**Σ.Μ.Ν. ΚΑΙ ΕΦΗΒΕΙΑ**

 Σύμφωνα με τις αναφορές μιας πρόσφατης μελέτης, οι έφηβοι καταλαβαίνουν πως μεταδίδονται τα σεξουαλικώς μεταδιδόμενα νοσήματα (ΣΜΝ) και προσπαθούν να μειώσουν τον κίνδυνο μόλυνσης, χρησιμοποιώντας ωστόσο αναποτελεσματικές πρακτικές.
 Η μελέτη ξεκίνησε το 2006 και συμμετείχαν σε αυτή 37 αφρό-αμερικανοί έφηβοι από δύο διαφορετικές επαρχιακές περιοχές της Β. Καρολίνας. Οι ερευνητές επικεντρώθηκαν στο συγκεκριμένο πληθυσμό, γιατί τα ποσοστά πρώιμης έναρξης σεξουαλικών επαφών και μόλυνσης από ΣΜΝ σε αυτόν, είναι από τα υψηλότερα της χώρας. Πιο συγκεκριμένα κάθε χρόνο διαγιγνώσκονται 9.1 εκατομμύρια νέες περιπτώσεις ΣΜΝ σε νέους ηλικίας 15-24.
 Εξετάστηκε η κατανόηση των συμμετεχόντων αναφορικά με τις στρατηγικές πρωτοβάθμιας πρόληψης των ΣΜΝ, περιγράφηκαν τα συχνά εμπόδια που συναντούσαν στην εφαρμογή τους και αναγνωρίστηκαν οι μέθοδοι μείωσης του κινδύνου που τελικά υιοθετούσαν.
 Βρέθηκε πως οι έφηβοι κατανοούσαν τον τρόπο μετάδοσης των ΣΜΝ, αλλά θεωρούσαν πως οι στρατηγικές πρωτοβάθμιας πρόληψης όπως είναι η σεξουαλική αποχή και η συστηματική χρήση του προφυλακτικού είναι απίθανο, ή δύσκολο να εφαρμοστούν.
 Σύμφωνα μάλιστα με τα δεδομένα από τις συνεντεύξεις, οι έφηβοι είχαν αναπτύξει τις δικές τους στρατηγικές μείωσης του κινδύνου μόλυνσης από ΣΜΝ. Αυτές περιελάμβαναν για παράδειγμα, έμμεσες αξιολογήσεις της σεξουαλικής υγείας του ερωτικού συντρόφου βασισμένες στην εξωτερική εμφάνιση, τη οπτική επαφή και τη γλώσσα του σώματος. Τα κορίτσια μάλιστα ανέφεραν πως έκαναν συχνά εξετάσεις ελέγχου για την ύπαρξη κάποιου ΣΜΝ , ελέγχοντας ταυτόχρονα και την πίστη του συντρόφου τους σε αυτές. Όσο παρέμεναν χωρίς ΣΜΝ ένιωθαν ότι μπορούν να εμπιστευτούν το σύντροφό τους.
 Η μελέτη αυτή είναι ιδιαίτερα σημαντική γιατί δείχνει το βαθμό στον οποίο τα μηνύματα δημόσιας υγείας δε συνάδουν με τις πραγματικές ανάγκες των εφήβων. Είναι απαραίτητο να αναγνωριστούν όποιες λανθασμένες αντιλήψεις υπάρχουν γύρω από τα ΣΜΝ και να διορθωθούν. Δεν έχει ουσία όμως, να προτείνεται ως μέθοδος πρόληψης η αποχή σε εφήβους που θεωρούν πως είναι σε φυσιολογική ηλικία για να έχουν σεξουαλικές σχέσεις.
 Τα μηνύματα δημόσιας υγείας λοιπόν οφείλουν να τροποποιηθούν και να παρέχουν εύχρηστα εργαλεία που θα βοηθήσουν τους εφήβους να έχουν περισσότερο κριτική σκέψη αναφορικά με τις επιλογές τους.

 **Η ψυχολογία των εφήβων**

 Η ψυχολογία του εφήβου είναι μια σημαντική διεργασία, την οποία κάθε έφηβος οφείλει να την κάνει. Μέσω αυτής ο έφηβος έχει την ευκαιρία να αλλάξει τον εαυτό του ή να προσθέσει στον χαρακτήρα και στην προσωπικότητα του τα γνωρίσματα που αυτός θέλει, ώστε να ενταχθεί στην κοινωνία ως ένας ώριμος ενήλικας. Από αυτήν την προσπάθεια όμως, παρατηρούνται διακυμάνσεις στην συναισθηματική κατάσταση του εφήβου, οι οποίες προκαλούν ραγδαίες αλλαγές στην συμπεριφορά του και ως αποτέλεσμα έχουν τη σύγχυση με τους γονείς, τους φίλους, τους δασκάλους και όλο το φιλικό του περιβάλλον.

