

Infezioni sessualmente trasmissibili

Come proteggersi e cosa fare in caso di infezione

Le infezioni sessualmente trasmissibili sono di nuovo in aumento in Svizzera. La maggior parte di esse sono guaribili o ben curabili. Il prerequisito è tuttavia che consultiate il vostro medico se avete i sintomi corrispondenti. Molto importante: chi rispetta le regole del safer sex può proteggersi dalle infezioni.



Cosa sono le IST?

Le infezioni sessualmente trasmissibili (IST) sono diffuse in tutto il mondo. Si trasmettono principalmente durante i rapporti vaginali o anali, ma non esclusivamente. Un'IST è fondamentalmente una malattia infettiva come tutte le altre. Tuttavia, poiché riguarda direttamente la nostra vita intima, è comprensibile che non sia facile per tutti parlarne apertamente come sarebbe necessario e opportuno – né con il proprio partner né forse neanche con il medico. La vergogna e l'insicurezza sono certamente a volte un motivo per sopprimere i sintomi della malattia o per nasconderli al partner o per non seguire le regole del safer sex (sesso protetto, vedi sotto).

In questo opuscolo desideriamo informarvi sulle modalità di trasmissione, sui segnali di avvertimento, su come diagnosticare e trattare un'IST – e su come proteggersi al meglio dalle infezioni.

Quali sintomi si manifestano?

Le IST possono causare una serie di disturbi. Possono essere accompagnate da cambiamenti negli organi genitali, manifestarsi sotto il segno di un'infezione delle vie urinarie o interessare tutto il corpo.

■ Prurito, bruciore e secrezioni

I dolori e i bruciori si manifestano di solito durante la minzione, il prurito può es-

sere nella vagina, nel pene, nell'ano o su tutta la pelle. Negli uomini è sospetta la secrezione dal pene. Nelle donne, una secrezione vaginale leggermente biancastra o leggermente giallastra è normale. Tuttavia, se la secrezione aumenta fortemente, ha un odore sgradevole, è viscida, purulenta o schiumosa e/o assume un colore verdastro-marrone, la donna dovrebbe sottoporsi ad accertamenti. Una secrezione dall'ano (dopo un rapporto anale) è sempre un segnale di allarme. Una regola del safer sex è quindi: «In caso di prurito, bruciore o secrezione, consultate un medico!» Si ricorda che la sifilide, ad esempio, non provoca nessuno di questi sintomi.

■ Lesioni cutanee: arrossamento, vesciche e ulcere

Gli arrossamenti, le vesciche e le ulcere possono verificarsi sui genitali, ma anche sulla bocca o nella regione anale; nel caso della sifilide, un'eruzione cutanea può diffondersi in tutto il corpo. Dopo qualche tempo i sintomi a volte si attenuano parzialmente o completamente anche senza trattamento. Questo non deve essere inteso come una guarigione: le infezioni sessualmente trasmissibili non scompaiono mai da sole! Al contrario, la malattia persiste inosservata e può, ad esempio nel caso della sifilide, causare gravi danni alla salute a lungo termine.

■ Dolore

Se si manifesta all'addome o durante i rapporti vaginali o anali è un sintomo (meno comune) di un'IST. I dolori possono manifestarsi anche durante la minzione.

■ Disturbi mestruali

Possono a volte essere un'indicazione di IST nelle donne. Può trattarsi di sanguinamento intermestruale, mestrualizzazioni irregolari o addirittura assenza di mestrualizzazioni.

