



# เริ่มที่อวัยวะเพศ

ในขณะที่เราพยายามจะทำให้เอกสารนี้มีข้อมูลที่ถูกต้อง แต่ข้อมูลเหล่านี้ก็ไม่สามารถใช้ทดแทนคำแนะนำทางการแพทย์ได้ กรุณาไปพบผู้เชี่ยวชาญทางด้านสุขภาพ หากคุณมีความกังวลใด ๆ เกี่ยวกับสุขภาพของคุณ รายการที่แสดงอยู่ด้านล่างของเอกสารนี้เป็นรายชื่อของสถานที่ที่คุณจะสามารถขอรับข้อมูลเพิ่มเติมได้

## เริ่มที่อวัยวะเพศคืออะไร?

เริ่มที่อวัยวะเพศ คือการที่มีแผลพุพองหรือแผลแสบบริเวณอวัยวะเพศ แผลเหล่านี้มักมีสาเหตุจากทั้งเชื้อไวรัส Herpes Simplex (HSV) ชนิดที่หนึ่ง หรือชนิดที่สอง โดยทั่วไปแล้ว HSV ชนิดที่หนึ่งนั้น มักขึ้นที่บริเวณปาก (เริ่มที่ปาก) และ HSV ชนิดที่สอง มักขึ้นที่บริเวณอวัยวะเพศ ไวรัสทั้งสองสามารถติดเชื่อได้ทั้งที่บริเวณปากและอวัยวะเพศ

## คุณจะติดเชื่อเริ่มที่บริเวณอวัยวะเพศได้อย่างไร?

เริ่มจะแพร่กระจายโดยการสัมผัสทางผิวหนังจากผู้ที่มีเชื้อไวรัส รวมถึงการสัมผัสกับผิวหนังที่ติดเชื่อในระหว่างการมีเพศสัมพันธ์ เริ่มที่ปากสามารถแพร่กระจายไวรัสไปยังอวัยวะเพศได้ในระหว่างการร่วมเพศโดยใช้ปาก โรคเริ่มนี้ ไม่มีการรักษาให้หายขาดได้ เมื่อคุณได้รับไวรัสตัวนี้มา มันจะอยู่ในเส้นประสาทของพื้นที่ผิวหนังบริเวณที่ติดเชื่อ มันอาจจะอยู่อย่างสงบๆ ('นอนหลับ') ในบางครั้ง แล้วก็ปะทุขึ้นมา ในบางครั้ง ก่อให้เกิด 'อาการกำเริบ' ของแผลแสบ เริ่มจะแพร่กระจายได้ง่ายที่สุด เมื่อคุณมองเห็นเม็ดพุพองหรือแผลแสบ แต่มันก็สามารถแพร่กระจายได้ในขณะที่ไม่มีแผลแสบใดๆ ซึ่งจะเป็นเรื่องปกติที่จะพบได้ใน 2 ปีแรกของการติดเชื่อ

## สัญญาณหรืออาการของการติดเชื่อเริ่มที่อวัยวะเพศคืออะไร?

- เมื่อเริ่มติดเชื่อเป็นครั้งแรก พวกเขาอาจไม่ได้เป็นแผล หลายๆ คนที่มีเริ่มที่อวัยวะเพศไม่ทราบ เพราะพวกเขาไม่มีอาการใดๆ นั่นเอง
- อาการกำเริบครั้งแรกของเริ่มมักจะเป็นช่วงที่เลวร้ายที่สุด คุณอาจรู้สึกไม่สบายราวกับว่ากำลังจะเป็นไข้หวัดใหญ่ และแผลพุพองขนาดเล็กก็จะปรากฏขึ้น แล้วก็แตกออก กลายเป็นแผลแสบ
- ต่อมา แผลก็ตกสะเก็ด และในที่สุดผิวหนังก็กลับคืนสู่สภาพปกติ ภายหลัง 1 หรือ 2 สัปดาห์ไปแล้ว
- ในเพศหญิง แผลพุพองอาจปรากฏรอบ ๆ ช่องคลอด ท่อปัสสาวะ ปากมดลูก หรือบริเวณระหว่างช่องคลอดและทวารหนัก
- ในเพศชาย แผลอาจปรากฏขึ้นบนองคชาติและบริเวณหนังหุ้มปลาย และบางครั้งภายในท่อปัสสาวะ บนถุงอัณฑะ หรือในบริเวณระหว่างองคชาติ และทวารหนัก มันอาจจะมีอาการเจ็บเวลาถ่ายปัสสาวะ หากน้ำปัสสาวะผ่านบริเวณบาดแผลแสบ
- เป็นไปได้ยากมาก ที่เริ่มจะไปปรากฏที่บริเวณก้น หลังส่วนล่าง และบริเวณพื้นที่อื่นๆ ใต้เอว เช่นเดียวกับ มือ หน้าอก หลัง นิ้วมือ ซึ่งเป็นทุกพื้นที่ที่ได้สัมผัสกับบริเวณที่ติดเชื่อมา