 Ο έφηβος έχει δύο βασικά ερωτήματα: «Ποιός είμαι και τι κάνω στη ζωή μου;» τα οποία μέχρι και την ενήλικη ζωή προσπαθεί να απαντήσει. Επομένως, η συμπεριφορά του εφήβου είναι δικαιολογημένη, μιας και καθ’ όλη τη διάρκεια της εφηβείας παλεύει να βγει από ένα κλουβί στο οποίο πιστεύει ότι είναι εγκλωβισμένος, αν και φοβάται και το τι θα επακολουθήσει. Αυτό οδηγεί στο συμπέρασμα, ότι οι έφηβοι βρίσκονται ανάμεσα σε μία σχέση εξάρτησης και ανεξαρτησίας. Γι’ αυτό, σταδιακά, θα πρέπει να αυτονομηθεί και να ανεξαρτητοποιηθεί από τους γονείς του, που σε μερικές περιπτώσεις είναι αυτοί που «κόβουν» τα φτερά των παιδιών τους. Επειδή οι γονείς είναι συναισθηματικά δεμένοι, τους είναι πιο δύσκολο να αποδεχτούν ότι έφθασε η στιγμή να αφήσουν τον έφηβο να πάρει τις δικές του αποφάσεις και να κάνει τη δικιά του επανάσταση ανεξαρτησίας. Έτσι, δημιουργούνται δεσμοί εξάρτησης, τους οποίους ο γονέας πρέπει να «σπάσει» προκειμένου ο έφηβος να μην προσκολληθεί. Επομένως, θα πρέπει να είναι δίπλα και να βοηθά τον έφηβο σε κάθε πρόβλημα του, αλλά να του δίνει τη δυνατότητα να επιλέγει αυτός τι θέλει να κάνει.



Από την άλλη μεριά, μερικοί ειδικοί αναφέρουν ότι κατά τη διάρκεια αυτής την ανεξαρτητοποίησης, ο έφηβος «πενθεί», διότι καταλαβαίνει ότι πλέον είναι μόνος του, βλέπει τις αδυναμίες του και γνωρίζει ότι δεν μπορεί να στηρίζεται πλέον σε δύο συγκεκριμένους ανθρώπους. Αυτήν την διαδικασία, έχει τη δυνατότητα να την περάσει με τους συνομηλίκους του, με τους οποίους δένεται συναισθηματικά και οι οποίοι καταλαβαίνουν τι περνάει. Μέσα από την παρέα, κάνει μία διερεύνηση και αναπτύσσει την προσωπικότητά του. Αρχίζει να αμφισβητεί πράγματα και να εξερευνεί την σεξουαλικότητά του. Όλη αυτή η εξερεύνηση, όμως, δημιουργεί άγχος, επιθετικότητα και αμφιβολία στον έφηβο. Στον τομέα του άγχους, προστίθεται και ο παράγοντας σχολείο, που παίζει καθαριστικό ρόλο στην επαγγελματική κατάρτιση του εφήβου. Σε αυτό το στάδιο, θα πρέπει να υπάρχει συχνή επικοινωνία με τους καθηγητές ώστε να κάνουν πιο βατά και διασκεδαστικά τα σχολικά χρόνια.

 Καταλήγουμε στο συμπέρασμα, ότι η περίοδος της εφηβείας είναι μια αρκετά δύσκολη, αλλά συγχρόνως και μια ευχάριστη ευκαιρία για μια ψυχοσωματική διερεύνηση, η οποία θα πρέπει να γίνεται και με την βοήθεια του γονέα, χωρίς όμως να γίνεται πιεστικός και να μη δημιουργούνται εντάσεις. Κάθε έφηβος οφείλει να έχει δίπλα του τους αγαπημένους του ανθρώπους, οι οποίοι, μέσα από τη δικιά του προσπάθεια, θα τον οδηγήσουν στο μονοπάτι της ενηλικίωσης.

 ****

**Πώς είναι η πρώτη φορά: Η πρώτη σεξουαλική εμπειρία και τα μυστικά της**

«Να το κάνω ή να μην το κάνω;». «Θα πονέσει;». «Θα το καταλάβουν οι γονείς μου;». «Θα αλλάξει το σώμα μου;». «Θα έρθω σε οργασμό;». Καθημερινές απορίες εφήβων που φλερτάρουν (εκτός από μεταξύ τους και) με την ιδέα της πρώτης σεξουαλικής συνεύρεσης, αναρωτιούνται και ανησυχούν για το πώς είναι η πρώτη φορά. Όπως κάθε τι στη ζωή, η «πρώτη φορά», η πρώτη σεξουαλική συνεύρεση, για να μιλήσουμε με επιστημονικούς όρους, είναι αυτό που την κάνεις. Η έκβασή της εξαρτάται από μια πληθώρα παραγόντων, που περιλαμβάνουν την διάθεση της στιγμής, την προετοιμασία της, την εμπειρία ή απειρία των δύο παρτενέρ, τη σχέση που έχουν μεταξύ τους, την ηλικία τους, ακόμη και τα θρησκευτικά ή άλλα πιστεύω τους.
 Η πρώτη φορά στη γυναικεία ψυχολογία «Για το κορίτσι, αυτό το πρώτο ερωτικό βήμα χαρακτηρίζεται από την επιθυμία, το 'πιστεύω' και το 'θέλω' της να ολοκληρωθεί ως γυναίκα» εξηγεί ο Θάνος Ασκητής, νευρολόγος – ψυχίατρος, Πρόεδρος του Ινστιτούτου Ψυχικής και Σεξουαλικής Υγείας.

