

Herpes

Kilala rin bilang genital herpes, cold sore, herpes simplex virus, HSV

Isang pangkaraniwang STI ang mga herpes, na dulot ng herpes simplex virus (HSV) at naipapasa kapag may pisikal na pagdidikit ng mga balat habang nakikipagtalik.

MGA MABILISANG KAALAMAN

- Isa sa mga pinakakaraniwang impeksyong naisasalin sa pakikipagtalik ang genital herpes
- Walang sintomas ang maraming tao
- Karaniwang ginagawa ang pagsusuri gamit ang swab ng ulcer o ng makating bahagi
- Available ang paggagamot para mapamahalaan ang mga sintomas ng herpes

Ano ito? (What is this?)

Makapasok sa katawan ang herpes simplex virus (HSV) sa pamamagitan ng maliliit na galos (sugat) sa ari, bibig at labi o puwet.

HSV-1 at HSV-2 (HSV-1 and HSV-2)

May dalawang uri ng virus ng herpes - HSV-1 at HSV-2. Maaaring magdulot ng genital herpes ang parehong uri ngunit may magkaibang resulta.

Karaniwang nagdudulot ng mga cold sore sa bibig ang **HSV-1** ngunit maaari ding magdulot ng genital herpes:

- Pinakakaraniwang nangyayari ang Genital HSV-1 na impeksyon kapag nagsagawa ng oral sex ang isang taong may cold sore virus (na maaaring mayroon o walang sintomas) sa isang taong hindi pa nakakawahan ng virus. Maaaring magkaroon ng mga paltos, sugat o singaw sa bibig, ari o puwet.
- Maaaring maging masakit para sa ilang tao ang unang impeksyon sa HSV-1; karaniwang hindi na masyadong masakit ang mga bumalik na impeksyon.
- Maaaring maisalin ang virus ng ilang taong may impeksyon na HSV-1 virus kahit pa wala silang cold sore (tinatawag na symptomatic viral shedding).
- Hindi masyagong kailangan ng mga taong may impeksyon na genital HSV-1 ang antiviral na pagpapagamot pagkatapos ng unang pagkakahawa at may mababang panganib na isalin ang impeksyon sa kaniyang mga sekswal na kapareha.

Nagdudulot ng genital herpes ang **HSV-2**:

- Nagkakaroon ng impeksyon na genital herpes HSV-2 kapag ang isang taong may ganitong virus (na maaaring mayroon o walang sintomas) ang nagkaroon ng pakikipagtalik gamit ang bibig, ari o puwet sa isang taong walang nakaraang pagkalantad sa virus. Maaaring magkaroon ng mga paltos, sugat o singaw sa bibig, ari o puwet.
- Maaaring maging masakit para sa ilang tao ang unang impeksyon sa HSV-2; karaniwang hindi na masyadong masakit ang mga bumalik na impeksyon.
- Maaaring maisalin ang virus ng maraming taong may impeksyon na HSV-2 virus kapag wala silang singaw o galos sa ari (tinatawag na symptomatic viral shedding).
- Malamang na mangailang ng antiviral na pagpapagamot ang mga taong may genital herpes (HSV-2) na impeksyon at nasa panganib na maipasa ang virus sa kaniyang ma sekswal na kapareha.
- Hindi pangkaraniwan ang mga unang oral HSV-2 na impeksyon at hindi halos nagkakaroon nito ang malukusog na tao.

Paano ka magkakaroon nito? (How do you get it?)

Naisasalin ang herpes sa pamamagitan ng pagdidikit ng mga balat sa pagsasagawa ng pagtatalik gamit ang ari, bibig o puwet. Maipapasa rin ito sa pamamagitan ng paghahalikan, rimming at pagkikiskisan ng mga ari.

Pinakamabilis makahawa ang herpes kapag may mga sintomas tulad ng cold sore o paltos o sugat sa ari, ngunit maipapasa rin kapag walang sintomas o minor na sintomas tulad ng pangangati o pangingilig.

Ano ang mga sintomas? (What are the symptoms?)

Walang sintomas ang maraming tao habang nasa unang impeksyon o kung pabalik-balik na.

Gayunpaman, maaaring magdulot sa maraming tao ang mga unang impeksyon ng:

- masasakit na paltos, sugat, o singaw
- pananakit at pamamaga sa bahagi ng ari na nagdudulot ng hirap sa pag-ihi
- mga mala-trangkasong sintomas
- maliliit na bitak sa balat (nangangati o hindi)
- pamumula o pantal

Karamihan sa mga pabalik-balik ay walang sintomas, o mayroon lamang kaunting pangangati, pagpapantal o pangingilig. Sa ilang tao, maaaring magdulot ang pabalik-balik na mga impeksyon ng maliliit na paltos, sugat o singaw sa ari, puwet, hita at puwet.

Paano ka masusuri para dito? (How do you test for it?)

Kumukuha ng swab mula sa sugat na may nana o nangangating bahagi. Puwede ring malaman sa pagsusuring ito kung HSV-1 o HSV-2 ang virus.

Nag-aalok ang ilang serbisyong pangkalusugan ng mga pagsusuri sa dugo para sa HSV, ngunit hindi ganap na maaasahan ang paraang ito sa mga taong walang sintomas.

