



Meme ve Rahim Kanseri



Cinsel Yolla Bulaşan Hastalıklar



Kitapta dile getirilen görüŖlerin, Avrupa Komisyonu'nun görüŖlerini yansıtması gerekmemektedir.

Bu kitap, TAP Vakfı'ndan Dr. Enis Balkan'ın danıŖmanlıđında hazırlanmıŖtır.

Bu kitap Anne Çocuk Eđitim Vakfı'na aittir. İzin alınmadan kopyalanamaz ve çoğaltılamaz.

Kitapta kullanılan resimler TAP Vakfı'nın hazırlamıŖ olduğu "Doğurganlığın Dúzenlenmesi DanıŖmanlık Atlası"ndan alınmıŖtır.



Meme ve Rahim Kanseri

Günümüzde kanser tedavisi konusunda oldukça fazla ilerleme olmasına rağmen yine de bu hastalıklar insan ölümlerinin başta gelen nedenleri arasında yer almaya devam etmektedir.

KANSER NEDİR VE HASTALIK NASIL FARK EDİLİR?

Normalde dokularımızda bulunan hücreler, belli bir düzen ve kontrol içinde çoğalırlar. Düzensiz ve kontrolsüz çoğalan ve esas hücreye benzemeyen hücrelere, kanser hücreleri denir. Bu anormal hücreler, buldukları doku ve organlar içinde çoğalarak ve yayılarak kanser hastalığını ortaya çıkarırlar.

Kanser öldürücü bir hastalık mıdır? Bundan kurtulmanın bir yolu yok mudur?

Ülkemizde her 10 ölümden birisi kanser nedeniyle olmaktadır. Kanser kendi vücudumuzda da olabileceği ihtimalini unutmamalıyız. Aslında kanserden korkmak, bizlere hiçbir yarar sağlamaz. Aksine doktora geç gitmemize ve hastalığın ilerlemesine neden olur. Ondandır korkmak yerine, ne olduğunu, nasıl korunmamız ve nelere dikkat etmemiz gerektiğini bilmeliyiz. Çünkü hastalığı erken dönemde fark etmek, çoğu kez hayat kurtarıcı olur.

Kanserin gerçek nedeni, henüz bilinmemektedir. Bu nedenle ondan kesin olarak korunmak mümkün değildir. Fakat yine de bir takım önlemler alınabilir.

Kanserden korunmak için alınabilecek önlemler:

- Sigara içmemek
- Çok fazla ve uzun süre güneş ışığında kalmamak
- Mümkün olduğunca röntgen ışınlarından ve radyasyondan uzak durmak
- Katran, asbest, benzen vb. maddelerden uzak durmak
- Hormon ve fazla miktarda tarım ilaçları kullanılarak yetiştirilen gıdalardan uzak durmak
- Alkol kullanmamak
- Mümkün olduğunca stresten uzak bir yaşam sağlamak
- Hastalığın erken dönemde tanınabilmesi için kişisel önlemler almak

Erken teşhis için alınabilecek önlemler:

- Yılda bir kez doktor kontrolünden geçmek
- Ailede kanserli hasta varsa, o kanser çeşidine göre daha duyarlı olmak. Birçok hastalıkta olduğu gibi kanserde de ailevi ve kalıtımla ilgili özellikler etkili olabilmektedir.
- Kanserin haberci belirtileri hakkında bilgi sahibi olmak

Kanserin haberci belirtileri:

- Vücudun herhangi bir yerinde ortaya çıkan özellikle başlangıçta ağrısız şişlikler.
- İyileşmesi geciken yaralar: Dudakta, ağızda, deride, makatta bir türlü geçmeyen yaralar.
- Ben ve siğillerde değişme: Çoğu insanın vücudunda ben ve siğil bulunur. Bunlarda görülen büyüme ve renk değişikliğine dikkat edilmelidir.

- Anormal kanama: Balgamda, büyük abdestte kan görülmesi, uzun süreden beri adetten kesilmiş olan kadının yeniden adet görmesi , çok uzun süren adet kanamaları vb.
- Büyük abdest ve idrar yapma düzeninde değişiklikler
- Yutma güçlüğü
- Ses kısıklığı
- Nedeni açıklanamayan ateş ve zayıflama

Genel risk faktörleri

- Aile öyküsü: Özellikle yumurtalık, meme ve rahim kanserleri aile bireyleri arasında geçiş gösterebilmektedir.
- Hiç doğum yapmamış olmak: Özellikle meme ve rahim kanseri hiç doğum yapmamış olanlarda daha sık görülmektedir.
- Cinsel yolla bulaşan hastalıklar geçirmiş olmak: Özellikle genital siğil yapan virüs, rahimağzı ve rahim (vulva) kanseriyle yakın ilişkili bulunmuştur.
- Sigara kullanmak: Rahimağzı ve rahim kanseri sigara kullanan kadınlarda daha sık olarak rastlanmaktadır.
- Kilolu olmak: Özellikle rahim kanseri fazla kilolu ve adet düzensizliği (gecikmeler) olan kadınlarda daha sık görülmektedir.
- Jinekolojik muayenelere düzenli olarak gitmemek: Jinekolojik muayene bazı kanser türlerinin (rahimağzı kanseri, meme kanseri) erken tanısı için iyi bir fırsattır. Bu fırsatı kullanmayan kadınlarda özellikle rahimağzı kanserine daha sık rastlanmaktadır.

