



المرحلة الأساسية 4

الوقاية من العدوى ومكافحتها: العدوى المنقولة جنسيًا

الدرس 6: العدوى المنقولة جنسيًا

يوضح النشاط الصفّي مدى سهولة انتقال العدوى المنقولة جنسيًا. باستخدام الكلاميديا كمثال، يساعد هذا الدرس الطلاب على فهم قابلية إصابة الأفراد بالعدوى المنقولة جنسيًا والخطورة المحتملة لعواقبها.

روابط المنهج الدراسي

PHSE/RHSE

- الصحة والوقاية
- العلاقات الحميمة والجنسية
- الصحة الجنسية

العلوم

- العمل بشكل علمي
- علم الأحياء

العربية

- القراءة
- الكتابة

مخرجات التعلم

سيتمكن جميع الطلاب مما يلي:

- فهم أن العدوى يمكن أن تنتشر بسهولة من خلال الاتصال الجنسي
- فهم ما يمكن للطلاب القيام به لحماية أنفسهم من العدوى المنقولة جنسيًا.
- معرفة أنه لا يعاني كل شخص مصاب بعدوى منقولة جنسيًا من الأعراض.
- معرفة أن وسائل منع الحمل غير الحاجزية لا تحمي من العدوى المنقولة جنسيًا.

سيتمكن معظم الطلاب مما يلي:

- معرفة مدى سهولة انتشار العدوى مثل الكلاميديا بين الشباب.
- البدء في معرفة طريقة التواصل الفعالة حول استخدام الواقي الذكري



الدرس 6: العدوى المنقولة جنسياً

الموارد اللازمة

المقدمة

لكل فصل

- نسخة من ملف الباور بوينت 1 (PP1)

نشاط 4: رفع مستوى الوعي بمرض السيلان

لكل طالب/مجموعة

- جهاز لإعداد عرض تقديمي (اختياري)
- الأقلام/الأقلام الرصاص
- ورق

النشاط الرئيسي: تجربة باستخدام أنبوب الاختبار

لكل طالب

- 3 أنابيب اختبار نظيفة
- نسخة من SW1

لكل فصل

- حامل أنابيب الاختبار
- يود
- ماء نشا
- قفازات
- غشاء لاصق

نشاط 5: التفاوض حول استخدام الواقي الذكري

لكل طالب

- نسخة من SH1
- نسخة من SH2
- نسخة من SW3

نشاط إرشادي 1: لعبة بطاقات الصحة الجنسية (بينجو)

لكل طالب

- نسخة من SW4
- أقلام

لكل فصل

- نسخة من TS2 - صندوق/قبة (لسحب البطاقات منهما)
- جوائز (اختياري)

النشاط 2: البحث عن مصادر معلومات معتمدة

لكل طالب

- نسخة من SW2
- نسخة من TS1

نشاط إرشادي 2: اختبار عن العدوى المنقولة جنسياً

لكل طالب

- نسخة من SW5

نشاط 3: النشاط الجنسي الأكثر أماناً: المخاطر، والتواصل، والمعلومات

لكل طالب

- الملاحظات اللاصقة
- الأقلام/الأقلام الرصاص

لكل فصل

- 4 أوراق بحجم A3

- TS1 المفاهيم الخاطئة عن العدوى المنقولة جنسيًا
- TS2 - بطاقات المتصل في لعبة بينجو للصحة الجنسية
- SH1 التفاوض حول استخدام الواقي الذكري - غير الفعال
- SH2 التفاوض حول استخدام الواقي الذكري - الفعال
- SW1 تجربة انتشار العدوى المنقولة جنسيًا باستخدام أنبوب الاختبار
- SW2 المفاهيم الخاطئة عن العدوى المنقولة جنسيًا
- SW3 - ورقة عمل التفاوض في نظم تعليم العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات (STEM)
- SW4 لعبة بطاقات الصحة الجنسية (بينجو)
- SW5 اختبار عن العدوى المنقولة جنسيًا

تجربة باستخدام أنبوب الاختبار

1. القسم A

- a. املا أنابيب الاختبار إلى المنتصف بالحليب – واحد لكل طالب
- b. استبدل أحد أنابيب الاختبار بأنبوب به نشا

2. القسم B

- a. املا نصف المجموعة الثانية من أنابيب الاختبار بالحليب
- b. استبدل أحد أنابيب الاختبار بأنبوب به نشا

3. القسم C

- a. املا 4 أنابيب اختبار بالحليب
- b. ضع سدادات قطنية أو غلاف نايلون لاصق فوق الجزء العلوي من اثنين من أنابيب الاختبار
- c. املا أنبوب اختبار إضافي بالنشا

4. نسخة ضوئية من SW1 لكل طالب.

ملحوظة: يمكن الاستعانة بهذا النشاط لتوضيح انتشار أنواع العدوى الأخرى.

