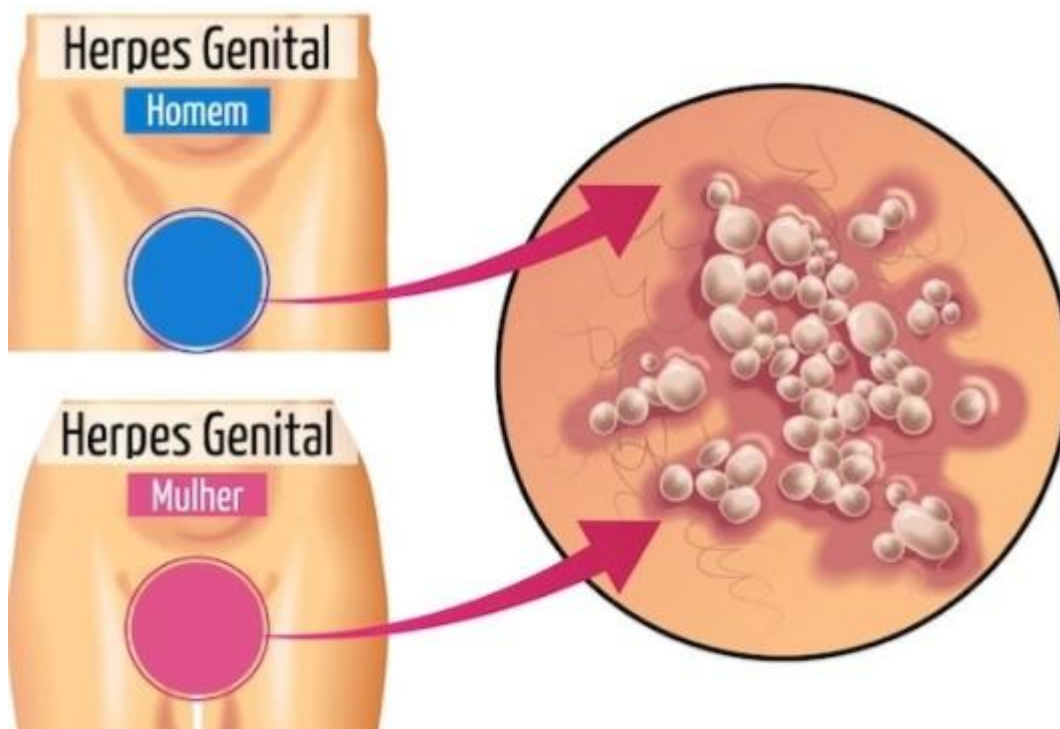


## O que é Herpes Genital



É uma doença sexualmente transmissível (DST), causada pelo vírus *Herpes simplex* do tipo 2, que ataca a pele ou as membranas mucosas dos genitais.

O herpes genital é geralmente transmitido nos períodos de doença ativa, ou seja, quando há lesões visíveis na região genital. Porém, mesmo nos períodos de remissão da infecção, quando não existem úlceras ou bolhas visíveis, podem haver vírus nas secreções genitais de homens e mulheres, o que favorece o contágio.

O uso da preservativo diminui o risco de transmissão, porém não o elimina completamente. A doença também não possui cura, porém possui tratamento. A pessoa contaminada por esse vírus terá este pelo resto de sua vida.

O vírus possui um tempo de incubação de 1 a 26 dias e é indeterminado, se levada em conta a existência de portadores em estado de latência (sem manifestações) que podem, a qualquer instante, manifestar a doença.

No Brasil, 10 a 12 milhões de pessoas podem estar infectadas pela **Herpes genital**, segundo estimativas.

[>>> Clique Aqui e Conheça uma Forma 100% NATURAL para Eliminar a Herpes](#)

## Tipos de herpes

O herpes se apresenta em duas formas, sendo o primeiro labial e o segundo genital, este trataremos aqui. Conheça os [tipos de herpes](#):

## **Herpes simplex tipo 1**

O herpes genital é uma infecção causada pelo vírus herpes simplex tipo 2, que é transmitido por intermédio de relações sexuais. Já o tipo 1 também deve ocasionar herpes genital, porém este está habitualmente associado ao herpes labial.