# เริ่มที่อวัยวะเพศ

- เริ่มที่อวัยวะเพศในหลายๆ กรณี จะไม่แสดงอาการเป็นแผลเลย แต่จะปรากฏเป็นผื่นบนพื้นที่เล็ก ๆ ผิวหนังแตก หรือสภาพอื่นๆ ของผิวหนังบริเวณอวัยวะเพศ
- คุณควรให้แพทย์ตรวจ หากพบกรณีผิดปกติใดๆ ของผิวหนังบริเวณอวัยวะเพศ เพื่อตรวจหาเชื้อเริ่ม แม้ว่าแผลจากเริ่มจะหายดีแล้ว แต่ไวรัสก็ยังคงอยู่ในร่างกาย และมันจะสามารถจะปะทุขึ้นมาอีกเมื่อไหร่ก็ได้ในตัวคุณ อาการเหล่านี้ เรียกว่าอาการโรคเก๋ากำเริบ

## อาการโรคเก๋ากำเริบ

อาการโรคเก๋ากำเริบ มักจะเกิดขึ้นในบริเวณที่เดิมของร่างกายที่โรคนั้นจะโจมตีในครั้งแรก แต่มักจะเป็นช่วงสั้นและรุนแรงน้อยกว่า อาการโรคเก๋ากำเริบ ด้วยเชื้อ HSV ชนิดที่หนึ่ง นั้น จะมีโอกาสน้อยกว่า โดยที่มันมักเกิดขึ้นไม่บ่อยและมีความรุนแรงน้อยลง เมื่อเวลาผ่านไป และก็สามารถที่จะหยุดอาการไปได้ แต่ผู้ที่ติดเชื้อบางคน ไม่เคยได้มีอาการกำเริบมากกว่าหนึ่งครั้งเลย บางคนอาจมีเชื้อเริ่มแต่ไม่เคยมีอาการเลย อาการของการติดเชื้อเริ่มมีแนวโน้มที่จะเกิดขึ้นเมื่อระบบภูมิคุ้มกันของคุณเริ่มอ่อนแอลง เจ็บป่วยเหนื่อยล้า เครียด มีประจำเดือน หรือมีกิจกรรมทางเพศก็สามารถทำให้เกิดอาการกำเริบขึ้นมาได้ แต่มันก็สามารถจะเกิดขึ้นได้เองโดยไม่มีเหตุผลเช่นกัน

## ผม/ดิฉัน จะรู้ได้อย่างไรว่าติดเชื้อเริ่มที่อวัยวะเพศ?

แพทย์ของคุณจะนำตัวอย่างจากบริเวณที่ติดเชื้อ ด้วยการป้ายก้อนสำลี และส่งตัวอย่างไปยังห้องปฏิบัติการ จะเป็นการดีที่สุด หากตัวอย่างเก็บจากแผลแสบหรือแผลพุพองที่เริ่มเป็นน้อยกว่า 4 วัน คุณอาจจำเป็นต้องตรวจเลือดด้วย เพื่อตรวจดูว่า คุณติดเชื้อ HSV ชนิดใด?

