

Βασικά σημεία

Ο έρπης των γεννητικών οργάνων είναι μια σεξουαλικά μεταδιδόμενη λοίμωξη. Μεταδίδεται από το ένα άτομο στο άλλο κατά τη διάρκεια του σεξ, συμπεριλαμβανομένου του στοματικού σεξ.

Συχνά δεν προκαλεί συμπτώματα.

Η θεραπεία είναι απλή.

Η πιθανότητα μετάδοσης μειώνεται αν χρησιμοποιείτε ΠΑΝΤΑ προφυλακτικό όταν κάνετε

Τι προκαλεί τον έρπητα των γεννητικών οργάνων;

❖ Προκαλείται από τον ιό του απλού έρπητα (HSV). Υπάρχουν δύο τύποι του ιού: ο ιός του απλού έρπητα τύπου-1 (HSV-1) και ο ιός του απλού έρπητα τύπου-2 (HSV-2). Αυτοί είναι συγγενικοί ιοί, αλλά έχουν διαφορετική κλινική πορεία.

❖ Και οι δύο τύποι μπορούν να προσβάλουν τα γεννητικά όργανα και την περιοχή του πρωκτού (έρπης των γεννητικών οργάνων), τη μύτη και το στόμα (επιχείλιος έρπης) ή τα χέρια και τα δάκτυλα. Ωστόσο, ο ιός του απλού έρπητα τύπου-2 (HSV-2) σπάνια προσβάλλει τη μύτη και το στόμα.

❖ Ο ιός του απλού έρπητα τύπου-1 (HSV-1) προκαλεί τον επιχείλιο έρπητα, αλλά μέσω της αύξησης του στοματικού σεξ προκαλεί συχνά και τον έρπητα των γεννητικών οργάνων.

❖ Ο ιός μπορεί να εισέλθει στο σώμα μέσω των μαλακών ιστών (βλεννογόνων) του στόματος, του κόλπου, του ορθού, της ουρήθρας (σωλήνας από όπου εξέρχονται τα ούρα) και του έσω πετάλου της ακροποσθίας. Μπορεί επίσης να εισέλθει από μικρές εκδορές στην επιφάνεια του δέρματος.

Πώς μολύνεσθε από τον έρπητα των γεννητικών οργάνων;

❖ Οι περισσότεροι άνθρωποι κολλάνε τον έρπητα από κάποιον που δεν γνωρίζει ότι έχει μολυνθεί.

❖ Μπορείτε να κολλήσετε έρπητα όταν κάνετε σεξ με κάποιον που έχει ήδη μολυνθεί. Αυτό μπορεί να γίνει από κολπικό, στοματικό ή πρωκτικό σεξ ή από στενή επαφή με τα γεννητικά όργανα.

❖ Ο πιο συνηθισμένος τρόπος μόλυνσης της γεννητικής περιοχής από τον ιό του απλού έρπητα τύπου-2 (HSV-2) είναι κατά τη σεξουαλική επαφή όπου ένας σύντροφος έχει τον ιό. Ο πιο συνηθισμένος τρόπος μόλυνσης της γεννητικής περιοχής από τον ιό του απλού έρπητα τύπου-1 (HSV-1) είναι το στοματικό σεξ με σύντροφο που έχει επιχείλιο έρπητα - αυτό είναι πολύ σπάνιο για τον ιό του απλού έρπητα τύπου-2 (HSV-2).

❖ Σπάνια ο έρπης των γεννητικών οργάνων μπορεί να μεταδοθεί όταν ένα άτομο με έρπητα στα δάκτυλα ή τα χέρια του αγγίζει τη γεννητική περιοχή του συντρόφου του.

❖ Ενδέχεται να έχετε μολυνθεί από τον ιό για εβδομάδες, μήνες ή ακόμα και χρόνια πριν εμφανίσετε συμπτώματα.

