



Guia bàsica per detectar una ITS

Les Infeccions de Transmissió Sexual (ITS) són malalties que es transmeten durant les relacions sexuals amb una altra persona. Pot semblar un tema complicat, però és important que sàpigues què són, com evitar-les i com detectar si en tens una. Com més ben informat estiguis, millor podràs cuidar la teva salut!

Què és una ITS?

Una ITS és una infecció que es transmet d'una persona a una altra a través del contacte sexual. Pot ser a través de relacions vaginals, anals o orals, i pot afectar tant homes com dones. Les ITS poden ser causades per bacteris, virus o paràsits. Alguns exemples comuns són:

- Clamídia
- Gonorrea
- Virus del papil·loma humà (VPH)
- VIH (virus de la immunodeficiència humana)
- Herpes genital
- Sífilis

No sempre es noten els símptomes d'una ITS immediatament. Això significa que pots tenir una ITS sense saber-ho i, si no es tracta, pot causar problemes de salut més greus.

Com detectar una ITS?

Tot i que algunes ITS no mostren símptomes immediats, hi ha senyals que podrien indicar que tens una infecció. Si notes algun d'aquests símptomes, és important que visitis un metge:

- Dolor o ardor quan orines
- Secreció inusual del penis, vagina o anus
- Dolor durant les relacions sexuals
- Úlcers, berrugues o nafres a la zona genital, anal o a la boca
- Picor, irritació o inflor als genitals
- Dolor abdominal en dones

Recorda que moltes ITS es poden tractar fàcilment amb medicaments, però si no es tracten, poden tenir conseqüències greus per a la salut, com infertilitat o infeccions cròniques.

Com prevenir una ITS?

La millor manera de prevenir una ITS és estar informat i prendre precaucions. Aquí tens algunes recomanacions per evitar-les:



Usa preservatiu: El preservatiu és la millor protecció contra la majoria d'ITS. Usa'l sempre durant les relacions sexuals, incloses les relacions orals i anals.

Limita el nombre de parelles sexuals: Tenir relacions sexuals amb més d'una persona augmenta el risc de contraure una ITS. Si tens una relació monògama (una parella sexual) i saps que tots dos no teniu cap infecció, el risc disminueix.

Vacuna't: Hi ha vacunes disponibles per prevenir algunes ITS, com el VPH i l'hepatitis B. Parla amb el teu metge per saber si pots vacunar-te.

Fes-te proves regularment: Si ets sexualment actiu, fes-te proves de manera regular, especialment si tens diferents parelles. Moltes ITS es poden tractar fàcilment si es detecten a temps.

[View this post on Instagram](#)



A post shared by Platanomelo?n (@platanomelon)