Paano ito ginagamot? (How is it treated?)

Walang lunas sa herpes, ngunit mababawasan ng paggagamot ang mga sintomas at maiiwasan ang pagpapabalik-balik.

Lubhang mabisa at napakaligtas ng mga antiviral na gamot, kahit pa iniinom sa mahahabang panahon:

Ginagamot ang mga inang impeksyon nang hanggang 10 araw para bawasan ang pagiging malala at tagal ng mga sintomas.

Magagamot ang pagpapabalik-balik nito gamot ang pang-isang araw na kurso ng episodic therapy, na sinimula sa pinakaunang palatandaan ng mga sintomas.

Mapipigilan ang mga madalas na pagpapabalik-balik sa pamamagitan ng patuloy na pag-inom ng gamot. Mayroon ding pakinabang ang suppressive therapy na nagpapababa sa pagsasalin nito sa mga sekswal na kapareha.

Madalas na nagpapalipat-lipat ang mga taong may herpes sa mga episodic at suppressive therapy batay sa kanilang mga pangangailangan at kalagayan.

Mayroon ba itong anumang komplikasyon kapag hindi nagamot? (Are there any complications if not treated?)

Herpes sa mga bagong silang na sanggol (Herpes in newborn babies)

Parehong makakapagdulot ng malalang impeksyon sa mga bagong silang na sanggol ang HSV-1 at HSV-2. Isang hini pangkaraniwan ngunit malalang impeksyon ang noenatal herpes (herpes na nakakaapekto sa mga bagong silang), kung saan naisasalin ang herpes virus sa sanggol habang ipinapanganak.

Pinakamataas ang panganib na maisalin sa bagong silang kapag nagkaroon ng unang impeksyon ang babae (o buntis) sa nakaraang 3 buwan ng pagbubuntis. Sa ganitong mga kaso, inirerekomenda ang caesarian delivery.

May mababang panganib ng pagsasalin ng virus sa kanilang bagong silang ang babae (o buntis) na may pabalik-balik na genital herpes. Isasaalang-alang lamang ang caesarian delivery kung may nakikitang mga HSV ulcer sa panahon ng panganganak.

Habang nagbubuntis, para mapababa ang panganib ng impeksyon:

- hindi dapat magsagawa ng oral na pakikipagtalik ang isang taong may cold sore sa kanilang buntis na kapareha, maliban kung alam na nilang mayroon nang HSV-1 na impeksyon ang buntis na kapareha.
- dapat isaalang-alang ng isang taong may genital herpes ang paggamit ng suppressive antiviral therapy, mga condom o dam at mahusay na lubricant sa panahon ng pagbubuntis ng kaniyang kapareha kung nasa panganib sila na magkaroon ng impeksyon.
- Maaaring piliin ng mga buntis na may pabalik-balik na herpes ang magsagawa ng suppressive therapy sa huling ilang linggo ng pagbubuntis, para iwasan ang pagpapabalik-balik at sa gayon, maiwasan ang caesarian delivery. Nakita nang ligtas at epektibo ito.

Malamang ba na bumalik ito pagkatapos ng paggagamot? (Is it likely to come back after treatment?)

Walang lunas sa herpes, ngunit mababawasan ng pagpapagamot ang mga sintomas at maiwasan ang pagpapabalik-balik.

Ang pagpapabalik-balik ng herpes ay maaaring dulot ng:

- stress o karaniwang sakit
- buwanang dalaw
- sekswal na gawain
- mahinang resistensya (tulad ng habang nagpapagamot sa kanser)

Paano ko poprotektahan ang aking sarili? (How can I protect myself?)

Ang pinakamagandang paraan para protektahan ang sarili ay umiwas sa pakikipagtalik gamit ang bibig at ari sa mga kapareha na may aktibong sintomas ng herpes, tulad ng cold sore o singaw o paltos sa ari.

Tuloy-tuloy na gumamit ng mga condom dahil maaaring may herpes sa balat nang walang anumang sintomas at maipapasa ng isang taong walang makikitang sugat.

Gumamit ng mga silicon-based na lubricant para makaiwas sa skin trauma.

Kung may herpes ka, makipag-usap sa iyong doktor tungkol sa pagsasagawa ng suppressive therapy - pabababain nito ang panganib na maipasa ito nang 50%.

Saan ako makakakuha ng tulong? (Where can I get help?)

- Bumisita sa isang serbisyo sa sekswal na kalusugan na malapit sa iyo
- Bumisita sa iyong lokal na doktor
- Bumisita sa lokal na sentrong pangkalusugan sa iyong komunidad

Maghanap ng mga serbisyo sa sekswal na kalusugan sa **StaySTIFree** (staystifree.org.au)

PAGTANGGI (DISCLAIMER)

Ibinibigay ng fact sheet na ito ang pangkalahatang impormasyon tungkol sa sekswal na kalusugan at hindi inilaan para palitan ang pangangailangang kumonsulta sa iyong doktor.

Kung mayroon kang mga alalahanin tungkol sa iyong kalusugan, dapat kang humingi ng payo sa iyong doktor.

Kung kailangan mo ng kagyat na pangangalaga, dapat kang pumunta sa pinakamalapit na Kagawaran sa Emerhensiya o tumawag sa 000.