## ผม/ดิฉันจะต้องทำอะไรบ้าง หากติดเชื้อเริ่มที่อวัยวะเพศ?

ไปพบแพทย์ของคุณ (GP) หรือแพทย์ที่คุณเลือก หากคุณคิดว่า คุณอาจติดเชื้อเริ่ม ที่อวัยวะเพศ

## ผม/ดิฉันจะได้รับการรักษาอย่างไร?

ในช่วงที่เกิดอาการกำเริบของเริ่มอวัยวะเพศ สิ่งเหล่านี้อาจช่วยคุณได้:

- ยาพาราเซตามอล หรือแอสไพริน สามารถบรรเทาความเจ็บปวดและความรุนแรงได้.
- การป้ายยา Betadine จะทำให้แผลพุพองแห้ง และช่วยหยุดยั้งการติดเชื้อของแผลแสบ.
- ล้างแผลแสบด้วยน้ำเกลือ (เกลือ 2 ช้อนชาต่อน้ำหนึ่งลิตร หรือเกลือ 1 ถ้วยตวง ในอ่างอาบน้ำ) จะสามารถช่วยให้แผลหายกลับคืนสู่สภาพปกติ.
- การทาเจล หรือครีมที่เป็นยาชา สามารถบรรเทาความเจ็บปวด โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อต้องขับถ่ายปัสสาวะ.
- หากปัสสาวะแล้วรู้สึกเจ็บ คุณยังสามารถลองขับถ่ายปัสสาวะในขณะที่นั่งอยู่ในอ่างอาบน้ำอุ่น.

แพทย์ของคุณอาจสั่งยาต้านไวรัส ยาเหล่านี้ ช่วยบรรเทาอาการปวดและความรุนแรงของอาการกำเริบของโรค โดยเฉพาะอย่างยิ่ง หากคุณใช้ยาเหล่านี้ ภายใน 2 วัน นับจากวันที่เริ่มมีสัญญาณของแผลพุพอง หากคุณมีแผลพุพองที่แตกแล้วหลายแห่ง



# เริ่มที่อวัยวะเพศ

คุณจำเป็นต้องทานยาตลอดเวลา ยาต้านไวรัสไม่สามารถรักษา หรือหยุดไม่ให้คุณแพร่เชื้อเริ่มไปยังบุคคลอื่นได้ แต่อย่างไรก็ตาม ยาเหล่านี้ ก็ช่วยบรรเทาอาการ และลดความเสี่ยงจากการแพร่ไวรัสไปยังคนอื่นเมื่อคุณยังไม่มีอาการใดๆ.

## ผม/ดิฉันจะลดความเสี่ยงของการติดเชื้อเริ่มที่อวัยวะเพศได้อย่างไร?

เริ่มจะแพร่กระจายไปยังบุคคลอื่นได้ ด้วยการสัมผัสทางผิวหนัง จากผิวหนังในบริเวณที่ติดเชื้อ ช่วงที่เริ่มติดต่อกายที่สุด ก็คือเริ่มตั้งแต่สัญญาณแรกของการเกิดแผลสเปกที่กำลังลามออกไป (รู้สึกเสียวที่ผิวหนัง มีอาการชา หรืออาการเจ็บแปลบ) จนกระทั่งแผลตกสะเก็ดหายไป.

เพื่อเป็นการป้องกันตัวเองและคู่นอนของคุณ ให้หลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์เมื่อมีสัญญาณใดๆ ของแผลที่อวัยวะเพศ อย่างมีเพศสัมพันธ์ทางปาก เมื่อมีสัญญาณของการเป็นเริ่มที่ปาก คุณสามารถแพร่เชื้อเริ่มไปยังผู้อื่นได้ ถึงแม้ว่าคุณจะไม่มีแผลพุพองหรือแผลสเปกที่มองเห็นได้ก็ตาม ซึ่งส่วนใหญ่จะเกิดขึ้นเมื่อคุณเพิ่งเริ่มติดเชื้อไวรัส คุณไม่สามารถติดเชื้อหรือแพร่เชื้อเริ่มไปยังผู้อื่นได้ เว้นเสียแต่ว่า คุณได้มีการสัมผัสกับผิวหนังในบริเวณที่ติดเชื้อ.

ถุงยางอนามัยพร้อมสารหล่อลื่นที่ทำจากน้ำ และแผ่นยางอนามัยสำหรับเลียจะช่วยลดความเสี่ยงนี้ได้ แต่ก็ยังเป็นเพียงการป้องกันพื้นที่ผิวหนังที่ปกคลุมด้วยถุงยางอนามัย หรือแผ่นยางอนามัยสำหรับเลียเท่านั้น แต่อาจปกป้องคุณจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์หรือกามโรค (STIs) อื่นๆ อีกด้วย.