نشاط إرشادي: لعبة بطاقات الصحة الجنسية (بينجو)

- a. اطبع بطاقة لعبة بينجو (SW4)
- b. اطبع بطاقات المتصل في لعبة بينجو للصحة الجنسية (TS2) قبل قصّها وطبها ووضعها في الصندوق/القبعة، أو ما شابه ذلك.
- c. خصص بعض الجوائز، عند الاقتضاء

الدرس 6: العدوى المنقولة جنسيًا

الكلمات الرئيسية

الكلاميديا

الواقى الذكري

وسائل منع الحمل

السيلان

الممارسة الآمنة للجنس

العدوى المنقولة جنسيًا

الصحة والسلامة

يُرجى استشارة CLEAPPS، لاتباع
ممارسات ميكروبيولوجية آمنة في الفصل
الدراسي

www.cleapps.org.uk

الروابط الإلكترونية

e-bug.eu (العدوى المنقولة جنسيًا)

المقدمة

1. ملخص حول القواعد الأساسية للتربية الجنسية الخاصة بك أو استخدم القواعد المقترحة المتوفرة في قسم المعلومات التذكيرية في بداية الحزمة التعليمية.
2. ابدأ الدرس بالشرح للطلاب أن ثمة العديد من الطرق التي يمكن أن تنتقل من خلالها الميكروبات، على سبيل المثال، اللمس، أو العطس، أو من خلال تناول الطعام أو شرب الماء الذي يحتوي على الميكروبات. وضح أن هناك طريقاً آخر مهماً لانتقال الميكروبات من خلال تبادل السوائل الجسم، أي الاتصال الجنسي غير المحمي.
- لتشجيع الطلاب على التحدث في هذا الموضوع، اسألهم عما إذا كانوا قد سمعوا عن أي من العدوى المنقولة جنسياً وما إذا كانوا يعرفون أسباب الإصابة بها. استعن بنشاط مايكروسوفت باوربوينت (MS PowerPoint) المتاح عبر هذا الرابط (e-bug.eu/eng/KS4/lesson/STIs) لمساعدتك في توضيح ذلك.
3. اشرح أن العدوى المنقولة جنسياً تنتقل بشكل عام من خلال الاتصال الجنسي غير المحمي، أي عدم استخدام الواقي الذكري، على الرغم من أن بعض العدوى يمكن أن تنتقل بطرق أخرى مثل مشاركة الإبر والمحاقن، أو التلامس الجلدي، أو من الأم إلى الطفل الذي لم يولد بعد، ومن خلال حليب الأم. وذلك لأن بعض العدوى المنقولة جنسياً تنتقل في الدم ويمكن أن يؤدي انتقال سوائل الجسم هذه أيضاً إلى نقل العدوى.
4. أكد على أن وسائل منع الحمل غير الحاجزية مثل، حبوب منع الحمل، لا تحمي ضد العدوى المنقولة جنسياً.
5. لاحظ أن المصطلحين العدوى المنقولة جنسياً والأمراض المنقولة جنسياً، مصطلحين متكافئين. تُعرف العدوى بأنها غزو ميكروب للجسم. في حين أن العدوى يمكن أن تسبب أعراضاً ومضاعفات، وتعمل على تغيير الوظيفة الطبيعية للجسم، إلا إن تصنيفها كعدوى لا يعتمد على ذلك. وعلى النقيض من ذلك، يتسبب المرض في مضاعفات صحية محددة. لهذا السبب، يُستخدم مصطلح العدوى المنقولة جنسياً كمصطلح أوسع نطاقاً.

نشاط

النشاط الرئيسي: تجربة باستخدام أنبوب الاختبار

من الأفضل القيام بهذا النشاط باعتباره تمريناً جماعياً اطلب من الطلاب تسجيل نتائجهم طوال التجربة على SW1

القسم A

1. اشرح للطلاب أنهم سيقومون بمحاكاة الاتصال الجنسي عن طريق تبادل السوائل (التي تمثل سوائل الجسم) بين أنبوبتي الاختبار. مرر أنابيب الاختبار حول الفصل مع التأكد من حصول كل طالب على أنبوب اختبار مليء بالسوائل.
 - لا تدع الطلاب يعرفون أن أحد أنابيب الاختبار يحتوي على النشا، على الرغم من أن المعلم يجب أن يعرف من لديه أنبوب الاختبار الذي يحتوي على النشا.
 - ملحوظة: قد يكون من المهم اختيار الطالب الذي يأخذ أنبوب الاختبار الذي يحتوي على النشا من بين الطلاب الذين لن يشعروا بالحرج أو الخجل إذا اكتشف الزملاء أنه كان "حامل" العدوى.
 2. أخبر كل طالب أن عليه تبادل السائل مع 5 طلاب آخرين (بالنسبة للفصل الذي يقل تعداده عن 25 طالب، قِلّ مرات التبادل إلى 3 أو 4 مرات). اطلب من الطلاب تسجيل ذلك في SW1. حث الطلاب على الاختلاط خارج نطاق مجموعة الأصدقاء المعتادة.
 3. بعد الانتهاء، أخبر الفصل أن أحدهم كان يحمل سائلاً بمثابة محاكاة للعدوى المنقولة جنسياً. يجب على المعلم التجول في الفصل لإجراء اختبار العدوى المنقولة جنسياً عن طريق إضافة نقطة من اليود في كل أنبوبة اختبار. إذا تحول السائل إلى اللون الأسود، يعني ذلك أن الشخص قد أصيب بالعدوى.
- تؤكد هذه التجربة على مدى سهولة انتشار العدوى المنقولة جنسياً من شخص لآخر.