O vírus herpes simplex tipo 1 costuma ocasionar lesão somente na boca, porém deve ser transmitido para os órgãos genitais em caso de sexo verbal. Uma vez contaminados, os pacientes com herpes genital pelo classe 1 transmitem a doença semelhantemente que os pacientes contaminados pelo tipo 2.

A diferença é que as crises pelo tipo 1 costumam ser mais brandas e menos frequentes, e a transmissão fora das crises é menos comum.

## **Herpes simplex tipo 2**

Esta classe é transmitido por via sexual, sendo profundamente transmissível enquanto o paciente apresenta lesões ativas. Enorme obstáculo do herpes genital é que a transmissão deve acontecer mesmo nas fases quando o paciente está assintomático.

Assim sendo, mesmo fora das crises o paciente continua eliminando o vírus de modo revezado, podendo transmitir o herpes genital para o seu parceiro(a). Habitualmente em um temporada de 100 dias, o paciente passa 2 ou 3 dias eliminando o vírus de modo assintomática.

A constância de exclusão do vírus vai se tornando menor conforme os anos passam em relação à primeira aparição do herpes. A exclusão fora das crises é maior nos primeiros três meses depois a infecção primária.

E depois 10 anos de infecção, a transmissão fora das crises vai se tornando qualquer vez menos geral.

“ Pesquisa selecionou por volta de 400 pacientes com herpes genital há mas de 10 anos e colheu amostras dos seus órgãos genitais fora das crises por um temporada de 30 dias consecutivos. Somente 9% apresentavam neste pausa o vírus detectável para transmissão”

Continuamente que um paciente apresentar uma novidade crise, a sua taxa de transmissão assintomática se eleva mais uma vez, voltando a desabar conforme a última crise vai ficando mas antiga.

70% das transmissões do herpes genital ocorrem na fase assintomática, visto que durante as crises o paciente costuma evitar ter relações sexuais. Pacientes HIV positivos que também tenham herpes genital é o conjunto que mas apresenta transmissão durante a período assintomática.

O vírus herpes simplex tipo 2 sobrevive por muito pouco tempo no ambiente, sendo incomum a transmissão através de roupas ou toalhas. **Não se pega herpes genital em piscinas ou banheiros.**



## Causas

Dois vírus distintos podem causar herpes genital:

- Vírus do herpes simples Tipo 1 (HSV-1).
- Vírus do herpes simples Tipo 2 (HSV-2).

A transmissão de herpes genital pelos 2 vírus ocorre, singularmente, via contato sexual desprotegido.

O **HSV-1** deve se espalhar da boca aos genitais durante o sexo oral. Já o HSV-2 é mais geral na vulva. O meio mais geral de se transmitir o herpes genital é pelo contato com a pele de uma pessoa infectada que possui lesões visíveis, bolhas ou erupções (uma crise ativa), porém também deve -se contrair herpes a partir do contato com a pele de uma pessoa infectada mesmo quando não há lesões visíveis (e a pessoa deve nem descobrir que está infectada) ou, ainda, pelo contato com a seiva ou com fluidos da vulva de uma pessoa infectada.

## Sintomas da Herpes Genital

Na maior número das vezes, o sujeito não sabe que foi infectado com o **vírus do herpes genital**, porque é geral que a doença não manifeste sinais ou sintomas. Até, a maior parte das pessoas que se infecta com o vírus herpes simplex gênero de 2 não desenvolve doença, permanecendo assintomáticos e sem ter

conhecimento do contágio. Há estudos que sugerem que até 80% dos pacientes contaminados não desenvolvem sintomas.

Porém, há sintomas característicos da doença que podem chegar, são eles:

- Cascas que se formam quando as úlceras cicatrizam.
- Dores e irritação que surgem de dois a dez dias após o contágio.
- Manchas vermelhas e pequenas bolhas esbranquiçadas que costumam surgir dias após a infecção.
- Úlceras na região dos genitais, que podem chegar a sangrar e causar dor ao urinar.
- Pequenos agrupamentos de bolhas e feridas.
- Coceira e desconforto (são comuns depois de 2 a 10 dias de ter sido infectado).
- Ardor ao urinar caso as bolhas estejam perto da uretra.
- Ardor e dor ao defecar, caso as bolhas estejam próximas do ânus.
- Ínguas na virilha.

