श्वास्थ्य यौन सम्वन्ध

श्वस्थ्य यौन सम्वन्ध भन्नाले तपाई र तपाईको साथीले/जोडीले एक अर्काको वारेमा राम्रो प्रकारको भावना जगाउछ । एक अर्का प्रतिको सम्मानको आधारमा स्थापित हुन्छ । क्यानडामा दुवै सम्वन्धित जोडी वरावर हुन्छन् । उनीहरुले योन सम्पर्क गर्ने नगर्ने निर्णय गर्छन । विवाहीत भएता पनि एकले अर्कालाई जवरजस्ती यौन सम्पर्क गर्न वाध्य गराउनु गैरकानूनि हो । सुमधुर र श्वस्थ्य सम्वन्धको लागी एक अर्काको विचमा खुला सन्चार अथवा विचार हुनु महत्वपूर्ण हुन्छ ।

तपाईको र तपाईको साथी एसटीआइवाट वच्ने

तपाई विवाहित वा एक्लै जे भए पनि तपाई र तपाईको यौन साथि यौनद्धारा सर्ने रोगवाट वच्नु महत्वपूर्ण हुन्छ । निम्न कुराहरु पालन गर्नु एसटिआइ वाट वच्ने राम्रो उपाय हो:

- आकस्मिक / जथाभावि यौन सम्पर्क वाट टाढा रहने तपाईले विवाह नगर्दा सम्म अथवा जीवनसाथि नभेट्दा सम्म यौन सम्पर्क नगर्ने । घेरै व्यक्तिहरु संग यौन सम्पर्क गरेमा एसटिआइ लाग्ने र अरुलाई सार्ने सम्भावना वढि हुन्छ ।
- जीवनसाथि प्रती इमान्दार हुने । यदि तपाईले अन्य व्यक्तिहरुसंग यौन सम्पर्क गर्नु हुन्छ भने तपाईलाई एसटिआइ लाग्ने र तपाईको जीवनसाथि र भविश्यको सन्तालाई सर्ने सम्भावना हुन्छ ।
- सवै प्रकारको यौन सम्पर्क गर्दा प्रत्येक पटक कन्डम (खोल) प्रयोग गर्ने ।
- यदि तपाईले एसटिआइको औषधि लिइ राख्नु भएको छ भने औषधि पुरा नहुदा सम्म यौन संम्पर्क नगर्ने ।

कसरी तपाईलाई एसटीआइ भयो ?

कुनै पनि व्यक्तिलाई एसटीआई लाग्न सक्छ । तपाईलाई एसटीआई यौन सम्पर्क वाहेक रगत अथवा शरीरको अन्य रसायनवाट पनि सर्न सक्छ तर धेरैजसो यौन सम्पर्क वाट सर्छ । क्यानडामा तपाईले यौन साथीलाई कन्डम प्रयोग गर्न भन्न सक्नुहुन्छ ।

क्यानडामा एसटीआइज

क्यानडामा एसटीआईज सामान्य हो । मानाविय रोगवर्धक सुक्ष्मजीवाणू अर्थात एचआइभी यौनद्धारा सर्ने रोगहो जसले एड्स ल्याउछ । एड्सको उपचार छैन । अनुसन्धानकर्ताहरुको अनुसार क्यानडामा करिव ५८,००० व्यक्तिहरु एचआइभी वाट पिडित छन र धेरैलाई त्यसको जानकारी छैन । कूनै व्यक्तिलाई एचआइभीको लक्षण देखा नपरेमा सो व्यक्तिलाई त्यसको जानकारी हुदैन । तपाईलाई कसैलाई एचआइभी भएको थाहा नहुन सक्छ त्यसैले तपाई एचआइभीको संक्रमणवाट वच्नु महत्वपूर्ण हुन्छ ।

यौनसाथि लाई एचआइभी भएको थाहा दिनु तपाईको कर्तव्य हो

यदि तपाईलाई एचआइभी भएको छ भने तपाईले यौन सम्पर्क गर्नुभन्दा पहिला तपाईको यौन साथीलाई सो को जानकारी गराउनु पर्छ जसले गर्दा तपाईको साथीलाई एचआइभी संक्रमण वाट वचाउन सक्छ । यदि तपाईले कन्डम प्रयोग गर्नुहुन्छ भने तपाईले एचआइभी भएको कुरा साथीलाई भन्नु पर्दैन तर भन्नु राम्रो विचार हो ।

तपाईको साथीलाई जनाउ नगर्दाको असरहरु

असूरक्षित यौन सम्पर्क द्वारा अर्को व्यक्तिलाई एचआइभी सार्नु अपराध हो । यदि तपाईलाइ एचआइभी भएको थाहा भएर पनि सो को जानकारी साथी लाई नदिनु र विना कन्डम यौन सम्पर्क गरी रोग सार्नु भयङ्कर अपराध हो जसले गर्दा तपाईलाई धेरै वर्षको कारागार सजाय हुन्छ ।

एसटीआइको परीक्षण

तपाईले म्यानिटोवाको अस्पताल र श्वास्थयकेन्द्रहरु एसटीआइ रोगहरुको परीक्षण गर्न सक्नु हुन्छ । सो परीणाम तपाई वाहेक अरु कसैलाई भनिने छैन । म्यानिटोवाको २ श्वास्थ्यकेन्द्रहरुमा परीक्षण गराउदा तपाईले आफ्नो नाम निम्न केन्द्रहरुमा भन्नु पर्दैन :

- नाइन सर्कलस सामुदायिक श्वास्थ्य केन्द्र, ७०५ ब्रोडवे, विनीपेग (२०४)९४०–६०००
- सार्वजनिक श्वास्थ्य केन्द्र, इकाई ए, ८०० रोसर एभन्यु, ब्रान्डन, (२०४)५७१–८४८३

निम्न अवस्थामा तपाईले एचआइभी र एसटीआइको परीक्षण गराउनु पर्छ:

- तपाईको अथवा तपाईको साथीको यौन श्वास्थ्यको वारेमा चासो रहेमा
- तपाईको अथवा तपाईको साथीको अन्य व्यक्तिहरुसंग यौन सम्पर्क भएमा
- विना कन्डम यौन सम्पर्क गरेमा अथवा कन्डम फुटेमा
- तपाईलाई कसैले जवरजस्ती करणी गरेमा
- अन्य व्यक्तिको रगत अथवा शरीरको रसहरु (जस्तै शरीरको अचानक प्रयोग गरेको नीडल छोएमा) संग सम्पर्क आएमा ।

परीक्षणको परीणमहरु अथवा नतिजा सकारात्मक देखिएमा तपाइसंग यौन सम्पर्कमा आएका पहिलाका साथीहरुलाई भन्नु पर्नेछ । परीक्षणको नतिजा नकारात्मक देखिएता पनि तपाईले केही महिना पछि पून:परीक्षण गराउनु होला। संकमण भएको सुरुका महिनाहरुमा एचआइभी नदेखिन सक्दछ ।