

کتاب جامع

بهداشت عمومی

فصل ۱۱ / گفتار ۵ / دکتر خسرو رفائی شیرپاک

امور جنسی در انسان و بهداشت جنسی

فهرست مطالب

اهداف درس	۱۵۹۱
واژه‌های کلیدی	۱۵۹۱
مقدمه	۱۵۹۱
بعضی از تعاریف پایه در زمینه امور جنسی	۱۵۹۲
بهداشت جنسی	۱۵۹۳
بهداشت جنسی جزئی ادغام یافته در نظام خدمات بهداشتی	۱۵۹۴
منابع	۱۵۹۵



امور جنسی در انسان و بهداشت جنسی (Sexuality and Sexual Health)

دکتر خسرو رفائی شیرپاک

دانشکده بهداشت و انستیتو تحقیقات بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی تهران

اهداف درس

انتظار می‌رود فراگیرنده پس از گذراندن این درس، بتواند:

- رویکرد بهداشت باروری و جنسی را توضیح دهد
- واژه‌های امور جنسی (سکچوالیتی) بهداشت جنسی، جنسیت، جنس، هویت جنسی، جهت گیری جنسی و رفتار جنسی را تعریف کند
- جنبه‌های مختلف امور جنسی را نام برده و با ذکر مثال از این اصل که امور جنسی فقط مربوط به رفتار جنسی انسان نمی‌شود دفاع کند
- اهمیت پرداختن به مسئله بهداشت جنسی را شرح دهد
- فواید ادغام خدمات بهداشت جنسی را در نظام ارائه خدمات بهداشتی بیان کند

واژه‌های کلیدی

بهداشت جنسی، امور جنسی (Sexuality)، بهداشت باروری

مقدمه

واژه فارسی مناسبی برای بیان آنچه تحت نام سکچوالیتی (Sexuality) می‌شناسیم وجود ندارد. واژه‌های جنسیت، ویژگی‌های جنسی، امور جنسی و تمایلات جنسی که اغلب به عنوان ترجمه آن به کار می‌روند همیشه نمی‌توانند تمامی آنچه را که از این واژه باید استنباط شود بیان دارند. به هر حال از آنجایی که در حال

حاضر واژه امور جنسی ترجمه مناسب تری برای آن قلمداد می‌شود در این متن از این کلمه استفاده شده است. درک درست از امور جنسی لازمه ارتقاء بهداشت باروری است و بهداشت باروری، خود جزئی اساسی از سلامت انسان محسوب می‌شود. در طی دهه گذشته تغییری رویکردی در زمینه جمعیت و تنظیم خانواده به وقوع پیوسته است؛ به این ترتیب که از اهداف جمعیتی که به کنترل جمعیت از طریق پیشگیری از بارداری و ارتقاء روش‌های مؤثرتر جلوگیری از حاملگی توجه داشته است به سوی توجه به مردم یعنی حقوق و نیازهای آنها و همچنین مشارکت دادن مردم در طراحی، اجرا و ارزشیابی برنامه‌ها میل کرده است. این رویکرد از زمان برگزاری کنفرانس بین‌المللی جمعیت و توسعه قاهره در سال ۱۹۹۴ و چهارمین کنفرانس جهانی زنان در سال ۱۹۹۵ در پکن سرعت بیشتری به خود گرفته است. این تغییر نه تنها توجه بیشتر به کیفیت خدمات، انتخاب آگاهانه و توجه به جنسیت را مد نظر دارد بلکه توجه ویژه‌ای به شناسایی نیازهای باروری و جنسی و ضرورت تغییر در نظام بهداشتی برای پاسخ‌گویی به این نیازها دارد. این رویکرد جدید همان چیزی است که به نام «رویکرد بهداشت باروری و جنسی» از آن نام می‌بریم.

اگر چه ارتباط بین امور جنسی و بهداشت باروری بسیار روشن است اما غالباً در خدمات مربوط به بهداشت باروری این جزء نادیده گرفته می‌شود. در بسیاری از نقاط جهان، درک درستی از امور جنسی وجود ندارد و وجود تابوها، کج فهمی‌ها و موانع اجتماعی و فرهنگی در راه آموزش مفاهیم و بیان مثبت آنچه به نام امور جنسی می‌شناسیم باعث فقدان یا سطح پایین کمیّت و کیفیت خدمات مربوط به بهداشت جنسی و مسائل مربوط به آن شده است. یادگیری صحیح مسائل جنسی از بروز اختلالات جنسی جلوگیری کرده و کمک می‌کند در مواجهه با برخی مسائل مثل نازایی، نارسایی‌های جنسی، عفونت‌های منتقل شونده از راه مقاربتی، سوء رفتارهای جنسی و ... برخورد مناسب تری اتخاذ شود. اگرچه ممکن است همه این وقایع برای همه مردم رخ ندهند، به هر حال ارائه این خدمات باعث می‌شود مردم در مورد مسائل جنسی عمیق‌تر فکر کرده، دیدگاه ژرف‌تری نسبت به خود و دیگران پیدا کنند. این یادگیری‌ها باعث می‌شود تا در روابط بین فردی خود حساس‌تر و آگاه‌تر بوده و همین امر نهایتاً منجر به ایجاد صمیمیت بیشتر و لذت بیشتر از مسائل زناشویی در زندگی خواهد شد. آگاهی از این مسائل همچنین کمک می‌کند تا ارتباطات جنسی منطقی و مسئولانه تری داشته و در تصمیم‌گیری‌های مهم شخصی، در مورد مسائل جنسی، بهتر عمل شود. برای ارائه خدمات بهداشت باروری و جنسی و از آنجایی که امور جنسی تأثیر عمیقی بر سلامت باروری خواهد داشت ارائه‌کنندگان خدمت باید با مفاهیم اولیه و محتوای خدمات باروری و جنسی، آشنا باشند. در اینجا برخی مفاهیم، تعاریف و اهمیت پرداختن به موضوع بهداشت جنسی را بیان خواهیم کرد.