Ποια είναι τα συμπτώματα του έρπητα των γεννητικών οργάνων;

❖ Οι περισσότεροι άνθρωποι δεν έχουν καθόλου ορατά σημεία ή συμπτώματα. Περίπου 1 στα 3 άτομα θα εμφανίσει συμπτώματα έρπητα των γεννητικών οργάνων εντός 4-5 ημερών από τη μόλυνση.

❖ Σε ορισμένες περιπτώσεις, ο ιός μπορεί να υπάρχει στο σώμα για εβδομάδες, μήνες ή ακόμη και χρόνια πριν το άτομο το αντιληφθεί. Εάν εμφανίσετε συμπτώματα, αυτό δεν σημαίνει ότι μολυνθήκατε πρόσφατα από τον ιό.

❖ Μπορεί να αισθάνεσθε γενικά αδιαθεσία με ήπια συμπτώματα που μοιάζουν με γρίπη, όπως πυρετό, κόπωση και πονοκέφαλο. Ακολουθεί συχνά τσούξιμο ή φαγούρα στην περιοχή των

γεννητικών οργάνων ή του πρωκτού. Στη συνέχεια μπορεί να εμφανιστούν μικρές φυσαλίδες γεμάτες με υγρό, οι οποίες σπάζουν μέσα σε μία ή δύο ημέρες και στη συνέχεια επουλώνονται.

❖ Άτομα που έχουν μολυνθεί με τον ιό του απλού έρπητα τύπου-2 (HSV-2) συνήθως βιώνουν ηπιότερα την πρώτη λοίμωξη έρπητα των γεννητικών οργάνων σε σχέση με τη μόλυνση από τον ιό του απλού έρπητα τύπου-1 (HSV-1).

❖ Ο ιός στη συνέχεια γίνεται αδρανής (ανενεργός) και παραμένει στο σώμα. Πού και πού ο ιός μπορεί να ενεργοποιηθεί ξανά και να ξαναφτάσει στο δέρμα. Στην περίπτωση αυτή, μπορεί να προκαλέσει ένα νέο επεισόδιο έρπητα (υποτροπιάζων έρπητος) ή να είναι ασυμπτωματικός.

❖ Ακόμα κι αν δεν προκαλεί συμπτώματα, όταν υπάρχει στο δέρμα ο ιός είναι μεταδοτικός.

❖ Ένας ασθενής που έχει διαγνωστεί με τον ιό του απλού έρπητα τύπου-2 (HSV-2) μπορεί να έχει 4 έως 6 υποτροπές του έρπητα κάθε χρόνο, τα πρώτα χρόνια μετά τη λοίμωξη. Τα άτομα με τον ιό του απλού έρπητα τύπου-1 (HSV-1) θα έχουν αρκετά σπάνια υποτροπές - κατά μέσο όρο λιγότερο από μία φορά το χρόνο.

❖ Τα σημεία και τα συμπτώματα των υποτροπών είναι συνήθως πολύ πιο ήπια και υποχωρούν πιο γρήγορα σε σχέση με το πρώτο επεισόδιο της λοίμωξης. Υπάρχει συχνά μια αίσθηση μούδιασματος ή ήπια συμπτώματα που μοιάζουν με ελαφριά γρίπη πριν από το επεισόδιο. Λίγοι ασθενείς εμφανίζουν επίσης φαγούρα ή πόνο στην περιοχή πριν εμφανιστούν οι φυσαλίδες. Οι φυσαλίδες και οι πληγές είναι συνήθως λιγότερες σε σχέση με το πρώτο επεισόδιο. Επηρεάζουν συχνά το ίδιο σημείο του σώματος, αλλά μπορεί επίσης να εμφανιστούν και σε άλλο κοντινό σημείο.