Nos primeiros dias após o contágio, a pessoa infectada pode apresentar sintomas muito parecidos com os da gripe:

- Apetite reduzido.
- Febre.
- Mal-estar geral.
- Dores musculares na parte inferior das costas, nádegas, coxas ou joelhos.

E, posteriormente, horas ou até dias depois poderão aparecer outros:

- Linfonodos aumentados e sensíveis na virilha durante uma crise.
- Sensação de ardência, queimação e dor (principalmente ao urinar) nas partes genitais (região genital, anal).
- Surgimento de vesículas na região genital, anal, nas coxas ou nas nádegas. As vesículas se assemelham a pequenas bolhas repletas de líquido. Considera-se este líquido muito contagioso, pois é nele que se encontram todos os herpes.

Deste modo, é preciso cuidado nas relações sexuais, é recomendável uma continência temporária até o momento que desapareçam os ferimentos ou a utilização de um preservativo. As vesículas herpéticas geralmente não deixam nenhuma cicatriz e somem depois formar uma crosta.

As mulheres podem ter corrimento vaginal ou, fortuitamente, não podem esvaziar a bexiga e precisam de um cateter urinário.

As feridas peculiaridades do herpes genital aparecem imediata quando o vírus entra no corpo. O paciente deve espalhar a ferida tocando-a e, depois, mostrando as mãos por outras partes do corpo.

Esta doença deve motivar feridas no pênis, saco escrotal, coxas e na uretra, igualmente na vulva, vagina e colo do útero, elas também podem surgir nas nádegas, boca e no ânus.

Depois semanas ou meses depois da primeira crise, uma segunda poderá surgir. Essa crise é quase continuamente menos grave e de menor duração que a primeira. Com o tempo, o número de crises deve diminuir.

Uma vez que uma pessoa é infectada, conquanto, o vírus se esconde nas células nervosas e permanece no corpo. O vírus deve ficar “dormente” ( letargo ) por um longo tempo (chamado de latência).

A infecção deve se reanimar ou dificultar a qualquer instante. As situações que podem ativar infecções latentes e iniciar uma crise incluem:

- Fadiga.
- Irritação genital.
- Menstruação.
- Estresse físico ou emocional.
- Trauma.

Estas crises podem acontecer com pouca frequência, sendo apenas uma vez por ano, ou com tanta frequência que os sintomas parecem ser contínuos. As infecções recorrentes em homens normalmente são mais moderadas e duram menos que nas mulheres.

[> > > Clique Aqui e Conheça uma Forma 100% NATURAL para Eliminar a Herpes](#)

## **Infecção Primária**

Chama-se de “infecção primária”, a primeira vez que as lesões do herpes genital despontam, depois o doente ter sido infectado e deve durar de 2 a 3 semanas. É usualmente a mais difícil e mais longa das fases de lesão.

Os sintomas do herpes genital tendem a se desenvolver em três a sete dias depois a relação sexual responsável pela infecção, porém em poucos casos deve demorar até 15 dias.

O principal prenúncio do herpes genital são pequenas bolhas agrupadas nos órgãos genitais. Geralmente, as bolhas aparecem e logo logo após se rompem formando úlceras. Na infecção primária estas lesões tendem a ser realmente dolorosas. Deve possuir também comichão no sítio.

Além da lesão típica do herpes, a infecção primária costuma transportar-se acompanhada de outros sintomas, como:

- Febre.
- Mal-estar.
- Dores pelo corpo.

