



# Herpes Kemaluan

Walaupun semua usaha telah dilakukan untuk menjamin ketepatan informasi dalam publikasi ini, tetap tidak dapat mengganti anjuran medis. Silahkan menemui profesional medis bila Anda khawatir akan kesehatan Anda. Dibawah ini adalah daftar beberapa tempat dimana Anda dapat memperoleh informasi lebih lanjut.

## Apakah herpes kemaluan?

Herpes kemaluan adalah lepuhan atau *sores* pada kemaluan. Ini disebabkan oleh *Herpes Simplex Virus* (HSV) Tipe I atau Tipe II. HSV Tipe I lebih banyak di mulut (*cold sores*) dan HSV Tipe II di kemaluan. Kedua virus ini dapat menginfeksi mulut dan daerah kemaluan.

## Bagaimana Anda tertular herpes kemaluan?

Herpes ditularkan melalui kontak kulit dengan seseorang yang mengidap virus, termasuk kontak dengan kulit yang terinfeksi sewaktu melakukan seks. *Cold sores* di mulut dapat menyebar ke kemaluan sewaktu seks di mulut. Tidak ada penyembuhan untuk herpes. Sekali Anda mendapat virus, ini akan tetap berada pada syaraf di daerah kulit yang terinfeksi. Ini dapat menjadi dormant (tidur) untuk beberapa waktu dan kemudian merebak kadang-kadang menyebabkan suatu episode *sores*. Herpes sangat mudah menular ketika Anda melihat lepuhan atau *sores*. Tetapi dapat juga menular walaupun tidak terdapat *sores*, ini sering pada infeksi pada 2 tahun pertama.

## Apa tanda-tanda dan gejala herpes kemaluan?

- Ketika seseorang tertular pertama kali, mungkin tidak terdapat *sores*. Banyak orang yang mengidap herpes kemaluan tidak tahu karena tidak ada gejala-gejalanya.
- Episode herpes pertama biasanya yang terparah. Secara umum Anda merasa tidak sehat seperti kalau Anda menderita flu, kemudian timbul lepuhan lepuhan kecil. Mereka pecah dan menjadi *sores*.
- Kemudian timbul keropeng, dan akhirnya kulit sembuh setelah 1 atau 2 minggu.
- Pada wanita, lepuhan dapat timbul disekitar vagina, uretra, serviks atau di antara vagina dan dubur.
- Pada pria lepuhan dapat timbul di penis, kulit ujung dan kadang-kadang di dalam uretra, pada zakar atau di daerah antara penis dan dubur. Sangat terasa sakit waktu mengeluarkan air seni bila air seni melewati *sores*.
- Jarang-jarang, lepuhan dapat timbul di pantat, tubuh belakang bawah dan daerah lain di bawah pinggang, juga pada tangan, payudara, tubuh belakang, jari – dimana-mana yang telah menyentuh daerah yang terinfeksi.



# Herpes Kemaluan

- Banyak kasus herpes kemaluan yang tidak memperlihatkan lepuhan. Dapat nampak sebagai daerah kemerahan yang kecil, kulit pecah-pecah atau kondisi kulit lainnya pada daerah kemaluan.
- Kondisi kulit kemaluan yang tidak biasa harus diperiksa ke dokter dan diperiksa terhadap herpes. Walaupun *sores* herpes sembuh, virusnya tetap tinggal dalam tubuh, Anda dapat mengalami kambuhan. Ini disebut episode kambuhan.

## Episode kambuhan

Episode kambuhan biasanya timbul pada bagian tubuh yang sama seperti serangan pertama, tapi lebih pendek dan lebih ringan. Episode kambuhan terjadi pada infeksi HSV Tipe I. Seiring dengan waktu biasanya terjadi lebih jarang dan lebih ringan, dan dapat saja berhenti. Beberapa orang yang terinfeksi hanya menderita satu episode saja. Ada juga orang-orang yang mendapat herpes tapi tidak mempunyai gejala. Episode herpes mungkin terjadi ketika sistem pertahanan tubuh Anda lemah. Penyakit, kelelahan, stres, haid atau aktivitas seksual dapat menjadi pencetus episode, tapi dapat juga terjadi tanpa sebab yang jelas.

## Bagaimana saya tahu bila saya menderita herpes kemaluan?

Dokter Anda akan mengambil contoh dari daerah yang terinfeksi dengan hapusan dan mengirimnya ke laboratorium. Akan lebih baik bila *sores* atau lepuhan kurang dari 4 hari lamanya. Anda mungkin perlu pemeriksaan darah untuk menentukan tipe HSV Anda.

## Apa yang saya lakukan bila saya mengidap herpes kemaluan?

Pergilah ke dokter umum atau dokter pilihan Anda bila Anda merasa menderita herpes kemaluan.