 «Είναι ιδιαίτερα σημαντικό να πούμε ότι το κορίτσι λειτουργεί, φτάνοντας στην πρώτη φορά, κυρίως συναισθηματικά και όχι σαρκικά, όπως λειτουργεί το αγόρι» συνεχίζει ο κ. Ασκητής. «Ασφαλώς η βιολογική της ωρίμανση και η σεξουαλική της ταυτότητα επιτρέπουν τη σωματική αφύπνιση, την ερωτική διάθεση στο να προετοιμαστεί, αλλά με βάση το συναίσθημα της τρυφερότητας και της παράδοσης στο σύντροφο-άνδρα, που εκείνη επιλέγει». Αυτό, βέβαια, δεν αναιρεί το γεγονός ότι, σύμφωνα με μελέτες του Ιατρικού Σεξολογικού Ινστιτούτου, μία στις δύο γυναίκες οδηγείται στην πρώτη φορά παρορμητικά, παρασυρμένη συνήθως από την επιθυμία του συντρόφου της, χωρίς να νιώθει έτοιμη και κατά συνέπεια χωρίς να ευχαριστιέται την ερωτική πράξη. «Βασικό γνώρισμα της πρώτης φοράς για την πλειοψηφία των γυναικών είναι η μη συμμετοχή τους στην ερωτική επαφή και η αίσθηση της αμηχανίας, του φόβου και της αγωνίας που τις διακατέχουν και που έχουν ως αποτέλεσμα να μη φτάνουν σχεδόν ποτέ στην κορύφωση» αναφέρει ο κ. Ασκητής.

 Όταν τα αγόρια γίνονται άνδρες «Ένα στα δύο αγόρια ηλικίας 14 έως 17 χρόνων αποκτά τότε την πρώτη του σεξουαλική εμπειρία» εξηγεί ο κ. Ασκητής. Εξαιτίας της απειρίας, της ηλικίας, αλλά και της μυθοποίησης της σεξουαλικής πράξης στο μυαλό του εφήβου –που αντιλαμβάνεται την σεξουαλική απόδοσή του σαν στόχο και όχι σαν απόλαυση– η πρώτη του φορά είναι σπάνια "επιτυχημένη". «Το κόστος της αποτυχημένης πρώτης φοράς στο αγόρι είναι μεν θορυβώδες, αλλά δεν είναι αληθινό» αναφέρει ο κ. Ασκητής. «Αν και ο έφηβος, μέσα στα συντρίμμια της αποτυχίας του, εγκλωβίζεται, δραματοποιεί και καθηλώνεται στο φόβο της ανικανότητάς του, γρήγορα μπορεί να το ξεπεράσει, πηγαίνοντας σε μια επόμενη φορά, που σίγουρα θα είναι καλύτερη από την πρώτη».

****

 **Ομοφυλοφιλία**

 Ομοφυλόφιλος είναι εκείνος που έλκεται σεξουαλικά από άτομα του ίδιου φύλου. Ο όρος συνήθως απευθύνεται σε ομοφυλόφιλους άνδρες, ενώ όσον αφορά τις ομοφυλόφιλες γυναίκες χρησιμοποιείται περισσότερο ο όρος λεσβία. Τα τελευταία χρόνια συνηθίζεται στην Ελλάδα να χρησιμοποιείται η λέξη ομοερωτικά για τα ομοφυλόφιλα άτομα. Επίσης διαδεδομένος είναι και ο όρος gay που στην αγγλική γλώσσα σημαίνει χαρωπός. Ο όρος αυτός θεωρείται πιο <<φιλικός>>, καθώς αποστασιοποιείται τόσο από την επιστημονική ορολογία ομοφυλόφιλος ή άλλες απαξιωτικές εκφράσεις της καθομιλουμένης(π.χ. αδερφή, συκιά κτλ.)Ο όρος gay έχει πλέον επικρατήσει παγκοσμίως.
Η ομοφυλοφιλία θεωρούνταν λανθασμένα, σεξουαλική απόκλιση και αντιμετωπιζόταν συχνά ως ελάττωμα ή αμαρτία, με αποτέλεσμα η χρήση του όρου να γίνεται υποτιμητικά .Οι ομοφυλόφιλοι υφίστανται σε πολλά μέρη του κόσμου καταπίεση, βία και διωγμούς, καθώς θεωρούνταν <<διεστραμμένοι>> ή <<άρρωστοι>>. Από πολλούς φορείς και οργανώσεις γίνεται προσπάθεια να αποδεχθούν οι κοινωνίες την πραγματικότητα της ομοφυλοφιλίας και να πάψουν να στερούν από τους ομοφυλόφιλους βασικά ανθρώπινα δικαιώματα. Από τις 17 Μαΐου 1990,η ομοφυλοφιλία έπαψε να θεωρείται ασθένεια από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας. Αρκετά κράτη αρνούνται στα ομόφυλα ζευγάρια το δικαίωμα του γαμήλιου δεσμού. Αυτό συμβαίνει ιδιαίτερα σε κράτη με ισχυρές Εκκλησίες που ελέγχουν τον γάμο και που δεν αποδέχονται τους ομοφυλόφιλους. Σε ορισμένα κράτη έχει θεσπισθεί νομικά κάποιο είδος αστικής σύμβασης ή συμφωνητικού προσωπικής ένωσης μεταξύ ομοφυλοφίλων με τα περισσότερα από τα δικαιώματα του γάμου, σε άλλα κράτη κάποια μορφή νομικά αναγνωρισμένης συμβίωσης με πιο περιορισμένα δικαιώματα, ενώ άλλα κράτη αναγνωρίζουν όλα τα ζευγάρια που συγκατοικούν μακροπρόθεσμα και τους προσφέρουν προνόμια υποστήριξης, ανεξάρτητα από το φύλο και το είδος της σχέσης τους.
Οι χώρες οι οποίες αναγνωρίζουν ισότιμα κατά το 2013 τον γάμο μεταξύ ομοφυλοφίλων είναι η Νότια Αφρική, η Ολλανδία, ο Καναδάς, το Βέλγιο, η Ισπανία, η Πορτογαλία, η Γαλλία, η Αργεντινή, η Ουρουγουάη ,η Βραζιλία ,η Σουηδία, η Δανία, η Ισλανδία, η Νορβηγία , η Νέα Ζηλανδία όπως επίσης και ορισμένες πολιτείες των ΗΠΑ και του Μεξικού. Στην Ελλάδα, ο Αστικός Κώδικας δεν απαιτεί ρητό ζευγάρι να είναι διαφορετικού φύλου, πλην όμως ο νόμος ερμηνεύεται από ορισμένους νομικούς κύκλους αυθαίρετα ότι αποκλείει τα ομόφυλα ζευγάρια.
Τέλος, το σύμφωνο ελεύθερης συμβίωσης που θεσπίστηκε το 2008 αποκλείει ρητά τα ζευγάρια του ίδιου φύλου!

