uasc health

۲ ليف ليټ (معلوماتي پاڼه)

جنسي روغتيا - د اميندوارۍ د مخنيوي او د جنسي مقاربتي ناروغيو په اړه سريزه

ګټورې اړيکې

د اميندوارۍ مخنيوی او مشوره په NHS کې په وړيا توګه تر لاسه کېدای شی او د هغوی خدمتونه هم محرم دي، په دې معنی چې موږ به هېچا ته و نه وايو تر هغه وخته پورې چې تاسې يا کوم بل څوک چې تاسې يې وينئ هغه په خطر کې نه وي.

د اميندوارۍ د مخنيوي په اړه لا زيات معلومات په لاندنيو ويب پاڼو کې موندلی شئ:

- www.fpa.org.uk
- www.nhs.uk

د جنسي اړيکو له لارې لېږديدونکې مقاربتي ناروغۍ

- www.nhs.uk
- د ملي جنسي روغتيا د ادارې وړيا ټليفوني کرښه ۰۳۰۰۱۲۳۷۱۲۳
- www.fpa.org.uk
- www.getit.org.uk
- www.brook.org.uk

Your sexual health matters.

NHS
Maidstone and Tunbridge Wells
NHS Trust

په دغه لیف لیټ کې ښایې تاسې ځینې معلومات ډېر خصوصي وموموئ او د جنسي روغتیا اړوند معلوماتو په لوستلو سره ناراحتي احساس کړئ. له دغه لیف لیټ څخه منظور دا ده تر څو له تاسې سره مرسته وشي چې د ناخوندي سکس د خطرونو په اړه پوه شئ او که مو چیرته کومه پوښتنه یا اندېښنه لرله نو چیرته باید د مرستې د تر لاسه کولو لپاره ولاړ شئ

په بریتانیا کې، ستاسې په څیر ځوانان، د جنسې اړیکو په اړه له خپلو کورنیو او همداشان له ښوونځي څخه زده کړه تر لاسه کوي. هغوی د جنسې اړیکو یا سکس له لارې د د مخنیوي او دا چې (STIs) لېږدیدونکو مقاربتي ناروغیو څرنګه د نه امیندوار کېدو له لارې د ناغوښتل شویو امیندواریو مخه ونیسي، په اړه یې زده کړه تر لاسه کوي. اصلي خبره دلته دا ده چې ځوانان باید دا ډول موضوعګانې وړاندې تر دې چې جنسې اړیکې ټینګې کړي، هغه زده او پرې پوه شي

په دغه لیف لیټ کې ځینې داسې معلومات شته چې کولای شي تاسې سره مرسته وکړي تر څو پوه شئ چې څرنګه په راتلونکې کې یعنې څه وخت چې تاسې ورته چمتو یاست «خوندي سکس» ولرئ

د امیندوارۍ مخنیوی

په دې کار سره تاسې کولای شئ د ناغوښتل شویو امیندواریو مخنیوی وکړئ. دا کار د دې سبب ګرځي چې د ماشوم د تولید په موخه د سپرم او تخم د یو ځای کېدو مخه ونیول شي. د نارینه د کانډوم او د نارینه له عقیم کېدو نه پرته ښځې او جنکیانې نور زیات میتودونه هم کاروي.

د امیندوارئ مخنیوی داسې یو شی دی چې هم نارینه او هم ښځو ته اجازه ورکوي تر څو پلان جوړ کړي چې څه وخت اولاد ولري او څه وخت اولاد و نه لري. دا کار مورږ ته ټاکنه او کنټرول را کوي.

په بېړنی توګه د امیندوارۍ مخنیونه په هغه حالت کې کارول کېږي چې یو ځوک پرته له کانډوم نه جنسي اړیکه ټینګه کړې وي او یا هم د امیندوارۍ مخنیوی یې ناکام شوی وي. دا د امیندوارۍ د مخنیوي لپاره کارول کېږي.

چې په ۲ډوله دي:

- بېړنی کپسول – کوم چې له جنسې اړیکې وروسته تر ۵ ورځو پورې باید خامخا وخوړل شي
- په رحم کې دننه د جنین وژونکې وسیله – (IUD) – دا وسیله باید له جنسې اړیکې وروسته تر ۵ ورځو پورې په رحم کې ځای پر ځای شي

هغه میتودونه چې ښځې او جنکیانې یې کارولای شي

هغه کپسلونه چې د خولې له لارې خوړل کېږي

پیچکاري – هرې دری میاشتې وروسته باید تزریق کړل شي

ایمپلانټ – دا د دریو کلونو لپاره کارول کېږي

دا د پنځو کلونو لپاره کارول کېږي - IUS

دا د لسو کلونو لپاره کارول کېږي - IUD

کانډوم – که چیرته په سمه توګه سره وکارول شي نو کولای شي سپرمونه له تخمونو څخه را وګرځوي او پر جنسي مقاربتي ناروغیو باندې د ککړتیا خطر را ټیټ کړي

موږ د مقاربتي ناروغیو د خطرونو د راکمولو لپاره خلک د کانډوم کارولو ته هڅوو

د جنسي اړیکو له لارې لېږدیدونکې مقاربتي ناروغۍ

د جنسې اړیکو له لارې لېږدیدونکې بېلابېل ډولونه د مقاربتي ناروغۍ شته. هغوی یوازې د جنسې تماس له لارې یوه بل ته لېږدول کېږي. ځینې ناروغۍ لکه کلایمېډیا په تر ۲۵ کلنی ټیټ عمر لرونکو کسانو کې ډېره عامه وي. د کانډوم په کارولو سره به د جنسې اړیکو له لارې په .لېږدیدونکو مقاربتي ناروغیو باندې د ککړتیا خطر را ټیټ کړل شي.

ځینې نورې نښې چې ښایې تاسې هم اوریدلې وي

او سیفلیس – دا ناروغۍ د وینې HIV له لارې انتقالیږي چې د جنسې اړیکو له لارې بل کس ته سرایت کوي

سوزاک او کلایمیدیا – دا د دواړه لورو د بدن د مایعاتو د تبادلې په صورت کې رامنځته کېږي

تبخال – دا هم د دواړو لورو د تناسلي الو په شاوخوا کې زخم لرونکي تناکې دي چې د یوه بل د پوستکو د تماس له کبله رامنځته کېږي

د تناسلې الې شاوخوا زخې - دا د تناسلې الې شاوخوا د پوستکې د «واړه پرسوب» سبب ګرځي چې د یوه بل د پوستکو د تماس له کبله رامنځته کېږي

د جنسې اړیکو له لارې ټولې لېږدیدونکې مقاربتي ناروغۍ نښې نښانې نه لري، خو ځینې یې بیا لري لکه:

- د تشو بولو کولو په مهال درد
- د تناسلې الې شاوخوا د پوستکې بدلون

که چیرته وارخطا یاست، نو بیا کولای شئ د جنسي روغتیا له کلینیک یا خپل ډاکټر څخه لیدنه وکړئ او هغوی به د هر راز ناروغیو په اړه ستاسې معاینه وکړي او تاسې سره به مرسته وکړي تر څو مو ستونزه حل شي یا هم هغه نښې نښانې ورو ورو له منځه یوسي.

تاسې کولای شئ د جنسي روغتیایي کلینیکونو او ستاسې د ډاکټر له خوا وړیا او محرمه مشوره او مرسته تر لاسه کړئ. ستاسې (د ماشوم د ساتنې) LAC ډاکټر هم کولای شي تاسې ته مشوره درکړي او تاسې پر دې پوه کړي تر څو له کومه ځایه څخه مرسته تر لاسه کړئ.