القسم B

1. كرر النشاط عن طريق تقليل عدد مرات تبادل الطلاب للسوائل (العلاقات الجنسية) إلى مرة أو مرتين. هل لاحظ طلاب الفصل انخفاض عدد المصابين بالعدوى؟

القسم C

1. اختر خمسة أشخاص من الفصل لإجراء عرض توضيحي. اعرض على الفصل الطالب الذي لديه أنبوب الاختبار "المصاب بالعدوى". ورّع على الطلاب الأربعة الآخرين أنابيب الاختبار المتبقية، اثنان من هذه الأنابيب مغطى بغلاف نايلون لاصق.
2. اطلب من الطالب الذي يحمل أنبوب الاختبار الذي يمثل الإصابة بالعدوى "المصاب" تبادل السوائل "العلاقة الجنسية" مع كل من الطلاب الخمسة الآخرين على التوالي. ملاحظة: لا تخط السوائل هذه المرة، ما عليك سوى السماح للطالب الذي معه الأنبوب المصاب بالعدوى بوضع بعض من السائل في أنابيب الاختبار الأخرى باستخدام قطارة، ويجب على المتلقي خلط العينة جيداً.

3. اختبر عينات جميع الطلاب بحثاً عن العدوى المنقولة جنسياً باستخدام اليود.

4. وضح أنه خلال هذا التواصل الجنسي، كان الغلاف النايلون اللاصق يمثل الواقي الذكري وأن هؤلاء الطلاب لم يُصابوا بالعدوى. تتضمن نقاط النقاش المحتملة مع الطلاب بعد إجراء هذه التجربة ما يلي:

a. سهولة انتقال العدوى: ناقش مع الطلاب مدى سهولة انتشار العدوى المنقولة جنسياً من شخص إلى آخر. هل دُهِش الطلاب بأي من الطرق التي يمكن أن تنتقل بها العدوى المنقولة جنسياً من شخص لآخر؟

b. التقليل من خطر الإصابة بالعدوى: تحدث عن المدى الذي يمكن أن تنتشر فيه العدوى المنقولة جنسياً والسرعة، وكيف من شأن تقليل عدد مرات التواصل أن يقلل تلقائياً من خطر الإصابة.

c. المسؤولية الشخصية فيما يتعلق بصحتك: من المهم أن يكون الشباب مسؤولين عن الاعتناء بصحتهم وأن يشعروا بالقدرة على رعاية صحتهم، بما في ذلك صحتهم الجنسية. يجب أن نتجنب المناقشات التي تدور حول "لوم" الشركاء الجنسيين.

d. المحادثات الصعبة: تخيل أنك تجري محادثة صعبة حيث يتعين عليك أن تنصح شريكاً جنسياً بالخضوع للفحص/العلاج من العدوى المنقولة جنسياً - من الأفضل الوقاية من العدوى بدلاً من إجراء ذلك.

النشاط 2: البحث عن مصادر معلومات معتمدة (نشاط غير معلمي)

الشباب هم أرجح الفئات التي تلجأ إلى الإنترنت للبحث عن معلومات حول المتعة والعلاقات وأعراض الأمراض المنقولة جنسياً، أو للجوء إلى مصادر معتمدة من وجهة نظر البعض مثل NHS. بالاستعانة بخدمة الإنترنت، اطلب من الطلاب تنفيذ بعض المفاهيم الخاطئة الشائعة عن العدوى المنقولة جنسياً في SW2. يمكن تكييف هذا النشاط في صورة مناقشة على مستوى الفصل. يمكن الاطلاع على إجابات المعلم في TS1.

نشاط 3: العصف الذهني: ممارسة الجنس الآمن، والمخاطر، والتواصل، والمعلومات

1. ضع أربع ورقات كبيرة حول الغرفة، مع كتابة الأسئلة التالية على كل ورقة:

- ما هي مخاطر ممارسة الجنس غير المحمي؟

- ماذا تعني الممارسة الآمنة للجنس بالنسبة لك؟

- كيف يمكننا التواصل مع بعضنا البعض لجعل ممارسة الجنس أكثر أماناً؟

- كيف يمكننا أن نشعر براحة أكبر عند التحدث عن ممارسة الجنس الآمن مع الشركاء وبشكل عام؟

2. أعط الطلاب ملاحظات لاصقة. اطلب من الطلاب كتابة الأفكار التي تراودهم واقتراحاتهم في الملاحظات اللاصقة ثم لصق إجاباتهم على الأوراق ذات الصلة.

نشاط 4: رفع مستوى الوعي بمرض الزهري (نشاط غير معلمي)

يمكن أداء هذا النشاط في مجموعات صغيرة أو كمهمة فردية. استعن بأجهزة الفصل المزودة بإمكانية الاتصال بالإنترنت و/أو الكتب الورقية، واطلب من الطلاب البحث في موضوع الميكروبات المفيدة في SW3 لملاً الفراغات. يمكن الاطلاع على إجابات المعلم في TS3. يوجد صف فارغ يمسخ للطلاب بتحديد الميكروب المسبب للمرض (الضار) المطلوب منهم البحث عنه. بمجرد استيفاء الجدول، يمكن الاستعانة به كوسيلة فعالة لتوحيد المعلومات.

