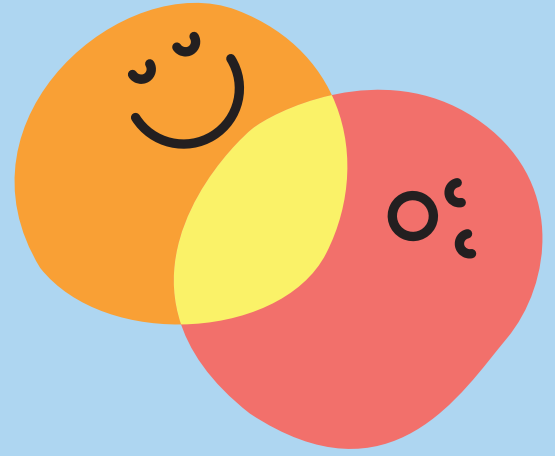


# ทุกคนทำอยู่นะ



## คือการไปตรวจเช็กนั่นเอง

เพศสัมพันธ์เป็นเรื่องปกติของชีวิต การพูดคุยเกี่ยวกับสุขภาพทางเพศของคุณก็ควรเป็นเรื่องปกติเช่นกัน

สุขภาพทางเพศมีอะไรมากกว่าแค่เรื่องเช็กส์!

มันอยู่ที่ว่าคุณรู้สึกปลอดภัยและสบายใจด้วยหรือไม่ การสื่อสารเป็นสิ่งสำคัญ ทั้งก่อน ระหว่าง และหลังการมีเพศสัมพันธ์



Department of Health

### เพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยยิ่งขึ้นสำหรับทุกคน

**การสื่อสาร** – พูดคุยอย่างเปิดเผยกับคู่ของคุณเกี่ยวกับสุขภาพและความสุขทางเพศ

**ยินยอม** – ทำตามขั้นตอนเพื่อตรวจสอบว่าทุกคนที่เกี่ยวข้องยอมรับกิจกรรมทางเพศแต่ละกิจกรรมโดยสมัครใจ

**การคุมกำเนิด** – ทำตามขั้นตอนเพื่อหลีกเลี่ยงการตั้งครรภ์หรือทำให้คนอื่นตั้งครรภ์ เว้นแต่คุณทั้งคู่ต้องการ

**ถุงยางอนามัย** – ป้องกันเพื่อลดความเสี่ยงของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์โดยไม่ตั้งใจ

ตัดสินใจในสิ่งที่ถูกต้องกับตัวคุณด้วยการพูดคุยกับคนที่คุณไว้วางใจ

### โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์เป็นส่วนหนึ่งของชีวิต

การติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ (STIs) เป็นเรื่องปกติและไม่มีอาการที่แสดงชัดเจนเสมอไป

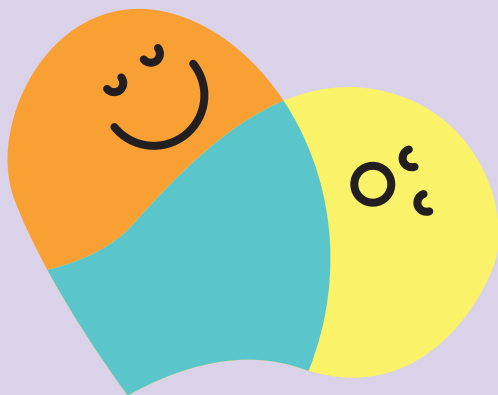
ชาวออสเตรเลีย 1 ใน 6 จะเป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ซักครั้งในชีวิต

คุณสามารถติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ได้โดยการมีเพศสัมพันธ์ทางปาก ช่องคลอด หรือทวารหนักโดยไม่มีการป้องกัน

การติดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ไม่ใช่เรื่องน่าอาย สิ่งสำคัญคือต้องได้รับการตรวจและรับการรักษาเพื่อหลีกเลี่ยงการส่งต่อและป้องกันปัญหาสุขภาพที่ใหญ่กว่าในภายหลัง

การตรวจสุขภาพทางเพศเป็นวิธีเดียวที่จะทราบได้อย่างแน่ชัดว่าคุณเป็นโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์หรือไม่

นอกจากนี้ยังเป็นโอกาสในการพูดคุยอย่างเปิดเผยและเป็นความลับเกี่ยวกับเรื่องเพศและความสัมพันธ์