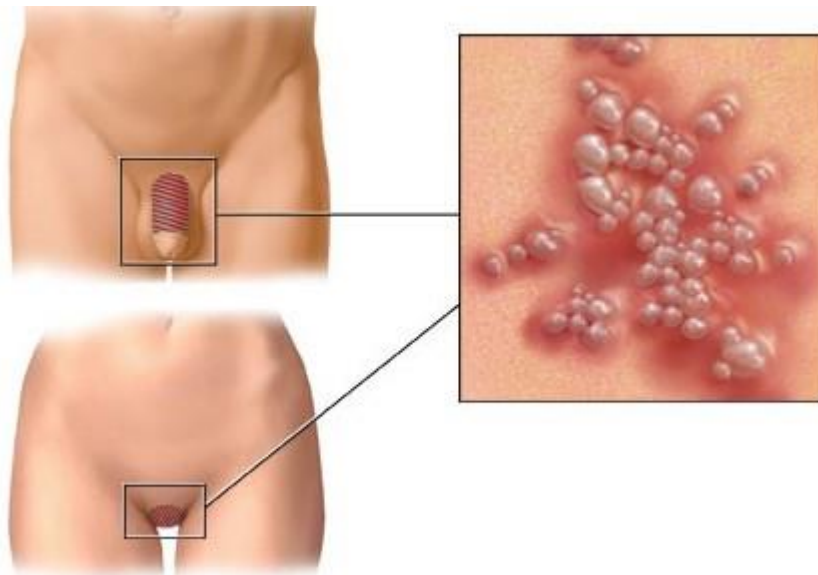
Podem surgir linfonodos na região da virilha e, se as úlceras estiverem próximas à saída da uretra, pode haver intensa dor ao urinar.

- **Homens:** as feridas de herpes genital geralmente aparecem no pênis ou próximo ao mesmo.
- **Mulheres:** as lesões podem ser visíveis fora da vagina, mas elas geralmente ocorrem no seu interior, onde ficam escondidas. Quanto às lesões internas, os únicos sinais de doença podem ser corrimento vaginal e/ou desconforto durante o ato sexual.

As lesões do herpes genital também podem aparecer em qualquer ponto do períneo e à volta do ânus dos pacientes que praticam sexo anal.

As lesões na infecção primária do herpes genital costumam demorar em média 20 dias para desvanecer.

## E quando o herpes genital é recorrente?



Depois a infecção primária, as lesões do herpes genital desaparecem, permanecendo silenciosas por numerosos meses. Na maior parte dos pacientes a infecção ressurge de tempos em tempos, e em número reduzido de casos, mas de uma vez por ano.

Uma vez no corpo, sobrevivendo por intermédio de um nervo da área lesada, o vírus do herpes genital se instala num gânglio nervoso, próximo à coluna vertebral, onde permanece em estado latente. Depois o surto inicial, a pessoa acometida pela doença deve desenvolver anticorpos que sustentam a infecção inativa indefinidamente e nunca chegam a apresentar uma reativação.

Outras pessoas, em certos momentos, apresentam novos surtos da infecção, que representam uma reativação viral. Os sintomas das reativações são em por norma geral mas brandos que os da infecção inicial. Também costumam apresentar sintomas de formigamento, ardência, comichão ou dor de antemão do aparecimento das lesões, caracterizadas pela vermelhão e pequenas bolhas que se rompem deixando as feridas que cicatrizarão em mais ou menos 7 a 10 dias.

Recorrências frequentes acometem uma minoria de pessoas que podem apresentar até 2 surtos a qualquer mês, o que traz um extensa incômodo e transtorno.

A reativação ocorre quando o vírus se multiplica no gânglio neural e as partículas virais migram pelo nervo para o lugar da infecção primária na pele ou nas mucosas (verbal ou genital).

Os fatores que desencadeiam esta reativação variam de persona para persona. Entre eles estão o esgotamento físico, outros processos infecciosos, menstruo, ingestão excessiva de álcool, exposição solar intensa, condições que debilitem o sistema imune e estresse emocional.

A fricção ou traumatismos repetidos no sítio da lesão como, por ex, durante a relação sexual, também podem levar ao aparição de reativações em várias pessoas.

90% dos pacientes apresentam a primeira recorrência em um pausa de 18 meses depois a infecção primária, sendo que pequeno número de podem ter mas de 10 recorrências no pausa de um ano. As recorrências frequentes são naqueles que tiveram uma infecção primária prolongada, com lesões iniciais do herpes durando mas de 1 mês.

As lesões recorrentes tendem a ser menos dolorosas e duram por volta de 10 dias (metade do tempo da infecção primária). Não é geral aparecerem outros sintomas como problema estar e febre. Com o passar dos anos, as recorrências vão ficando mas fracas e menos frequentes.

