

النساء المتحولات جنسيا لديهن إحتياجات صحية عامة وأخرى خاصة بهن. من بين الإحتياجات العامة نجد الرعاية الأولية الأساسية، بما في ذلك الصحة الجنسية التي تأخذ بعين الإعتبار تنوع الهويات الجنسية وتعبيراتها، الملامح الجسدية، الجنس والممارسات الجنسية لدى هؤلاء الأشخاص.

01 الجنس الأمان

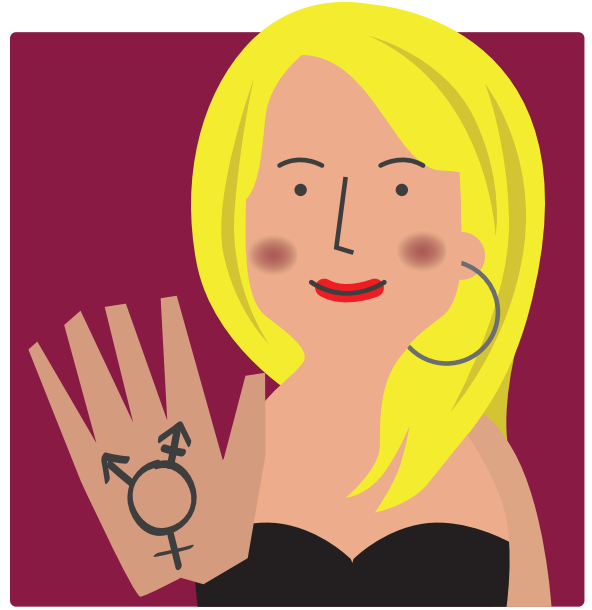
الحديث عن الجنس الأمان عند النساء المتحولات جنسيا يعني الإعترااف بأن هؤلاء النساء يمكن أن يكون لهن شركاء من أي جنس وبأنواع مختلفة من الأجسام. تشمل رغباتهم الجنسية أن يكونوا الشريك المتقبل و/أو المُدخل في الجنس الشرجي، الفموي أو المهبلي.

بشكل عام، سواء خضعت لعملية جراحية أم لا، فإن أفضل طريقة لحماية نفسك وشركائك الجنسيين من فيروس نقص المناعة البشرية VIH والأمراض المنقولة جنسيا ITS هي استخدام الأغشية الوقائية (الداخلية أو الخارجية) ومواد التشحيم لممارسة الجنس الشرجي (الدبر) والمهبل، وكذلك حواجز اللاتكس (التي تتجنب الإتصال بين الفم والشرج أو الأعضاء التناسلية) لممارسة الجنس عن طريق الفم.

عند التعامل مع استراتيجيات الوقاية المختلفة في العلاقات الجنسية، يجب أن تأخذ بعين الإعتبار ما يلي:

- إذا كنت قد خضعت لعملية جراحية، فربما تم استخدام جلد القولون لإعادة بناء المهبل، وبالتالي فإن خطر الإصابة بالأمراض المنقولة جنسيا ITS أو فيروس نقص المناعة البشرية VIH هو أكثر، لأن غشائه المخاطي أرق من غشاء المهبل. إذا كان الجلد المستخدم قادمًا من القضيب والجلد الخصوي، فإن الخطر أقل، ولكن يمكن أن يتعرض للتلوث أيضًا.
- استخدام الواقي الداخلي يتعلق بعمق المهبل.
- العلاج الوقائي قبل التعرض (PrEP) ضد VIH يتمثل في استخدام الأدوية المضادة للفيروسات للوقاية من هذا الفيروس. حيث يمنع العدوى بشكل فعال عندما يتم إتباع الوصفة الطبية بشكل صحيح.
- في إسبانيا، ينصح بعض الأشخاص بأخذ PrEP، بما فيهم النساء المتحولات جنسيا. يتم توفيره لهم عن طريق الصحة العمومية وبتكلفة مجانية.
- هناك العديد من التوجيهات لأخذ PrEP ومع ذلك، عند النساء اللواتي يتناولن العلاج الهرموني المؤقت، يوصى بالنظام اليومي. لن يؤثر PrEP على العلاج بالهرمونات.
- إذا كنت تعتقد أنك قد تعرضت لخطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية VIH، يمكنك طلب أدوية الوقاية بعد التعرض (PEP) في قسم الطوارئ للمستشفى.
- يتمثل PEP في علاج بالعقاقير المضادة للفيروسات التي مدتها 28 يومًا والتي يجب أن تبدأ في أقرب وقت ممكن، ومن الأفضل خلال 6 ساعات الأولى بعد التعرض لفيروس نقص المناعة البشرية VIH ودائمًا قبل 72 ساعة. كن على علم بأن بعض الأدوية المضادة للفيروسات القهقرية PEP قد تتفاعل مع العلاج الهرموني.

النساء المتحولات جنسيا والصحة الجنسية



gt grupo de trabajo sobre tratamientos del VIH
ENTIDAD DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA
ONG DE DESARROLLO

SUBVENCIONA

SECRETARÍA DE ESTADO DE SANIDAD
MINISTERIO DE SANIDAD
DIRECCIÓN GENERAL DE SALUD PÚBLICA
SECRETARÍA DEL PLAN NACIONAL SOBRE EL SIDA

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE SANIDAD, CONSUMO Y BIENESTAR SOCIAL
FOR SOLIDARIDAD OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

Generalitat de Catalunya
Departament de Justícia

Generalitat de Catalunya
Agència de Salut Pública de Catalunya

Diputació de Barcelona
ÀREA DE BIENESTAR SOCIAL

Ajuntament de Barcelona
ÀREA DE QUALITAT DE VIDA, IGUALTAT I ESPORTS

COLLABORA

Vall d'Hebron
Equip de salut pública i comunitària

ETIS
Equip de treball sobre imatge i salut

¿TIENES DUDAS
SOBRE EL TEMA?
PREGÚNTANOS

Tel. 93 458 26 41
consultas@gtt-vih.org



الجنس المهبلي

- هناك إمكانية حدوث نزيف، خاصة إذا كانت الجراحة حديثة، لذا يوصى باستخدام الواقي (الداخلي أو الخارجي) للحماية من الأمراض المنقولة جنسياً ITS وفيروس نقص المناعة البشرية VIH.