Τι προκαλεί τις υποτροπές;

❖ Οι υποτροπές φαίνεται να πυροδοτούνται από την εξάντληση, την κόπωση ή το άγχος, αλλά υπάρχουν περιορισμένα στοιχεία γι' αυτό. Η έκθεση στο υπεριώδες φως μπορεί να πυροδοτήσει υποτροπή των βλαβών και επιχείλιου έρπητα.

Χρειάζεται να κάνω κάποια εξέταση;

❖ Ναι, χρειάζεται επίκρισμα από φυσαλίδα ή πληγή για να γίνει η διάγνωση. Αυτό το τεστ μπορεί να σας πει ποιο τύπο έρπητα έχετε (HSV-1 ή HSV-2) και να επιτρέψει στον γιατρό σας να σας δώσει πιο ακριβείς πληροφορίες σχετικά με τον τύπο του ιού.

❖ Εάν δεν έχετε συμπτώματα έρπητα συνήθως δεν είναι δυνατόν να ελεγχθείτε για τη μόλυνση. Αυτό συμβαίνει επειδή η διαθέσιμη εξέταση αίματος δεν είναι πολύ ακριβής και το αποτέλεσμα ενδέχεται να μην ξεκαθαρίζει αν έχετε πραγματικά τη μόλυνση ή όχι.

❖ Εάν πιστεύετε ότι έχετε συμπτώματα που θα μπορούσαν να είναι έρπητος, ή ανησυχείτε για άλλες λοιμώξεις, θα πρέπει να επισκεφθείτε τον οικογενειακό γιατρό σας ή τον δερματολόγο-αφροδισιολόγο σας.

❖ Εάν έχετε έρπητα, θα πρέπει επίσης να ελεγχθείτε και για άλλες σεξουαλικά μεταδιδόμενες λοιμώξεις, όπως HIV, σύφιλη, χλαμύδια και γονόρροια, καθώς μπορεί να έχετε ταυτόχρονα περισσότερες από μία λοιμώξεις.

Ποια είναι η θεραπεία για τον έρπητα;

Πρώτο επεισόδιο

❖ Συνήθως συνιστάται αντι-ικό φάρμακο για το πρώτο επεισόδιο το οποίο χορηγείται εντός λίγων ημερών από την έναρξη των συμπτωμάτων. Όταν οι φυσαλίδες έχουν αρχίσει να επουλώνονται, συχνά η θεραπεία δεν έχει πολλά να προσφέρει.

❖ Είναι σημαντικό να διατηρείτε την περιοχή καθαρή πλένοντάς τη με χλιαρό αλμυρό νερό.

❖ Είναι σημαντικό να πλένετε τα χέρια σας αφού αγγίζετε το προσβεβλημένο δέρμα.

❖ Βεβαιωθείτε ότι λαμβάνετε επαρκείς ποσότητες υγρών.

❖ Μερικοί ασθενείς αναφέρουν ανακούφιση από την εφαρμογή παγοκύστης στις πληγές (μην τοποθετείτε τον πάγο απευθείας στο δέρμα). Το κρύο ντους και τα υγρά κρύα επιθέματα μπορεί επίσης να είναι ανακουφιστικά.

❖ Μπορεί να είναι χρήσιμο να φοράτε φαρδιά και άνετα ρούχα.

❖ Εάν η ούρηση είναι επώδυνη, ουρήστε στη μπανιέρα ή ρίξτε μια κανάτα χλιαρού νερού πάνω στα γεννητικά σας όργανα καθώς ουρείτε. Εάν είναι αδύνατο να ουρήσετε μετά από αρκετές ώρες, θα πρέπει ζητήσετε επείγουσα ιατρική βοήθεια.

Υποτροπιάζων έρπης

❖ Εάν οι υποτροπές δεν σας προκαλούν κανένα πρόβλημα, τότε δεν είναι απαραίτητο να παίρνετε φάρμακα, καθώς οι πληγές θα περάσουν από μόνες τους.

