

## Основне особине

Генитални херпес је полно преносива болест  
Преноси се приликом незаштићеног сексуалног односа, укључујући и орални секс

Често не даје симптоме

Терапија је једноставна

Можете се заштитити уколико током сексуалних односа УВЕК користите кондом.

## Шта је генитални херпес?

- ❖ Узрочник је вирус-*Herpes simplex virus (HSV)* који се јавља у два облика: *HSV-1* и *HSV-2*. Ови вируси су слични али имају другачији клинички ток.
- ❖ Код оба типа вируса могу бити захваћени генитална и анална регија (генитални херпес), нос и уста (лабијални херпес/*herpes labialis*) или руке и прсти (пликови/*whitlow*). *HSV-2* је ретко узрок лабијалног херпеса и промена на устима.
- ❖ *HSV-1* је најчешће узрок лабијалног херпеса мада са порастом упражњавања оралног секса, *HSV-1* је постао чест узрок гениталног херпеса.
- ❖ Вирус има афинитет ка слузокожи усне дупље, вагине, ректума, уретре (мокраћни канал) и препуцијума (кожни набор који прекрива главић пениса). Такође, механичко оштећење коже представља погодан терен за улаз вируса.

## Како се генитални херпес преноси?

- ❖ Већина људи добије херпес од особе која је заражена, а нема видљиве промене инфекције и која самим тим не мора знати да је инфицирана.
- ❖ Херпес можете добити путем сексуалног односа са особом која је већ заражена, било да је у питању вагинални, орални, анални секс или преко блиског гениталног контакта.
- ❖ Најчешћи начин преношења гениталног херпеса *HSV-1* вируса је током упражњавања оралног секса са особом која има лабијални херпес или непосредно пре развоја, што је веома ретка појава са *HSV-2* инфекцијом.
- ❖ Генитални херпес се ретко може пренети са особе која има херпес на руци или прстима путем додиривања партнерове гениталне регије.
- ❖ Пре појаве првих симптома, вирусом можете бити инфицирани недељама, месецима, чак и годинама.

## Који су симптоми гениталног херпеса?

## Herpes genitalis- Информациони летак за пацијенте

- ❖ Већина људи уопште нема јасних и видљивих знакова или симптома. Свака трећа особа ће имати симптоме гениталног херпеса четири до пет дана од инфекције.
- ❖ Повремено, вирус може бити присутан у телу недељама, месецима, чак и годинама а да пацијент тога није свестан. Уколико манифестујете симптоме то не значи да сте од тада заражени вирусом.
- ❖ Можете имати симптоме налик симптомима грипа као што су температура, малаксалост и главобоља. Ови симптоми су често праћени пецкањем или сврабом у гениталној или аналној регији. Могу се појавити мали пликови испуњени течношћу који прскају следећих дан или два, потом се сасушују, ствара се круста, након чега следи зарастање раница.
- ❖ Особе инфициране *HSV-1* вирусом често имају израженије симптоме прве епизоде гениталног херпеса него особе инфициране *HSV-2* вирусом.
- ❖ Вирус потом постаје инактиван и остаје у телу у латентном стању. С времена на време вирус се реактивира и умножава.
- ❖ Уколико су присутне промене на кожи, иако можда немате симптоме и даље сте инфективни и вирус можете пренети другим особама.
- ❖ Некада вирус постане опет активан што доводи до поновних епизода херпеса што је познато као рекурентни херпес.
- ❖ Особе инфициране са *HSV-1* вирусом ређе имају рекурентне епизоде, у просеку мање од једном годишње.
- ❖ Знакови и симптоми рекурентних инфекција су често доста блажи. Међутим, краће трају у односу на примарну инфекцију. Често ћете осетити пецкање или благе грипозне симптоме пре избијања промена на кожи. Неки пацијенти могу осетити свраб или бол у регији пре појаве пликова. Мањи број пликова и раница је присутан него у примарној инфекцији. Често је захваћена иста регија, мада могу бити и у близини првобитне локализације.

# Herpes genitalis- Информациони летак за пацијенте

## Шта је узрок рекурентним епизодама?

- ❖ Познати окидачи су умор, стрес и пад имунитета, али о томе постоје ограничени докази. Трење приликом сексалних односа, мастурбација, тесна одећа или доњи веш могу бити окидачи рекурентне епизоде. Изложеност УВ зрацима такође може изазвати рекурентну појаву херпеса.

## Да ли је потребно тестирати се?

- ❖ Да, потребан је узорак плика или ранице да би се успоставила дијагноза. Ови тестови су изузетно поуздани, а резултати су готови за мање од две недеље. Тест Вам може показати који тип вируса имате (HSV-1 или HSV-2) што дозвољава лекару да Вам прецизније пружи одговарајуће информације о Вашем типу вируса.
- ❖ Уколико немате симптоме херпеса често је немогуће тестирати се јер доступне анализе крви нису довољно прецизне и не могу дати одговор на питање да ли имате инфекцију или не.
- ❖ Уколико мислите да имате симптоме херпеса или сте забринути због других инфекција, онда је индикуван преглед код Вашег лекара опште праксе или надлежног дерматолога.
- ❖ Уколико имате херпес, такође је потребно да се тестирате на друге полно преносиве болести, као што су ХИВ, сифилис, хламидија и гонореја (*HIV*, *Syphilis*, *Chlamydia* и *Gonorrhoea*) јер можете имати више од једне инфекције истовремено.

