

Prevence pohlavně přenosných nemocí a bezpečný sex na cestách

Cestování do nových destinací může přinést mnoho zážitků, ale také rizik, které jsou často opomíjeny. Mezi tato rizika patří i pohlavně přenosné nemoci (STD) při nechráněném sexuálním kontaktu, zejména v oblastech s vysokým výskytem těchto infekcí. V tomto článku se zaměříme na zásady, které vám pomohou chránit vaše zdraví při cestování, a to jak z hlediska prevence pohlavně přenosných nemocí, tak v rámci širšího povědomí o zodpovědném chování.

1. Odpovědnost při sexuální turistice

Sexuální turistika může představovat zvýšené riziko pro pohlavně přenosné nemoci, a to nejen mezi komerčními pracovníky, ale i pro běžnou populaci. V mnoha zemích, kde je sexuální turistika široce rozšířená, může být výskyt infekcí, jako je HIV, syfilis, chlamydiové infekce, kapavka nebo virová hepatitida B a C (žloutenka), mnohem vyšší než v ČR. Velká část patogenů způsobujících tato onemocnění bývá v těchto destinacích navíc široce rezistentní k běžné antibiotické terapii a jejich léčba tak může být následně velice komplikovaná.

Cestovatelé by měli mít na paměti, že:

- **Užití komerčních sexuálních služeb** může mít vážné zdravotní následky, pokud se nechráníte vhodnými metodami.
- **Komunikace a konsenzus** jsou důležité.
- **Legální a etické hledisko** – před cestováním do oblastí, kde je sexuální turismus běžný, je důležité být si vědom místních zákonů a etických dilemat, která mohou vzniknout při využívání těchto služeb.

2. Prevence pohlavně přenosných nemocí (STD)

Nejefektivnějším způsobem, jak se chránit před pohlavně přenosnými nemocemi při cestování, je prevence.

- **Vyhněte se nechráněnému sexuálnímu kontaktu** – nechráněný sex může mít vážné důsledky. Je nutné mít na paměti, že pohlavně přenosnou nemocí se lze nakazit i orálním kontaktem. Kromě STD je třeba myslet i nechtěné těhotenství. Používejte antikoncepční metody, které vám pomohou snižovat riziko nechtěného těhotenství.

- **Vždy používejte kondomy, dodržujte přísná hygienická pravidla**
- **Informujte se o místních zdravotních rizicích** – některé oblasti mohou mít vyšší výskyt konkrétních pohlavně přenosných nemocí. Pro informovanost je vhodné se před cestou poradit s lékařem nebo získat informace z důvěryhodných zdravotnických zdrojů.

3. Očkování a specifická profylaktická opatření

Před odjezdem do exotických destinací s cílem sexuální turistiky je důležité zjistit, jaká očkování jsou doporučována pro danou oblast. Proti některým pohlavně přenosným nemocem, jako například hepatitida typu B či opičí neštovice, se lze preventivně očkovat.

- **Očkování proti hepatidě B**
- **Očkování proti HPV** – vakcína proti lidskému papilomaviru (HPV) je účinná prevence proti rakovině děložního čípku, análního a orofaryngeálního karcinomu a dále proti typům způsobujícím genitální bradavice (kondylomata).
- **Očkování proti opičím neštovicím (mpox)** - významně snižuje riziko nákazy u specifických populací cestovatelů.
- **Očkování proti meningokokům typu B** – zvažuje se možný omezený účinek i na snížení rizika nákazy kapavkou (k tomuto ale vakcína není primárně určena a výsledky studií jsou spíše otazné).
- **Pre-expoziční profylaxe HIV** – před plánovanou cestou za sexuální turistikou lze po konzultaci s lékařem předepsat antivirotické přípravky, jejichž užívání významně snižuje riziko přenosu HIV.
- **Post-expoziční profylaxe** – i po rizikovém pohlavním styku lze podat profylaxi ke snížení rizika přenosu vybraných infekcí. Nejčastěji jsou v této souvislosti užívány antivirotika (snížení rizika přenosu HIV), avšak pro dostatečný efekt je nutné jejich nasazení v co nejkratší době od expozice. Rozšiřuje se i užívání doxycyklinu (tzv. doxy PEP), který může snížit riziko nákazy syfilis či jinými vybranými bakteriálními infekcemi.

Před odjezdem do cizí země byste se měli také informovat o dostupnosti zdravotní péče, aby bylo možné v případě potřeby co nejrychleji vyhledat pomoc.

4. Pravidelné testování

Po rizikovém pohlavním styku je vhodné podstoupit lékařskou prohlídku a testování na pohlavně přenosné nemoci, zejména pokud jste při cestování měli nechráněný sexuální kontakt, vystavili se zvýšenému riziku nebo máte-li jakékoliv zdravotní obtíže. Čím dříve bude jakákoliv infekce diagnostikována, tím snazší bude její léčba. V případě obtíží je vhodné vyšetřit i všechny sexuální partnery.