### ฉันจะได้อย่างไรได้บ้างเพื่อป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์?

- รับการตรวจสุขภาพทางเพศอย่างน้อยปีละครั้ง
- มีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัยยิ่งขึ้นโดยใช้อุปกรณ์ป้องกัน เช่น ถุงยางอนามัยและแผ่นยางอนามัย
- รับวัคซีนป้องกันไวรัสตับอักเสบบีและ HPV
- แจ้งให้คู่ของคุณทราบว่า你是โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์หรือไม่ เพื่อให้พวกเขาสามารถทดสอบและรักษาได้เช่นกัน

การตั้งครรภ์ การคุมกำเนิด ยาฝังคุมกำเนิด และ ยาต้านไวรัส (PrEP) ไม่ได้ลดความเสี่ยงในการติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์

**ตรวจอย่างสม่ำเสมอ รักษาตั้งแต่เนิ่นๆ และป้องกันผลกระทบในระยะยาว**

## ใครควรได้รับการตรวจ สุขภาพทางเพศ?

ใครก็ตามที่กำลังมีเพศสัมพันธ์  
ง่าย ๆ แบบนั้นเลย

รับการตรวจ

- อย่างน้อยปีละครั้ง
- หากคุณกำลังตั้งครรภ์หรือกำลังวางแผนตั้งครรภ์
- เมื่อคุณเปลี่ยนคู่นอนหรือเริ่มต้นความสัมพันธ์ใหม่
- หากคุณหรือคู่นอนของคุณมีอาการ

การตรวจเชิงสุขภาพเป็นประจำมีความสำคัญแม้ว่าคุณจะ  
ป้องกันแล้วก็ตาม ในบางกรณีอาจแนะนำให้ทำการตรวจ  
บ่อยขึ้น

ตรวจอย่างสม่ำเสมอ รักษาตั้งแต่เนิ่นๆ และป้องกัน  
ผลกระทบระยะยาว

## ตรวจสุขภาพทาง เพศได้ที่ไหน?

การตรวจสุขภาพทางเพศที่มีราคาไม่แพงและเป็นความลับ  
สามารถทำได้ที่

- แพทย์ในพื้นที่ของคุณ
- ศูนย์สุขภาพชุมชน
- องค์กรสุขภาพที่ควบคุมโดยชุมชนชาวอะบอริจิน
- บริการด้านสุขภาพทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์

การตรวจ STI ทั้งหมดควรรวมถึง

- ✓ หนองในเทียม
- ✓ โรคหนองใน
- ✓ เอชไอวี
- ✓ ซิฟิลิส

## การตรวจสุขภาพทางเพศ เกี่ยวข้องกับอะไรบ้าง?

แพทย์ พยาบาล หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุขจะพูดคุยกับคุณ  
เกี่ยวกับชีวิตทางเพศของคุณ เพื่อที่พวกเขาจะได้ข้อมูล  
ที่ถูกต้องเพื่อแจ้งทางเลือกของคุณ

การตรวจอาจแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับความต้องการของคุณ  
แต่อาจรวมถึงตัวอย่างปัสสาวะ การตรวจเลือด หรือการตรวจ  
ด้วยก้านพลาสติก การตรวจบางรายการสามารถเก็บตัวอย่าง  
ด้วยตนเองได้

การได้รับแจ้งเกี่ยวกับสุขภาพทางเพศของคุณช่วยให้คุณ  
มุ่งความสนใจไปที่ความสุขในขณะนั้นได้

โปรดจำไว้ว่า โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์  
ส่วนใหญ่สามารถป้องกันและหายจาก  
โรคได้ และทั้งหมดสามารถรักษาได้  
สิ่งสำคัญคือการตรวจพบและรักษา  
ตั้งแต่เนิ่นๆ



เพศสัมพันธ์ควรเป็นสิ่งที่ทุกคนรู้สึกสนุก  
ไปกับมัน พูดคุยอย่างเปิดเผย รักษาตัวให้  
ปลอดภัย รับการตรวจ – และขอให้สนุก!

หากต้องการข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับสุขภาพ  
ทางเพศ โปรดไปที่ Better Health Channel  
หรือพูดคุยกับแพทย์ พยาบาล หรือเจ้าหน้าที่  
ด้านสุขภาพของคุณ