**Διαπαιδαγώγηση σεξουαλικής αγωγής**



 **● Η σεξουαλική διαπαιδαγώγηση:** είναι η διδασκαλία σε θέματα που αφορούν την [ανθρώπινη σεξουαλικότητα](http://en.wikipedia.org/wiki/Human_sexuality), συμπεριλαμβανομένης της ανθρώπινης [σεξουαλικής ανατομίας](http://en.wikipedia.org/wiki/Sex_organ),τη [σεξουαλική αναπαραγωγή](http://en.wikipedia.org/wiki/Sexual_reproduction),[τη σεξουαλική δραστηριότητα](http://en.wikipedia.org/wiki/Human_sexual_activity),[την αναπαραγωγική υγεία](http://en.wikipedia.org/wiki/Reproductive_health),τις συναισθηματικές σχέσεις, [τα αναπαραγωγικά δικαιώματα**HYPERLINK "http://en.wikipedia.org/wiki/Reproductive\_rights"**](http://en.wikipedia.org/wiki/Reproductive_rights) και τις ευθύνες, [την αποχή**HYPERLINK "http://en.wikipedia.org/wiki/Sexual\_abstinence#Modern\_abstinence\_movements"**](http://en.wikipedia.org/wiki/Sexual_abstinence#Modern_abstinence_movements) και [τον έλεγχο των γεννήσεων](http://en.wikipedia.org/wiki/Birth_control). Κοινούς δρόμους για τη σεξουαλική διαπαιδαγώγηση είναι γονείς ή κηδεμόνες, επίσημα σχολικά προγράμματα και εκστρατείες για τη δημόσια υγεία.

 Παραδοσιακά, με τη συζήτηση για τα ζητήματα αυτά να θεωρείται [ταμπού](http://en.wikipedia.org/wiki/Taboo) στους εφήβους δεν δόθηκε καμία πληροφορία σχετικά με τα σεξουαλικά θέματα. Σε αυτές τις οδηγίες, όπως δόθηκε παραδοσιακά αριστερά προς τους γονείς ενός παιδιού, και συχνά αυτό είχε τεθεί εκτός μέχρι λίγο πριν από το γάμο ενός παιδιού. Οι περισσότερες από τις πληροφορίες σχετικά με τη σεξουαλική θέματα ελήφθη ανεπίσημα από τους φίλους και τα μέσα ενημέρωσης, και πολλές από τις πληροφορίες ήταν αμφίβολης αξίας. Μεγάλο μέρος των πληροφοριών αυτών ήταν γνωστό συνήθως για να είναι ανεπαρκής, ιδίως κατά την περίοδο μετά την εφηβεία, όταν η σεξουαλική περιέργεια των θεμάτων ήταν η πιο οξεία. Αυτή η ανεπάρκεια έγινε όλο και πιο εμφανές από την αυξανόμενη συχνότητα της εφηβικής εγκυμοσύνης, ειδικά στις δυτικές χώρες μετά το 1960.Ως μέρος των προσπαθειών της κάθε χώρας να μειώσει τέτοιες εγκυμοσύνες, κινήθηκαν προγράμματα σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης, αρχικά σε έντονη αντίθεση από τη μητρική και τις θρησκευτικές ομάδες.

 Η σεξουαλική διαπαιδαγώγηση μπορεί να διδαχθεί ανεπίσημα, όπως όταν κάποιος λαμβάνει πληροφορίες από μια συνομιλία με έναν γονέα, ο φίλος, θρησκευτικός ηγέτης, είτε μέσω των [media](http://en.wikipedia.org/wiki/Mass_media).Μπορεί επίσης να παρέχεται μέσω της σεξουαλικής [αυτοβοήθειας](http://en.wikipedia.org/wiki/Self-help)συγγραφείς, περιοδικό [αρθρογράφους συμβουλών](http://en.wikipedia.org/wiki/Advice_columnist), [αρθρογράφοι σεξ](http://en.wikipedia.org/wiki/Sex_columnist)ή σεξουαλική διαπαιδαγώγηση web sites. Τυπική σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης συμβαίνει όταν [τα σχολεία**HYPERLINK "http://en.wikipedia.org/wiki/School"**](http://en.wikipedia.org/wiki/School) ή τους πάροχους υγειονομικής περίθαλψης να προσφέρουν σεξουαλική διαπαιδαγώγηση.