KADINDA EN SIK GÖRÜLEN KANSER TÜRLERİ

Kanserin görüldüğü organ açısından kadın ve erkekler arasında farklılıklar vardır. Örneğin; Türkiye’de akciğer ve gırtlak kanseri er-

*Kanserden
korkma, tanı ve
tedavide
geç kalma*

keklerde kadınlara göre daha fazla görülmektedir. Bunun nedeni, toplumumuzda erkeklerin sigara içmesine bağlanmaktadır.

Dünyada ve ülkemizde kadınlarda görülen kanserlerin başında meme kanseri gelmektedir. Ülkemizde tahminen her yıl 30 bin kadın meme kanserine yakalanmaktadır. Bunu, sindirim sistemi kanserleri ile birlikte rahim ağzı ve rahim kanserleri izler.

Kanser tedavisinde başarı, yani yaşam süresinin uzatılması ya da hastalığın tamamen iyileşmesi iki önemli koşula bağlıdır. Bunlardan biri, hastalığın erken fark edilmesi yani erken tanı, diğeri ise kanserin türüdür. Kadınlarda ilk sıralarda yer alan meme ve üreme organları kanserleri, muayene kolaylığı nedeniyle erken tanı şansına sahip ve tedavi edilebilen kanserlerdir. Bu şansını kullanabilmek bu konuda bilinçli olup bedenimize gereken özeni gösterdiğimizde mümkün olabilir.

KADIN ÜREME ORGANI KANSERLERİNDEN KORUNMA YOLLARI VE ERKEN TANI YÖNTEMLERİ

Üreme organı kanserleri arasında, en sık rahim ağzı, rahim (endometriyum kanserleri) ve yumurtalık kanserleri görülür. Bu üç kanser türünün görülme yaşı farklıdır.

Rahim ağzı kanserleri, daha fazla 35-55 yaşlarında;

Rahim kanserleri, 50-60 yaşlarında yani menopozdan sonra görülür.

Yumurtalık kanserleri ise, her yaşta ancak genç kızlarda, menopoz sonrası ya da yaşlı kadınlarda biraz daha fazla görülmektedir.

Üreme organı kanserlerinin oluşumunda birtakım hazırlayıcı faktörler rol oynar. Bunları bilmek ve önlem almak kansere yakalanma ihtimalini azaltacaktır.



Dikkat edilmesi gereken konular:

- Dış üreme organlarının temizliğine özen göstermek.
- Gebelik ve doğum sayısını sınırlı tutmak.
- Sigara ve alkol kullanmamak.
- Üreme yolu iltihaplarını (akıntıları) hemen tedavi ettirmek.
- Cinsel yolla bulaşan hastalıklardan korunmak.
- Sağlıklı, güvenli ve tek eşle cinsel yaşama özen göstermek.
- Erken yaşta (18 yaştan küçük) evlilik, cinsel ilişki ve doğumdan kaçınmak.
- Dengeli beslenmek, sağlıklı ve temiz koşullarda yaşamak.
- Hiçbir şikayetimiz olmasa bile 35 yaşına kadar 2-3 yılda bir kez, 35 yaşından sonra da yılda 1 kez üreme organı muayenesinden geçmek ve Pap Smir testi yaptırmak. Biz kadınlar çok zorunlu olmadıkça üreme organlarımızın muayenesi için doktora gitmekten çekinir ve korkarız. Oysa üreme organı kanserlerinin erken tanısı için bunu yaptırmak zorundayız. Pap Smir testi, doktor tarafından muayene sırasında rahim ağzından alınan salgı örneğinde kanser hücresi aranması esasına dayanır. Böylece hastalık henüz belirti vermeden tanınabilir. Tamamen ağrısız çok kolay bir işlemdir. Bu test yapılmadan 12 saat öncesine kadar cinsel ilişkide bulunmamak, hazneye ilaç koymamak ve hazneyi yıkamamak gerekir.

Üreme organı kanserlerinden sadece yumurtalık kanseri, sinsi seyrederek ve çok geç belirti verir. Fakat yine de yılda bir kez yapılan üreme organları muayenesi ile fark edilmesi mümkündür. Doktor, şüpheli bir durum gördüğünde ultrason tetkiki isteyebilir.

MEME KANSERLERİNDE ERKEN TANI YÖNTEMLERİ

Meme kanseri, kadının kendi kendini muayene etmesiyle erken dönemde fark edilebilen ve tedaviye çok iyi cevap veren bir kanser türüdür.

Hangi kadınlar daha fazla meme kanserine yakalanma riskine sahiptirler?

*Rahim
ağızı kanserinde
erken tanı hayat
kurtarır*

- Anne-kızkardeş ya da yakın akrabalarında meme kanseri olanlar.
- 50 yaşın üzerindeki kadınlar.
- Erken yaşta (18 yaşın altında) doğum yapanlar.
- Hiç evlenmeyenler, çocuğu olmayanlar ya da emzirmeyenler.
- Memelerinde iltihap ya da kistik hastalık geçirmiş olanlar.

Memede görülen her şişlik ve sertlik kanser değildir. Aybaşına yakın zamanlarda hormonların etkisiyle memeler şiş, ağrılı ve hassas olabilir. Bazen de ele, birtakım şişlikler gelebilir. Adet bitiminde bu sorunlar da hafifler. Her kadın, kendi memesini çok iyi tanımalı ve herhangi bir değişikliği kolayca fark edebilmelidir. Bu da kadının kendi kendine meme muayenesi yapmasını bilmesiyle mümkündür.

