

STI（性行為感染症）

STI とは何ですか？

性行為感染症（STI）は、皮膚または体液（精液、膣内分泌液、血液など）に存在する細菌によって引き起こされます。このような細菌は、性行為中に皮膚や生殖器からの体液を通じて感染者から他者へと感染するほか、一部の細菌は、静脈に薬物を投与したり、注射針を使い回したりすることによって感染する可能性もあります。こういった細菌は、膣、ペニス、口、肛門、傷口もしくは切り傷などから体内に侵入していきます。性行為感染症は通常、日常的な接触や人の往来が激しい場所（プールや便座など）で接触することによって感染することはありません。

STI を予防するためには、どうすればいいのでしょうか？

- **自分自身をよく知り、自分がどのような関係を望むのかを考えましょう。** そうすることで、自分自身で他者との関係に一線を引くことができ、性的なアイデンティティを築いていけるようになります。
- **禁欲をしましょう。** 禁欲とは、性的行為を行わないという意味であり、正しい相手と正しい時期、正しい場所を待つということです。また、禁欲をするということは、お互いの体液に触れることなく、相手と親密な関係を築く方法を見つけることを意味します。
- **リスクの低い行為をしましょう。** リスクの低い行為には例えば、キスをしたり、手で刺激したり、触れ合ったり、マッサージしたり、撫でまわしたり、体を摺り寄せたりする、などがあります。オーラルセックスをする場合は男性がコンドームを装着するか、女性がデンタルダムを装着するようにしましょう。
- **性行為の相手の数を制限しましょう。** そうすることで、STI に感染するリスクを低下できます。
- **バリア式避妊法を利用しましょう。** 性行為をしようと思った場合、どちらか一方が必ず、男性用もしくは女性用コンドームまたはデンタルダムなどのバリア法による避妊を行いましょう。
- **リスクの高い性行為を避けましょう。** リスクの高い性行為には例えば、コンドームなしの膣性交や、コンドームなしの肛門性交などがあります。
- **ガーダシルというワクチンがあり、生殖イボ予防のために 12 歳から 26 歳までの男女がワクチン接種を受けることができます。** 生殖イボは、女性における子宮頸がんの原因になります。生殖イボは肛門がんの原因にもなり、さらにはオーラルセックスによって口腔がんを引き起こす可能性もあります。
- **性交前や性交時のアルコールおよびその他の薬物の使用はやめましょう。** こういった薬物の使用は、健全な選択をしたり、避妊具を正しく使用したりすることの妨げとなります。
- **定期的に検査を受けましょう。** 医師との関係を築き、維持していくことは、健康的なライフスタイルを維持するための重要なステップです。

コンドームをどのように使用すればいいのでしょうか？リンク先のビデオをご覧ください。<http://www.youtube.com/watch?v=gXlceJhYVuc>

1. パートナーの同意を得てください (コミュニケーション)	7. オーガズム
-----------------------------------	----------

2. 性的刺激（興奮）	8. 射精（性行為終了）
3. 勃起	9. コンドームの縁を持つ
4. 巻いてある部分を押し下げてコンドームを付ける	10. ペニスを引き抜く
5. コンドームの先端部に空間を残しておく	11. 勃起の消失
6. 性交（性行為）	12. 休養

STIに感染しているかどうかは、どのようにして分かるのでしょうか？

STIに感染しても、ほとんどの場合は無症状であり、症状だけを見てSTIに感染しているかどうかを判断することはできません。STIに感染しているかどうかを知るには、検査をする必要があります。

STIの一般的な症状には以下があります。

- 排尿時にヒリヒリした痛みがある
- 性器に傷や水ぶくれのような潰瘍がある
- 局部にイボがある
- 発疹
- ペニスもしくは膣からの分泌物
- 腹痛（主に女性）

検査を受けましょう。下記の事項に当てはまる場合は、STIの検査を受けてください。

- 性的にアクティブである（他の危険因子の有無を問わない）。
- STIの徴候もしくは症状が認められる。
- コンドームや他のバリア法を用いずにオーラルセックス、肛門性交、もしくは膣性交を行ったことがある。
- 薬物を投与する際に注射針を使い回したことがある。もしくは、注射針を使い回して薬物を投与した人物と性交をした。
- 症状がない場合でも、24歳以下の女性はクラミジアと淋病の検査を毎年受けることをお勧めします。治療を受けずにクラミジアを放置した場合、女性の不妊の主な原因になります。また、クラミジアは薬物で簡単に治療できます。

どこでSTIの検査を受けられますか？

- **学生健康サービス（Student Health Services）**
 - <http://studenthealth.oregonstate.edu/stis-and-hiv>
- **ベントン郡ヘルスクリニック（Benton County Health Clinic）**
 - http://www.co.benton.or.us/health/public_health/disease.php#sti