Αλλά μερικές φορές επίσημη σεξουαλική διαπαιδαγώγηση διδάσκεται ως ένα πλήρη κύκλο ως μέρος του [προγράμματος σπουδών**HYPERLINK "http://en.wikipedia.org/wiki/Curriculum"**](http://en.wikipedia.org/wiki/Curriculum) στο [γυμνάσιο**HYPERLINK "http://en.wikipedia.org/wiki/Junior\_high\_school"**](http://en.wikipedia.org/wiki/Junior_high_school) ή το λύκειο. Άλλες φορές είναι μόνο μία μονάδα μέσα σε ένα πιο ευρύ [βιολογία**HYPERLINK "http://en.wikipedia.org/wiki/Biology"**](http://en.wikipedia.org/wiki/Biology) τάξη, [την υγεία**HYPERLINK "http://en.wikipedia.org/wiki/Health"**](http://en.wikipedia.org/wiki/Health) τάξη, [οικιακής οικονομίας**HYPERLINK "http://en.wikipedia.org/wiki/Home\_economics"**](http://en.wikipedia.org/wiki/Home_economics) τάξη, ή [τη φυσική αγωγή**HYPERLINK "http://en.wikipedia.org/wiki/Physical\_education"**](http://en.wikipedia.org/wiki/Physical_education) τάξη. Μερικά σχολεία προσφέρουν καμία σεξουαλική διαπαιδαγώγηση, δεδομένου ότι παραμένει ένα [αμφιλεγόμενο](http://en.wikipedia.org/wiki/Controversy)ζήτημα σε αρκετές χώρες, και ιδίως τις Ηνωμένες Πολιτείες (ιδίως σε σχέση με την ηλικία στην οποία τα παιδιά θα πρέπει να αρχίσουν να λαμβάνουν αυτή την εκπαίδευση, την ποσότητα των λεπτομερειών που αποκαλύπτεται, συμπεριλαμβανομένων των [LGBT σεξουαλική διαπαιδαγώγηση](http://en.wikipedia.org/wiki/LGBT_sex_education), και τα θέματα που ασχολούνται με [την ανθρώπινη σεξουαλική συμπεριφορά](http://en.wikipedia.org/wiki/Human_sexual_behavior), π.χ. [το ασφαλές σεξ](http://en.wikipedia.org/wiki/Safe_sex)πρακτικές, [ο αυνανισμός](http://en.wikipedia.org/wiki/Masturbation), [το προγαμιαίο σεξ](http://en.wikipedia.org/wiki/Premarital_sex)και [τη σεξουαλική ηθική](http://en.wikipedia.org/wiki/Sexual_ethics)).

 

 **ΗΠΑΤΙΤΙΔΑ**

  Ηπατίτιδα  είναι μια ασθένεια του ήπατος, η σοβαρότητα της οποίας, εξαρτάται κυρίως από την αιτία που την προκαλεί, αλλά και απ' την γενική κατάσταση της υγείας του προσβεβλημένου ατόμου και την ηλικία του.

 Όλοι οι τύποι της ηπατίτιδας έχουνε παρόμοια εικόνα. Έτσι, αρχικά παρουσιάζονται γενικά συμπτώματα όπως αίσθημα κακουχίας και κόπωση, ανορεξία, ναυτία, εμετός, διάρροια καθώς και μέτριος πυρετός. Μπορεί ακόμα να υπάρχει και πόνος στην περιοχή του ήπατος (πάνω δεξιό μέρος της περιοχής της κοιλιάς). Η φάση αυτή, είναι δυνατόν να διαρκέσει από 1 έως 3 εβδομάδες, οπότε τα παραπάνω συμπτώματα αρχίζουν να υποχωρούν και εμφανίζονται τα τυπικά συμπτώματα της ηπατίτιδας που είναι: ίκτερος (κίτρινο χρώμα δέρματος, βλεννογόνων, επιπεφυκότων), φαγούρα, αποχρωματισμός των κοπράνων και υπέρχρωση των ούρων

Πως μεταδίδεται

Ο ιός της ηπατίτιδας μεταδίδεται:
α) με τη σεξουαλική επαφή με πάσχοντες από οξεία ηπατίτιδα ή με φορείς ηπατίτιδας
β) από την έγκυο μητέρα στο νεογνό (είτε αυτή είναι φορέας, είτε πάσχει από οξεία ηπατίτιδα )
γ) μέσω του αίματος ή παραγώγων αίματος φορέων ή πασχόντων
δ) μέσω βελονών ή συριγγών που έχουν ήδη χρησιμοποιηθεί (χρήστες ΕΦ ναρκωτικών) ή με αιχμηρά αντικείμενα (ξυραφάκια, βελόνες για τρύπημα αυτιών, ψαλιδάκια για μανικιούρ κ.λπ.) αν χρησιμοποιούνται χωρίς να έχουν αποστειρωθεί και διαπεράσουν το δέρμα ή με οδοντόβουρτσα
ε) με μετάγγιση. Αυτός ο τρόπος όμως μετάδοσης σήμερα, δεν είναι ουσιαστικός, αφού όλοι οι αιμοδότες ελέγχονται για την παρουσία του ιού με ευαίσθητες μεθόδους.