การสนทนาเกี่ยวกับเริ่มหรือกามโรคอาจเป็นเรื่องยาก แต่คนที่คุณมีเพศสัมพันธ์ด้วยก็มีสิทธิ์ที่จะรับทราบเช่นกัน หากคุณเป็นเริ่ม ให้เริ่มสนทนาเมื่อคุณรู้สึกผ่อนคลายและมั่นใจ ไม่ใช่แค่ก่อนเวลาที่ คุณจะเริ่มมีเพศสัมพันธ์เท่านั้น คู่นอนของคุณจะประทับใจกับความซื่อสัตย์ของคุณ และการที่คุณไม่ต้องการที่จะแพร่เชื้อให้กับเขา/เธอ คุณเองก็มีสิทธิ์ที่จะทราบเช่นกันว่า พวกเขา กำลังติดเชื้อด้วยหรือไม่

## มีวัคซีนป้องกันการติดเชื้อเริ่มที่อวัยวะเพศหรือไม่?

ปัจจุบัน ยังไม่มีวัคซีนป้องกันการติดเชื้อเริ่มที่อวัยวะเพศ.

## การตั้งครรภ์กับเริ่ม

คุณแม่ที่ติดเชื้อสามารถส่งผ่านเชื้อเริ่มไปยังลูกน้อยของเธอในระหว่างคลอด ซึ่งอาจเป็นสาเหตุของการป่วยที่ร้ายแรงได้ สิ่งนี้ส่งผลรุนแรงมากที่สุดในผู้หญิงที่มีอาการเริ่มกำเริบเป็นครั้งแรกก่อนคลอดบุตร ผู้หญิงที่มีไวรัสอยู่แล้ว เมื่อตั้งครรภ์ จะมีแอนติบอดีที่ช่วยป้องกันลูกน้อยด้วย ดังนั้น ลูกน้อยจึงมีไม่น่าจะติดเชื้อ หากคุณทราบว่าตั้งครรภ์ ให้แจ้งกับแพทย์ของคุณด้วยว่า คุณหรือคู่นอนของคุณเคยมีอาการเริ่มกำเริบขึ้นหรือไม่ แพทย์ของคุณจะสามารถประเมินความเสี่ยงของการกำเริบของโรค ในช่วงการคลอด และความเสี่ยงอื่นๆที่เป็นไปได้สำหรับลูกน้อยของคุณ.



# เริ่มที่อวัยวะเพศ

## การรับมือกับเริ่ม

เริ่มจะมีผลต่อพื้นที่เล็กๆ บนผิวหนัง และมักจะไม่ทำให้คุณป่วย และไม่มีผลข้างเคียงระยะยาวที่ชัดเจนต่อสุขภาพในผู้ใหญ่ หากคุณติดเชื้อเริ่ม อย่ารู้สึกละอายใจ หรือรู้สึกผิด หรือคิดว่าคุณไม่สามารถมีเพศสัมพันธ์ได้อีก

สภาการบริหารควบคุมเริ่มแห่งออสเตรเลีย (Australian Herpes Management Forum) มีเว็บไซต์สำหรับผู้ป่วยที่ได้รับผลกระทบ และมีความกังวลเกี่ยวกับเริ่มที่อวัยวะเพศ หาได้ที่เว็บไซต์ [www.ahmf.com.au/](http://www.ahmf.com.au/)

คุณสามารถติดต่อกับกลุ่มผู้ติดเชื้อเริ่มของเพิร์ท (Perth Herpes Group) ได้ที่หมายเลข (08) 9487 6999

## ผม/ดิฉันจะหาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเริ่มที่อวัยวะเพศได้จากที่ใดบ้าง?

ถ้าต้องการข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ:

- แพทย์ของท่าน หรือแพทย์ท่านอื่นๆที่ท่านเลือก
- เฮลท์ไดเรกต์ ออสเตรเลีย (**healthdirect Australia**)  
☎ 1800 022 222
- **Sexual Health Helpline**  
☎ 9227 6178 (สำหรับผู้ที่โทรจากเขตเมือง) หรือ  
☎ 1800 198 205 (สำหรับผู้ที่โทรจากเขตภูมิภาค – โทรฟรีเฉพาะเมื่อใช้โทรศัพท์บ้าน)

เอกสารฉบับนี้สามารถจัดทำขึ้นในรูปแบบอื่น ๆ ได้ถ้ามีการขอเพื่อนำไปให้ผู้ที่เป็นบุคคลทุพพลภาพ