- تعتمد قدرة التشحيم لمهبلك على نوع الجراحة، لذلك يُنصح باستخدام مواد التشحيم ذات الأساس المائي لمنع التمزق.

- بعد استخدام موسع مهبلي لتمديد جلد المهبل، يوصى باستخدام الواقي في علاقاتك الجنسية.

الجنس الشرجي أو عبر الدبر

- في هذا النوع من العلاقات، يمكن أن تحدث إصابات صغيرة جدا في الغشاء المخاطي للشرج مما يزيد من خطر الإصابة بالأمراض المنقولة جنسياً ITS أو فيروس نقص المناعة البشرية VIH. استخدم الغشاء الواقي (الداخلي أو الخارجي) ومواد التشحيم مائية أو سليكون للمزيد من الحماية.

الجنس الفموي

- على الرغم من أن الخطر منخفض، فمن الممكن الإصابة ببعض الأمراض المنقولة جنسياً ITS (الهربس، الزهري أو السيلان) أو فيروس نقص المناعة البشرية VIH (على الرغم من أنه صعب). سيزداد الخطر عند حدوث القذف في الفم.

- حاولي تجنب هذه الممارسة إذا كنت تعانين من مشاكل في اللثة، قرحة أو التهاب في الحلق أو خضعت مؤخرًا لعلاج أسنان.

- لا ينصح بتنظيف الأسنان أو شطف فمك قبل ممارسة الجنس عن طريق الفم، لأنه يمكن أن يسبب نزيف.

- إذا كنت قد خضعت لعملية جراحية، فحاول عدم ممارسة الجنس عن طريق الفم حتى تشفى تمامًا.

- استخدام الواقي أو حواجز اللاتكس (لتجنب الاتصال بين الفم والأعضاء التناسلية) سيساعدك على تجنب الأمراض المنقولة جنسياً ITS. يمكن صنع حواجز اللاتكس عن طريق قطع الغشاء الواقي على شكل مستطيل.

الجنس الفموي الشرجي (Rimming):

- هذه الممارسة تمثل خطر للإصابة بالتهاب الكبد A وبعض الأمراض البكتيرية المنقولة جنسياً ITS مثل السيلان، الشيغيلا أو حتى فيروس كورونا SARS-CoV-2. إن خطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية VIH منخفض للغاية.

- الحفاظ على النظافة الجيدة يساعد على تقليل المخاطر.

- يمكن أيضا استخدام حواجز اللاتكس كوسيلة للوقاية.

الفرك (فرك الأعضاء التناسلية دون إختراق)

- يمثل خطر لإنتقال بعض الفيروسات والبكتيريا مثل الزهري، الهربس أو الثآليل التناسلية، وكذلك الطفيليات مثل الجرب أو القمل.

الجنس الصعب

- يُنصح باستخدام واقي جديد مع كل شريك جنسي أو لعبة جنسية.

- يمكن أن تتسبب زيادة النشاط في حدوث نزيف أو تمزق في فتحة الشرج، المهبل أو الفم مما يسهل إنتقال الأمراض المنقولة جنسياً ITS أو فيروس نقص المناعة البشرية VIH أو الإلتهاب الكبدى C.

- يوصى باستخدام قفازات اللاتكس في الممارسة الجنسية التي يتم ادخال الكف أو جزء من الذراع في المهبل أو الشرج (fisting).

- يمكن أن ينتقل الإلتهاب الكبدى C حتى من الأثار الصغيرة للدم. لذلك، تجنب عدم تقاسم أي لعبة أو شيء قد يكون له آثار دم، بما في ذلك علب التشحيم.

من الجذير بالذكر:

● يجب أن تشعرى بالأمان والراحة في ممارساتك الجنسية. يمكنك وضع الحدود التي تشعرين فيها بالرضا أكثر وتتفقي على ممارساتك الجنسية مع شركائك.

● يجب على الطاقم الطبي الذي يعتني بك، منحك أفضل رعاية. إذا كنت تشعرين أن هناك تقصير، فيمكنك تقديم شكوى أو التحدث إلى إحدى الخدمات الإستشارية.

● إذا كنت مصابة بفيروس نقص المناعة البشرية VIH، فستحتاجين إلى تناول علاج مضادات للفيروسات والهرمونات في نفس الوقت وبأمان. من المهم أن يعرف الطاقم الطبي الذين يعالجك الأدوية التي تتناولها (بما في ذلك العلاج الهرموني)، حيث قد تحدث تفاعلات مع الأدوية المضادة للفيروسات.

● إذا كنت مصابة بفيروس نقص المناعة البشرية VIH وشحنتك الفيروسية غير قابلة للكشف بفضل علاج المضاد للفيروسات، فلن تتمكن من نقل هذا الفيروس إلى شركائك الجنسيين.

¿TIENES DUDAS

SOBRE EL TEMA?
PREGÚNTANOSTel. 93 458 26 41
consultas@gtt-vih.org