Πώς μπορούμε να προφυλαχθούμε;
Για την προφύλαξη από την ηπατίτιδα διατίθενται: ένα ασφαλές και αποτελεσματικό εμβόλιο και μια ειδική για τον ιό ηπατίτιδας ανοσοοφαιρίνη (υπεράνοση γ σφαιρίνη). Σε περιπτώσεις έκθεσης, στον ιό και άμεσου κινδύνου νόσησης είναι απαραίτητος ο συνδυασμός τους. Τέτοιες είναι:
1) στους ερωτικούς συντρόφους αυτών που πάσχουν από οξεία ηπατίτιδα,
2) σ' αυτούς που έχουν υποστεί τυχαίο ενοφθαλμισμό του ιού ύστερα από τρύπημα με βελόνα που είχε χρησιμοποιηθεί σε πάσχοντα ή έχουν τραυματιστεί από αιχμηρά αντικείμενα μολυσμένα από αίμα ή σωματικά υγρά πάσχοντα,
3) σε νεογέννητα που προέρχονται από μητέρα φορέα του ιού.



**ΕΡΠΗΣ**

Ο έρπης των γεννητικών οργάνων είναι μια σεξουαλικά μεταδιδόμενη ιογενής νόσος και επηρεάζει το δέρμα ή τις βλεννογόνους μεμβράνες των γεννητικών οργάνων. Είναι η πιο συχνά σεξουαλικά μεταδιδόμενη ιογενής νόσος.

 Τα γενικευμένα ή συστηματικά συμπτώματα είναι:

• Μειωμένη όρεξη

• Πυρετός

• Δυσφορία

• Πόνοι μυών χαμηλά στην πλάτη, τους γλουτούς, τους μηρούς, ή τα γόνατα

Τα συμπτώματα στα γεννητικά όργανα περιλαμβάνουν την εμφάνιση των μικρών, επίπονων φουσκαλών που είναι γεμάτες με καθαρό ή κιτρινωπό υγρό.

Βρίσκονται συνήθως:

· Στις γυναίκες: στα εξωτερικά κολπικά χείλη (χείλη του αιδοίου), στον κόλπο, στον τράχηλο της μήτρας, γύρω από τον πρωκτό και στους μηρούς ή τους γλουτούς

· Στους άντρες: στο πέος, στο όσχεο, γύρω από τον πρωκτό, στους μηρούς ή τους γλουτούς

· Και στα δύο φύλα: στη γλώσσα, το στόμα, τα μάτια, τα ούλα, τα χείλια, τα δάχτυλα και σε άλλα μέρη του σώματος

Γενικά μέτρα για ερπητικές βλάβες:

· Μην φοράτε νάιλον ή άλλα συνθετικά καλσόν, εσώρουχα, ή παντελόνια. Αντ' αυτού, φορέστε άνετα ενδύματα από βαμβάκι

· Συστήνεται ήπιο καθάρισμα με σαπούνι και νερό

· Τα θερμά λουτρά μπορούν να ανακουφίσουν από τον πόνο (κατόπιν, διατηρείστε τις φουσκάλες στεγνές)

Εάν σε μια από τις πληγές αναπτυχθεί μια μόλυνση από τα βακτηρίδια, ρωτήστε το γιατρό σας εάν χρειάζεστε ένα αντιβιοτικό.

Πώς να προφυλαχτείτε από τη νόσο – Πρόγνωση

Μόλις μολυνθείτε, ο ιός μένει στο σώμα σας για το υπόλοιπο της ζωής σας. Μερικοί άνθρωποι δεν εμφανίζουν ποτέ έρπη ενώ άλλοι έχουν συχνά ξεσπάσματα. Στους ανθρώπους με καλό ανοσοποιητικό σύστημα, ο έρπης των γεννητικών παραμένει ως μια εντοπισμένη και ενοχλητική μόλυνση, αλλά είναι σπάνια απειλητική για τη ζωή.

***ΧΛΑΜΥΔΙΑ***

Τα χλαμύδια είναι το πιο συχνά εμφανιζόμενο αφροδίσιο νόσημα σήμερα (το δεύτερο είναι η βλεννόρροια). Ευτυχώς, γι’ αυτή την κοινή σεξουαλικά μεταδιδόμενη ασθένεια υπάρχει αποτελεσματική θεραπεία. Το κακό όμως είναι ότι αν δεν υπάρξει διάγνωση και θεραπεία, τα χλαμύδια μπορούν να προκαλέσουν σοβαρές παρενέργειες και επιπλοκές π.χ. στειρότητα και πρόωρο τοκετό. Οι γυναίκες νεαρής ηλικίας πρέπει υποβάλλονται σε συστηματικά τεστ ανίχνευσης για τα χλαμύδια μια φορά κάθε χρόνο.