بعضی از تعاریف پایه در زمینه امور جنسی

جنس (Sex): خصوصیات زیست‌شناختی افراد شامل آناتومی، فیزیولوژی و ژنتیک به عنوان مرد یا زن

جنسیت (Gender): آنچه شخص، جامعه یا نظام قانونی به عنوان مذکر یا مؤنث تعریف می‌کند

نقش جنسی (Gender Role): بیان‌کننده بخشی از نگرش‌ها، رفتارها، انتظارات و وظایف تعریف شده

فرهنگی و اجتماعی برای زنان و مردان می باشد

هویت جنسی (Gender Identity): تحت عنوان Sexual Identity هم بیان می‌شود و اشاره به عقیده شخصی و خصوصی هر کس در مورد مذکر یا مؤنث بودن خود دارد (ممکن است کسی به لحاظ زیست شناختی مذکر باشد ولی احساس مؤنث بودن بکند)

جهت گیری جنسی (Sexual Orientation): ترجیح یا جاذبه تحریک آمیز و رومانیک برای داشتن روابط جنسی با جنس مخالف، موافق و یا هر دو جنس

رفتار جنسی (Sexual Behavior): فعالیت‌هایی هستند که به بیان امور جنسی هر فردی اشاره دارد باید توجه داشت که لزوماً رفتار جنسی کسی نشان دهنده جهت گیری یا هویت جنسی او نیست

امور جنسی (Sexuality): یک تجربه کامل حسّی است که هم مغز و هم جسم را درگیر می‌کند و فقط به فعالیت دستگاه تناسلی خلاصه نمی‌شود و در تمامی آنچه از آن به عنوان انسان نام می‌بریم تجلّی می‌یابد و ارزش‌ها، نگرش‌ها، رفتار، ظاهر فیزیکی، باورها، عواطف، علایق، جنبه‌های روحانی انسان و شخصیت و نیز طریق اجتماعی شدن ما را در بر می‌گیرد.

برای درک بهتر از امور جنسی و تکامل آن در انسان ناگزیر باید مجموعه وجودی انسان را که شامل اجزاء جسمی مثل ژنتیک، هورمون‌ها، تغییرات زیست شناختی بین زن و مرد، تغییرات فیزیولوژیک و ...، روانی شامل احساس فرد نسبت به خود و دیگران، هویت جنسی، توانایی بیان احساسات خود، قبول امور جنسی به عنوان جزئی از زندگی و ...، اجتماعی شامل ارتباط بین خود و دیگران، دوستی، عشق، ازدواج، فرهنگ، قوانین و ...، فطری و معنوی شامل مذهب، ارزش‌ها، باورها، و ... می‌باشد، در نظر گرفت. همانگونه که در تعریف نیز بیان شد امور جنسی از همه این جنبه‌ها تأثیر می‌پذیرد و بر همه آنها تأثیر گذار است. به عبارت دیگر امور جنسی از پیش از تولد آغاز می‌شود و تا پایان عمر با انسان همراه است. از زمان گشوده شدن تخم و مشخص شدن جنس جنین جنبه جسمی و زیست شناختی امور جنسی آغاز می‌گردد و با گذر انسان از مراحل مختلف رشد و تکامل، تا زمان مرگ، تغییرات قابل توجه و متناسب با مرحله رشدی در امور جنسی رخ می‌دهد اما هیچگاه متوقف نمی‌شود. چنانچه قادر باشیم امور جنسی خود را به گونه‌ای مثبت بیان کنیم آنگاه قادر خواهیم بود هویت منحصر به فرد خود را بسازیم، با احساساتی پر حرارت، هوشمندانه و دلنشین ارتباط برقرار کنیم، معنای لذت جنسی و تخلیه هیجانی را درک کنیم، با دیگران ارتباط عاطفی برقرار کنیم، حس ارزش دادن به خود را به دست آوریم و از دیدگاه بسیاری از افراد، از طریق فرزندانمان به آینده متصل باشیم. توانایی در بیان مثبت امور جنسی یکی از لذت بخش ترین و پربارترین جنبه‌های تجارب انسانی است و برای افرادی که از نظر اجتماعی و عاطفی در محرومیت قرار دارند جبران کننده بسیاری از جنبه‌های کمتر مثبت زندگی ماشینی امروزی است.