As recorrências do herpes genital costumam despontar depois qualquer acontecimento estressante para o corpo. Entre os mas comuns estão o dedicação físico exagerado, estresse emocional, doença, cirurgia atual, exposição solar em excesso e imunossupressão.

Em pequeno número de mulheres, o temporada menstrual deve ser o gatilho. Porém, existem casos de recorrências quando não é provável identificar nenhum fator desencadeante.

Poucos dias de antemão das lesões recorrerem, o paciente deve sentir alguns sintomas de aviso, como:

- Coceira nos grandes lábios.
- Dormência no pênis.
- Formigamento na região genital.

Diversos pacientes conseguem identificar que uma recorrência do herpes genital está a caminho.

Em outros casos o paciente deve não desenvolver sintomas de infecção primária logo depois a contaminação, descendente a apresentar as úlceras unicamente anos depois, depois qualquer acontecimento que reduza a sua isenção.

Nestes casos, não obstante ser a primeira aparição das feridas, a doença se dique mas como uma recorrência do que como infecção primária, sendo mas curta e menos dolorosa. Também não são comuns sintomas como febre e problema estar.

Como é a primeira aparição das feridas, vários pacientes tendem a crer que foram contaminados há pouco, e isso costuma fomentar desvantagens em casais com relacionamento fixo há anos. Nestas situações é bastante difícil estabelecer com exatidão quando o paciente foi infectado e quem o infectou.

## Qual profissional devo procurar se tenho Herpes? E qual é o diagnóstico?

O urologista ou o ginecologista. As lesões do herpes genital são típicas e durante as crises são facilmente reconhecidas por médicos experientes. Se houver presença de confirmação laboratorial ou se a lesão não for bastante típica, o dr. deve retirar amostras das úlceras para identificação do vírus.

Nas fases assintomáticas é provável pesquisar a infecção pelo herpes através das sorologias, que podem identificar tanto o vírus herpes simplex tipo 1 quanto o tipo 2.

As sorologias também são essenciais para identificar colaboradores (as) de pacientes infectados. Os exames conseguem identificar o vírus, porém não fornecem informação sobre quando o paciente foi infectado.

Frequentemente, um exame físico basta para o diagnóstico, porém o dr. poderá solicitar alguns exames para confirmar o diagnóstico, eles podem ser:

- **Cultura de vírus:** neste procedimento, o especialista coletará uma amostra da ferida causada por herpes e levará para análise de laboratório.
- **Exame de reação de polimerase em cadeia ou “PCR”:** este exame faz um esboço do DNA do paciente por meio da análise de uma pequena amostra da ferida presente na genitália. A partir deste DNA, o médico poderá dizer se há presença de vírus causador do herpes ou não.
- **Exame de sangue:** os resultados deste exame mostrarão se há presença ou não de anticorpos contra os vírus do herpes genital, indicando se houve infecção no passado.

A detecção de anticorpos contra o herpes por intermédio de exame de sangue não é suficiente, porque não define o lugar da infecção pelo vírus, porém deve facilitar quando já existe a suspeita do diagnóstico.

Se o exame de sangue for positivo, o dr. deve solicitar a coleta de material quando surgirem novas lesões para a confirmação do diagnóstico.

Outros exames podem ser solicitados, dependendo do paciente, caso o dr. suspeite de coinfeção com outras doenças sexualmente transmissíveis.



A confirmação do diagnóstico deve ser feita através do exame laboratorial de material apanhado das bolhas (ideal) ou das feridas, quando se comprova a presença do vírus herpes fácil nas lesões.

Se o diagnóstico para herpes genital for positivo, o parceiro ou parceira deverá ser informado pelo paciente, com o propósito de também realize os exames.

## **Tem cura? Qual o tratamento para a Herpes Genital?**

Ainda não há cura. Porém, o tratamento deve auxiliar a evitar a recorrência da doença e impedir que ela cause complicações mas graves e que se espalhe pelo corpo. Seguimento médico também deve facilitar para amenizar os sintomas e para não transmitir herpes para outras pessoas.

O tratamento é conformado principalmente por medicamentos antivirais, que aliviam a dor e o desconforto causados durante uma crise, curando as lesões com maior rapidez, impedindo complicações e reduzindo o risco de transmissão para outros.