Infezioni trasmesse sessualmente – Una panoramica di informazioni utili

Malattia/Agen- te patogeno	Sintomi	Infezione	Conseguenze	Trattamento	Protezione
Clamidia	Spesso nessun disagio o un leggero disagio nella donna: > perdite vaginali mucopurulente > bruciore durante la minzione > dolore all'addome o durante il rapporto sessuale > disturbi mestruali Nell'uomo: > bruciore durante la minzione, secrezione Dopo il sesso anale: > scariche intestinali Dopo il sesso orale: > gola dolorante	In caso di sesso vaginale, anale e orale non protetto	> Malattia infiammatoria pelvica > Infertilità (per uomini e donne) > Trasmissione al bambino alla nascita	> Guarigione con una singola dose elevata di un antibiotico > Niente sesso fino alla guarigione (dopo consulto medico) > Fate seguire il trattamento anche al vostro partner!	L'uso di preservativi maschili e femminili riduce significativamente il rischio di infezione
Gonorrea (Tripper)	Nella donna: > secrezione verde-giallastra, > bruciore durante la minzione Nell'uomo: > secrezione giallastra purulenta dall'uretra, bruciore durante la minzione Attenzione: non è insolito che le donne in particolare abbiano pochi sintomi o nessuno!	> In caso di sesso vaginale, orale e anale non protetto > Possibile trasmissione attraverso le mani e i sex toy (dopo il contatto con la secrezione)	> Malattia infiammatoria pelvica > Infertilità (per uomini e donne) > Trasmissione al bambino alla nascita	> Guarigione con una singola dose elevata di un antibiotico > Niente sesso fino alla guarigione (dopo consulto medico) > Fate seguire il trattamento anche al vostro partner!	L'uso di preservativi maschili e femminili riduce significativamente il rischio di infezione > I preservativi
Sifilide (Lue)	Noduli o ulcere indolori sui genitali, sulla bocca (per il sesso orale) o all'uscita intestinale (sesso anale) che scompaiono senza trattamento. Ma l'infezione persiste! Dopo settimane o mesi: febbre, gonfiore dei linfonodi ed eruzioni cutanee non pruriginose	> In caso di sesso vaginale, orale e anale non protetto > Residui di sangue su siringhe e aghi > Durante il bacio (in caso di contatto con zone di pelle lesionate, ad esempio ulcera in bocca)	> Se non trattata per anni, causa gravi danni a vari organi (cervello, cuore, occhi ecc.) > Durante la gravidanza, trasmissione al nascituro con gravi conseguenze (inclusa l'invalidità mentale)	> Guarigione con antibiotici, ma i danni agli organi esistenti non possono essere recuperati! > Fate seguire il trattamento anche al vostro partner!	> I preservativi riducono il rischio di infezione > Evitate a tutti i costi il contatto con le ulcere! > Nessuno scambio di siringhe durante l'uso di medicinali

■ Sensazione generale di malessere

Le singole infezioni sessualmente trasmissibili come la sifilide, l'herpes, l'HIV (virus dell'AIDS) possono essere accompagnate da sintomi simil-influenzali generali come stanchezza persistente, febbre, perdita di appetito o mal di gola.

■ Linfonodi gonfi nell'inguine

Il periodo tra l'infezione e la comparsa dei segni della malattia varia: spesso i primi sintomi sono già visibili entro 2 settimane dal contatto sessuale. Un'infezione da HIV, invece, può rimanere senza segni della malattia per mesi o addirittura anni – un periodo in cui le

persone colpite possono infettare inconsapevolmente altri partner sessuali. È importante saperlo: le IST possono a volte procedere senza gravi disturbi o addirittura senza sintomi. Nelle tabelle troverete le informazioni più importanti sulle singole IST.

