میں مدد دیں۔
- علاقے میں دواؤں کی دکان شروع کرائیں تاکہ عورتیں آسانی سے دوائیں یا کنڈوم حاصل کرسکیں۔