## Bagaimana pengobatan saya?

Hal-hal di bawah ini dapat menolong selama episode herpes kemaluan:

- Paracetamol atau aspirin dapat mengurangi rasa sakit dan *soreness*.
- Olesan Betadine akan mengeringkan lepuhan dan mencegah *sores* terinfeksi.
- Cuci *sores* dengan air garam (2 sendok the garam dalam 1 liter air, atau 1 cup garam dalam air mandi) dapat menolong penyembuhan.



# Herpes Kemaluan

- Olesan salep atau krim penghilang rasa sakit dapat mengurangi rasa sakit, terutama ketika mengeluarkan air seni.
- Bila sakit sewaktu kencing, Anda dapat mengeluarkan air seni sewaktu duduk dalam air mandi yang hangat.

Dokter Anda dapat memberi resep obat anti-viral. Ini akan mengurangi rasa sakit dan keparahan episode, terutama bila Anda minum obat dalam 2 hari timbulnya tanda lepuhan. Bila Anda mengalami banyak kambuhan Anda perlu makan obat setiap waktu. Obat anti viral tidak dapat menyembuhkan atau menghentikan penularan kepada orang lain. Bagaimanapun obat ini dapat mengurangi gejala, dan mengurangi risiko untuk menularkan pada orang lain sewaktu Anda tidak mempunyai gejala apapun.

## Bagaimana saya mengurangi risiko untuk mendapat herpes kemaluan?

Herpes ditularkan kepada orang lain melalui kontak kulit dengan kulit dari daerah terinfeksi. Herpes paling menular sejak tanda pertama berkembangnya *sores* (kulit terasa kesemutan, mati rasa atau sakit yang menusuk) sampai keropengnya hilang.

Untuk melindungi diri dan pasangan Anda, hindarkan melakukan seks ketika ada tanda-tanda *sores* di kemaluan. Jangan melakukan seks di mulut ketika ada *cold sores* di mulut. Anda dapat menularkan herpes ke orang lain, sekalipun tidak ada lepuhan atau *sores* yang terlihat. Kebanyakan ini terjadi sewaktu Anda baru saja tertular virus. Anda tidak dapat tertular atau menularkan herpes pada orang lain, kecuali ada kontak kulit dengan kulit dengan daerah yang terinfeksi.

Kondom dengan pelumas berdasar air dan dam gigi mengurangi risiko, tapi hanya melindungi kulit yang tertutup kondom atau dam gigi. Tapi kondom dan dam gigi tetap melindungi Anda dari infeksi menular seksual (IMS) yang lain.

Akan sulit untuk membicarakan herpes atau IMS yang lain, tapi setiap orang yang melakukan seks bersama Anda mempunyai hak untuk mengetahui bila Anda mengidap herpes. Diskusikan sewaktu Anda merasa relaks dan percaya diri, jangan sebelum melakukan seks. Pasangan Anda akan menghargai kejujuran Anda dan bahwa Anda tidak mau menulari-nya. Anda juga mempunyai hak untuk mengetahui bila iapun terinfeksi.

## Apakah ada vaksinasi terhadap herpes kemaluan?

Tidak ada vaksinasi untuk herpes kemaluan.



# Herpes Kemaluan

## Kehamilan dan herpes

Ibu yang terinfeksi dapat menularkan herpes kepada bayinya sewaktu kelahiran yang menyebabkan penyakit yang serius. Yang paling serius adalah pada wanita yang menderita episode pertamanya sesaat sebelum melahirkan. Wanita yang telah mendapat virus sewaktu hamil mempunyai antibodi yang melindungi yang juga melindungi janin, sehingga tidak mungkin terinfeksi. Bila Anda hamil, katakan pada dokter Anda bila Anda atau pasangan Anda pernah mendapat episode herpes. Dokter Anda dapat memperkirakan adanya risiko episode ketika melahirkan dan kemungkinan risiko pada bayi Anda.

## Mengatasi herpes

Herpes hanya mempengaruhi daerah kulit yang kecil. Ini biasanya tidak membuat Anda sakit dan tidak mempunyai efek jangka panjang pada orang dewasa yang sehat. Bila Anda menderita herpes, jangan merasa malu atau bersalah, atau berfikir Anda tidak boleh melakukan seks.

The Australian Herpes Management Forum mempunyai laman untuk orang-orang yang menderita atau khawatir tentang Herpes Kemaluan: [www.ahmf.com.au/](http://www.ahmf.com.au/)

Anda juga dapat menghubungi - Perth Herpes Group (08) 9487 6999

## Dimana saya dapat informasi lebih lanjut mengenai herpes kemaluan?

Untuk keterangan lebih lanjut hubungi:

- GP (Dokter Praktek Umum) Anda, atau seorang dokter pilihan Anda
- **healthdirect Australia**  
☎ 1800 022 222
- **Sexual Health Helpline**  
☎ 9227 6178 (bagi penelepon di kota besar) atau  
☎ 1800 198 205 (penelepon desa- bebas biaya hanya dari suatu telepon darat)

Dokumen ini bisa didapati dalam format alternatif atas permintaan untuk seseorang penyandang cacat.