Infezioni trasmesse sessualmente – Una panoramica di informazioni utili

Malattia/Agen- te patogeno	Sintomi	Infezione	Conseguenze	Trattamento	Protezione
HIV (AIDS)	<ul style="list-style-type: none"> › Inizialmente senza sintomi per mesi o anni › Primi segni: sintomi simil-influenzali con febbre, gonfiore dei linfonodi, sudorazione notturna e diarrea di lunga durata, aumento della suscettibilità alle infezioni › Stadio di AIDS: malattie gravi come la polmonite, infezioni fungine dell'esofago o alcuni tipi di cancro, danni al cervello e al sistema nervoso 	<ul style="list-style-type: none"> › In caso di rapporti vaginali o anali non protetti. Il sesso orale è molto meno rischioso, ma è possibile la trasmissione attraverso il contatto con lo sperma e il sangue mestruale. › Nessun rischio di trasmissione quando si bacia, si tosse, si starnutisce, si beve dallo stesso bicchiere 		<ul style="list-style-type: none"> › Terapia per tutta la vita con una combinazione di diversi medicinali che inibiscono il virus › Trattamento da parte di medici specializzati (ad es. trattamenti ambulatoriali contro l'HIV) 	<p>Ottima protezione grazie al rispetto delle regole del safer sex, in particolare l'uso del preservativo per il sesso anale, vaginale e orale</p>
Herpes genitale	<ul style="list-style-type: none"> › Dolore e/o bruciore della pelle, poi arrossamento e formazione di singole vesciche acquose o purulente che si aprono dopo giorni. Lasciano un'ulcera che guarisce in 1–3 settimane. › Posizione: bocca e gola, grandi e piccole labbra, cervice, glande, prepuzio e asta del pene, ano › Prima del o al manifestarsi dei problemi cutanei sono possibili sintomi generali simil-influenzali. Tuttavia, l'infezione è spesso con pochi sintomi o asintomatica. 	<ul style="list-style-type: none"> › Rapporti anali e vaginali non protetti, condivisione di giocattoli sessuali senza preservativo, sesso orale e sesso oro-ale, contatto diretto della pelle con le lesioni cutanee › Trasmissione possibile in caso di rapporti sessuali non protetti, anche se non sono presenti sintomi cutanei 	<ul style="list-style-type: none"> › I virus dell'herpes rimangono nell'organismo per tutta la vita. Se il sistema immunitario è indebolito (stress, malattia, ecc.) l'herpes può scoppiare di nuovo (recidiva), di solito l'intensità diminuisce con il passare degli anni. › Le recidive sono solitamente annunciate da bruciori, prurito o sensazione di tensione 	<ul style="list-style-type: none"> › Guarisce da solo. › I medicinali antivirali possono accelerare la guarigione se vengono assunti subito dopo l'esordio della malattia. › Non applicate unguenti antivirali! › In caso di recidive frequenti, eventualmente terapia a lungo termine con medicinali inibitori del virus 	<ul style="list-style-type: none"> › Uso del preservativo durante i rapporti anali e vaginali e durante la condivisione di sex toy (un nuovo preservativo prima di ogni condivisione) › Non toccate vesciche e ulcere; in caso di contatto: lavarsi le mani!
Epatite A	<p>Sintomi simil-influenzali, perdita di appetito, debolezza, avversione per i grassi e l'alcol, mal di testa, nausea, sensazione di pressione sotto l'arco costale, dolori muscolari e articolari</p>		<p>L'infezione guarisce da sola dopo settimane o mesi e lascia un'immunità per tutta la vita (nessuna reinfezione possibile)</p>	<p>I sintomi possono essere alleviati con i medicinali, non esiste un trattamento antivirale</p>	<ul style="list-style-type: none"> › Niente sesso durante la fase acuta della malattia › La vaccinazione anti epatite A/B offre una protezione affidabile

Cosa fare in caso di sospetto?

Se notate uno o più dei sintomi sopra descritti, non esitate a consultare il medico. Anche se può richiedere un certo sforzo, non dovrete rimandare la visita dal medico se sospettate un'infezione – anche se avete disturbi di lieve entità.

Alcuni si vergognano o hanno difficoltà a parlarne con il medico. Ma non c'è assolutamente alcuna ragione per questo: un'IST è, come già sottolineato all'inizio, una malattia come tutte le altre; il vostro medico la conosce bene ed è anche obbligato a mantenere il segreto professionale. Molte malattie sessualmente trasmissibili possono essere

curate con antibiotici. Non trattate, tuttavia, possono avere gravi conseguenze, come l'infertilità o l'infiammazione estesa degli organi riproduttivi.

