සුව සටහන්

වෛද්‍ය
හර්ෂ අලුත්ගේ
Dr Harsha Aluthge
MBBS, FRACGP, DFM RCGP(UK)
General Practitioner
Greenvale Medical Centre

Sexually Transmitted Infection
ලිංගිකව බෝවෙන රෝග

ලිංගික සංසරණය මගින් පැතිරෙන රෝග ලෝකය පුරාම ඉතා සුලභය. කෙටියෙන් STI හෝ STD ලෙස හඳුන්වන මෙම රෝග බැක්ටීරියා, වෛරස් හෝ පැරසයිට් යන රෝග කාරක මගින් පැතිරේ.

මෙම රෝග පැතිරෙන්නේ අනාරක්ෂිත ලිංගික ක්‍රියාකාරකම් (Unprotected sex) මගිනි.

ඔස්ට්‍රේලියාවේ දක්නට ලැබෙන ලිංගික රෝග පහත පරිදි වේ. (ප්‍රධාන වශයෙන් දක්නට ලැබෙන)

- Chlamydia
- Gonorrhea
- Hepatitis B
- Hepatitis C
- HIV
- Syphilis
- Herpes
- Mycoplasma Genialium

මීට අමතරව (Scabies) හා (Pubic Lice) යන පැරසයිට මගින් ඇතිවන රෝගද ලිංගිකව පැතිරිය හැකිය. අද මෙම ලිපියේ අරමුණ ලිංගිකව බෝවෙන රෝග පිළිබඳව පොදුවේ හැඳින්වීමක් කිරීම වන අතර ප්‍රධානව දක්නට ලැබෙන රෝග වෙන් වෙන් වශයෙන් සවිස්තරව සාකච්ඡා කිරීම ඉදිරි ලිපි පෙළකින් බලපොරොත්තු වන්න.

ලිංගික රෝග වල රෝග ලක්ෂණ මොනවාද?

දක්නට ලැබෙන රෝග ලක්ෂණ රෝගය අනුව වෙනස් වන නමුදු පොදුවේ දක්නට ලැබෙන පහත සඳහන් රෝග ලක්ෂණ බොහෝ විට ලිංගික රෝගයක පෙර නිමිත්තක් විය හැකිය.

- ලිංගේන්ද්‍රයෙන් ශ්‍රාවයක් පිටවීම. (Penile or Vaginal discharge)
- මුත්‍රා කරන විට දැවිල්ලෙන් ඇතිවීම.
- ලිංගේන්ද්‍රය ආශ්‍රිතව බිබිලි, තුවාල, ගැටිති ඇතිවීම හෝ තැලීම
- වෘෂණ කෝෂ වල වේදනාවක් ඇති වීම.
- (Warts) හෝ වෙනත් ගැටිති ලිංගේන්ද්‍රය ආශ්‍රිතව ඇතිවීම.

ලිංගික රෝග වලින් පෙළෙන බොහෝ රෝගීන් කිසිදු රෝග ලක්ෂණයක් නොපෙන්වති. එබැවින් එවන් අයගෙන් අනෙකුත් අයට ලිංගික රෝගය පැතිරීමේ ඉඩකඩ වැඩිය.

එබැවින් ඔබ අනාරක්ෂිත ලිංගික පුරුදු වල නිරතවේ නම් හෝ ඉහත කී රෝග ලක්ෂණ හෝ වෙනත් සැක සහිත ලක්ෂණ පෙන්වයි නම් වෛද්‍යවරයෙකු හමුවී පරීක්ෂා කරගැනීම වැදගත්ය.

රෝගය පැතිරෙන්නේ කෙසේද?

පහත සඳහන් ලිංගික ක්‍රියාකාරකම් මගින් මෙවැනි රෝග පැතිරිය හැකිය.

- vaginal Sex
- Anal Sex
- Oral Sex

රෝග නිර්ණය කරගන්නේ කෙසේද?

ඉහත සඳහන් කළ රෝග ලක්ෂණ හෝ පහත සඳහන් පරිදි ලිංගික රෝගයක් ඇතිවීමේ අවදානමක් ඇති උදවිය වෛද්‍යවරයෙකු හමුවී පරීක්ෂා කර ගැනීමෙන් රෝගයක් ඇති නැති බව තහවුරු කරගත හැකිය.