 **Συνοπτικά τα συμπτώματα στις γυναίκες είναι:**

Κολπικές εκκρίσεις ασυνήθιστες

Αίσθημα πόνου ή καψίματος στην ουρήθρα

Λίγες σταγόνες αίμα εκτός περιόδου

Πόνος χαμηλά στην κοιλιά ή στη μέση, ναυτία ή και πυρετό

 **ΕΡΠΗΣ**

 Ο έρπης των γεννητικών οργάνων δεν μπορεί να θεραπευτεί. Τα αντιϊκά φάρμακα μπορούν να ανακουφίσουν από τον πόνο και την ταλαιπωρία και να θεραπεύσουν τις πληγές γρηγορότερα. Αυτά τα φάρμακα βοηθούν κατά τη διάρκεια των πρώτων εμφανίσεων του έρπη και λιγότερο τις επόμενες φορές. Τα φάρμακα που χρησιμοποιούνται για να θεραπεύσουν τον έρπη είναι η ακυκλοβίρη, η φαμσικλοβίρη, και η βαλασικλοβίρη.

 ******

 **ΙΟΣ ΑΝΘΡΩΠΙΝΩΝ ΘΗΛΩΜΑΤΩΝ (HPV)**

 Ένας άλλος πολύ διαδεδομένος ιός ιδίως στον νεαρής ηλικίας πληθυσμό είναι ο ιός των ανθρώπινων κονδυλωμάτων (HPV). Η έναρξη σεξουαλικών σχέσεων σε όλο και νεαρότερη ηλικία, η συχνή εναλλαγή ερωτικών συντρόφων και η υπολειπόμενη ενημέρωση για τη σεξουαλική υγεία και τα μέτρα πρόληψης έχουν καταστήσει τον συγκεκριμένο ιό τον πιο συχνά ανιχνεύσιμο σήμερα.

 Ανιχνεύεται μέσω του test Παπανικολάου και, έπειτα από μακροχρόνιες μελέτες, είναι πλέον βέβαιο ότι σε αυτόν οφείλεται το 97% των περιστατικών καρκίνου τραχήλου της μήτρας. Αυτό καταδεικνύει πόσο σημαντικό ρόλο παίζει η πρόληψη και, συγκεκριμένα, ο ετήσιος έλεγχος του τραχήλου της μήτρας μέσω του test Παπανικολάου. Σήμερα είμαστε στην ευχάριστη θέση να αναφέρουμε ότι από τα μέσα της περασμένης δεκαετίας είναι διαθέσιμο και κυκλοφορεί και στη χώρα μας, με τη μορφή δυο εμπορικών σκευασμάτων, το εμβόλιο για τον καρκίνο του τραχήλου της μήτρας.

 **ΣΥΦΙΛΗ**



Εμφανίζεται σπανιότερα στις μέρες μας. Οι πληγές στα γεννητικά όργανα είναι σαφώς περιγεγραμμένες, ανώδυνες και συνήθως επουλώνονται πλήρως. Πληγές μπορούν να εμφανιστούν και στον τράχηλο της μήτρας, στο στόμα, στο περίνεο, στον πρωκτό και στον μαστό. Θεραπεύεται πλήρως.

 **Βλεννόρροια**

 Προσβάλλει τον βλεννογόνο της ουρήθρας οφείλεται στο γονόκοκκο (Naisseria). Στους άνδρες χαρακτηρίζεται από παχύρρευστη έκκριση από το στόμιο της ουρήθρας. Στη γυναίκα δεν προκαλεί έκδηλα συμπτώματα.

 **AIDS**

Η λοίμωξη οφείλεται στον ιό HIV (Human Immunodeficieny Virus), που από πλευράς μολυσματικών νοσημάτων αποτελεί το σημαντικότερο πρόβλημα της εποχής μας. Ο ιός HIV προσβάλλει τους μηχανισμούς άμυνας του οργανισμού με επιπτώσεις σε όλα τα όργανα και τα συστήματα. Η νόσος προχωρεί με γοργούς ρυθμούς παρά τις θεραπευτικές παρεμβάσεις, γι’ αυτό απαιτείται ενημέρωση, συστηματική προφύλαξη αλλά και επαγρύπνηση. Το προφυλακτικό είναι απλή και αποτελεσματική μέθοδος αποφυγής για τη μετάδοση της νόσου.

 **ΠΡΟΦΥΛΑΚΤΙΚΟ**

Το **προφυλακτικό** είναι ένα αντικείμενο που συνήθως φτιάχνεται από [λάτεξ](http://el.wikipedia.org/w/index.php?title=%CE%9B%CE%AC%CF%84%CE%B5%CE%BE&action=edit&redlink=1" \o "Λάτεξ (δεν έχει γραφτεί ακόμα)) ή [πολυουρεθάνη](http://el.wikipedia.org/wiki/%CE%A0%CE%BF%CE%BB%CF%85%CE%BF%CF%85%CF%81%CE%B5%CE%B8%CE%AC%CE%BD%CE%B7%22%20%5Co%20%22%CE%A0%CE%BF%CE%BB%CF%85%CE%BF%CF%85%CF%81%CE%B5%CE%B8%CE%AC%CE%BD%CE%B7) και χρησιμοποιείται κατά την σεξουαλική πράξη, με σκοπό την αποφυγή [εγκυμοσύνης](http://el.wikipedia.org/wiki/%CE%95%CE%B3%CE%BA%CF%85%CE%BC%CE%BF%CF%83%CF%8D%CE%BD%CE%B7) και μετάδοσης [σεξουαλικώς μεταδιδομένων νοσημάτων](http://el.wikipedia.org/wiki/%CE%A3%CE%B5%CE%BE%CE%BF%CF%85%CE%B1%CE%BB%CE%B9%CE%BA%CF%8E%CF%82_%CE%BC%CE%B5%CF%84%CE%B1%CE%B4%CE%B9%CE%B4%CF%8C%CE%BC%CE%B5%CE%BD%CE%B1_%CE%BD%CE%BF%CF%83%CE%AE%CE%BC%CE%B1%CF%84%CE%B1) όπως η [σύφιλη](http://el.wikipedia.org/wiki/%CE%A3%CF%8D%CF%86%CE%B9%CE%BB%CE%B7) και το [AIDS](http://el.wikipedia.org/wiki/AIDS). Υπάρχουν τόσο αντρικά όσο και γυναικεία προφυλακτικά, αλλά τα πρώτα είναι πιο διαδεδομένα.

