



Säkrare sex utomlands

Texten är faktagranskad av
venereolog Hans Carlberg, överläkare, Hudkliniken,
Södersjukhuset, Stockholm.

Hiv och andra sexuellt överförbara infektioner

Att resa utomlands kan för många vara ett sätt att lämna vardagen bakom sig. Det är lätt att ryckas med och ta risker som man annars inte tar. Det är också utomlands som många blir smittade med hiv och andra sexuellt överförbara infektioner (STI*), till exempel klamydia, gonorré, syfilis och hepatit B.

STI är ett stort problem över hela världen. Enligt WHO:s beräkningar blir flera hundra miljoner människor smittade med en STI varje år och man beräknar att 14 000 smittas med hiv varje dag.

Många är drabbade, men det finns ett sätt som minskar risken att bli smittad med en STI, vare sig du är i Sverige eller utomlands.

Använd alltid kondom - under hela samlaget.

Hiv/aids

Idag lever uppskattningsvis 42 miljoner människor (barn och vuxna) med hiv/aids. Av dessa finns närmare 30 miljoner i afrikanska länder söder om Sahara, 6 miljoner i Syd- och Sydostasien och 570 000 i Västeuropa.

Symtom

Hiv är ett virus som finns i sädesvätska, slidsekret och blod. Viruset överförs via oskyddade vaginala, orala och anala samlag samt via blod. Narkomaner kan få hiv om de använder samma spruta som en hivinfekterad person har använt.

De allra flesta som smittats med hiv får inga symtom förrän flera år efter smittotillfället. Övergående symtom som ibland kan uppträda 2-4 veckor efter smittotillfället påminner om halsfluss eller körtelfeber. Exempel är ont i halsen, feber, ömma och svullna lymfkörtlar på

halsen eller i armhålorna samt utslag på överkroppen. Kroppens immunförsvar bryts sedan sakta ner och först efter flera år uppstår livshotande symtom (aids).

Behandling

Man kan testa sig för hiv genom att ta ett blodprov i armen, tidigast 6 veckor efter smittotillfället. Provsvaret bedöms som helt säkert efter 12 veckor.

Det finns idag ingen bot mot hiv. Genom behandling kan dock virusmängden i kroppen hämmas och sjukdomsutvecklingen bromsas. Provtagning är gratis.



***Kondom under hela samlaget
ger ett bra skydd mot hiv.***

Klamydia

Klamydia är en vanlig STI* både i Sverige och utomlands. Spridningen varierar kraftigt mellan olika länder. I Västeuropa uppskattas att drygt 5 miljoner smittas med klamydia varje år. Motsvarande siffra i Syd- och Sydostasien är 43 miljoner och i afrikanska länder söder om Sahara, närmare 16 miljoner.

Symtom

Klamydia orsakas av en bakterie som kan finnas i könsorgan och ändtarm. Bakterien överförs via oskyddade vaginala och anala samlag.

Obehandlad klamydia kan orsaka äggledarinfektion hos kvinnor och bitestikelinflammation hos män. Hos framförallt kvinnor finns en risk att bli steril.

Klamydia kan orsaka sveda och flytningar i urinröret hos både män och kvinnor, vanligen

1-3 veckor efter smittotillfället. Kvinnor kan dessutom få livmoderhalsinfektion med ökade flytningar från slidan. Man kan även få ögoninfektion. Infektion i svalget kan förekomma men är mycket ovanlig. Fler än hälften av de som är smittade får inga symtom alls.

Behandling

Man kan testa sig för klamydia genom att ta prov från urinerör, livmodertapp, ändtarm och ibland även från ögon och svalg. Provtagning kan göras tidigast en vecka efter smittotillfället och bör upprepas efter en vecka, om första provet tagits tidigt och är negativt. Klamydia behandlas med antibiotika. Provtagning och behandling är gratis.



***Kondom under hela samlaget
ger ett bra skydd mot klamydia.***





Risken finns överallt

Hiv och andra sexuellt överförbara infektioner finns i hela världen, även om vissa länder är mer drabbade än andra. Många fall förblir oupptäckta eller behandlas ineffektivt i brist på läkare och tillfredsställande sjukvård. *Var du än befinner dig innebär kondom alltid säkrare sex.*

Denna karta visar en grov uppskattning var hiv och andra sexuellt överförbara infektioner förekommer mest.

