



## เริ่ม: ข้อเท็จจริงของการติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์

### เริ่มคืออะไร

เริ่ม คือ การติดเชื้อไวรัสที่เกิดจาก เฮอร์พีส์ ซิมเพล็กซ์ ไวรัส herpes simplex virus (HSV) ที่ติดต่อจากบุคคลหนึ่งสู่อีกคนหนึ่ง ผ่านการสัมผัสทางผิวหนังกับผิวหนังของผู้ที่ติดเชื้อ

เริ่มเป็นการติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ (STI) ที่พบบ่อยมาก คนส่วนใหญ่ที่เป็นเริ่มไม่แสดงอาการ และไม่เคยมารู้ว่าตนเองมีเชื้อไวรัส แม้ไม่มีอาการแต่ก็สามารถแพร่เชื้อได้

ตุ่มเริ่มอาจปรากฏขึ้นที่ปากหรือริมฝีปาก เรียกว่าเริ่มที่ปาก หรือเริ่มในช่องปาก ถ้าเริ่มปรากฏที่ช่องคลอด องคชาติ หรือทวารหนัก เรียกว่าเริ่มที่อวัยวะเพศ เริ่มสามารถเริ่มด้วยการรู้สึกเสียวแปลบ อาการคัน หรือความเจ็บปวดในบริเวณที่ติดเชื้อ อาจพบแผลพุพองที่แตกและกลายเป็นแผลที่เจ็บปวด แผลจะหายได้เองแต่อาจมีอาการคันและเจ็บ

คนที่มีอาการของเริ่มครั้งแรกอาจเจ็บปวดมากและเป็นนาน บางคนมีอาการเพียงครั้งเดียว บางคนมีอาการกลับมาเป็นเรื่อย ๆ แต่อาการมักจะดีขึ้นเมื่อเวลาผ่านไป ถ้าคนที่มีอาการหลายอย่างที่กลับมาเป็นซ้ำเรื่อยๆ สามารถใช้ยาต้านไวรัสช่วยได้

### ได้รับเริ่มได้อย่างไร

โรคเริ่มสามารถติดต่อกันได้ผ่านการสัมผัสแบบเนื้อแนบเนื้อ เมื่อมีการเสียดสี เพศสัมพันธ์แบบไม่สอดใส่ การจูบ การมีเพศสัมพันธ์ทางช่องคลอด ทวารหนัก หรือออรัลเซ็กซ์กับคนที่เป็โรคเริ่ม การใช้อุปกรณ์ป้องกันเช่นถุงยางอนามัยและ/หรือแผ่นยางอนามัยเป็นวิธีที่ดีและมีประสิทธิภาพในการป้องกันคุณจากเริ่ม

### ป้องกันตัวเองจากเริ่มอย่างไร

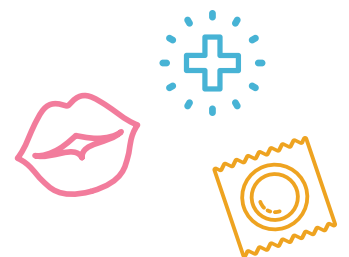
- ใช้ถุงยางอนามัยระหว่างมีเพศสัมพันธ์ทางช่องคลอดทางปาก และทางทวารหนัก ถุงยางอนามัยจะป้องกันไม่ให้เริ่มแพร่กระจาย ตรวจสอบให้แน่ใจว่าคุณเปลี่ยนถุงยางอนามัยระหว่างคู่นอนและเมื่อใช้เซ็กซ์ทอยร่วมกัน
- ใช้แผ่นยางอนามัยระหว่างออรัลเซ็กซ์ แผ่นยางอนามัยจะป้องกันการสัมผัสทางผิวหนังและป้องกันไม่ให้เริ่มแพร่กระจายต่อไป
- หากคุณมีอาการของเริ่ม ให้หลีกเลี่ยงการสัมผัสแบบตัวต่อตัวกับผู้อื่นจนกว่าอาการจะดีขึ้น
- ตรวจสอบโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และเอชไอวีทุก 3-12 เดือน มันเป็นสิ่งสำคัญและเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตเซ็กซ์ที่มีความมั่นใจและมีสุขภาพดี

### ฉันจะตรวจหาเริ่มได้อย่างไร

เริ่มไม่ได้เป็นส่วนหนึ่งของการตรวจ STI ตามปกติ เนื่องจากคุณต้องมีอาการจึงจะตรวจได้ ซึ่งเริ่มจะตรวจโดยการ swab จากตุ่มหรือแผลในขณะที่คุณมีอาการ

หากคุณเป็นเริ่ม คุณควรเข้ารับการตรวจหาโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่นๆ การตรวจ STI ง่าย เป็นความลับ และไม่มีอะไรต้องอาย

สามารถรับการตรวจ STI ได้ที่แพทย์ในพื้นที่คลินิกสุขภาพทางเพศ และคลินิกสุขภาพของมหาวิทยาลัยบางแห่ง สามารถโทรไปที่ [Sexual Health Infolink](https://www.health.nsw.gov.au/sexual-health/sexual-health-infocentre) ที่หมายเลข 1800 451 624 (โทรฟรี) เพื่อค้นหาบริการที่ใกล้คุณที่สุด





## เริ่ม: ข้อเท็จจริงของการติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์

### รักษาเริ่มอย่างไร

เริ่มไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ แต่สามารถใช้ยาต้านไวรัสช่วยลดการระบาดและบรรเทาอาการได้ ผู้ที่มีอาการไม่สบายเป็นประจำอาจรับประทานยาต้านไวรัสได้ทุกวัน

สามารถหาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเริ่มและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่นๆ ได้ที่ไหน

สำหรับข้อมูลและการช่วยเหลือเกี่ยวกับเริ่มและโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และสุขภาพทางเพศ คุณสามารถโทรไปที่ [Sexual Health Infolink](tel:1800451624) ที่หมายเลข 1800 451 624 (โทรฟรี) เพื่อพูดคุยกับพยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพทางเพศได้ ฟรี เป็นความลับ และไม่ตัดสินใคร คุณยังสามารถไปที่ [International Student Health Hub](#).

หากคุณต้องการล่าม เพื่อช่วยให้คุณสามารถเข้าถึงบริการหรือข้อมูลด้านสุขภาพ โปรดติดต่อ [Translating and Interpreting Service](#) ที่หมายเลข 131 450

Scan the QR code to find out more about herpes and STIs