Infezioni trasmesse sessualmente – Una panoramica di informazioni utili

Malattia/Agen- te patogen	Sintomi	Infezione	Conseguenze	Trattamento	Protezione
Epatite B e C	Per lo più senza sintomi immediati, a volte come un'influenza	<ul style="list-style-type: none"> › Epatite B: sesso vaginale, orale, anale non protetto, possibile attraverso il bacio (virus nella saliva) › Epatite C: raramente a causa del sesso non protetto*, soprattutto a causa del contatto con il sangue (piercing, tatuaggi eseguiti impropriamente, uso di siringhe) 	<ul style="list-style-type: none"> › Epatite B: in circa il 90% dei casi l'infezione guarisce da sola. Non si può contrarre di nuovo l'epatite B. › Decorso cronico nel 10% dei casi. Possibili conseguenze: cirrosi epatica e cancro al fegato 	L'epatite cronica B può essere trattata con farmaci antivirali per prevenire o posticipare i danni conseguenti. La decisione sulla terapia viene sempre presa caso per caso.	<ul style="list-style-type: none"> › Utilizzate il preservativo durante i rapporti anali e vaginali, anche con giocattoli sessuali. › Disinfezione accurata degli strumenti che sono venuti a contatto con il sangue. › La migliore protezione: vaccinazione contro l'epatite A e B (non possibile contro l'epatite C)
Papilloma-virus umano (HPV)	Formazioni cutanee indolori, di forma diversa, simili a verruche (verruche genitali); alcuni tipi di HPV possono causare il cancro della cervice uterina (e anale)	Rapporto vaginale, orale, anale non protetto. Sono infettive le scaglie cutanee contenenti virus delle verruche e della pelle o delle mucose infette		<ul style="list-style-type: none"> › Le verruche genitali possono essere rimosse con creme, con il laser o (raramente) chirurgicamente › Nessun auto-trattamento 	<ul style="list-style-type: none"> › Utilizzate il preservativo durante i rapporti anali e vaginali › Non toccate le verruche; in caso di contatto: lavarsi accuratamente le mani › La vaccinazione contro l'HPV è raccomandata per ragazze e ragazzi**
Tricomoniasi	<p>Nella donna:</p> <ul style="list-style-type: none"> › secrezione giallo-verdastra, schiumosa, maleodorante prurito vaginale, bruciore durante la minzione, dolore durante il rapporto sessuale, a volte senza sintomi <p>Nell'uomo:</p> <ul style="list-style-type: none"> › dolore durante la minzione, ma per lo più senza sintomi (comunque contagioso!) 	Per lo più attraverso rapporti vaginali non protetti. Possibile anche attraverso il rapporto anale, la condivisione di sex toy senza preservativo e il petting		<ul style="list-style-type: none"> › Guarigione completa con l'aiuto di antibiotici › Fate eseguire il trattamento anche al vostro partner! 	Utilizzate il preservativo durante i rapporti anali e vaginali, anche per i giocattoli sessuali

* Eccezione: alcuni gruppi sono ad alto rischio, ad esempio gli uomini che hanno rapporti sessuali con altri uomini (SMS), soprattutto se sono anch'essi affetti da HIV.

** Dettagli nel dossier sulla salute mediX «Vaccinazioni per bambini e ragazzi»

Come vengono trasmesse le IST?

Nelle persone infette, gli agenti patogeni (ad es. batteri, virus o funghi) si trovano spesso nelle mucose interessate della vagina, del pene o dell'ano. Possono essere presenti anche nel sangue, nello sperma, nelle secrezioni purulente, nelle vescicole e nelle ulcere o

nel liquido vaginale. Gli agenti patogeni vengono trasmessi attraverso lo scambio di fluidi corporei o il contatto diretto con le lesioni cutanee di una persona malata. A proposito: anche una pelle apparentemente intatta può essere il punto d'ingresso per gli agenti patogeni attraverso piccole ferite invisibili.