نشاط 5: التفاوض حول استخدام الواقي الذكري

1. بالاستفادة من مناقشة الأسئلة المذكورة أعلاه، أكد على أهمية اتخاذ القرارات الفردية ومناقشة القرارات المتعلقة بالجنس والنشاط الجنسي الأكثر أماناً مع طرف العلاقة الآخر. يركز هذه النشاط على التواصل بين أطراف العلاقة فيما يخص القرارات المتعلقة بممارسة الجنس واستخدام الواقي الذكري لتوفير حماية مناسبة من الأمراض المنقولة جنسياً. اطلب من الطلاب ممارسة أساليب التواصل الفعال وغير الفعال فيما يتعلق بالتفاوض حول استخدام الواقي الذكري من خلال نشاط تمثيل أو لعب الأدوار التالي:

2. وزّع مادة الطالب التدريبية عن "التفاوض حول استخدام الواقيات الذكرية: غير الفعال" (SH1). بعد انتهاء الأطفال من أداء أدوارهم، سجّل الملاحظات على السبورة البيضاء.

3. كرر العملية السابقة مستعيناً بمادة الطالب التدريبية عن "التفاوض حول استخدام الواقيات الذكرية: الفعال" (SH2)

4. ابدأ مناقشة جماعية حول ما يلي:

أ. ما أسلوب التواصل الأكثر فعالية؟

ب. ما الذي يجعل أسلوب تواصل معين أكثر فعالية من غيره؟

ج. ما عناصر التواصل الحازم التي استخدمها تاي؟

5. وَرَّع المادة التدريبية المتعلقة بالتفاوض (SW3). يستهدف هذا النشاط الأخير منح الطلاب فرصة لممارسة التواصل الحازم بخصوص استخدام الواقي الذكري.

6. اطلب من الطلاب تشكيل مجموعات ثنائية، والاتفاق على سيناريو المحادثة ولعب الأدوار، سواء على مستوى المجموعات أو الفصل ككل.

7. من خلال التمرين، استخلص بعض المعلومات من الطلاب بتوجيههم نحو التفكير في ردودهم وتحديد ما إذا كانوا قد أظهروا حزمًا في تواصلهم.

النقاش

تحقق من مدى استيعاب الطلاب من خلال طرح الأسئلة التالية عليهم:

من يمكنه الإصابة بالعدوى المنقولة جنسيًا؟

الإجابة: يمكن لأي شخص مارس الجنس غير المحمي مع شخص مصاب بالعدوى المنقولة جنسيًا أن يُصاب بالعدوى المنقولة جنسيًا. الأمراض المنقولة جنسيًا ليست محصورة على الأشخاص الذين قد تعتقد انخراطهم في السلوكيات الخطيرة كمعاورة المخدرات أو العمل الجنسي، أو تعدد الشركاء الجنسيين، و/أو الجنس الشرجي. لا تتطلب انتقال العدوى سوى ممارسة العلاقة الجنسية ولو مرة واحدة مع شخص مصاب، وربما يكون هذا الشخص لا يعلم بإصابته.

ما هي العدوى المنقولة جنسيًا؟

الإجابة: العدوى المنقولة جنسيًا هي عدوى تنتقل بشكل رئيسي من شخص إلى آخر (انتقال العدوى) أثناء الاتصال الجنسي. يوجد ما لا يقل عن 25 من العدوى المنقولة جنسيًا تتميز بمجموعة من الأعراض المختلفة. قد تنتشر هذه الأمراض عن طريق الجنس المهبلي، أو الشرجي، أو الفموي.

كيف يمكننا تقليل مخاطر الإصابة بالعدوى المنقولة جنسيًا؟

الإجابة: ثمة العديد من الطرق لمنع الإصابة بالعدوى المنقولة جنسيًا. تتضمن ما يلي:

- الامتناع عن ممارسة الجنس: الطريقة الوحيدة المؤكدة للوقاية من الإصابة بالعدوى المنقولة جنسيًا هي عدم ممارسة الجنس عن طريق الفم، أو الشرج، أو المهبلي.
- استخدام الواقيات الذكرية: استخدام الواقي الذكري هو الإجراء الوقائي الموصى به، ومع ذلك فإن الواقي الذكري يحمي جزء من الجلد الذي يغطيه فقط، وأي قروح أو ثآليل موجودة على المنطقة التناسلية غير المغطاة بالواقي الذكري يمكن أن تنتشر إلى جلد شخص آخر.
- التحدث إلى شريكك: تحدث إلى شريكك حول الممارسات الجنسية الأكثر أمانًا، على سبيل المثال، استخدام الواقي الذكري. إذا كان لك شريك جديد، ناقش خيار إجراء كليهما اختبارًا للكشف عن العدوى المنقولة جنسيًا قبل البدء في العلاقة الجنسية.
- يجب أن يخضع الأشخاص للاختبار وإجراء فحوصات بصفة منتظمة: عندما تكون نشطًا جنسيًا، خاصة إذا قمت بتغيير شريكك الجنسي، حتى إذا لم تظهر عليك أي أعراض، فمن الضروري والمهم للغاية إجراء اختبارات وفحوصات بصفة منتظمة للتأكد من عدم إصابتك بالعدوى. في البداية، لا تظهر الأعراض الخاصة بجميع العدوى المنقولة جنسيًا إن وجدت.