Kendi kendine meme muayenesi, sadece birkaç dakikanızı alacak basit ve kolay bir işlemdir. Kendi kendine meme muayenesi yapan bir kadın kısa süre içinde kendi meme dokusunu tanıyacak ve memesinde gelişen bir anormalliği hemen farkedebilecektir. Meme kanserinin % 90 ı kadınların kendileri tarafından belirlenmektedir. (T.C. Sağlık Bakanlığı Kanserle Savaş Dairesi Başkanlığı)

Ne zaman yapılır?

Memeler, muntazam olarak her ay, adet kanamasının bitiminden sonra muayene edilir. Kadın menapozdaysa ya da rahmi herhangi bir hastalık nedeniyle alınmışsa yani adet görmüyorsa memelerini her ayın ilk günü muayene edebilir.

Nerede ve nasıl yapılır?

Memeler, üç aşamada muayene edilir.

- 1. Banyo yaparken ya da duş alırken:** Islak deride eller kolayca kayacağından memenin muayenesi daha kolay olur. Mu-

ayene edilen meme tarafındaki kol, el başın arkasına gelecek biçimde yukarı kaldırılır. Parmaklar düz tutularak sağ elle sol meme, sol elle de sağ meme çepeçevre kontrol edilir.

2. Aydınlık bir odada geniş bir ayna karşısında belden yukarı çıplak olarak durarak:

- **İlk olarak** kollar yandayken memeler dikkatlice incelenir. Her iki memenin görünüşü, birbirinden farklılığı, meme derisinde buruşukluk, çekilme, şişlik, kızarıklık, meme başında çatlak, yara, kabuklanma, içe ya da yana doğru çekilme, kendiliğinden gelen akıntı incelenir.
- **İkinci olarak** aynı belirtiler, eller başın arkasında kenetlenmiş biçimde kollar yukardayken araştırılır.
- **Üçüncü olarak** yine aynı belirtilere, bu kez eller bele yerleştirilip

kalçalara doğru bastırılarak ve omuz ile dirsekler aynaya doğru eğilerek bakılır.



3. Daha sonra sırt üstü yatarak memelerin elle muayenesine geçilir.



Her seferinde muayene edilecek meme tarafındaki kol, dirsekten bükülerek başın arkasına gelecek biçimde yukarı katlanır. Yine aynı taraftaki omuz altına küçük bir yastık ya da katlanmış havlu konur. Bu iki işlem, göğüs duvarının gerilmesini sağlayarak memedeki değişikliklerin daha kolay fark edilmesine yardımcı olur. Diğer elin parmakları (işaret, orta ve yüzük parmaklar) göğüs duvarına paralel gelecek biçimde memeye yerleştirilir ve meme ucundan iti-

baren aynı noktada küçük dairesel hareketlerle çember halkalar halinde tüm meme muayene edilir. Daha sonra koltuk altı yoklanır. Aynı işlem diğer meme için tekrarlanır. Muayenede, daha hassas olduğu için parmak uçlarının etli kısımları kullanılmalıdır. Parmakların deri üzerinde kaymasını kolaylaştırmak için talk pudrası kullanılabilir.

Meme muayenesinde son olarak, her iki meme başı, baş parmak ile işaret parmağı arasında yavaşça sıkıştırılır. Açık renk ya da kanlı bir akıntı var mı bakılır. Gözlem ve muayene sonrası fark edilen herhangi bir anormal durum varsa zaman kaybetmeden hemen bir sağlık kuruluşuna başvurulmalıdır.

*Meme
kanserine karşı
en iyi
silah
erken tanıdır*

40 yaşından büyük her kadın

- Kendi kendine meme muayenesi devam etmelidir.
- Memeler, yılda 1 kez sağlık personeline kontrol ettirilmelidir. En çok yılda 1 kez mamografi ve ultrason çektirilmelidir. Memenin durumuna göre bazen bu süre, hekimin istemi doğrultusunda daha sık ya da seyrek olabilir.
- Gözlem ve muayene sonrası fark edilen herhangi bir anormal durum varsa zaman kaybetmeden hemen bir sağlık kuruluşuna başvurulmalıdır.

Ülkemizde kurulmuş olan Kanser Araştırma Merkezleri halka belli bir ücret karşılığında hizmet vermektedir.

İstanbul İli İçin Merkezin Adı : Türk Kanser Derneği Erken Teşhis ve Kontrol Merkezi

Adres : Prof. Bedi Gorbun Sok. No:1 Şişhane

Tel : 0212/ 250 46 81-84

Ayrıca Meme Vakfı'nda da diğer özel hastanelere göre daha düşük bir ücret karşılığında **meme kanserinin erken tanısında** önemli olan hizmetleri alabilirsiniz.

İstanbul İlindeki Meme Vakfı'nın Adresi: Recep Paşa Cad. Atakar İş Merkezi - No:5/ Kat: 8 Taksim

Tel: 0212/ 219 55 09



Cinsel Yolla Bulaşan Hastalıklar (Enfeksiyonlar)

Dünya sağlık örgütünün tahminlerine göre, her yıl yaklaşık 350 milyon kişi tedavi edilebilen cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlara yakalanmaktadır. Üreme sağlığına yönelik ciddi tehdit oluşturan bu hastalıklardan çoğu belirti vermeden başkalarına da bulaşma özelliğine sahip olduğundan, hastalık yerine "enfeksiyon" ifadesinin kullanılması önerilmektedir.

