ПРОФИЛАКТИКА БППП

Китайской Народной республике, по-видимому, удалось практически искоренить сифилис и многие другие БППП введением жестких правил сексуального поведения и запрещением проституции, однако большинству других стран приходится иметь дело с БППП, расплачиваясь за социальную и сексуальную свободу. Предлагаемые ниже практические советы помогут минимизировать шансы заразиться БППП или распространять уже имеющуюся инфекцию.

1. Будьте информировании. Знание симптомов БППП поможет избежать риска заражения от партнера и вовремя начать лечение.
2. Будьте наблюдательны. Одних лишь знаний недостаточно. Наблюдательность помогает обнаружить у себя или у партнера выделения из половых органов, прыщи, сыпь или другие признаки инфекции (их нельзя увидеть в темноте или при лунном свете на заднем сиденье автомобиля). Если вы заметили подозрительный прыщ или волдырь, не следует проявлять героизм: воздержитесь от полового контакта и убедите партнера обратиться к врачу. Подобное "разглядывание" может показаться нелепым; однако вовсе не обязательно объяснять, почему это делается - нередко можно очень хорошо все разглядеть в процессе подготовки к половому акту (раздевание, массирование партнера). Есть еще один прием, используемый обычно проститутками (и врачами) для проверки на гонорею и неспецифический уретрит у мужчин - это "выдаивание" полового члена от основания до головки, чтобы установить, нет ли каких-либо вьвделений.
3. Будьте разборчивы. Многочисленность половых партнеров резко повышает риск заражения БППП. Анонимный секс тоже сопряжен с риском: неизвестно, можно ли доверять партнеру и с кем он был близок в недавнем прошлом. Разборчивость в выборе половых партнеров повышает шансы избежать БППП.
4. Будьте честны. Если вы заразились (или думаете, что могли заразиться) какой-нибудь БППП, скажите об этом партнеру (или партнерам). Это поможет избежать распространения инфекции и подтолкнет вашего партнера к тому, чтобы следить за появлением симптомов у себя или же пройти обследование. Если же вас беспокоит состояние здоровья вашего партнера, не колеблясь, спросите его об этом. Глупо рисковать собственным здоровьем, оберегая чувства кого-то другого.
5. Будьте предусмотрительны. Применение презерватива значительно понижает вероятность заражения или передачи БППП. Использование женщиной внутривлагалищных химических контрацептивов (пенообразующих веществ, желе и кремов) снижает вероятность ее заражения гонореей. Мочеиспускание вскоре после полового акта помогает смыть из мочеиспускательного канала попавшие в него микроорганизмы и тем самым немного снижает риск заражения. Если вы считаете, что могли заразиться, немедленно обратитесь за советом к врачу. Если вы знаете, что заразились, сразу начинайте лечение и воздерживайтесь от половой активности до тех пор, пока анализы не покажут, что все в порядке.
6. Не откладывайте обследования и лечения. Быстрый диагноз и эффективный курс лечения помогут избежать некоторых из серьезных осложнений БППП. Лечение можно провести у частного врача, в больнице или амбулаторно. По окончании лечения необходимо повторить обследование, чтобы убедиться в своем выздоровлении. Кроме того, непременно убедите своего партнера тоже пройти проверку (и, если окажется необходимым, лечение), чтобы избежать повторного инфицирования.

**Список использованной литературы:**

1. Основы сексологии (HUMAN SEXUALITY). **Уильям Г. Мастерc**, **Вирджиния Э. Джонсон, Роберт К. Колодни.**  Пер. с англ. — М.: Мир, 1998. — х + 692 с., ил. ISBN 5-03-003223-1