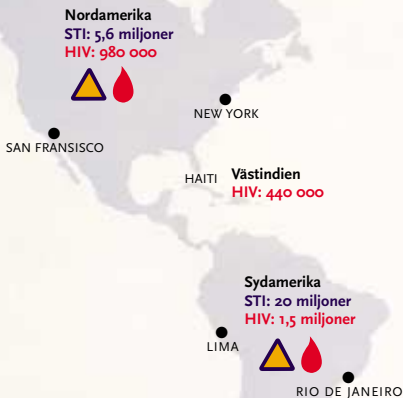


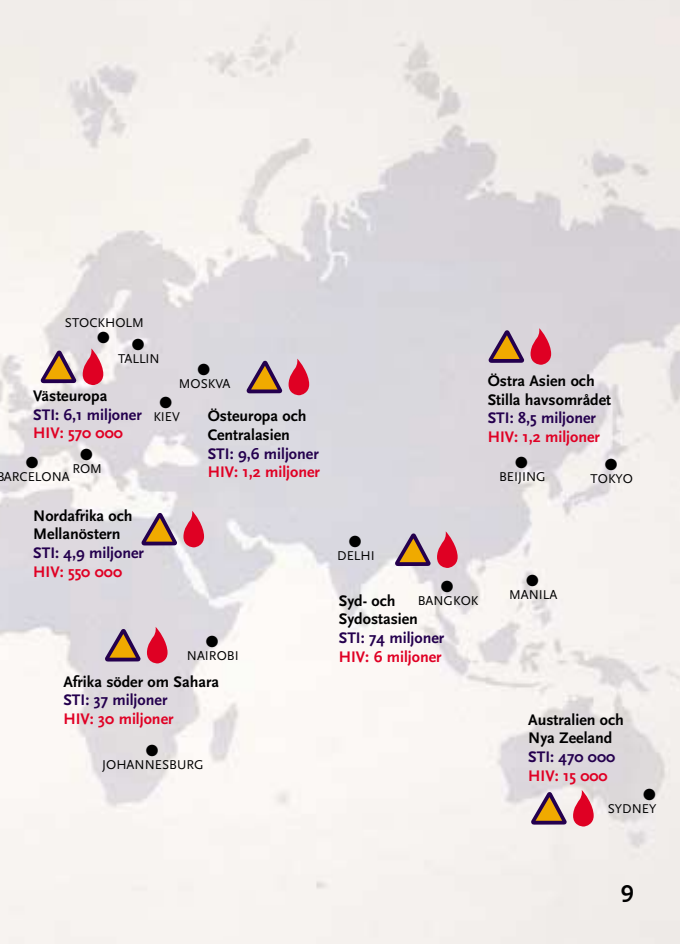
Hiv (Siffrorna anger uppskattat antal vuxna och barn som lever med hiv/aids).



Behandlingsbara STI (klamydia, gonorré och syfilis)
(Siffrorna anger uppskattat antal nya fall per år).

Källa: UNAIDS och WHO





STOCKHOLM

TALLIN

MOSKVA

KIEV

BARCELONA

ROM

Västeuropa

STI: 6,1 miljoner

HIV: 570 000

Östeuropa och

Centralasien

STI: 9,6 miljoner

HIV: 1,2 miljoner

Östra Asien och

Stilla havsområdet

STI: 8,5 miljoner

HIV: 1,2 miljoner

BEIJING

TOKYO

Nordafrika och

Mellanöstern

STI: 4,9 miljoner

HIV: 550 000

DELHI

Syd- och

Sydostasien

STI: 74 miljoner

HIV: 6 miljoner

BANGKOK

MANILA

NAIROBI

Afrika söder om Sahara

STI: 37 miljoner

HIV: 30 miljoner

JOHANNESBURG

Australien och

Nya Zeeland

STI: 470 000

HIV: 15 000

SYDNEY

Gonorré

De män som smittas med gonorré, smittas ofta utomlands. Idag finns drygt 60 miljoner fall av gonorré, fördelade över hela världen. Drygt en miljon nya fall upptäcks varje år hos vuxna i Västeuropa. I Syd- och Sydostasien är motsvarande siffra drygt 27 miljoner och i afrikanska länder söder om Sahara, drygt 17 miljoner.

Symtom

Gonorré orsakas av en bakterie som kan finnas i könsorgan, svalg och ändtarm.

Bakterien överförs via oskyddade vaginala, orala och anala samlag. Obehandlad gonorré kan hos kvinnor leda till äggledarinflammation och hos män till inflammation i bitestikel och prostatakörtel. Detta kan i sin tur leda till sterilitet, framförallt hos kvinnor.

Både män och kvinnor kan vara besvärsfria

trots att de blivit smittade, särskilt vid infektion i svalg. Gonorré kan orsaka flytningar och/eller sveda, smärta i urinrör och underliv. Besvären kommer oftast inom en vecka efter smittotillfället.