Cinsel yolla bulaşan hastalıklar yalnız "diğer", "bizden başka" insanların hastalığı değildir. Böyle düşünürsek, yakalanma ihtimalimiz daha da artar. Bu hastalıklar kadın ve erkekleri, doğacak çocuklarını ve yakın çevrelerini etkilemektedir. Cinsel yolla bulaşan hastalıklardan uzak durmak için bu hastalıkların neler olduğunu, nasıl korunulacağını ve belirtilerini bilmek gerekmektedir.

Tanım ve Genel Özellikler:

Cinsel yolla bulaşan hastalıklar cinsel temas olduğunda hasta yada taşıyıcı olandan sağlam kişilere bulaşan mikrobik (bakteri, virüs, parazitler) hastalıklardır. Genellikle zührevi hastalıklar olarak da adlandırılan bu hastalıkların bir kısmı yalnızca genital bölgelerde belirtilere neden olurken (kadında vajinal akıntı, erkekte üretradan akıntı, her iki cinste genital bölgede ülser gibi), diğer bir kısmı tüm vücudu etkileyen genel belirtilere neden olabilirler (frengi, hepatit B, AIDS gibi).

Bu hastalıkların tarihi insanlık tarihi kadar eskidir. Halen gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerde en önemli halk sağlığı sorunlarından birini oluşturan cinsel yolla bulaşan hastalıklar, kadınlara erkeklerden daha fazla etki yapmaktadır. Bu hastalıkların çoğu tedavi edilebilir. Tedavi edilmediklerinde ise, kısırlıktan ölüme kadar pek çok olumsuz sonuca yol açabilirler. Anne karnındaki bebekler ya da yeni doğmuş çocuklar için de tehlike oluşturmaktadırlar.

Cinsel yolla bulaşan hastalıklardan (CYBH) bir kısmı belirtisizdir. Kişi herhangi bir rahatsızlığı olmadığı için sağlık kuruluşlarına başvurmaz ve böylece tanısı ve tedavisi gerçekleşemez. Yakınma ve belirti olduğu durumlarda da kişiler bazı önyargılar ve utanma ya da hizmete ulaşamama nedeni ile yine sağlık kuruluşlarına başvurmayabilir ve yine tanısı ve tedavisi gerçekleşmeyebilir. Sağlık kuruluşlarına başvuranlar ise her zaman doğru tanı ve tedaviyi alamayabilirler. Bu nedenle bu hastalıklara yönelik en ufak şüphe duyan birisinin tanı ve tedavi için standart koşullara uygun ve kabul gören sağlık merkezlerine müracaat ederek gerçek ve kalıcı çözüme ulaşması mümkündür.

Virüslerin neden olduğu Hepatit B ve AIDS gibi hastalıklar hariç birçok cinsel yolla bulaşan hastalığın tedavisi ucuz ve başarılıdır. Hepatit B aşısı ile önlenilmektedir.

Cinsel yolla bulaşan hastalıklar tedavi edilmediğinde hastalık etkenleri vücutta yayılmaya devam ederek ciddi sağlık sorunlarına

neden olabilir. Kısırlığın en önemli nedenlerinden biri tedavi edilmiş CYBH'lerdir.

Cinsel Yolla Bulaşan Hastalıkların Yayılma ve Bulaşma Yolları:

Bu hastalıkların asıl bulaşma yolu cinsel ilişkidir (klamidyaz enfeksiyonları, bel soğukluğu, frengi, genital siğil, herpes simpleks, HIV enfeksiyonları, hepatit B vajinit ve diğerleri). Bir bölümü AIDS' e neden olan HIV enfeksiyonları ve Hepatit B gibi hastalıklar cinsel yolla ek olarak kan yoluyla da bulaşır. Bunun dışında gebelik sırasında hepatit B, HIV ve frenginin

*Sağlığın
için korun, senin
korunman eşinin
sağlığını da
korur*

bebeğe bulaşması, HIV' in doğum sırasında bebeğe bulaşması, emzirirken sütle bebeğe HIV bulaşması gibi geçişler de mümkündür.

Hastalık etkenlerini yoğun olarak kamış (penis), hazne (vajina) ve makat (anüs) gibi organlarda ve bu organlardan salgılanan ya da atılan sıvılarda bulunmaktadır. Bu gruptaki hastalıkların bulaşması için heteroseksüel ilişki (kadın-erkek cinsel ilişkisi) koşul olmadığı gibi, bulaşma için gerçek cinsel ilişki olmaksızın enfeksiyonu taşıyan birinin genital bölgesiyle yakın temas bile hastalığı almak için yeterli olabilmektedir (genital siğil gibi). Cinsel yolla bulaşan hastalıklar tüm diğer bulaşıcı hastalıklar gibi bildirim zorunlu hastalıklar grubunda yer alırlar. Çoğu için cinsel ilişki dışında da çeşitli bulaşma yolları mevcuttur. Bu yüzden bu hastalıklardan birine yakalanan kişinin eşini sadakatsizlikle itham etmesi haksızlık olabilir.

Cinsel yolla bulaşan bir hastalığı olduğunu öğrenen bir kişinin hastalıklı olduğu dönemlerde ilişkide bulunduğu kişilere durumu bildirmesi ve bu kişilerin de kontrolden geçmeleri için uyarıda bu-

lunması; tedavi bitene kadar, doktorun belirlediği süre içerisinde hiçbir cinsel ilişkide bulunmaması ya da doktorun izniyle prezervatif koruyuculuğu altında ilişkide bulunması eş(ler)ine ve topluma karşı en önemli sorumluluğudur.