هل وسائل منع الحمل الأخرى، بخلاف الواقي الذكري، تحمي من الإصابة بالعدوى المنقولة جنسيًا؟ لا. تعمل وسائل منع الحمل الأخرى فقط على منع حدوث الحمل، ولكنها ليست بمثابة وسيلة وقائية لمنع الإصابة بالعدوى المنقولة جنسيًا.

ما هي أعراض العدوى المنقولة جنسيًا؟

الإجابة: تتنوع أعراض العدوى المنقولة جنسيًا، ولكن الأعراض الأكثر شيوعًا هي الشعور بالألم، ووجود كتل أو تقرحات غير عادية، أو حكة، أو ألم عند التبول، أو نزيف بين فترات الدورة الشهرية، و/أو إفرازات غير عادية من المنطقة التناسلية.

هل تظهر الأعراض على كل من يُصاب بالعدوى المنقولة جنسيًا؟

الإجابة: لا، تعد العدوى المنقولة جنسيًا مشكلة شائعة لأن العديد من الأشخاص يُصابون بها بدون أن يكونوا على دراية بذلك. في بعض الحالات، لا تترك المرأة أنها مصابة بالعدوى حتى تظهر مشاكل العقم لاحقًا.

أين يمكنني الذهاب للحصول على مزيد من النصائح، وإجراء الاختبار؟

الإجابة: اسأل ممرضة المدرسة أو الممارس العام (GP)، أو قم بزيارة عيادة طب الجهاز البولي التناسلي (GUM). أصبح الآن طلب مجموعة أدوات الاختبار المنزلية عبر الإنترنت متاحًا على نطاق واسع.

الأنشطة الإرشادية

لعبة بطاقات الصحة الجنسية (بينجو)

إعادة ابتكار للعبة بينجو المعروفة باستخدام مصطلحات الصحة الجنسية، بدلاً من الأرقام.

الهدف: يتعرف المشاركون على بعض مفاهيم الصحة الجنسية المتعلقة بالجنس الأكثر أمانًا والأمراض المنقولة جنسيًا وفحوصات الصحة الجنسية.

ورّع على مشاركون إحدى بطاقات لعبة الصحة الجنسية بينجو (SW4) وقلم جاف. اشرح قواعد اللعبة. اسحب في كل مرة بطاقة واحدة من بطاقات المتصل في لعبة بينجو للصحة الجنسية من الصندوق/القبة (ورقة العمل 2). اقرأ البند الموجود على بطاقة المتصل والرسالة الصحية ذات المرتبطة به. استعن بالمعلومات الموجودة على بطاقات المتصل لتقديم مزيد من المعلومات، ومناقشة مستوى فهم كل طالب والتحقق منه. كل طالب يحمل بطاقة عليها هذا البند يمكنه شطب البند بوضع علامة خطأ عليه. يفوز في اللعبة أول فرد يشطب صفًا كاملاً، سواء كان عمودياً أو أفقياً أو مائلاً، ويصيح بكلمة "بينجو!" وكأسلوب بديل، يمكن أن يستمر اللعب حتى ظهور فائز بالمركز الثاني والثالث.

عند ممارسة هذه اللعبة، كن مستعداً لإبطاء وتيرة اللعب أو تسريعها حسب احتياجات الطلاب. اهتم أيضاً بتهجئة أي كلمات لمساعدة صغار الطلاب في تحديد موقعها.

الرسائل الأساسية:

- للحفاظ على سلامتك الجنسية، احرص دائماً على استخدام الواقي الذكري، والخضوع للفحوصات الدورية للكشف عن الأمراض المنقولة جنسياً.
- يكون الواقي الذكري أكثر فعالية حال استخدامه كما ينبغي
- تعرّف على الأوقية الذكورية، وكيفية استخدامها وأماكن توفيرها
- توفر الأوقية الذكورية أفضل حماية ضد الأمراض المنقولة جنسياً، وفي الوقت ذاته، منع حالات الحمل غير المخطط لها
- في حال استخدامها بالطريقة الصحيحة، قد تمنع الأوقية الذكورية الإصابة بالأمراض المنقولة جنسياً أثناء ممارسة الجنس الفموي
- يتمتع الشباب بحق اتخاذ قراراتهم الخاصة فيما يتعلق بأمور الجنس
- يمكنهم إبداء موافقتهم وسحبها في أي وقت
- تتميز الأوقية الذكورية بالمتانة والمرونة
- معظم الأمراض المنقولة جنسياً عديمة الأعراض - لا يمكنك تمييز الشخص المصاب بمرض منقول جنسياً.
- تمتاز فحوصات الأمراض المنقولة جنسياً بسريتها وسهولتها وعدم تسببها في أي ألم، وعادة ما تكون مجانية بعيادة الصحة الجنسية في NHS / عيادة طب الجهاز البولي التناسلي (GUM).
- معظم فحوصات الأمراض المنقولة جنسياً عبارة فحوصات بولية يسحب الشخص عيناتها بنفسه، أو عبارة عن مسحات.
- ينبغي للشباب النشط جنسياً الخضوع لفحوصات الأمراض المنقولة جنسياً في حال تغيير الشريك الجنسي، أو الخضوع للفحص مرة واحدة على الأقل سنوياً، حتى وإن تظاهر عليهم أي أعراض.
- تحدث مع شريك/شراكاتك الجنسيين عن الصحة الجنسية
- لكل إنسان شخصيته الفريدة، ويحق له الشعور بالارتياح مع الشخص الذي يصاحبه.