Le IST possono quindi essere trasmesse nei seguenti modi:

- in caso di rapporti anali e vaginali non protetti
- durante il sesso orale non protetto (oro-genitale oppure oro-anale)
- per infezione da contatto: con la pelle infetta (ulcere o vesciche)
- quando si sfregano i genitali o si condividono giocattoli sessuali
- baciando o facendo petting se c'è contatto con aree infette – ma non si contrae l'HIV in questo modo!



- quando si gioca con le feci e l'urina, quando gli escrementi del corpo finiscono sulle ferite aperte o sulle mucose o vengono inghiottiti – ma non si contrae l'HIV in questo modo.
- in caso di uso di droghe, l'infezione può avvenire attraverso l'uso comune di componenti per siringhe (ago, cannula, cucchiaino, filtro) – questo vale soprattutto per l'HIV, l'epatite C e la sifilide.
- dalla madre al nascituro o al neonato, prima o durante il parto e durante l'allattamento. L'infezione può avere gravi conseguenze per la salute del bambino.

Come vengono diagnosticate le IST?

È possibile determinare se si tratta davvero di un'IST in modo affidabile e senza esami pesanti. A seconda della malattia o dei sintomi, il medico preleva uno striscio dalla vagina, dalla cervice, dall'uretra, dall'ano o dalla gola. In altri casi, sono necessari esami delle urine (ad es. se si sospetta la clamidia) o esami del sangue (ad es. se si sospetta la

sifilide o l'HIV). Alcune infezioni, come l'herpes o i pidocchi del pube, possono essere diagnosticate dal medico sulla base dei risultati della diagnosi cutanea (diagnosi visiva).

Come vengono trattate le IST?

- La maggior parte delle infezioni possono essere curate con i medicinali. Le IST batteriche sono trattate con antibiotici. Ciò che è importante è non interrompere la terapia prematuramente, anche se i sintomi scompaiono.
- Le infezioni virali possono richiedere un trattamento lungo e difficile. Nel caso dell'epatite B e dell'epatite C, il trattamento farmacologico richiede di solito diversi mesi o anni; nel caso dell'infezione da HIV, deve essere somministrato a vita.
- Il sesso dovrebbe essere evitato fino al completamento del trattamento. Con i pidocchi del pube e la scabbia, si raccomanda generalmente di evitare qualsiasi contatto fisico ravvicinato con il malato.

- È assolutamente necessario che anche il partner sessuale si sottoponga al trattamento, in modo da non contagiarsi ripetutamente (effetto ping-pong).

Come proteggersi?

In un rapporto di coppia fedele tra due partner sani non è necessaria alcuna protezione.

In tutti gli altri casi si dovrebbero seguire le regole del safer sex, che consentono di proteggersi in modo sicuro dall'infezione da HIV, l'agente patogeno dell'AIDS, e allo stesso tempo ridurre notevolmente il rischio di contrarre un'altra IST. Queste «regole del gioco» ti proteggono durante il sesso:

- nessuna penetrazione nel corpo del partner durante il rapporto sessuale
- penetrazione nella vagina o nell'ano sempre con il preservativo!
- durante il sesso orale niente sperma o sangue mestruale in bocca e non inghiottire!
- per i rapporti sessuali durante le mestruazioni, le dighe dentali offrono protezione contro l'HIV e altre IST (ad es. sifilide e herpes) o – per i rapporti anali orali – anche contro l'epatite A e i parassiti intestinali; le dighe dentali sono pellicole in lattice da posizionare sull'ano o sulla vulva disponibili in farmacia
- evitate il contatto con lesioni cutanee visibili come vesciche, aree cutanee aperte o verruche
- in caso di uso di droghe per via endovenosa, utilizzate sempre e solo il proprio set di siringhe e i propri accessori.

I preservativi proteggono!

I preservativi offrono una protezione sicura contro l'infezione da HIV durante il rapporto sessuale. Riducono anche il rischio di infezione per le altre IST, ma non forniscono una protezione al 100%,