❖ Μερικοί άνθρωποι βρίσκουν χρήσιμο να λαμβάνουν αντι-ική θεραπεία εάν εμφανίζουν επαναλαμβανόμενα επώδυνα επεισόδια έρπητα των γεννητικών οργάνων. Ο γιατρός σας μπορεί να σας δώσει δισκία να τα φυλάξετε στο σπίτι για να ξεκινήσετε θεραπεία στην αρχή μιας υποτροπής.

❖ Εάν έχετε πολύ συχνές υποτροπές, είναι δυνατή η λήψη προληπτικής θεραπείας καθημερινά για τη μείωση των υποτροπών. Μιλήστε με το γιατρό σας για αυτή την περίπτωση. Μερικοί ασθενείς λαμβάνουν αυτή την προληπτική θεραπεία για να μειώσουν τον κίνδυνο μετάδοσης του ιού.

Πρέπει να κάνω σεξ εάν έχω τον ιό του απλού έρπητα (HSV);

❖ Μπορείτε να μεταδώσετε τον ιό μόνο σε κάποιον που δεν έχει ήδη μολυνθεί με τον ίδιο τύπο έρπητα όπως εσείς - δηλαδή τύπου-1 (HSV-1) ή τύπου-2 (HSV-2). Ωστόσο, εάν έχετε τον ιό του απλού έρπητα τύπου-2 (HSV-2) μπορείτε να μολύνετε κάποιον που έχει ήδη μολυνθεί με τον ιό του απλού έρπητα τύπου-1 (HSV-1) και αντίστροφα, αν και αυτός ο κίνδυνος μπορεί να είναι λίγο μικρότερος από τον κίνδυνο μόλυνσης κάποιου που δεν έχει μολυνθεί με κανέναν τύπο έρπητα.

❖ Ο ιός είναι πιθανότερο να μεταδοθεί λίγο πριν, κατά τη διάρκεια ή αμέσως μετά από ένα επεισόδιο έρπητα, οπότε ο κίνδυνος μετάδοσης του ιού μπορεί να μειωθεί αποφεύγοντας εντελώς το σεξ κατά τη διάρκεια αυτών των ημερών.

❖ Θεωρείται ότι οι περισσότεροι άνθρωποι περιοδικά εμφανίζουν τον ιό στη γεννητική περιοχή χωρίς να υπάρχουν εμφανή σημεία ή συμπτώματα έρπητα των γεννητικών οργάνων. Αυτό ονομάζεται «ασυμπτωματική απόπτωση». Είναι δυνατόν να μεταδοθεί ο ιός κατά τη διάρκεια αυτών των περιόδων. Ωστόσο, για τους περισσότερους ανθρώπους ο κίνδυνος είναι μικρός.

❖ Ένα άτομο είναι πιθανότερο να εμφανίζει τον ιό στη γεννητική περιοχή κατά τη διάρκεια του πρώτου χρόνου μετά τη μόλυνση και εάν εμφανίζει συχνές υποτροπές. Αυτός ο κίνδυνος είναι μικρός για τον ιό του απλού έρπητα τύπου-1 (HSV-1) και μεγαλύτερος για τον ιό του απλού έρπητα τύπου-2 (HSV-2). Όσο μεγαλύτερο είναι το διάστημα μεταξύ των υποτροπών, τόσο σπανιότερη είναι και η ασυμπτωματική απόπτωση του ιού.

❖ Η χρήση προφυλακτικού έχει αποδειχθεί ότι μειώνει κατά το ήμισυ τον κίνδυνο μετάδοσης του έρπητα, όπως και η μακροχρόνια λήψη προληπτικής θεραπείας.

Έρπης και εγκυμοσύνη

❖ Εάν είστε έγκυος ή προσπαθείτε να μείνετε έγκυος, είναι σημαντικό να ενημερώσετε το γιατρό σας ότι έχετε έρπητα, για να μπορέσει να σας δώσει συμβουλές για τον έρπητα στην εγκυμοσύνη. Ο κίνδυνος μετάδοσης του έρπητα στο μωρό σας είναι χαμηλός εάν μολυνθήκατε πριν μείνετε έγκυος. Ο γιατρός σας θα σας συμβουλευσει πώς να μειώσετε περαιτέρω αυτόν τον κίνδυνο.

