

เรื่องเพศที่ควรรู้

นางนันทนาพร สว่าง * พย.บ.(พยาบาลศาสตรบัณฑิต)

ความละเอียดอ่อนในเรื่องเพศเป็นสิ่งที่คนทุกกลุ่มวัยควรตระหนักและเรียนรู้ร่วมกันเพื่อประโยชน์ในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขและสุขภาพแข็งแรง ดังนี้

เพศภาวะ หรือบทบาททางเพศหมายถึง การแสดงบทบาทของชายหรือหญิงในสังคม แต่ละสังคมมีวัฒนธรรมและทัศนคติที่ให้ความแตกต่างระหว่างเพศ จึงต้องมีการส่งเสริมหรือสร้างความตระหนักและทัศนคติที่ให้ความแตกต่างระหว่างเพศ จึงต้องมีการส่งเสริมหรือสร้างความตระหนักให้ชายมีส่วนร่วมหรือมีความรับผิดชอบในชีวิตสมรสครอบครัวและดูแลเอาใจใส่ความเป็นอยู่ และสุขภาพของสมาชิกในครอบครัวมากขึ้น บทบาทชายในครอบครัว ความรับผิดชอบด้านพฤติกรรมทางเพศและสุขภาพทางเพศ รวมถึงการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ความรับผิดชอบต่อสวัสดิภาพสตรี รวมทั้งทัศนคติของชาย

มิติทางเพศ หมายถึง พฤติกรรมทางเพศ และทัศนคติที่มีต่อเรื่องเพศซึ่งถูกปลูกฝังผู้ชายส่วนใหญ่ถูกเลี้ยงดูมาแบบมีสถานภาพและอำนาจทางเพศสูงกว่าผู้หญิงอาจเข้าสู่ มีประสบการณ์มากในเรื่องเพศและเป็นผู้แสดงออกหรือกำหนดในเรื่องของพฤติกรรมทางเพศหรือการมีเพศสัมพันธ์มากกว่าผู้หญิง เด็กชายและเด็กหญิงจะได้รับการอบรมสั่งสอนในเรื่องเพศและทักษะในการดำเนินชีวิตในเรื่องเพศและอนามัยเจริญพันธุ์ที่แตกต่างกัน จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่ควรปลูกฝังค่านิยมด้านพฤติกรรมทางเพศและความเสมอภาคทางเพศ ที่เน้นให้เห็นถึงคุณค่าของหญิงและเพศศึกษาที่เหมาะสมให้มากขึ้น โดยเริ่มต้นในครอบครัวและโรงเรียนเป็นแห่งแรก โดยมีหน่วยงานต่างๆทั้งภาครัฐและเอกชนร่วมให้การสนับสนุน

โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ หมายถึงกลุ่มของโรค ซึ่งสามารถติดต่อกันได้จากการมีเพศสัมพันธ์ ปัจจุบันพบว่าโรคที่ติดต่อทางเพศสัมพันธ์มีมากกว่า 20 ชนิด เช่น หนองใน หนองในเทียม ซิฟิลิส แผลริมอ่อน ฝีมะม่วง เริมและเอดส์ เป็นต้น

เพื่อความปลอดภัย ป้องกันไว้ดีกว่า ป้องกันอย่างไรไม่ให้ติดโรค

- หลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์กับบุคคลอื่นที่ไม่ใช่สามีหรือภรรยาของตนเอง
- ใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้งเมื่อมีเพศสัมพันธ์
- รักษาความสะอาดของร่างกายและอวัยวะอย่างสม่ำเสมอ

เมื่อใดควรตรวจเลือด

- ก่อนแต่งงาน เมื่อเริ่มตั้งครรภ์ (ไม่ควรเกิน 3 เดือน)
- เมื่อมีเพศสัมพันธ์กับบุคคลอื่น โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย เมื่อสงสัย หรือมีอาการผิดปกติ

* พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ กลุ่มการพยาบาล โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 2 สระบุรี

แหล่งที่มา

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข “คู่มือ การส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน” พิมพ์ครั้งที่ 8 กรกฎาคม 2554