Η παλιότερη απεικόνιση προφυλακτικών είναι 12-15.000 ετών και βρέθηκε σε σπηλιά στην [Γαλλία](http://el.wikipedia.org/wiki/%CE%93%CE%B1%CE%BB%CE%BB%CE%AF%CE%B1). Μια άλλη εικόνα 3.000 ετών βρέθηκε στην [Αίγυπτο](http://el.wikipedia.org/wiki/%CE%91%CE%AF%CE%B3%CF%85%CF%80%CF%84%CE%BF%CF%82)

Κατά τη νεότερη εποχή προφυλακτικά κατασκευάστηκαν για πρώτη φορά το [1640](http://el.wikipedia.org/wiki/1640) στην [Αγγλία](http://el.wikipedia.org/wiki/%CE%91%CE%B3%CE%B3%CE%BB%CE%AF%CE%B1). Ήταν φτιαγμένα από έντερα ζώων και μάλλον χρησιμοποιούνταν για προστασία από ασθένειες.

[Λινά](http://el.wikipedia.org/wiki/%CE%9B%CE%B9%CE%BD%CE%AC%CF%81%CE%B9) προφυλακτικά χρησιμοποιούσε ο [Καζανόβας](http://el.wikipedia.org/w/index.php?title=%CE%9A%CE%B1%CE%B6%CE%B1%CE%BD%CF%8C%CE%B2%CE%B1%CF%82&action=edit&redlink=1) τον [18ο αιώνα](http://el.wikipedia.org/wiki/18%CE%BF%CF%82_%CE%B1%CE%B9%CF%8E%CE%BD%CE%B1%CF%82). . Δεν ήταν όμως ιδιαίτερα αποτελεσματικά.

Η μαζική παραγωγή προφυλακτικών (από [καουτσούκ](http://el.wikipedia.org/wiki/%CE%9A%CE%B1%CE%BF%CF%85%CF%84%CF%83%CE%BF%CF%8D%CE%BA)) άρχισε το [1843](http://el.wikipedia.org/wiki/1843). Ήταν ακριβά και δύσχρηστα για αυτό ξεπεράστηκαν από τα προφυλακτικά από λάτεξ που παράχθηκαν την δεκαετία του 30.

Η αποτελεσματικότητα των προφυλακτικών, σαν μέθοδος ελέγχου γεννήσεων, μπορεί να υπολογιστεί με δύο τρόπους: αποτελεσματικότητα μεθόδου και πραγματική αποτελεσματικότητα. Η πρώτη μέθοδος δείχνει το ποσοστό ζευγαριών που χρησιμοποιούν την μέθοδο σωστά και με διάρκεια με τα επιθυμητά αποτελέσματα. Η πραγματική είναι το ποσοστό των ζευγαριών που χρησιμοποιεί τα προφυλακτικά ως τη μόνη μέθοδο αντισύλληψης συμπεριλαμβάνοντας την λανθασμένη και την περιστασιακή μη χρήση τους.

Όπως είναι φανερό η πραγματική αποτελεσματικότητα είναι μικρότερη για τους εξής λόγους κυρίως:

* λάθη στις οδηγίες που δίνονται από τους παρασκευαστές
* λάθη στην χρήση
* αστοχία του υλικού (σπάσιμο κατά τη χρήση)

Η αποτελεσματικότητα της μεθόδου φτάνει το 98%.

**Πηγές**

[www.in2life.gr](http://www.in2life.gr)

medicalnewstoday.com

Iatropedia.gr

Wikipedia

Healthy-living.gr

**Καθηγήτρια:** Βάσω Αδαμούλα

**Μαθητές:** Γιώργος Κουτσιαμάνης, Θοδωρής Μαντζιώκας, Γιάννης Πασσαδάκης, Στέφανος Μαργαρίτης, Δημήτρης Ζιάκος, Κατερίνα Βαφιάδου, [Αντώνης Τσαλαντέι](https://www.facebook.com/Antonhs.Tsalantei), Πασχαλίνα Τζιόκα, Μαρία Πουρνάρα, Βάνα Μάρκου, Δέσποινα Τσιαντέ, Έρρικα Ντελή, Δημήτρης Λεβέντης, Θωμάς Μπαρδανικάς, Γιάννης Καλαμάς, Βασίλης Καραμίτσιος