- සෑම අනාරක්ෂිත ලිංගික හැසිරීමකටම පසුව හෝ අහඹු ලෙස හමුවන සහකරුවෙකු (Casual Partner) සමඟ ලිංගිකව එකතු වූ පසුව
- තම සහකරු හෝ සහකාරිය හට තවත් ලිංගික සහකරුවන් සහකාරියක් සිටීනම් (Multiple Partner)
- තම කැමැත්තෙන් තොරව සිදු වන ලිංගික කටයුතු වලින් පසුව (Sexual abuse or Rape)
- HIV වැනි රෝග බහුලව පවතින රටවල හෝ ප්‍රදේශවල කෙනෙකු සමඟ ලිංගිකව එකතු පසු ඔබගේ ලිංගික සහකරුට ලිංගික රෝගයක් ඇත බවට සැකයක් පවතී නම් හෝ ඔහු හෝ ඇය එවැනි දෙයක් පැවසුවේ නම්
- සමලිංගික පිරිමි සහකරුවන්
- ලිංගික සහකරුවන් රාශියක් සිටින උදවිය
- ලිංගික ආශ්‍රිත රැකියා වල යෙදෙන උදවිය

ලිංගික රෝග වලක්වා ගන්නේ කෙසේද?

- කොන්ඩම් වැනි ආරක්ෂිත ක්‍රම අනුග මනය කිරීම මගින් Male Condom/ Female Condom
- Dams නැමැති තුනී Latex ආවරණය මගින්
- මුඛ සංසර්ගයේදී යෝනි මාර්ගය හා ගුද මාර්ගය ආවරණය කර ගැනීම මගින්
- සාමාන්‍ය කොන්ඩම් වැනි Pharmacy, Supermarket වැනි ආයතන වලින් ලබාගත හැකි වුවද Female Condom හෝ Dams සමහර විට විශේෂිත Pharmacy හෝ Family Planning Victoria වෙතින් ලබාගත හැකිය.
- Hepatitis සඳහා එන්නත් ලබා ගැනීම

ප්‍රතිකාර ක්‍රම මොනවාද ?

රෝගය වැළදීම වලක්වා ගැනීම හොඳම ප්‍රතිකාරය වන නමුදු සමහර විට එය ප්‍රායෝගිකව අපහසුය.

වැළදී ඇති රෝගය හා එයට හේතුව රෝග කාරකය අනුව ප්‍රතිකාර ක්‍රම වෙනස් වේ.

- බැක්ටීරියා මගින් වැළඳෙන රෝග Chlamydia, Gonorrhea හා Myroplasma ප්‍රතිජීවක හෙවත් Antibiotics
- වෛරස් ආසාදන උදා: Herpes, Hepatitis B, C හා HIV නැමැති වෛරස් ප්‍රතිජීවක හා වෙනත් විශේෂිත ඖෂධ
- පරපෝෂිත ආසාදන (Parasites) උදා(Scabies වැනි ඖෂධමය ක්‍රීම් හෝ ෂැම්පු වර්ග

Contacting Sexual Partners
ලිංගික සහකරුවන් දැනුවත් කිරීම

සමහර විට ඔබගේ ලිංගික සහකරුවන් හට කිසිදු රෝග ලක්ෂණයක් නොතිබිය හැක. නමුත් ඔබගේ යුතුකම වන්නේ පසුගිය මාස 3 - 6 පමණ කාලයක් ඇතුළත ඔබ ලිංගිකව ආශ්‍රය කල සහකරුවන් හෝ සහකාරියන් හට ඔබගේ රෝග තත්වය ගැන දැනුවත් කිරීමයි.

එවිට ඔවුන් හට රෝගය ඇතිදැයි වෛද්‍ය පරීක්ෂාවක් මගින් දැන ගත හැකිය. මෙය රෝගය තවදුරටත් පැතිරී යාම වැළැක්වීමට උපකාරී වේ.

මෙය ඔවුන්ගේ විස්තර දන්නේ නම් ඔබටම කල හැකිය. එසේ නැතිනම් නිර්නාමිකව ඔවුන් දැනුවත් කල හැකි වෙබ් අඩවි පවතී. උදා: Let them Know වැනි

එවැනි වෙබ් අඩවි හරහා SMS පණිවිඩ, e-mail වැනි ක්‍රම මගින් දැනුවත් කල හැකිය.

එසේම වඩා සංකීර්ණ අවස්ථාවලද ඔබගේ පවුලේ වෛද්‍යවරයාට හෝ සෞඛ්‍ය දෙපාර්තමේන්තුවේ සමාජ රෝග පිළිබඳ අංශය සම්බන්ධ කරගෙන මෙම කාර්ය සිදු කළ හැකිය.