

آیا بدون رابطه جنسی هم میشود به زگیل تناسلی مبتلا شد؟

در دنیایی که نگرانیهای مربوط به سلامت جنسی اغلب در کانون توجه قرار میگیرد، مهم است که به یاد داشته باشید که زگیل تناسلی گاهی اوقات بدون تماس جنسی هم ممکن است ایجاد شود.

این توده‌های ناخوشایند که توسط **ویروس پاپیلومای انسانی (HPV)** ایجاد میشوند، میتوانند روی زندگی و روابط هر کسی، صرف نظر از فعالیت جنسی، تأثیر بگذارند. در این مقاله، علل مختلف زگیل تناسلی بدون رابطه جنسی را بررسی میکنیم و موضوعی را که اغلب نادیده گرفته میشود، روشن میکنیم.

درک زگیل تناسلی

قبل از پرداختن به علل غیرجنسی زگیل تناسلی، ضروری است که درک اساسی از چیستی آنها داشته باشیم. زگیل تناسلی زائده‌های کوچک یا توده‌هایی هستند که در ناحیه تناسلی و مقعد یا اطراف آن ظاهر میشوند. آنها توسط گونه‌های خاصی از HPV ایجاد میشوند، ویروسی که میتواند از طریق تماس پوست به پوست منتقل شود. با این حال باید به این نکته مهم توجه داشت که تماس جنسی تنها راه انتشار این ویروس نیست.

علل ابتلا به زگیل تناسلی بدون رابطه جنسی و بدون دخول

- **ابتلا از خودتان به خودتان (تلقیح خودکار):**

یکی از روش‌های غیرجنسی رایج برای انتقال HPV، تلقیح خودکار است. این اتفاق زمانی می‌افتد که یک فرد در یک قسمت از ناحیه تناسلی بدن خود زگیل داشته باشد و سپس ناحیه دیگری را لمس یا خراش دهد و در این فرآیند ویروس را منتقل کند.

- استفاده از وسایل شخصی مشترک:

اشتراک گذاری وسایل شخصی مانند حوله، تیغ یا لباس با فرد آلوده میتواند منجر به گسترش HPV شود. ویروس میتواند بر روی سطوح و اجسام زنده بماند و انتقال آن را ممکن میسازد. ویروس زگیل تناسلی خارج از بدن چند ساعت تا نهایت چند روز میتواند زنده بماند (منبع)

- تماس پوست با پوست ناحیه تناسلی:

زگیل تناسلی میتواند از طریق تماس پوست به پوست غیر جنسی بدون رابطه جنسی و بدون دخول مانند در آغوش گرفتن نزدیک نیز منتقل شود. این ویروس میتواند به راحتی از طریق اصطکاک پوستی از فردی به فرد دیگر منتقل شود.

- انتقال از مادر به نوزاد در حین زایمان:

نوزادانی که از مادران مبتلا به زگیل تناسلی متولد میشوند، میتوانند در حین زایمان به این ویروس مبتلا شوند. این انتقال بیماری به عنوان انتقال پری ناتال شناخته میشود و میتواند منجر به زگیل در گلو یا ناحیه تناسلی کودک شود.

- تتو (خالکوبی) و پیرسینگ (سوراخ کردن):

در موارد نادر، استریل کردن نامناسب تجهیزات در سالن های تاتو یا استودیوهای پیرسینگ میتواند منجر به انتقال HPV و ایجاد زگیل تناسلی در مکان های غیرمنتظره شود.

- سیستم ایمنی ضعیف:

افرادی که سیستم ایمنی ضعیفی دارند بیشتر مستعد ابتلا به عفونت های HPV هستند. البته ضعیف بودن سیستم ایمنی عامل ابتلا به بیماری نیست، اما این افراد ممکن است با کوچکترین تماس پوستی با افراد آلوده، به زگیل تناسلی مبتلا شوند.