❖ Οι άνδρες με έρπητα, των οποίων η σύντροφος έχει μείνει έγκυος και δεν έχει ήδη μολυνθεί από έρπητα, είναι πολύ σημαντικό να μην μεταδώσουν τον ιό κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης. Θα πρέπει να μιλήσετε με το γιατρό σας σχετικά με τον τρόπο μείωσης αυτού του κινδύνου.

Πρέπει να ενημερώσω τον/την σύντροφό μου;

❖ Η ενημέρωση του συντρόφου σας για τη διάγνωση λοίμωξης από τον ιό του απλού έρπητα τύπου-1 (HSV-1) έχει αποδειχθεί ότι μειώνει την πιθανότητα μετάδοσης του ιού.

❖ Δεν μπορείτε να κολλήσετε έρπητα των γεννητικών οργάνων από τις αγκαλιές, την κοινή χρήση μπάνιου ή πετσετών, από πισίνες, καθίσματα τουαλέτας ή από το να μοιράζεστε ποτήρια ή μαχαιροπίρουνα.

❖ Συνολικά, ο κίνδυνος μετάδοσης έρπητα των γεννητικών οργάνων (και των δύο τύπων του ιού) εκτιμάται σε 5-10% κάθε χρόνο. Ο κίνδυνος μετάδοσης του ιού του απλού έρπητα τύπου-1 (HSV-1) είναι χαμηλότερος από αυτόν του ιού του απλού έρπητα τύπου-2 (HSV-2).

❖ Δεδομένου ότι ο ιός του απλού έρπητα τύπου-1 (HSV-1) μπορεί επίσης να προκαλέσει επιχείλιο έρπητα, είναι πιθανό ο σύντροφός σας να έχει ήδη στο παρελθόν εκτεθεί στον ιό. Εάν ο σύντροφός σας έχει ήδη μολυνθεί από τον ιό του απλού έρπητα τύπου-1 (HSV-1) στο στόμα (επιχείλιος έρπητας) ή στα γεννητικά όργανα, τότε είναι απίθανο να τον μολύνετε ξανά.

❖ Εάν ο σύντροφός σας δεν έχει ήδη μολυνθεί από τον ιό του απλού έρπητα τύπου-2 (HSV-2), τότε λαμβάνοντας τις απαραίτητες προφυλάξεις (όπως αναφέρθηκαν παραπάνω) θα μειώσετε δραστικά τον κίνδυνο μετάδοσης. Εάν ο σύντροφός σας έχει ήδη διαγνωστεί με τον ιό του απλού έρπητα τύπου-2 (HSV-2), τότε δεν μπορείτε να του μεταδώσετε ξανά τον ιό.

Περαιτέρω βοήθεια και πληροφορίες

❖ Εάν υποψιάζεστε ότι έχετε έρπητα γεννητικών οργάνων ή οποιαδήποτε άλλη σεξουαλικά μεταδιδόμενη λοίμωξη, τότε επισκεφθείτε τον οικογενειακό γιατρό σας ή τον δερματολόγο-αφροδισιολόγο σας.

Μετάφραση: Στυλιανή Μαστραφτσή

Δερματολόγος-Αφροδισιολόγος

Επιμέλεια: Ηλέκτρα Νικολαΐδου

Καθηγήτρια Δερματολογίας-Αφροδισιολογίας

Α' Κλινική Αφροδισίων και Δερματικών Νόσων

ΙΑτρική Σχολή Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών

Νοσοκομείο Αφροδισίων και Δερματικών Νόσων «Ανδρέας Συγγρός»