

緊急避妊ピル

低用量ピルとまちがえられすいのが「緊急避妊ピル」。もしかしたら妊娠しちゃうかも！？って不安になったときに飲む薬。たとえば、セックスしているときにコンドームがやぶれてしまったとき。ぜったいに起こってほしくないけど、レイプされてしまったとき。セックスしてから72時間が過ぎるまでに飲むと、98%妊娠を防ぐことができるんだよ。



必要になったら近くの産婦人科か婦人科に電話してみて。

必要になったら近くの産婦人科か婦人科に電話してみて。

Thuốc tránh thai khẩn cấp

Thuốc tránh thai khẩn cấp là loại thuốc hay bị nhầm với thuốc tránh thai thông thường. Thuốc tránh thai khẩn cấp uống khi em thấy bất an, nghĩ rằng mình đã có thể mang thai. Ví dụ như khi quan hệ tình dục bao cao su bị rách. Hoặc ví dụ trong trường hợp không ai mong muốn xảy ra là em bị cưỡng hiếp. Thuốc này nếu uống trong vòng 72 tiếng từ khi có quan hệ tình dục, tỉ lệ tránh thai thành công sẽ là 98%.

セックスでうつる病気があるって知ってた？

STD (性感染症・せいかんせんしょう) はセックスをすることでうつる病気なんだよ。まさか好きな人が病気を持っているなんて考えたくないよね。だけど、現実には10代の男の子と女の子に増えている病気なんだって。もしかしたら自分もうつるかもしれない。相手にうつってしまうかもしれない。そう考えたら予防方法を知っておきたいよね。



Em có biết có nhiều bệnh lây nhiễm qua con đường quan hệ tình dục không?

STD (Seikan senshou- bệnh lây truyền qua đường tình dục-) là từ được sử dụng để gọi chung cho các bệnh mắc phải khi em quan hệ tình dục. Chắc hẳn em không muốn nghĩ rằng người yêu của mình lại mang những bệnh như thế nhì. Tuy nhiên, trong thực tế, đây là những bệnh ngày càng gia tăng ở nam và nữ trong độ tuổi 10 đến 20. Cũng có thể bản thân em cũng truyền bệnh. Cũng có thể truyền bệnh cho người yêu của mình. Nếu nghĩ như vậy chắc em cũng muốn biết các biện pháp phòng chống bệnh nhì..

10代に増えている性感染症のこと

クラミジア感染症

クラミジア感染症はほとんど症状がないんだって。だけど、女の子はおりものが多くなったり、クラミジアっていう細菌が子宮の周りに炎症をおこしておなか痛くなったりすることがあるんだって。男の子はうみが出たり、おしっこをするときにくすぐったい感じがするらしいよ。

感染していても何も感じなくて、気がつかないまま相手へうつしてしまうことが本当に多いんだって。とくに15歳~29歳の若い女の子の中で増えている病気だから、意識しておかないと自分にもうつるかもしれないね。クラミジア感染症と同じような症状に淋菌感染症(りんきんかんせんしょう)もあるんだよ。症状には膿(うみ)のようなおりものが出ることもあるんだって。クラミジア感染症も淋菌感染症も放っておくと、最悪の場合は妊娠できなくなるから怖いね。将来、赤ちゃんが欲しいって思ったときにできないなんて悲しいよね。

Về các bệnh lây truyền qua đường tình dục ở độ tuổi 10-20

Bệnh nhiễm vi khuẩn Chlamydia

Bệnh Chlamydia hầu như không có triệu chứng gì. Tuy nhiên, các em gái sẽ bị ra khí hư nhiều hơn, vi khuẩn Chlamydia chung quanh tử cung sẽ gây viêm nhiễm và làm cho em bị đau bụng. Đối với nam giới, sẽ ra mủ và khi đi tiểu sẽ có cảm giác nhột nhạt.

Rất nhiều trường hợp, khi bị nhiễm bệnh không có cảm giác gì, trong trạng thái không nhận biết bệnh và truyền bệnh sang bạn tình. Đây là một bệnh ngày càng tăng ở nữ giới, đặc biệt ở độ tuổi 15-29, nên nếu không ý thức, có thể em cũng bị nhiễm bệnh. Có một bệnh khác triệu chứng giống như bệnh Chlamydia là bệnh lậu mủ (rinkin kansenshou). Triệu chứng của bệnh lậu mủ là có ra khí hư giống như mủ. Bệnh Chlamydia và bệnh lậu mủ, nếu cứ để mặc kệ không chữa trị có thể gây ra hậu quả xấu nhất là không thể có con đấy, thật đáng sợ nhì. Chi thử nghĩ sau này, đến lúc em muốn có con cũng không thể có được, đã biết đó là chuyện rất đáng buồn.