بهداشت جنسی (Sexual Health)

تعریف سازمان جهانی بهداشت از بهداشت جنسی این چنین است: «هماهنگی و سازگاری جنبه‌های جسمی، عاطفی، عقلانی و اجتماعی امور جنسی انسان، به گونه‌ای که شخصیت، روابط و عشق را ارتقاء داده و پربارتر کند» . . .

بنابراین بهداشت جنسی رویکردی مثبت به امور جنسی در انسان است و به پربارتر کردن زندگی و روابط بین فردی اشاره دارد و فقط به مشاوره و مراقبت از باروری و بیماری‌های جنسی خلاصه نمی‌شود.

تحقق بهداشت جنسی برای هر کس به این معناست که فرد بتواند زندگی توأم با اخلاقیات فردی و اجتماعی داشته باشد و در عین حال بتواند از رفتار باروری خود لذت برده و آن را کنترل کند، از عواملی که موجب مهار پاسخ جنسی و اختلال در روابط جنسی می‌شود مثل ترس، باورهای غلط، شرم، احساس گناه و از بیماری‌ها، اختلالات جسمی و نارسایی‌هایی که با عملکرد باروری و جنسی تداخل دارند دور باشد.

بهداشت جنسی توانایی فرد برای بیان امور جنسی خود، در چارچوب نظام ارزشی جامعه، قوانین، اعتقادات و فرهنگ جاری، بدون ترس از عفونت‌های مقاربتی، حاملگی‌های ناخواسته، اعمال زور، خشونت و تبعیض است. بهداشت جنسی یعنی توانایی داشتن زندگی جنسی آگاهانه، لذت بخش و بی خطر که بر اساس بیان مثبت ویژگی‌های جنسی و احترام متقابل در روابط جنسی به وجود آمده باشد. در این صورت بهداشت جنسی نه تنها لذت بخش است بلکه ارتباطات و روابط بین فردی را نیز تقویت می‌کند.

بهداشت جنسی جزئی ادغام یافته در نظام خدمات بهداشتی

همانگونه که قبلاً نیز اشاره شد برای پاسخ گویی به نیازهای بهداشت جنسی افراد لازم است نظام خدمات بهداشتی تغییراتی را در خود ایجاد کند. این حرف به این معنا نیست که نظام ارائه خدمات باید به ارائه ساختارهای جدید ارائه خدمت یا استخدام کارکنان جدید یا گسترش فیزیکی مراکز خود تن در دهد. ارائه خدمات بهداشت جنسی باید جزئی ادغام یافته در نظام خدمات بهداشت باروری بوده و با نیاز سنجی، توانمند سازی و آموزش کارکنان، نظام بهداشتی را برای در اختیار گذاشتن چنین خدماتی آماده ساخت و مردم را برای استفاده از آن تشویق کرد. . .

در نهایت ارائه خدمات بهداشت جنسی به مردم کمک می‌کند تا:

- بتوانند برای پیشگیری از بیماری‌های مقاربتی و حاملگی‌های ناخواسته راه‌های مناسبی را انتخاب کنند،
- روش پیشگیری از بارداری مناسب تری را انتخاب کرده و به این ترتیب بر تداوم استفاده از روش افزوده و از میزان شکست روش بکاهند،
- در مورد امور جنسی خود راحت تر صحبت کرده و نیاز های خود را بهتر بیان کنند و به این ترتیب قادر شوند رفتارهای پیشگیرانه‌ای را اتخاذ کنند،
- آگاهی خود را در زمینه امور جنسی بالا برده و این اطلاعات را با دیگران شریک شوند،
- تغییرات مربوط به امور جنسی خود را که در طول زمان رخ می‌دهد بهتر درک کرده و بپذیرند،
- رفتارهای سالم جنسی را پیش گرفته و مقوله‌هایی مثل لذت بردن و خشونت‌های جنسی را در نظر بگیرند،
- و ... رضایت بیشتری از خدمات ارائه شده داشته باشند.

منابع

- 1) Westheimer Ruth K., Laport standford, Human sexuality- a psychosocial perspective, Lippincott Williams and Wilkins, 2002
- 2) Wilson Heather, Mc Andrew Sue, Sexual health- Foundation for practice, Baillere Tindall, 2000
- 3) Wells Diane, Caring for Sexuality in Health and Illness, Churchill Livingstone, 2000
- 4) Masters William H., Johnson Virginia E., Kolodny Robert C., Masters and Johnson on Sex and Human Loving, Jaico Publishing House 2001
- 5) MacLaren, Aileen. Comprehensive Sexual Health Assessment, Journal of Nurse -Midwifery Vol. 4, No. 2, March/April 1995 pages: 104-119
- 6) WHO, Teaching modules for basic education in human sexuality, 1995
- 7) Family Planning Queensland, Health and Physical Education, Sexual Health, 2001