## Како се лечи херпес?

### Прва епизода

- ❖ Антивирални лекови се често препоручују за прву епизоду и дају се у року од неколико дана од појаве симптома. Уколико су пликови у фази зарастања, често лекови нису ефикасни.
- ❖ Важно је да одржавате хигијену захваћеног подручја тако што се захваћено подручје пере млаком водом или испира физиолошким раствором.

# Herpes genitalis- Информациони летак за пацијенте

- ❖ Важно је да оперете руке након додиривања захваћеног дела коже.
- ❖ Узимајте довољну количину течности као што су вода и сокови.
- ❖ Неки пацијенти пријављују позитивне резултате након апликовања леда на промене по сат времена (не апликовати лед директно на кожу). Туширање хладном водом и примена хладних облога такође може ублажити симптоме.
- ❖ Ношење лагане одеће може бити од користи.
- ❖ Уколико имате бол приликом мокрења, могу бити од користи топле купке у кади (седење и лежање у кади) или стављање термофора на предео мале карлице. Уколико неколико сати не можете да мокрите, хитно се обратите лекару.

## Рекурентни херпес

- ❖ Уколико рекурентне епизоде не стварају проблеме или тегобе онда није потребно узимати лекове јер ће промене спонтано регредирати.
- ❖ Особама које имају болне рекурентне епизоде гениталног херпеса је од користи да узимају антивиралну терапију. Ваш лекар Вам може дати лекове за убудуће како бисте могли започети терапију одмах након појаве првих промена рекурентне епизоде.
- ❖ Могуће је узимати дневну превентивну терапију како бисте супримирали симптоме и смањили учесталост рекурентних епизода у случају да често имате рекурентне епизоде. Попричајте се Вашим лекаром уколико бисте ову варијанту желели да размотрите. Неки људи узимају превентивну терапију како би смањили ризик преношења вируса другим особама.

## Да ли да упражњавам секс уколико имам HSV вирус?

- ❖ Можете само пренети одређени тип вируса уколико друга особа није инфицирана истим типом HSV вируса тј. HSV-1 или HSV-2. На пример, уколико имате HSV-2, онда можете инфицирати другу особу која има HSV-1 и обрнуто иако је ризик мало мањи него да инфицирате особу која није инфицирана ни са једним типом херпеса.
- ❖ Вирус се најчешће пренеси непосредно пре, током или одмах након епизоде херпеса. Ризик преношења вируса се може смањити тако што у потпуности апстинирате од сексуалних односа у овим периодима.
- ❖ Верује се да већина људи умножава вирус иако нема знакова или симптома гениталног херпеса. Ово се зове „асимптоматско умножавање”. Могуће је пренети вирус током ових периода иако је за већину људи то мали ризик.
- ❖ Особа чешће умножава и шири вирус током прве године након примарне инфекције или ако има честе рекурентне епизоде. Ризик је мањи за HSV-1. Што је дужи период између рекурентних епизода, то су ређе епизоде асимптоматског умножавања.
- ❖ Показало се да коришћење кондома, као и узимање дугорочне превентивне терапије, смањује ризик преношења херпеса за 50%.

## Херпес и трудноћа

- ❖ Важно је да обавестите Вашег лекара или бабицу да имате херпес уколико сте трудни или планирате трудноћу. Они ће Вам дати савете о херпесу током трудноће. Ризик о преношењу херпеса на Вашу бебу је низак уколико сте се инфицирали пре трудноће. Ваш лекар ће Вам додатно објаснити како да смањите ризик.
- ❖ За мушкарце са херпесом чија партнерка остане у другом стању и није инфицирана херпесом, јако је битно да се партнерка не инфицира током трудноће. Попричајте са Вашим лекаром како да смањите ризик.

## Да ли морам обавестити свог партнера?

- ❖ Доказано је да су шансе преношења инфекције смањене уколико обавестите Вашег партнера о Вашој *HSV-1* дијагнози.
- ❖ Не можете добити генитални херпес преко грљења, дељења туша или пешкира, од базена, даске за WC шоље или ако делите чаше или прибор за јело.
- ❖ Генерално, ризик од преношења гениталног херпеса (оба типа) се процењује на око 5-10% сваке године. Ризик преношења *HSV-1* је мањи него код *HSV-2*.
- ❖ Велика је вероватноћа да је Ваш партнер претходно био изложен вирусу јер је *HSV-1* чест узрок лабијалног херпеса. Уколико је Ваш партнер већ инфициран са *HSV-1* на устима (лабијални херпес) или у гениталним регијама онда су мале шансе да ћете их реинфицирати.

## Додатна помоћ и информације

- ❖ Уколико сумањате да имате херпес или неку другу полно преносиву болест, потребно је да се обратите Вашем лекару опште праксе или надлежном дерматовенерологу.

### Превели на српски са енглеског оригинала:

Др Игор Капетановић

Др Тамара Митић

Проф. др Милош Николић

### Translated into Serbian from the English original:

Igor Kapetanović, MD

Tamara Mitić, MD

Professor Miloš Nikolić, MD, PhD