どうやって性感染症を予防したらいいの？

それはコンドームを使うこと！ほとんどの場合は、コンドームを正しく使うことで性感染症を予防することができるんだって。

ワタシ、性感染症になってるかも？

不安になったら検査を受けるのが一番。

どこへ行けばいいの？

基本的に性感染症の検査は、婦人科が入ってる病院やクリニックで受けられるよ。

性感染症になりたくない、妊娠するのはまだ早いわって思うなら、セックスするときはコンドームを付ける！これが大事なルールだね。

Làm thế nào để không phòng chống bệnh lây truyền qua đường tình dục?

Sử dụng bao cao su! rong hầu hết trường hợp, nếu dùng bao cao su đúng cách, có thể phòng chống được các bệnh lây truyền qua đường tình dục

Biết đâu mình mắc những bệnh lây truyền qua đường tình dục?

Nếu em thấy bất an tốt nhất là làm xét nghiệm

Đi đến đâu để xét nghiệm?

Về cơ bản, em có thể xin xét nghiệm ở bệnh viện hoặc phòng mạch có khoa dành cho phụ nữ.

Nếu em không muốn nhiễm những bệnh lây truyền qua đường tình dục, và em nghĩ giờ còn sớm để mang thai, thì hãy nhớ sử dụng bao cao su khi quan hệ tình dục! Đây là nguyên tắc quan trọng nhé.

子宮頸がん

女性として知っておきたい病気が子宮頸がん(しまゆうけいがん)。これも性感染症のひとつなんだよ。日本では1年間に約8,500人が子宮頸がんになってるんだって。

子宮頸がんって？

子宮の頸部(入り口の近く)にできるがん。

子宮頸がんになったらどうなるの？

病気になるてすぐの頃に見つかったら、子宮を取らなくてもほぼ100%治るんだって。でも、がんが進んでいくと、子宮や卵巣(らんそう)も取ってしまわないといけないことも。そうなると、がんが治っても、妊娠したり赤ちゃんを産むことができなくなって。がんがもっと悪くなると、命をおとす人もいるから、怖い病気なんだよ。

何が原因？

HPVっていうウィルスに感染することが原因。(HPV=ヒトパピローマウィルス) HPVの中でも発がん性HPVに感染することが原因なんだって。

ウィルスはどこから入ってくるの？

ほとんどの場合はセックスすることで体の中に入ってくるんだって。

子宮頸がんを予防しよう！

子宮頸がんは、ワクチンを接種すること、1年に一度は検診を受けることで予防できる！

どうやったら予防できるの？

逆にいうと、HPVはコンドームでは防げないんだ。だからワクチンが大事なんだよ。

●神戸市に住んでいる中学校1年生~高校1年生の年齢の女の子は、無料で予防接種が受けられるかもしれないから、学校の担任の先生が保健の先生に聞いてみてね。

子宮頸がんの予防ワクチンを接種しても、全部の発がん性HPVの感染が防げるわけじゃないんだって。

接種する前に感染している発がん性HPVを体から追いたすことはできないし、すでに子宮頸がんになっていたら、悪くなるスピードを遅らせるわけでもないんだって。だから、ワクチンを接種した後1年に一度は検診を受けるようにしてね。



Hãy cùng nhau phòng chống Ung thư cổ tử cung!

Bệnh Ung thư cổ tử cung có thể phòng chống được nếu tiêm vaccine ngừa bệnh và đi khám mỗi năm.

Làm cách nào để phòng chống bệnh này?

Nói cách khác, Virus papilloma khó tránh khỏi cả bằng bao cao su. Vì thế việc tiêm vaccine ngừa bệnh rất quan trọng

● Các em nữ độ tuổi từ năm 1 trung học cơ sở đến năm 1 trung học, sống ở Kobe đều có khả năng được tiêm chủng vaccin này miễn phí vì vậy em hãy thử hỏi thầy cô chủ nhiệm hoặc thầy cô ở phòng y tế trường em.

Nhưng tiêm Vaccine cũng chưa hẳn đã tránh được hết khả năng nhiễm bệnh ung thư cổ tử cung.

Tiêm Vaccine không thể tổng hết được những virus HPV đã xâm nhập vào cơ thể trước thời gian em tiêm chủng, cũng như không làm chậm được quá trình tiến triển của ung thư, nên sau khi tiêm vaccine, vẫn cần đi khám định kỳ mỗi năm một lần nhé.

Ung thư cổ tử cung

Có một bệnh phụ nữ em nên biết là ung thư cổ tử cung. Đây cũng là một trong những bệnh lây truyền qua đường tình dục. Ở Nhật một năm có khoảng 8500 người mắc bệnh ung thư cổ tử cung.

Ung thư cổ tử cung là gì?

Đó là ung thư xuất hiện ở phần cổ tử cung (gần cửa vào tử cung)

Nếu ung thư cổ tử cung sẽ như thế nào?