ضيف متحدث

عليك دعوة ضيف متحدث من عيادة شباب محلية/ممرضة (مدرسة) لإلقاء محاضرة حول الخدمات المجانية التي يقدمونها مع مراعاة الخصوصية. اكتب قائمة بالأسئلة التي ترغب في طرحها مقدماً.

تعزيز عملية التعلم

قسّم الطلاب إلى مجموعات من 3 أو 4 طلاب وورّع على كل مجموعة الاختبار الموجز في SW5. يفوز الفريق الحاصل على أكبر عدد من النقاط.



المفاهيم الخاطئة عن العدوى المنقولة جنسياً

لا يمكن إصابتي بأي نوع من العدوى المنقولة جنسياً أثناء ممارسة الجنس الفموي خطأ. رغم انخفاض مستوى مخاطر الإصابة بالعدوى المنقولة جنسياً خلال ممارسة الجنس الفموي، مقارنة بالجنس المهبلي أو الشرجي، تبقى خطورة انتقال العدوى قائمة. الهريس البسيط والسيلان والزهري أشيع أنواع العدوى التي تنتقل خلال ممارسة الجنس الفموي.

يمكنني التقاط عدوى الهريس من خلال ملامسة مقعد المرحاض

خطأ. ينتشر فيروس الهريس البسيط (HSV) بالاتصال المباشر بين الأغشية المخاطية (النسيج الناعم في الأعضاء التناسلية أو الفم) وإحدى قرح الهريس لدى شخص مصاب بالعدوى أو ملامسة لعابه أو إفرازاته التناسلية. عادة ما تنتقل عدوى الهريس أثناء التقبيل أو أثناء ممارسة الجنس الفموي أو الشرجي أو المهبلي.

فحص العدوى المنقولة جنسياً تجربة مؤلمة ومحرجة

خطأ. العديد من فحوصات العدوى المنقولة جنسياً تمتاز بالسرعة والسهولة كتقديم عينة بول. قد تتضمن بعض الفحوصات سحب عينة دم أو الفحص المرئي للكشف عن علامات العدوى، أو استخدام مسحات (قطع قطنية ناعمة مبرومة صغيرة الحجم) على المنطقة التناسلية. عند الحاجة إلى إجراء مسحة، تعرض بعض الخدمات على الشخص الخاضع للفحص إجراء المسحة بنفسه. يجري الأخصائيون الصحيون فحوصات الصحة الجنسية يومياً - ولا يرون في فحص العدوى المنقولة جنسياً أي انعكاس لسلوكك، بل ينظرون إليها كقرار صحي مسؤول.

يمكن أن تساعد حبوب منع الحمل في حمايتك من العدوى المنقولة جنسياً

خطأ. حبوب منع الحمل وسيلة فعالة لمنع الحمل. لكنها غير فعالة في الوقاية من العدوى المنقولة جنسياً. الأشخاص الذين ترتبطهم علاقة بأكثر من شريك جنسي مصابون بالعدوى المنقولة جنسياً. خطأ. العدوى المنقولة جنسياً لا علاقة لها بعدد الأشخاص (الشركاء الجنسيين) الذين تُمارس العلاقة الجنسية معهم. أي شخص معرض للإصابة بالعدوى المنقولة جنسياً، بغض النظر عما إذا كان لديه شريك جنسي واحد أو أكثر. يمكن الإصابة بالعدوى المنقولة جنسياً عن طريق الجنس غير المحمي.

العدوى المنقولة جنسياً ستختفي تلقائياً

خطأ. من غير المحتمل أن تختفي العدوى المنقولة جنسياً تلقائياً. الفحص أولى خطوات السعي للعلاج من العدوى المنقولة جنسياً. قد يؤدي تأخير العلاج إلى تبعات غير محسوبة على المدى البعيد.



الحماية

أفضل وسيلة للحماية من العدوى المنقولة جنسياً هي استخدام الواقي الذكري

STI

يشير الاختصار الأولي (STI) إلى مصطلح العدوى المنقولة جنسياً

بلا ألم

فحص الصحة الجنسية لا يسبب أي ألم

الفموي

الواقي الذكري قد يساعد في الحفاظ على سلامتك خلال ممارسة الجنس الفموي

ممارسة الجنس

إذا كنت تمارس الجنس، فيمكنك أن الحفاظ على سلامتك بالحرص على استخدام الواقي الذكري

الفحص

يجب أن يكون فحص العدوى المنقولة جنسياً جزءاً من فحصك الصحي الدوري

الفحص

إذا كنت تمارس الجنس، حافظ على سلامتك بالخضوع للفحص الدوري للكشف عن العدوى المنقولة جنسياً

الأوقية الذكرية

الأوقية الذكرية هي الوسيلة الوحيدة لمنع الحمل والوقاية من العدوى المنقولة جنسياً



الأعراض

في أغلب الأحيان، لا تظهر أعراض على المصابين بالعدوى المنقولة جنسياً

شائع

من الشائع للغاية أن يكون الشخص المصاب بالعدوى المنقولة جنسياً لا يعرف بإصابته

فحص البول

يُعد فحص عينة البول أشيع أنواع الفحص المتبعة للكشف عن العدوى المنقولة جنسياً بالنسبة للشباب