Cinsel yolla bulaşan hastalıkların yayılmasını etkileyen kişisel faktörler:

- Sık sık cinsel eş değiştirmek,
- Birden fazla cinsel eşe sahip olmak,
- Seks işçileri, onların müşterileri ile cinsel ilişkide bulunmak,
- CYBH belirtisi olanlarla cinsel ilişkiyi sürdürmek;

Cinsel yolla bulaşan hastalıkların yayılmasını etkileyen biyolojik faktörler:

- **Yaş:** Genç kadınlar vajinal mukoza ve servikal doku özellikleri nedeniyle enfeksiyona daha duyarlıdır. Kadınların erken yaşta evlendirilmeleri de erken yaşta cinsel aktif olmalarına neden olmakta ve enfeksiyon risklerini arttırmaktadır.
- **Cinsiyet:** Cinsel ilişkide daha geniş mukoza yüzeyi teması söz konusu olduğundan enfekte (mikrop taşıyan) erkekte kadına CYBH geçme olasılığı enfekte kadından erkeğe bulaşma olasılığına göre daha fazladır.
- **Sünnet:** Sünnetsiz erkeklerin sünnetli erkeklere göre daha yüksek CYBH riski altında oldukları düşünülmektedir.

Cinsel yolla bulaşan hastalıkların yayılmasını etkileyen sosyal faktörler:

- Güvenli cinsel ilişki konusunda yetersiz bilgi,
- Prezervatif (kılıf, kondom) elde etme ya da satın almada güçlük,
- Prezervatif (kılıf, kondom)dan hoşlanmamak,
- Kültürel dinsel inançlar,
- Yoksulluk;

Cinsel Yolla Bulaşan Hastalıkların Belirtileri:

- İdrar yaparken yanma, ağrı, acıma, sık sık idrara gitme
- Peniste, vajinada, makatta veya ağızda yaralar, siğiller ve içi su dolu kabarcıklar oluşması
- Penis, vajina veya makattan akıntı olması. (Bu akıntı su gibi, süt gibi, beyaz, sarımtırak veya yeşil olabilir ve kokusu normal vajina akıntısından farklıdır.)
- Kasık kıllarında, makatta veya vajina etrafında kaşıntı
- Kasıklarda şişkinlikler ve bezeler
- Erkek husyelerinin (testis) birinde ya da ikisinde ağrı
- Kasıkların birinde veya her ikisinde ağrı
- Karnın alt bölümünde ağrı
- Cinsel ilişki sırasında ve/veya cinsel organlarda ağrı
- Cinsel ilişkiden sonra kanama

Cinsel yolla bulaşan hastalıklarda bu belirtilerden biri ya da birkaçı beraberce görülebilir, ancak bunlar başka hastalıklara da bağlı olabilirler. Tanı konması ve tedavi için cinsel yolla bulaşan bir hastalıktan şüphelenildiğinde doktora gidilmelidir.

Cinsel yolla bulaşan bir hastalık nedeniyle doktora gitmek ayıp değildir

Başlıca Cinsel Yolla Bulaşan Hastalıklar:

Gonore (Bel soğukluğu) :

Çok yaygın görülen bu hastalığın etkeni gonokoklardır. Hastalığın kuluçka süresi 2-6 gündür. Üretra (dış idrar yolu), vajina, anüs ve boğaz mukozası iltahaplanır.

Erkeklerde sık ve yanmalı idrar yapma ve sarı yeşilimsi ya da beyaz akıntı; kadınlarda bazen akıntı, adet düzensizliği, sık ve yanmalı idrara çıkma belirtileriyle tanınır. Cinsel yolla bulaşan hastalıkların en sık rastlanılanıdır. Karnın içi iltihaplarına, kısırlığa ve üreme organlarında apselere neden olur. Gebe kadında, doğum kanalından bebeğe bu-

laşabilir. Yeni doğan bebekte körlük, zatürre gibi hastalıklara yol açar. Hastalık bulaştıktan 2-3 hafta sonra belirtiler başlar. Tedavisi kolay bir hastalıktır. Kadınların bu belirtiler konusunda duyarlı olmaları ve erken tedavi şanslarını yitirmemek için doktora başvurmaları önemlidir. Tedavi edilmediğinde kısırılığa ve ölüme bile neden olabilir.

Sifiliz (Frengi):