Nếu phát hiện ngay giai đoạn đầu khi vừa mắc phải, không cần cắt bỏ tử cung vẫn có thể chữa khỏi gần như 100%. Tuy nhiên, nếu ung thư phát triển thì có khi phải phẫu thuật bỏ đi cả tử cung và buồng trứng. Nếu như vậy, dù có khỏi ung thư, cũng không thể mang thai hay sinh con được. Đây là bệnh đáng sợ, có trường hợp ung thư di căn tiến xấu hơn nữa dẫn đến tử vong.

Cái gì là nguyên nhân gây ra bệnh?

Nguyên nhân lây nhiễm là virus tên HPV (HPV=Human Papilloma Virus). Trong virus này có virus HPV có tính phát u.

Virus từ đâu mà có?

Hầu hết trong các trường hợp đều do quan hệ tình dục mà virus xâm nhập được vào cơ thể của em.



AIDS (エイズ)

一度は聞いたことあるよね？日本でエイズになる人の数は確実に増えてるんだって。もちろんワタシたち10代の中でも広がってるから気をつけなさいといけなよ。

どんな病気なの？

HIV感染 = エイズ ではないことは覚えておいてね。HIVっていう名前ウィルスに感染することでおこる病気がエイズ。エイズが発症すると、病気と闘う力(免疫力)がうばわれてしまうんだって。だから、普通ならうつらない病気を引き起したり、死んでしまうくらい重い病気にかかることもあるんだって。

エイズってほんとに怖い病気なんだよ。一度エイズになってしまうと、いまのところしっかり治せる方法も見つかってないんだよ。

HIVに感染した多くの人が2~8週間程度で高熱を出したり、吐き気がしたり、関節が痛んだり、インフルエンザにかかったような症状が出るみたい。でもエイズの症状が出てくるまでに、数年から、中には10年以上もかかることもあるらしいよ。

HIVに感染したからって、すぐにエイズになるわけじゃないんだよ。それに、薬を使ってエイズの症状が現れるのを長期間抑えることができるんだって。不安だなって思ったら、できるだけ早く検査を受けて、1日も早く治療を始めたらいね。

Bệnh AIDS

Chắc hẳn em đã từng một lần nghe nói đến bệnh này Ở Nhật, số người mắc bệnh này đang gia tăng Ngay cả ở độ tuổi 10-20 bệnh này cũng lan rộng vì thế phải cẩn thận.

Đó là bệnh như thế nào?

Em hãy nhớ nhiễm HIV không phải là bị bệnh AIDS. AIDS là bệnh hình thành do nhiễm virus có tên là HIV. Nếu phát triển thành bệnh AIDS ta mất đi khả năng miễn dịch với bệnh tật, do đó sẽ mắc phải những bệnh mà thông thường không bị, cũng có khi là mắc phải những bệnh nặng đến mức gây tử vong. AIDS thật sự là bệnh rất đáng sợ. Cho đến nay vẫn chưa tìm ra cách chữa trị bệnh AIDS.

Phần lớn những người bị nhiễm virus HIV, trong khoảng 2-8 tuần, sẽ thấy các triệu chứng giống như bị cảm cúm là sốt cao, ói mửa, đau các khớp. Tuy nhiên, thời gian để thấy những triệu chứng bệnh AIDS thường kéo dài vài năm, hoặc cũng có thể hơn 10 năm. Nhưng nếu có bị nhiễm virus HIV đi nữa, cũng không phải sẽ mắc bệnh AIDS ngay đâu Hơn nữa, có thể sử dụng thuốc hạn chế trong thời gian dài sự xuất hiện các triệu chứng của bệnh AIDS. Khi thấy bất an, cần kiểm tra và xét nghiệm sớm nhất có thể, ai cũng mong bắt đầu chữa trị bệnh sớm ngày nào tốt ngày đấy nhì.

HIVがうつらないようにするには？

やっぱりコンドームを使うこと！

ワタシ、HIVに感染してるかも？

少しでも心配なら、検査を受けるのが一番。全国の病院や保健所で検査が受けられるよ。

保健所で検査を受けるメリットは？

匿名(名前をかくして知らせないこと)で検査を受けられること。これだったら恥ずかしくても、周りに気付かれることはないね。

Làm thế nào để không bị nhiễm HIV?

Đúng vậy, chính là phải sử dụng bao cao su.

Biết đâu, mình đã bị nhiễm HIV rồi chẳng?

Nếu em có lo lắng dù chỉ thoáng qua, tốt nhất vẫn là đi xét nghiệm thử. Bệnh viện và các trung tâm y tế trên toàn quốc đều có nhận xét nghiệm.

Lợi điểm khi xét nghiệm ở các trung tâm y tế là?

Em có thể xét nghiệm "bí mật" (không cho biết tên người bệnh). Như thế, dù xấu hổ nhưng cũng không bị những người xung quanh nhận biết bệnh.