Para crises recorrentes, o paciente deve começar a tomar o fármaco logo que o formigamento, a queimação ou a comichão estrear, ou que iniciar o emergência de bolhas.

As pessoas que têm varias crises podem tomar esses medicamentos diariamente durante um tempo. Isso deve auxiliar a evitar crises e a diminuir sua duração. Isso deve diminuir a chance de transmitir herpes para outra persona.

Gestantes podem aceitar tratamento contra herpes durante o último mês de gravidez para diminuir as chances de ter uma crise no instante do parto. Se houver uma crise no instante do parto, será recomendada uma cesariana para diminuir a possibilidade de infecção do bebê.

Entre os medicamentos que vão poder ser indicados pelo dr., estão:

- Aciclovir (o mais indicado para grávidas).
- Ezopen (creme).
- Fanciclovir.
- Valaciclovir.
- Penvir (creme e comprimido).
- Zovirax.

Mas, com tudo, existe um [MÉTODO NATURAL PARA CURAR O HERPES](#) que já foi comprovado por mais de 12000 brasileiros.

O primeiro incidente de herpes genital é frequentemente tratado por 7 a 10 dias por via verbal. Se não houver melhora das úlceras, o tratamento deve ser estendido por mas 1 semana. O tratamento funciona melhor se iniciado nas primeiras 72 horas de sintomas.

Nas recorrências, o tratamento deve ser conformado por unicamente 5 dias. Pacientes com histórico de herpes genital recorrente são com frequência aconselhadas a sustentar um estoque de medicação antiviral em vivenda, de forma a iniciar o tratamento para surgirem os primeiros sinais de uma recorrência.

Se o paciente apresenta raras recorrências e a faz com poucos sintomas, deve não ter urgência de tratamento com antivirais, particularmente se o sujeito não gozar um parceiro sexual no instante que tenha como ser infectado.

Nos pacientes que apresentam mas de 6 surtos por ano, deve ser indicada terapia supressiva, que consiste no uso dia após dia e contínuo de um antiviral em doses baixas para evitar as recorrências.

A vantagem dessa terapia é que ela reduz a constância e a duração das recidivas, podendo também reduzir o risco de transmissão de vírus da herpes para um parceiro não infectado.

Não está lógico por quanto tempo a terapia supressiva deverá ser mantida. Pequeno número de especialistas recomendam fazer uma pausa do tratamento periodicamente (a qualquer poucos anos) para instaurar se a terapia supressiva ainda é precisa. Se os surtos retornarem, a terapia supressiva deve ser reiniciada.

A terapia supressiva também deve ser indicada em casos de parceiros sexuais com sorologias discordantes, isto é, um deles infectado pelo herpes e o outro não.

Esse método reduz em mas de 50% o risco de transmissão. Quando associada ao uso de preservativo, o risco de transmissão do herpes genital se transforma em pequeno.

Alguns possíveis efeitos colaterais que os medicamentos podem fomentar :

- Fadiga.
- Dor de cabeça.
- Náusea e vômito.
- Erupções.
- Convulsão.
- Tremores.

Alguns óleos essenciais (fitoterapia) podem auxiliar no tratamento, como:

- Melissa.
- Tomilho.
- Manjerona.
- Junípero.
- Extratos das plantas *Clinacanthus nutans* e *Tanacetum vulgare* também têm ação antiviral contra cepas HSV-1 e HSV-2.
- Romã: estudos farmacológicos realizados com a casca da romã mostraram atividade de componentes desse fruto contra o vírus HSV-2.

Nesse caso, pode-se fazer um chá e usar como lavagem ou compressa nos locais afetados.

Medicamentos homeopáticos também são aliados, como por exemplo:

- Sepia.
- Grafites.

## Herpes genital na gravidez



O vírus se comporta de modo semelhante nas mulheres grávidas e não grávidas. Enorme obstáculo do herpes na gestação é o risco de transmissão para o bebê.