Bütün vücudu etkileyen bir hastalıktır. Erken fark edildiğinde tedavi edilebilir. Frengi çok tehlikeli, kuluçka süresi 2-12 hafta olan kronikleşmeye eğilimli bir hastalıktır. İlk yerleştiği yer kamış (penis), hazne (vajina), makat (anüs) ve ağız olabilir. Hastalığı yapan etkenin vücuda giriş yerinde şişkin ve ağrısız bir yara ile kendini belli eder. Frengide bir veya daha fazla sayıda, üstü açık, bir santimetre çapında sert ve ağrısız "şankır" denen yaralar oluşur. Şankır hazne (vajina) ve makat (anüs) in içinde olduğunda bu yaralar gözükmez. Hastalık daha sonra kan yoluyla tüm vücuda yayılır. Kasıktaki lenf bezleri şişebilir. Tedavi edilmezse de şankır kendiliğinden iyileşir. Şankırın iyileşmesi hastalığın geçtiği anlamına gelmez, frenginin ikinci dönemi başlar; ellerde, ayaklarda ve vücudun diğer kısımlarında kırmızılıklar oluşur ve bir süre sonra bunlar da geçer. Ayrıca baş ve boğaz ağrısı, ateş yorgunluk, saç dökülmesi, genital bölgede siğile benzer döküntüler olur. Annede frengi varsa gebelik sırasında bebeğe de geçer. Tedavi edilmeyip ilerlerse, sinir sistemine zarar vererek körlüğe ya da sağırılığa yol açar. Kalp kasına zarar vererek kalp hastalıklarına neden olabilir. Vücudun çeşitli yerlerinde tümör oluşumuna ve ölüme neden olabilir. İlk ve ikinci dönemde tedavi edilmezse etken vücutta kalır ve hastalığın uyuyan dönemi başlar. Kişi hastalığın farkında değildir, ancak yapılan test hastalığı belirler. Yıllar geçince beyin harabiyeti sonucu akıl hastalığı, omurilik harabiyeti sonucu felç, kalp hastalıkları, körlük ve kemik iltihapları ortaya çıkar.

Klamidya:

Çok yaygın görülen hastalığın kuluçka dönemi 1-2 haftadır. Kadınlarda sarı köpüklü bir akıntı ile kendini belli eder. Erkeklerde yanmalı idrara çıkma ve sarı akıntı ile belli olur. Doğum sırasında bebek, annenin doğum kanalından mikrobu alabilir ve akciğerlerinde ya da gözlerinde iltihaplar oluşabilir. Kadınlarda karın içinde yaygın iltihaplanmalara yol açar. Bu durum kısırlığa, üreme organlarında apselere neden olur. Gebe kadınlarda yüksek ateş, düşük ve ölü doğuma neden olabilir. Erkeklerde de kısırlığa yol açabilmektedir.

Herpes (Genital uçuk) :

Kuluçka süresi 2-20 gün olan bu hastalık soğuk algınlığına benzer belirtilerle ortaya çıkar. Üreme organlarında kaşıntılı ve ağrılı, uçuk şeklinde sivilceler görülür ve bunlar çok ağrılı yaralara dönüşür. Kendiliğinden iyileşir, ancak tekrarlar. Belirtilerin ortadan kalkması hastalığın geçtiği anlamına gelmez, tedavisi zordur. İdrar yollarında hastalıklara, menenjitte, kadınlarda rahim ağzı kanserine ve düşüklere neden olur. Bebek doğarken, doğum kanalından hastalığı alabilir. Gözleri, deriyi ve sinir sistemini etkiler, bebek ölümüne yol açabilir. Cinsel eş de tedavi edilmelidir.

PİD (Pelvis İçi Enfeksiyon Hastalıkları):

Pelvis enfeksiyon, iç üreme organlarında çeşitli mikrobiyolojik etkenler (bakteri, virüs gibi) tarafından oluşturulan bir enfeksiyondur. Bu enfeksiyonların büyük kısmı cinsel ilişkide bulaşan bakterilerle, kalan daha az bir kısmı ise doğum, kürtaj, veya bölgedeki ameliyat ve müdahalelere bağlı olarak (sezeryan, rahimin alınması, kist operasyonları) meydana gelirler.

Pelvik enfeksiyonların cinsel yolla bulaşan mikroplarla oluşan bir grubuna PID adı verilir. Pelvik enfeksiyonlar en sık bu yolla meydana gelirler.

Pelvis içi enfeksiyon oluşturma özelliği olan etken sıklıkla ilk önce rahim ağzında bir enfeksiyon yapar. Sonra rahim içine ilerleyerek yayılır ve rahim iç tabakasını, sonra tüpleri, daha ileri aşamalarda tüplerden yumurtalıklara ve karın iç zarını ve nihayet tüm karın içi organlarını tutar.

PID'nin en önemli belirtileri kasık ağrısı ve akıntıdır. Bu iki belirti dışında adet düzensizleşmesi, ateş, ishal, idrar yaparken yanma, vajina içi sıcaklığın artması gibi belirtiler de olabilir.

Tedavi edilmediğinde kısırlığa hatta ölüme neden olabilir.

Trikomonas:

Belirtiler cinsel ilişkide bulunulduktan 3-28 gün sonra ortaya çıkar, vücutta uzun süre bulunduğu halde belirti vermeyebilir. Kadınlarda köpüklü (kabarıklı), kötü kokulu, yeşilimsi vajinal akıntıya, erkeklerde penisten beyaz su gibi bir akıntıya neden olur. Kadınlarda hazne (vajen) ve rahim boyunda (serviks) erkeklerde idrar yolu (üretra) ve prostatda enfeksiyona neden olur. Oldukça yaygın, hafif seyirli cinsel yolla bulaşan bir hastalıktır. Erkeklerde belirti çok seyrek görünür. Bazen sabahları penisin ucunda hafif bir akıntı olur, idrar yaparken hafif yanma olabilir. Kadında da belirti olmayabilir ya da vajinal akıntı, vajende kaşıntı şikayeti olabilir. Akıntı köpüklü, sarı yeşil renkte ve çok kötü kokulu olabilir, bazen ağrı vardır. Eşlerin birlikte tedavisi önemlidir.

