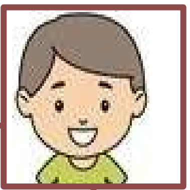
نابالغ بچوں کی افزائش نسل سے متعلق جنسی صحت

سِن بلوغت سے پہلے دور میں جسمانی تبدیلیاں

❖ سِن بلوغت سے پہلے کا دور 10 سے 19 سال کے دوران ہوتا ہے۔ اس دوران بچوں کے بدن میں مندرجہ ذیل تبدیلیاں ہوتی ہیں:

لڑکیاں

- لمبی اور بڑی ہو جاتی ہیں
- کولھے بھاری ہو جاتے ہیں
- چھاتیاں نظر آنے لگتی ہیں
- بغلوں میں اور ناف کے نیچے بال آنے لگتے ہیں
- پسینے اور تیل کے غدود کام کرنے لگتے ہیں اور چہرے پر مہاسے نکلنے لگتے ہیں



لڑکے

- لمبے ہو جاتے ہیں
- بغلوں میں اور ناگ کے نیچے، سینے اور ٹانگوں پر بال آنے لگتے ہیں، ہلکی ہلکی داڑھی اور مونچھ کے بال بھی آ جاتے ہیں
- پسینے اور تیل کے غدود کام کرنے لگتے ہیں اور چہرے پر مہاسے نکلنے لگتے ہیں
- پٹھے زیادہ مضبوط ہو جاتے ہیں
- آواز بھاری اور سخت ہو جاتی ہے

افزائش نسل سے متعلق صحت کے معاملات

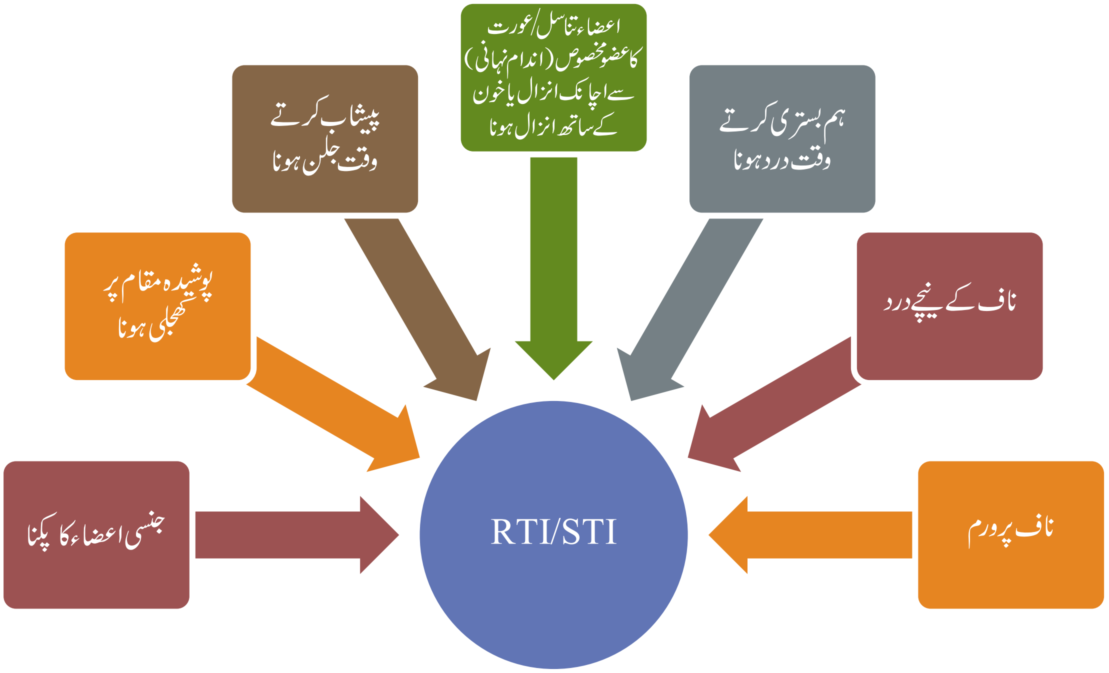
❖ جسم کے دوسرے حصوں کی طرح ہمارے جسم کے پوشیدہ اعضاء اور غدود کی صحت بھی اہم ہوتی ہے کیونکہ حیض وغیرہ بچے کی پیدائش کے لئے اہم ہے۔

❖ ہمیں جسم کے ان حصوں کو کسی بھی قسم کے انفیکشن سے بچانے کے لئے مناسب صفائی ستھرائی کی ضرورت ہوتی ہے۔

❖ نسل بڑھانے کے لئے مخصوص اعضاء میں صفائی ستھرائی نہ ہونے (ری- پروڈکٹیو ٹریکٹ انفیکشن، RTI) یا انفیکشن سے متاثرہ ساتھی (STI) کے ساتھ ہم بستری کرنے کی وجہ سے انفیکشن ہو سکتا ہے۔

❖ افزائش نسل سے تعلق رکھنے والے اعضاء میں ہونے والے انفیکشن کا فوری طور پر ڈاکٹر سے علاج کرنا چاہئے۔

تولیدی اعضاء میں انفیکشن کی علامتیں



تولیدی اعضاء میں انفیکشن کی روک تھام اور علاج کیسے کریں

- لڑکیوں کو ماہواری کے دوران صفائی ستھرائی رکھنی چاہیے۔
- اگر میاں بیوی میں کسی ایک کو بھی STI ہو تو جنسی تعلقات سے گریز کریں۔
- محفوظ جنسی تعلق قائم کریں، کنڈوم کا استعمال کریں۔
- جنسی تعلقات میں ذمہ داری نبھائیں اور ایک ہی ساتھی کے ساتھ وفادار رہیں۔
- زچگی کے لئے اسپتال کو ترجیح دیں۔
- غیر معمولی یا اچانک انزال کو نظر انداز نہ کریں۔
- صرف اسپتال میں ہی محفوظ طریقے سے اسقاط کرائیں
- اپنا اور اپنے ساتھی کا کسی بھی جنسی پریشانی کے لئے ڈاکٹر سے علاج کرائیں۔

خاندان کی منصوبہ بندی اور محفوظ طرح سے ماں بننا۔

- کم عمر میں شادی کرنے سے بچیں۔
- کم عمر یا منصوبے کے بغیر حمل سے بچیں
- چھوٹے اور منصوبہ بند خاندان کے لئے مانع حمل جیسے کنڈوم، مانع حمل گولیاں، (IUCD/IUD/Copper-T) وغیرہ استعمال کریں۔
- RTI/STI کی علامتوں کے بارے میں جانکاری حاصل کریں۔
- HIV/AIDS کی علامتوں کے بارے میں جانکاری حاصل کریں۔
- کسی کو HIV مندرجہ ذیل طریقوں سے ہوسکتا ہے۔
  - متاثرہ شخص کے ساتھ غیر محفوظ جنسی تعلق قائم کرنے سے
  - غیر محفوظ/انفیکشن سے متاثرہ خون چڑھانے سے
  - متاثرہ ماں سے بچے کو، اس کی پیدائش، حمل یا دودھ پلانے سے۔
  - انفیکشن سے متاثرہ انجکشن وغیرہ لگانے سے۔