Usualmente, a transmissão só ocorre durante o parto, quando o bebê ao passar pelo ducto vaginal entra em contato com as secreções contaminadas da genitália feminina. E também quando a mãe encontra-se assintomática e sem lesões, há risco de transmissão. O maior ocorre quando a senhora se contamina perto da data do parto, ou melhor, quando a infecção primária surge nas últimas semanas de gestação.

Raramente o herpes deve ser transmitido no útero, durante a gestação, não sendo uma infecção que costuma ocasionar obstáculos de má formação para o embrião.

A cesariana diminui bastante risco de transmissão do herpes, e é método mas indicada de parto para as mulheres contaminadas. O parto cesário diminui, porém não elimina completamente o risco de contágio do bebê.

As mulheres com sintomas de herpes genital durante a gestação podem ser tratadas com Aciclovir, não importa semana de gravidez que estejam.

Se a mãe for diagnosticada com herpes genital, o dr. recomendará o uso de medicamentos antivirais para evitar que o bebê contraia a doença durante o parto. Como última opção, a cesariana deve ser considerada pelo dr..

O herpes genital não é hereditário e o vírus não afeta a fertilidade nem é transmitido pelo sêmen do varão ou pelo óvulo da senhora. As mulheres com herpes genital podem ter uma gestação segura e um parto vaginal normal. Quando a mãe já possui história de herpes genital, ela terá anticorpos circulantes no sangue que protegerão o bebê durante a gestação e o parto.

Existem unicamente 2 situações nas quais o embrião deve percorrer riscos, são elas:

- Episódio inicial de herpes genital grave durante os primeiros 3 meses de gravidez, que pode ocasionar um aborto espontâneo, o que é muito raro e pode ocorrer com outros tipos de infecção viral.
- Episódio inicial nos 3 últimos meses de gravidez, devido ao grande número de vírus presentes e tempo insuficiente para que a mãe produza anticorpos para proteger o feto, podendo a doença ser transmitida ao feto, provocando o herpes neonatal.

Mulheres grávidas sem histórico de herpes genital e cujo parceiro possui a doença, devem utilizar preservativos durante toda a gestação para evitar adquirir a doença neste temporada.

Se o parceiro reunir histórico de herpes na área da rosto, deve ser evitado também o sexo vocal. O herpes genital, uma qualquer das dos pais, em por norma geral não afeta os filhos e existe pouco risco de transmissão a partir de que se tenha hábitos normais de higiene.

Porém, os pais devem estar cientes de que o vírus do herpes deve ser transmitido pelas lesões orais através do ósculo podendo fomentar infecção grave e disseminada no recém-nascido.

## **Grupos e fatores de risco**

A herpes genital é mais comum na vagina, principalmente quando o vírus causador é o HSV-2. Aproximadamente 1 em cada 4 mulheres está infectada. E no caso de homens, aproximadamente 1 em cada 8 homens possui a doença.

De modo geral, qualquer pessoa com vida sexual ativa está sujeita a contrair o vírus causador do herpes genital. Mas como grupos e comportamentos mais propensos a contrair a Herpes genital, estão:

- Indivíduos com múltiplos parceiros sexuais que não fazem sexo com proteção (preservativos masculinos ou femininos).
- Segundo estudos, populações mais carentes e com menos acesso a princípios básicos de saúde e higiene também têm risco aumentado de adquirirem a doença.

Um estudo publicado em 2009 na revista *New England Journal of Medicine* constatou que homens circuncidados correm menos risco de contrair o vírus da herpes genital.

Os cientistas, entretanto, ressaltam que a circuncisão não garante proteção total contra o vírus e não substitui o uso de preservativos durante as relações sexuais.

## Complicações

Quando a herpes genital não é tratada, ela pode acarretar em problemas mais graves, como:

- **DST's:** aumenta o risco de contrair outras doenças sexualmente transmissíveis, como a AIDS.
- **Infecção de recém-nascidos:** por meio do contato do bebê com o vírus durante o trabalho de parto. O contágio de herpes por bebês recém-nascidos pode resultar em danos cerebrais, cegueira e pode levar até mesmo à morte em casos mais severos.
- **Problemas de bexiga:** resultantes da presença de feridas na região da uretra, obstruindo-a e impedindo a saída da urina. Nesses casos, é necessário o uso de um cateter para fazer a drenagem da bexiga.
- **Meningite:** está entre as possíveis complicações do herpes genital, causada pela inflamação das membranas e do líquido cefalorraquidiano presente no sistema nervoso
- **Retite:** uma inflamação do reto, provocada muitas vezes por sexo anal.