Üretrit (idrar yolu iltihabı) ve Servisit (rahim boynu iltihabı):

Belirtiler cinsel ilişkide bulunulduktan 1-3 hafta sonra ortaya çıkar. Hem kadınlarda hem de erkeklerde görülür. Kadınların çoğunda, erkeklerin bazılarında belirti gözükmez. Servisiti olan kadınlarda anormal vajinal akıntı olabilir de çoğu zaman belirti yoktur. Çoğu zaman farklı nedenlerle yapılan jinekolojik muayenelerde saptanır. Hastalığın ilerlemesi üreme organlarına zarar verebilir. Kadın ya da erkeğin kısırlaşmasına neden olabilir. Doğum sırasında anneden bebeğe hastalık bulaşabilir.

Cinsel Organ Siğilleri

Siğiller (Human papilloma virus - HPV) adı verilen virüsün cinsel temasla genital bölgeye yerleşmesi sonucu oluşan değişik sayı ve büyüklükte kitlelerdir. HPV olağanüstü bulaşıcı bir virüstür ve gerçek cinsel birleşme olmaksızın yalnızca genital bölgelerin yakın teması ile ve hatta umumi tuvaletlerden bile bulaşabilir. Belirtiler cinsel ilişkide bulunduktan 1-6 ay sonra ortaya çıkar. Cinsel organların etrafında yanma ve kaşınma ve cinsel organlarda ya da makatta kalıcı siğillerin ortaya çıkmasıyla belirti verir. Virüs vücuda yerleştiğinde zaman zaman tekrarlayıcı enfeksiyonlara ve yeni kitlelerin oluşmasına neden olur. Kadında erkeğe göre daha sık belirti verir. Siğiller tek ya da çok sayıda, yumuşak, ağrısız, karnibahar görünümünde olup genelde anüs, vajinal bölge, penis, üretra ve perinede yerleşir. Kitleler mikroskopla tanınabilecek kadar ufak olabilecekleri gibi, çok sayıda kitlenin yanyana gelmesiyle adeta karnibaharı andıran bir şekil alabilirler. Tam olarak tedavisi yoktur. Bu virüsleri taşıyan erkeklerde penis kanseri oluşma riski, kadınlarda da serviks (rahimağzı) kanseri oluşma riski artar.

Hepatit – B:

Su ve besinlerle de bulaşan sarılık tipleri olduğu gibi kan ürünleriyle ve cinsel temasla geçen sarılık türleri de vardır. Hepatit B bunlardan biridir. Karaciğerde büyüme ve hassaslık, idrar renginde koyulaşma ve sarılık, ateş, kusma gibi belirtileri vardır. Hastalığın salgın olduğu yerlerde aşı yapılabilir. Karaciğer iltihabı, siroz, karaciğerde kanser ve ölüme neden olabilir. Kesin tedavisi yoktur. Vücudu güçlendirici tedavi, hastalığın zararını azaltır. Hepatit B'den korunmanın en önemli yolu aşılmandır.

HIV-AIDS:

HIV, Cinsel yolla bulaşan virüslerden biridir. Asıl bulaşma yolu cinsel ilişkidir. Ayrıca HIV taşıyan kanla veya kana temas etmiş

araçlar yoluyla da bir insandan diğerine geçebilir. Anneden bebeğe, hamilelik döneminde, doğum sırasında ya da sütle bulaşabilir. HIV vücuda girdikten 3 ay sonra 'ELISA' testi ile saptanır. İnsana bulaşan HIV virüsü bazen hiç hastalık yapmayabilir. Ancak virüsü taşıyanlar başkalarına bulaştırabilir. HIV'in neden olduğu hastalığa AIDS denmektedir.

AIDS, tedavisi olmayan bir hastalıktır. Vücudun mikroplara karşı korunma sistemini bozarak bütün vücudu etkiler ve başka hastalıkların oluşmasına neden olur. HIV vücuda girdikten 5-10 yıl sonra ortaya çıkabilir. Hastalığın çıkma belirtileri arasında sürekli halsizlik, nedeni bilinmeyen uzun süreli ateş, kilo kaybı, gece terlemeleri, cinsel organlarda uzun süreli yaralar ve tedavi ile geçmeyen mantarlar, zatürree sayılabilir. Vücudu güçlendiren tedavilerle hastanın yaşamı uzatılır.

HIV, virüsü taşıyan kişinin kullandığı klozet, bardak ya da çatıl, kaşık ile bulaşmaz. Virüs, tokalaşma, kucaklaşma, öpme ile bulaşmaz. Ancak ağız ağıza öpüşmede kanamaya yol açacak sert öpüşmeler, ağızdaki yaralar, diş fırçalanması sırasında diş etlerinin kanamış olması bulaşmaya neden olabilir.

*HIV
(AIDS) herkese
bulaşabilir
sen de korun*

Cinsel Yolla Bulaşan Hastalıklardan Korunma:

Cinsel yolla bulaşan hastalıklar (CYBH), günümüzde önemli bir üreme sağlığı ve sağlık sorunu olarak karşımıza çıkmaktadır. Farklı kültürlerden gelen insanların yaşadığı hareketli bölgelerde, cinsel yaşama özen gösterilmeyen durumlarda hastalıkların yayılması daha kolay olmaktadır. Bu hastalıkların yayılma yolu bireylerin korunmasız ve çok eşli ilişkileridir.