- عوامل محیطی:

عوامل محیطی مانند رطوبت و گرما میتوانند در ایجاد زگیل تناسلی نقش داشته باشند. محیط های گرم و مرطوب شرایط ایده آلی را برای رشد ویروس ایجاد میکند). **منبع**

- بهداشت شخصی:

بهداشت فردی و **بهداشت ناحیه تناسلی** ضعیف میتواند خطر انتقال HPV را افزایش دهد. شستشوی منظم و تمیز کردن مناسب پس از رابطه جنسی میتواند به کاهش این خطر کمک کند.

جلوگیری از انتقال غیرجنسی زگیل تناسلی:

اکنون که راههای مختلف انتقال زگیل تناسلی بدون تماس جنسی و بدون دخول را بررسی کرده ایم، بحث در مورد استراتژیهای پیشگیری ضروری است.

1. **رعایت بهداشت خوب:** به طور مرتب دست ها و ناحیه تناسلی خود را بشویید تا خطر ابتلا خود را کاهش دهید.

2. **از اشتراک گذاری وسایل شخصی خودداری کنید:** از به اشتراک گذاشتن حوله، تیغ یا لباس با دیگران خودداری کنید.

3. **واکسیناسیون:** **واکسن های HPV** در دسترس هستند و میتوانند خطر عفونت HPV را به میزان قابل توجهی کاهش دهند.

4. روش های ایمن تتو (خالکوبی) و پیرسینگ (سوراخ کردن) : اگر قصد انجام تتو یا پیرسینگ دارید مطمئن شوید که تمام پروتکل های بهداشتی و ضدعفونی به طور دقیق انجام میشود و از وسایل یکبار مصرف برای شما استفاده میشود.
5. سیستم ایمنی خود را تقویت کنید : یک سبک زندگی سالم را برای تقویت توانایی بدن خود در مبارزه با عفونت ها حفظ کنید و از مکمل های مناسب با توصیه پزشک یا داروساز استفاده کنید.

نتیجه گیری درباره علل ابتلا به زگیل تناسلی بدون رابطه جنسی و بدون دخول

ابتلا به زگیل تناسلی تنها نتیجه فعالیت جنسی نیست. درک راه های مختلف انتقال HPV بدون رابطه جنسی برای آگاهی از سلامت عمومی بسیار مهم است. با انجام اقدامات پیشگیرانه و ترویج آموزش، میتوان از بروز زگیل تناسلی در زمینه های غیرجنسی کاست.

سوالات متداول درباره علل ابتلا به زگیل تناسلی بدون رابطه جنسی

- آیا میتوان زگیل تناسلی را از روی صندلی توالت گرفت؟
خیر، زگیل تناسلی از طریق صندلی توالت منتقل نمیشود زیرا ویروس نمیتواند برای مدت طولانی روی سطوح بی جان زنده بماند.
- آیا زگیل تناسلی همیشه در اثر تماس جنسی ایجاد میشود؟
خیر، همانطور که در مقاله ذکر شد، زگیل تناسلی از راه های مختلف غیرجنسی و بدون دخول قابل انتقال است.
- آیا درمانی برای زگیل تناسلی وجود دارد؟

در حالی که درمان مشخصی برای خود ویروس HPV وجود ندارد، اما زگیل تناسلی را میتوان از راه های مختلف مانند **لیزر درمانی، کرایوتراپی، الکتروسرجری و جراحی و توسط یک پزشک متخصص در زمینه درمان زگیل تناسلی** حذف و درمان کرد.

- **آیا کودکان بدون تماس جنسی میتوانند به زگیل تناسلی مبتلا شوند؟**

بله، اگر مادرشان زگیل تناسلی داشته باشد، نوزادان میتوانند در حین زایمان به این ویروس مبتلا شوند.

- **آیا واکسن HPV در برابر همه سویه های ویروس موثر است؟**

واکسن HPV در برابر چندین **گونه پرخطر ویروس** موثر است و در برابر بیشتر علل شایع زگیل تناسلی محافظت ایجاد میکند.