

۲ لیف لیټ (معلوماتی پانه)

جنسی روغتیا - د امیندواری د مخنیوی او د جنسی مقاربتی ناروغیو په اړه سرریزه



گټورې اړیکې

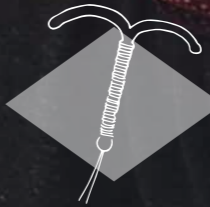
د امیندواری، مخنیوی او مشوره په NHS کې په وریا توګه تر لاسه کېدای شی او د هغوی خدمتونه هم محرم دي، په دې معنی چې مور به هېچا ته و نه وایو تر هغه وخته پورې چې تاسې یا کوم بل څوک چې تاسې یې وینئ هغه په خطر کې نه وي.

د امیندواری د مخنیوی په اړه لاریات معلومات په لاندینو وېب پاڼو کې موندلی شئ:

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

د جنسې اړیکو له لارې لېږدېدونکې مقاربتی ناروغی

- www.nhs.uk
- د ملي جنسي روغتیا د ادارې وریا تلیفوني کرشه ۰۳۰۰۱۳۳۷۱۳۳
- www.fpa.org.uk
- www.getit.org.uk
- www.brook.org.uk



د جنسې اړیکو له لارې لېږدېدونکې مقاربتې ناروغۍ

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

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

- د تشو بولو کولو په مهال درد
- د تناسلي الې شاوخوا د پوستکي بدلون

که چیرته وارخطا یاست، نو بیا کولای شئ د جنسي روغتیا له کلینیک یا خپل ډاکتر 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 روغتیايي کلینیکونو او ستاسې د ډاکتر له خوا وړیا او محرمة مشوره او مرسته تر لاسه کړئ. ستاسې (د ماشوم د ساتنې) LAC ډاکتر هم کولای شي تاسې ته مشوره درکړي او تاسې پر دې پوه کړي تر څو له کومه ځایه څخه مرسته تر لاسه کړئ.

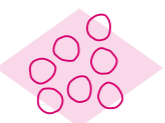
ځینې نورې نښې چې ښایې تاسې هم اوریدلي وي



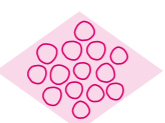
او سیفلیس – دا ناروغۍ د وینې HIV له لارې انتقالیږي چې د جنسې اړیکو له لارې بل کس ته سرایت کوي



سوزاک او کلایمیدیا – دا د دواړو 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 تباکي دي چې د یوه بل د پوستکو د تماس له کبله رامنځته کېږي



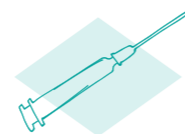
د تناسلي الې شاوخوا زخې - دا د تناسلي الې شاوخوا د پوستکي د «واړه پړسوب» سبب ګرځي چې د یوه بل د پوستکو د تماس له کبله رامنځته کېږي

د امیندواری-مخنیوی

هغه میتودونه چې ښخې او جنکیانې یې کارولای شي



هغه کپسلونه چې د خولې له لارې خوړل کېږي



پېچکاري – هرې درې میاشتې وروسته باید تزریق کړل شي



ایمپلانت – دا د دريو 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 مقاربتې ناروغیو باندې د ککړتیا خطر را ټیټ کړي



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

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 ښخې او جنکیانې نور زیات میتودونه هم کاروي.

د امیندواریو 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 موږ ته ټاکنه او کنټرول را کوي.

په بېړنۍ توګه د امیندواری-مخنیونه په هغه حالت کې کارول کېږي چې یو څوک پرته له کانډوم نه جنسې اړیکه ټینګه کړي وي او یا هم د امیندواری-مخنیوی یې ناکام شوی وي. دا د امیندواری-مخنیوي لپاره کارول کېږي.

چې په ۲ډوله دي:

- بېړنۍ 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



په دغه لیف لیټ کې ښایې تاسې ځینې معلومات ډېر خصوصي ومومئ او د جنسي روغتیا اړوند معلوماتو په لوستلو سره ناراحتی 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 مخنیوي او دا چې (STIs) لېږدېدونکو مقاربتې 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 ټینګه 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