مجاناً

غالباً ما تُجرى فحوصات الكشف عن العدوى المنقولة جنسياً مجاناً

السرعة

يمتاز فحص الصحة الجنسية بسرعة إجرائه

السرية

تُجرى فحوصات الكشف عن العدوى المنقولة جنسياً بسرية تامة

أفضلية العلاج المبكر

إذا كنت مصاباً بأحد أنواع العدوى المنقولة جنسياً، فكلما سارعت بالخضوع للعلاج، كان أفضل

قابلية العلاج

معظم أنواع العدوى المنقولة جنسياً يمكن علاجها بدون أي مبالغاة



إهمال العلاج

قد تؤدي العدوى إلى تبعات سلبية على المدى البعيد في حال إهمال علاجها. كلما سارعت ببدء تلقي العلاج، كان أفضل.

قطع الواقي الذكري

في حال قطع الواقي الذكري أثناء الجماع، فلن يحميك ضد العدوى المنقولة جنسياً.

التخطيط

خطط مع شريكك الجنسي كيفية حماية نفسك من العدوى المنقولة جنسياً. يمكن تحقيق ذلك باستخدام الواقي الذكري والاتفاق على أن يخضع كلاكما للفحص.

عرضة الجميع للعدوى

قد يُصاب أي شخص بالعدوى المنقولة جنسياً، وربما لا يعرف بإصابته! لهذا السبب، تمثل الفحوصات أهمية بالغة.

المزلاقات

يمكن استخدام المزلاقات لتحسين التجربة الجنسية. ولكن احرص على استخدام أحد أنواع المزلاقات المائية لتجنب إضعاف الواقي الذكري.

الاتصال الجنسي

قد يتسبب الالتقاط الجنسي في التقاط أحد أنواع العدوى المنقولة جنسياً. يساعد الخضوع للفحص واستخدام الواقي الذكري في الحد من مخاطر الإصابة بالعدوى.

حبوب منع الحمل

حبوب منع الحمل هي إحدى الوسائل التي يمكن أن تمنع حدوث الحمل. لكنها لا تحمي من الإصابة بالعدوى المنقولة جنسياً.

سهولة انتقال العدوى

نُستخدم هذه الكلمة أحياناً على نحو سلبي لتوضيح سبب إصابة بعض الأشخاص بالعدوى المنقولة جنسياً. ولكن ذلك غير صحيح على الإطلاق. قد يُصاب أي شخص بالعدوى المنقولة جنسياً.



التفاوض حول استخدام الواقيات الذكورية:

مثال 1

غير فعال

لوقا وتاي يتواعدان/يخرجان معًا منذ عدة شهور، وهما على وشك إقامة علاقة جنسية. يرغب لوقا في استخدام إحدى وسائل الحماية أثناء ممارسة العلاقة الجنسية.

لوقا: تاي، هل يمكنني التحدث إليك في أمر ما؟

تاي: بالتأكيد يا لوقا، يمكننا التحدث في أي أمر. ما الأمر؟

لوقا: أريد استخدام واق ذكري أثناء العلاقة، يساورني قلق من إمكانية إصابتك بأحد أشكال العدوى المنقولة جنسيًا.

تاي: لماذا تتصرف بهذه الغرابة؟ أنا بصحة ممتازة. فهلا انتظرنا لنرى ما سيحدث...

لوقا: حسنًا، أنا آسف. كنت آمل أن نتناقش سويًا.

تاي: أنا أيضًا أرغب في الحديث معك. ولكن بعيدًا عن هذا الموضوع. لننتحدث في

أي أمر آخر...



التفاوض حول استخدام الواقيات الذكرية:

فعال مثال 2

لوقا وتاي يتواعدان/يخرجان معًا منذ عدة شهور، وهما على وشك إقامة علاقة جنسية. ترغب تاي في استخدام إحدى وسائل الحماية أثناء ممارسة العلاقة الجنسية.

تاي: لوقا، هل يمكنني أن أحدثك في أمر ما؟

لوقا: بالتأكيد يا تاي، يمكننا التحدث في أي أمر. ما الأمر؟

تاي: أريد أن نناقش ممارسة الجنس، لكنني قلقة بشأن الإصابة بأي من أنواع العدوى المنقولة جنسيًا وإمكانية الحمل.

لوقا: وأنا كذلك، أنا قلق بشأن هذين الأمرين أيضًا. كنت متخوفًا من فتح باب النقاش في هذا الشأن.

تاي: أريد أن نكون على استعداد قبل اتخاذ قرار ممارسة الجنس معًا - أتفهم ما أقصد، أعني استخدام الواقي الذكري والخضوع للفحص الطبي أولاً.

لوقا: حسنًا، تقصدين أنك تريدين استخدام الأوقية الجنسية؟

تاي: نعم، أنا مهتمة بصحة كل منا. لا أريد المخاطرة في مسألة الإصابة بأحد أشكال العدوى المنقولة جنسيًا أو الحمل. أتوافقني في ذلك؟

لوقا: أجل. بالطبع أوافقك، يهمني أمرك أيضًا، وأرغب في ممارسة الجنس معك.



