



यौन संचारित संक्रमण (STI): STI तथ्यहरू

यौन संचारित संक्रमण (STI) के हो?

पहिले नै STI भएको व्यक्तिसँग यौन क्रियाकलापको क्रममा यौन संचारित संक्रमण (STIs) एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा सर्न सक्छ।

यौन गतिविधिमा यी पर्छन्:

- योनिमा लिङ्ग (योनि यौन)
- तल/गुदामा लिङ्ग (गुदा यौन)
- पार्टनरको योनाङ्ग चाट्ने, चुस्ने, चुम्बन गर्ने (ओरल यौन)
- यौन खेलौना साझा गर्दै

ढाल, ड्याम र PrEP (एचआईभीको लागि मात्र) जस्ता सुरक्षा प्रयोग गर्नु तपाईंलाई STIs बाट जोगाउने उत्तम र प्रभावकारी तरिका हो। ढाल र ड्यामले छाला-देखि-छालाको सम्पर्कको मात्रा घटाउँछ र शारीरिक तरल पदार्थको स्थानान्तरण रोक्छ। बाँध मौखिक सेक्सको लागि मात्र प्रयोग गरिन्छ।

STIs ब्याक्टेरिया, भाइरस वा परजीवी को कारणले हुन्छ।

- ब्याक्टेरियल STI मा क्ल्यामिडिया, गोनोरिया र सिफिलिस पर्छन्। यी एन्टिबायोटिक्स (ट्याब्लेट वा इन्जेक्सन) बाट निको पार्न सकिन्छ।
- भाइरल STIs मा योनाङ्गको हर्पेस, योनाङ्गको मुसा, एचआईभी र हेपाटाइटिस बी पर्छन्। यी सबैको उपचारले तपाईंलाई स्वस्थ राख्न सकिन्छ।

मलाई STI छ भनेर कसरी थाहा पाउने?

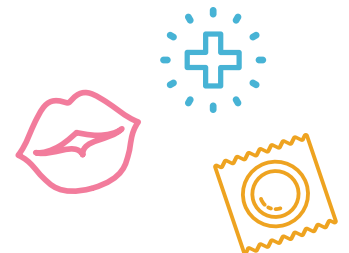
धेरै STI हरूमा कुनै संकेतहरू वा लक्षणहरू हुँदैनन् त्यसैले तपाईंले STI परीक्षण नगरुन्जेल तपाईं वा तपाईंको पार्टनर यो छ कि छैन भनेर तपाईंलाई थाहा नहुन सक्छ।

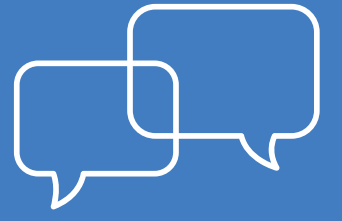
यदि तपाईंसँग निम्न लक्षणहरू छन् भने, तपाईं यौन नगरी र सकेसम्म चाँडो STI परीक्षण गराउनुपर्छ:

- योनि, लिंग वा तल (गुदा) बाट असामान्य स्राव
- पिसाब गर्दा दुख्ने (पिसाब गर्दा)
- योनि, लिंग वा तल (गुदा) वरिपरि असामान्य गाँठो वा छालाको वृद्धि
- एक दाग
- असामान्य योनि रक्तस्राव
- योनि, लिंग वा तल्लो भाग (गुदा) चिलाउने
- तपाईंको योनि, लिंग वा तल (गुदा) वरिपरि छाला र घाउहरू
- तपाईंको योनि, लिंग वा तल (गुदा) वरपर मौसाहरू मुसाहरू

म आफूलाई STIs बाट कसरी जोगाउन सक्छु?

STIs बाट आफूलाई बचाउने सबैभन्दा राम्रो तरिका सुरक्षित यौन सम्पर्क हो। सुरक्षित यौनसम्पर्क भनेको कुनै पनि प्रकारको यौनसम्पर्कको लागि सधैं ढाल, ड्याम र PrEP (एचआईभीका लागि मात्र) प्रयोग गर्नु हो। नियमित STI परीक्षण गराउनु पनि महत्त्वपूर्ण छ।





यौन संचारित संक्रमण (STI): STI तथ्यहरू

मैले कहिले STI परीक्षण गराउनुपर्छ?

तपाईंले STI परीक्षण गराउनुपर्छ:

- हरेक ६-१२ महिनामा
- जब तपाईंसँग नयाँ पार्टनर हुन्छ
- यदि तपाईंले कुनै असामान्य लक्षणहरू देख्नभयो भने

STI को परीक्षण पीडादायी हुदैन। STI परीक्षणहरू सजिलो, गोप्य र लाज मात्रु पर्ने कुरा होइन। STIs को लागि मूत्र नमूना, एक स्व-संकलित स्वाब, वा रगत परीक्षण द्वारा परीक्षण गरिन्छ। तपाईंले आफ्नो स्थानीय डाक्टर, यौन स्वास्थ्य क्लिनिक र केही विश्वविद्यालय स्वास्थ्य क्लिनिकहरूमा STI परीक्षण गराउन सक्नुहुन्छ। तपाईंको नजिकको स्थान पत्ता लगाउन NSW Sexual Health Infolink लाई 1800 451 624 मा फोन गर्नुहोस् ।

सबै STI को उपचार र व्यवस्थापन गर्न सकिन्छ। यदि तपाईं STI को लागी सकारात्मक परीक्षण गर्नुहुन्छ भने, तपाईंका साझेदारहरूलाई थाहा दिनु महत्त्वपूर्ण छ ताकि उनीहरूले पनि परीक्षण र उपचार गर्न सक्न्। यदि तपाईंलाई आफ्ना साझेदारहरूसँग सम्पर्क गर्न मद्दत चाहिन्छ भने आफ्नो डाक्टरलाई सोध्नहोस्, [Let Them Know](#) वा [Sexual Health Infolink](#) लाई 1800 451 624 मा (नि:शुल्क) फोन गर्नुहोस् ।

STI ले कस्तो असर पार्न सक्छ?

उचित उपचार बिना, केहि STIs ले पुरानो दुखाइ, असुविधा र दीर्घकालीन स्वास्थ्य समस्याहरू निम्त्याउन सक्छ। यसमा बच्चा जन्माउन नसक्ने (बाँझपन) समावेश हुन सक्छ।

म STIs मा थप जानकारी कहाँ पाउन सक्छु?

STIs र तपाईंको यौन स्वास्थ्यको बारेमा जानकारी र सहयोगको लागि, तपाईंले [Sexual Health Infolink](#) लाई 1800 451 624 मा एक यौन स्वास्थ्य विशेषज्ञ नर्ससँग कुरा गर्न (नि:शुल्क) फोन गर्न सक्नुहुन्छ। यो नि:शुल्क, गोप्य र गैर-निर्णयक हो। तपाईंले [International Student Health Hub](#) भ्रमण गर्न सक्नुहुन्छ।

यदि तपाईंलाई स्वास्थ्य सेवाहरू वा जानकारीहरू प्राप्त गर्न मद्दत गर्ने दोभाषे चाहनुहुन्छ भने, कृपया 131 450 मा [Translating and Interpreting Service](#) लाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

Scan the QR code to find out more about STIs