Behandling

Man kan testa sig för gonorré genom att ta prov från urinrör, livmodertapp, ändtarm och oftast även från svalg, tidigast 4-5 dagar efter smittotillfället. Provtagning bör upprepas efter en vecka, om det första provet tagits tidigt och är negativt. Gonorré behandlas med antibiotika. Infektionen är svårbehandlad om bakteriestammen är resistent (motståndskraftig), vilket är vanligt i stora delar av världen. Provtagning och behandling är gratis.



***Kondom under hela samlaget
ger ett bra skydd mot gonorré.***

Syfilis

Syfilis är inte så vanlig i Västeuropa men antalet som smittas ökar i många länder. I till exempel Ryssland, Estland, Lettland och Litauen är ökningen mycket kraftig.

För några år sedan uppskattades 140 000 nya fall av syfilis hos vuxna i Västeuropa. I Syd- och Sydostasien är motsvarande siffra 4 miljoner, i afrikanska länder söder om Sahara, 4 miljoner.

Symtom

Syfilis orsakas av en bakterie som överförs via oskyddade vaginala, orala och anala samlag samt nära kroppskontakt.

Obehandlad syfilis kan leda till skador på hjärta, blodkärl och hjärna vilka kan leda till döden.

Alla som blir smittade får inte symtom. Vanligen uppkommer dock oömma sår, oftast i underlivet men även i munhåla, på tunga och på läppar,

cirka 3 veckor efter smittotillfället. Även utan behandling försvinner såren efter 3-6 veckor men bakterien finns kvar i kroppen. Efter cirka 3 månader kan sjukdomen visa sig genom utslag på kroppen.

Behandling

Man kan testa sig för syfilis genom blodprov, 4 veckor efter smittotillfället.

Syfilis behandlas med penicillininjektioner.

Provtagning och behandling är gratis.



***Kondom under hela samlaget
ger ett bra skydd mot syfilis.***

Hepatit B

Hepatit B sprids främst genom sexuella kontakter. Sjukdomen är mycket spridd, speciellt i vissa utvecklingsländer. I delar av Afrika och Asien har upp till 20% av befolkningen en smittsam infektion.

Symtom

Hepatit B är ett virus som finns i sädesvätska, slidsekret och blod. Narkomaner kan få hepatit B om de använder samma spruta som en hepatit B-infekterad person har använt. De första symtomen visar sig 3-6 veckor efter smittotillfället.

Symtomen är ofta lindriga och kan vara snabbt övergående. Man kan med andra ord vara smittad och smittsam utan att ha märkt av några symptom. Hepatit B orsakar inflammation i levern. Efter en tid visar sig symptom som trötthet, klåda på kroppen, gula ögonvitor och ofta även dålig aptit.

Behandling

Man kan testa sig för hepatit B genom att ta ett blodprov i armen. Med blodprov kan man också se om levern har tagit skada av infektionen.

Provtagning är gratis. Det finns ingen behandling mot hepatit B men infektionen läker ofta av sig själv efter ett par månader. Cirka 5% utvecklar dock kronisk leverinflammation vilken kan förorsaka levercancer. Vaccination rekommenderas.



***Kondom under hela samlaget
ger ett bra skydd mot hepatit B.***

Testa dig

Om du misstänker att du kan vara smittad ska du gå och testa dig. Även om du har testat dig och fått behandling utomlands bör du uppsöka läkare och göra ett nytt test när du kommer hem. Detta för att få veta om infektionen har läkt ut. Testning görs på hud- och könsmottagning, gynekologisk mottagning, venerologisk mottagning, vårdcentral, infektions- eller ungdomsmottagning. För ungdomsmottagning gäller övre åldersgräns mellan 20 och 25 år, beroende på var i landet du bor.



Trevlig resa

Ytterligare information kan du få via olika hemsidor, bland annat:
rfsu.se • rfl.se • noaksark.redcross.se • ungman.nu
ungkvinna.nu • sexaktuellt.com • smittskyddsinstitutet.se • fhi.se

Fler exemplar av denna broschyr kan beställas genom
Statens folkhälsoinstitut Distributionstjänst, 120 88 Stockholm.
Fax: 08-449 88 11, e-post: fhi@strd.se

Några ord på vägen

Amerikansk engelska - *safe, rubber*

Engelska - *sheath, prophylactic, condom*

Franska - *préservatif, capote*

Spanska - *condón*

Tyska - *kondom*



STATENS FOLKHÄLSOINSTITUT