تجربة انتشار العدوى المنقولة جنسياً: أوراق العمل

القسم A

ضع في اعتبارك ترتيب الأشخاص الذين أقمت معهم "علاقة جنسية" وما إذا كانوا مصابين بالعدوى المنقولة جنسياً أم لا:

العلاقة الجنسية	هل كانوا مصابين؟
1	
2	
3	
4	
5	

كم عدد الطلاب الذين أصيبوا بالعدوى داخل الفصل؟
هل أصبت بالعدوى؟

القسم B

ضع في اعتبارك ترتيب الأشخاص الذين أقمت معهم "علاقة جنسية" وما إذا كانوا مصابين بالعدوى المنقولة جنسياً أم لا:

العلاقة الجنسية	هل كانوا مصابين؟
1	
2	

كم عدد الطلاب الذين أصيبوا بالعدوى داخل الفصل؟
هل أصبت بالعدوى؟
لماذا حدث انخفاض في عدد الأشخاص الذين أصيبوا بالعدوى هذه المرة؟

القسم C - النتائج

العلاقة الجنسية	هل كانوا مصابين؟	اللون بعد ذلك	سبب تغير اللون
1			
2			
3			
4			

ماذا يمثل غلاف النايلون اللاصق أو الكرات القطنية؟

ما سبب عدم انتقال العدوى إلى بعض الأشخاص رغم ممارستهم العلاقة الجنسية مع شخص مصاب بأحد أشكال العدوى المنقولة جنسياً؟



المفاهيم الخاطئة عن العدوى المنقولة جنسيًا

استعن بالبحث على شبكة الإنترنت لتفنيد هذه المفاهيم الخاطئة الشائعة عن العدوى المنقولة جنسيًا. دوّن معلومات دقيقة عن كل من الموضوعات التالية ومصادر المعلومات التي اعتمدت عليها.

لا يمكن إصابتي بأي نوع من العدوى المنقولة جنسيًا أثناء ممارسة الجنس الفموي

يمكنني التقاط عدوى الهربس من خلال ملامسة مقعد المرحاض

فحص العدوى المنقولة جنسيًا تجربة مؤلمة ومحرجة

يمكن أن تساعد حبوب منع الحمل في حمايتك من العدوى المنقولة جنسيًا

العدوى المنقولة جنسيًا ستختفي تلقائيًا



التفاوض

أنت على دراية بأن صديقك يخطط لإقامة علاقة جنسية.
وتريد إحاطة صديقك بأهمية استخدام الواقي الذكري.
الإرشادات:

في مجموعات ثنائية، استعن بما تعلمته عن أسلوب التواصل الحازم والأوقية الذكرية لاستكمال المحادثة الآتية.

أنت: "أريد أن أتحدث إليك بخصوص الأوقية الذكرية. أن تنوي استخدامها، أليس كذلك؟"

صديقك: "من تكون، هل أنت من شرطة الصحة؟ لست أدري... الأوقية الذكرية تعوق الحالة المزاجية."

أنت:

صديقك:

أنت:

صديقك:

أنت:

صديقك:

أنت:

صديقك:



لعبة بطاقات الصحة الجنسية (بينجو)

الأعراض	الفحص الطبي	فموي	إتمام الفحص	إهمال العلاج
شائع	مجانيًا	الحماية	عرضة الجميع للعدوى	الواقيات الذكرية
الخطأ	الاتصال	بلا ألم	المزلاقات	سهل
حبوب منع الحمل	السرية	أفضلية العلاج المبكر	سرعة الفحص	الأعراض
فحص عينة البول	العدوى المنقولة جنسيًا	قابلية العلاج	قطع الواقي الذكري	



اختبار: العدوى المنقولة جنسياً

يُرجى وضع علامة على أكبر عدد مناسب من الإجابات

أفضل طريقة لمنع انتقال العدوى المنقولة جنسياً هي: (نقطة واحدة)

- ☐ حبوب منع الحمل
- ☐ الواقيات الذكرية
- ☐ الاستحمام بعد ممارسة الجنس
- ☐ مراقبة درجة حرارة الجسم الأساسية

أي مما يلي يعتبر من العدوى المنقولة جنسياً؟ (نقطتين)

- ☐ الكلاميديا
- ☐ السيلان
- ☐ الإنفلونزا
- ☐ الملاريا

كيف يمكن أن تنتشر العدوى المنقولة جنسياً؟ (3 نقاط)

- ☐ ممارسة الجنس المهلي
- ☐ ممارسة الجنس الشرجي
- ☐ تبادل الرسائل الإباحية
- ☐ ممارسة الجنس الفموي

من يمكنه أن يُصاب بالعدوى المنقولة جنسياً؟ (نقطة واحدة)

- ☐ أي شخص مارس الجنس غير المحمي
- ☐ الأشخاص العازبين فقط
- ☐ كبار السن فقط
- ☐ الرجال فقط

هل تظهر أعراض عند الإصابة بالعدوى المنقولة جنسياً (نقطة واحدة)

- ☐ دائماً
- ☐ أبداً
- ☐ يعتمد ذلك على العدوى
- ☐ نعم، ولكن للسيدات فقط