*Prezervatif,
(kondom, kılıf)
korur*

CYBH'ler kadının anatomik özellikleri nedeniyle erkekten kadına daha kolay bulaşır. Hayatı tehdit eden enfeksiyonlar hariç, diğerleri genellikle kadınlarda daha kolay kalıcı hasar bırakır ve daha şiddetli belirtilere neden olurlar. CYBH'lerin önemli bir kısmı kronik seyirlidir, yani bir kez bulaştıktan sonra hiçbir belirti vermese de vücutta enfeksiyon etmeni yaşamaya devam eder. CYBH'ler arasında virüslere bağlı oluşunlar için henüz kesin etkili bir tedavi şekli geliştirilememiştir. Tüm bu özellikleri nedeniyle CYBH'ler önemli bir sağlık sorunudur ve bu konuda bilgisi olmayanları daha kolay "vurur".

Cinsel yolla bulaşan hastalıklardan bireysel düzeyde korunmanın en etkili yolu hastalık riski taşıyan şüpheli kişilerle (hayat kadınları, hayat kadınlarıyla birlikte olduğu bilinen kişiler, çok sayıda partneri olan ya da olmuş kişiler) ve bu hastalığı taşıyan kişilerle ilişkiye girmekten kaçınmaktır.

Ancak unutulmamalıdır ki bariz olarak şüpheli olmayan biriyle beraber olduğunda da hastalık bulaşabilir. **O yüzden ikinci basamak, hakkında bilgi sahibi olunmayan bir kişiyle, ne kadar "temiz" görünürse görünsün, ilişkide prezervatif kullanmaktır.**

Prezervatifler arasında lateks yapılı olan ve spermisit içerenler tercih edilmelidir (spermisitlerin aynı zamanda mikroorganizmaları etkisiz hale getirebilme özellikleri de bulunmaktadır). **Prezervatif bir kez kullanılmalı ve ilişki sonrası çıkartıldıktan sonra poşete koyularak atılmalı ve eller sabunlu suyla yıkanmalıdır.**

Prezervatif kullanımı yıllar boyu erkeklerin tekelinde ve inisiyati-finde kalmıştır. Son yıllarda ise kadınların kullanımına uygun olarak geliştirilen prezervatifler Amerika'da ve bazı Avrupa ülkelerinde kullanılmaya başlanmıştır. Ülkemize de girmiş olan bu ürünlerin çok yakında yaygın olarak kullanılacağını düşünüyoruz.

Ne kadar etkili korunma olursa olsun cinsel yolla bulaşan hastalıklar açısından herkes risk altındadır. Bu hastalıkların çoğunda erken tanı ve tedavi hem kişinin sağlığının tekrar oluşturulması, hem de hastalığın daha çok bulaşmasının engellenmesi açısından önemlidir. Her bireyin CYBH grubunda yer alan hastalıkların genel belirtilerini bilmesi ve aşağıdaki belirtilerden bir veya daha fazlası olduğunda çekinmeden doktora başvurması önemlidir.

Hastalığa yakalanmış bireylerin başkalarına hastalık bulaştırmalarının engellenmesi de CYBE'lerin önlenmesinde etkilidir. Hasta bireylerin vakit geçirmeden tedavi olmaları ve hastalık bulaştırmamak için hastalıkları iyileşene kadar cinsel ilişkide bulunmamaları ya da ilişkide bulunacaklarsa prezervatif (kılıf, kondom) kullanmaları gerekmektedir.

CYBE'lerin bulaşmasının önlenmesindeki en büyük engellerden biri bu hastalıkların bir çok vakada belirtisiz seyretmesi ve bireylerin hasta olduklarının farkına çok zor varabilmeleridir. Özellikle kadınlarda CYBE'ler daha belirtisiz seyreder, kadınların doğal vajinal akıntıları hastalık tanısını güçleştirir. Bireyler hastalık belirtileri konusunda ne kadar duyarlı davranırlarsa erken teşhis ve tedavi o kadar kolay olur.

Cinsel yolla bulaşan hastalıklar konusunda mutlaka dikkat edilmesi gereken konular!

Bazı hususlar prezervatif kullanımını güçleştirebilir:

- Prezervatif (kılıf, kondom) elde etme ya da satın almada güçlük.
- Prezervatif (kılıf, kondom)dan hoşlanmamak.
- Kültürel dinsel inançlar.
- Cinsel ilişkide prezervatif (kılıf, kondom) kullanın.
- Cinsel eş sayısının artmasının, hastalık bulaşma riskini de arttırdığını unutmayın.
- Hastalık belirtisi olmadan da bulaşma olabileceğini unutmayın.
- Alkol ve uyuşturucunun doğru ve sağlıklı düşünmeyi engelleyerek, cinsel ilişki sırasında olumsuz davranışlara neden olabileceğini aklınızdan çıkarmayın.
- Size nakledilecek kanda gerekli testlerin yapılıp yapılmadığını sorun.
- Başkalarının kullandığı şırınga ve iğneyi kullanmayın. Bir defa kullanılıp atılan şırınga ve iğne kullanılmasını isteyin.
- Hamile iseniz, doğum öncesi dönemde düzenli sağlık kontrollerinizi yaptırın.

Cinsel yolla bulaşan hastalık belirtilerinden kuşkulandığınızda muhakkak bir uzmana başvurun. Yakınmalarınız kaybolursa da, hastalıkların genellikle kendiliğinden iyileşmeyeceğini unutmayın. Tedaviyi her zaman sonuna kadar uygulayın. Cinsel yolla bulaşan hastalık tedavisinde cinsel eşlerin birlikte tedavi edilmeleri gerektiğini hatırlayın.