Várias pessoas podem desenvolver infecções bastante graves por herpes que acometem o cérebro, olhos, esôfago, fígado, medula espinhal ou pulmões.

Essas complicações geralmente se desenvolvem em pessoas com um sistema imunológico fraco, como aquelas que estão mostrando por quimioterapia, radioterapia ou que tomam doses altas de cortisona.

## Prognóstico

Uma vez que um sujeito é infectado, o vírus permanece no corpo para o resto da vida. Várias pessoas têm apenas uma crise, e outras têm crises frequentes.

Na maior parte destas crise, não há um desencadeador óbvio. Mas, varias pessoas acreditam que os ataques de herpes genital acontecem com as seguintes condições:

- Fadiga.
- Doenças gerais (de doenças leves a condições sérias, como operações, ataques cardíacos e pneumonia).
- Imunossupressão devido à AIDS ou a medicamentos como quimioterapia ou esteroides.
- Menstruação.
- Estresse físico ou emocional.
- Trauma na área afetada, inclusive atividade sexual.

Em pessoas com um sistema imunológico normal, o herpes genital permanece como uma infecção situada e incômoda, porém raramente provoca risco para toda a vida.

Poucos cuidados básicos também podem auxiliar o paciente a enfrentar melhor com a doença, sanar as lesões mas velozmente e impedir sua recorrência, como:

- Não usar meias calças, roupas íntimas ou calças de *nylon* ou de outros materiais sintéticos.
- Usar roupas de algodão confortáveis.
- Lavar a região suavemente com água e sabonete neutro.
- Tomar banhos mornos pode aliviar a dor (depois do banho, mantenha as bolhas secas).

## Como prevenir? É transmissível?

A herpes genital é transmissível, mas há como prevenir!

A melhor forma de prevenção desta e de outras doenças sexualmente transmissíveis (DSTs) é fazendo o uso de preservativos durante os atos sexuais.

E a exclusivamente forma 100% garantida de não se contrair nenhum tipo de DST é não sustentar relações sexuais, logo quanto mas cuidado possuir durante o ato sexual, melhor.

Se o parceiro ou parceira estiver infectado com herpes, é melhor evitar qualquer tipo de contato sexual até o momento que a doença esteja sob controle. Mas, é essencial ter uma comunicação aberta com o seu parceiro para evitar qualquer forma de contágio.

O uso de preservativo reduz a chance de transmissão, porém não a elimina completamente, uma vez que as lesões do herpes podem surgir em áreas da região genital que não ficam cobertas pelo preservativo. Por ex, uma lesão de herpes na bolsa escrotal continua exposta mesmo com o uso favorável da preservativo.

Além dos medicamentos antivirais, alguns tratamentos caseiros podem ser usados para aliviar os sintomas de um surto de herpes genital, como:

- Banho de assento com água fria: pode diminuir temporariamente a dor das feridas. As mulheres que têm dor para urinar podem sentir menos desconforto se urinarem durante o banho de assento ou em um chuveiro com água morna.
- Sabão e banhos de espuma deve ser evitados.
- Área genital limpa e seca.
- Evitar roupa interior apertada.
- Cremes e pomadas geralmente não são recomendados.
- Dor muito incômoda: analgésicos ou anti-inflamatórios podem ser usados.

O vírus não sobrevive muito tempo fora do corpo humano, por isso a transmissão ocorre apenas pelo contato entre pessoas, não sendo possível se contaminar em banheiros, com toalhas e outros objetos.

---

Estima-se que, aproximadamente, 417 milhões de pessoas entre 15 e 49 anos estão infectadas com herpes genital (HSV-1), de acordo com dados da OMS lançados em novembro de 2015. Segundo o relatório, as pessoas afetadas estão principalmente nas Américas, na Europa e no Pacífico Ocidental.

Compartilhe este artigo para que mais pessoas conheçam a doença e fiquem informadas sobre os riscos de contrair a Herpes Genital!