



Aukning á kynsjúkdómum: Forvarnir og tillögur

Fulbright sérfræðingur – Lokaskýrsla

Alison Footman, PhD, MPH

22. september 2025

Inngangur

Á undanförnum árum hefur orðið aukning á kynsjúkdómum á Íslandi. Tíðni klamydíu er áfram há en stöðug, en tilfellum af lekanda og sárasótt hefur fjölgað á síðustu árum. Þróunin fylgir alþjóðlegum straumum en vekur áhyggjur, þar sem á Íslandi búa einungis um 400.000 manns og heilbrigðisfyrirvöld standa frammi fyrir sérstökum áskorunum í stjórnun lýðheilsu.

Á sóttvarnasviði embættis landlæknis eru tíu föst stöðugildi, þar af fjórir læknar, einn til tveir hjúkrunarfræðingar, tveir gagnasérfræðingar og heilbrigðisgagnafræðingur. Um allt land eru fimm smitsjúkdómalæknar sem veita ráðgjöf fyrir landið um öll tilfelli kynsjúkdóma og annarra smitsjúkdóma.

Þrátt fyrir takmarkaðan fjölda sérfræðinga á sviði kynsjúkdóma er sterkur vilji til að efla viðbrögð vegna kynsjúkdóma um land allt og heilbrigðisstarfsfólk, félagasamtök og stefnumótendur hafa áhuga á að bæta forvarnir og aðgengi að þjónustu. Í því skyni bauð sóttvarnalæknir bandarískum sérfræðing á styrk Fulbright stofnunarinnar, Dr. Alison Footman, að koma til landsins til að veita utanaðkomandi ráðgjöf um háa tíðni klamydíu og vaxandi fjölda tilfella af lekanda og sárasótt hérlandis.

Dr. Footman vann með Önnu Margréti Guðmundsdóttur, yfirlækni á sóttvarnasviði, heimsóttu þær og ræddu við heilbrigðisstarfsfólk og fulltrúa félagasamtaka til að öðlast betri innsýn í hvaða hindranir eru til staðar varðandi aðgengi að kynsjúkdómaprófum og hvernig megi bæta það. Hér að neðan eru settar fram tillögur byggðar á þeim samtölum.

Auka fræðslu og vitund um kynsjúkdóma meðal heilbrigðisstarfsfólks og almennings

Heilbrigðisstarfsfólk og fulltrúar félagasamtaka bentu á takmarkaða vitund um kynsjúkdóma á Íslandi. Þetta leiddi oft til fordóma tengda kynhegðun, hver ætti eða ætti ekki að fara í próf og hjá sumum dró slíkt úr vilja til að fara í próf fyrir kynsjúkdómum.

Aukin fræðsla og vitund bæði meðal heilbrigðisstarfsfólks og almennings gæti dregið úr fordómum og gert umræðu um kynheilbrigði eðlilegri og sjálfsgæðari. Tillögur til að efla fræðslu og vitund um kynsjúkdóma eru meðal annars:

- Útbúa myndrænt efni sem m.a. sýnir tíðni kynsjúkdóma á Íslandi og áhrif þeirra á heilsu. Efnið mætti nýta á samfélagsmiðlum og í kynningum til að auka skilning og vitund almennings.
- Þróa fræðslupakka með glærum, myndrænu efni og upplýsingum sem hægt er að aðlagja mismunandi hópum samfélagsins þ.m.t. ungu fólki og jaðarsettum hópum svo sem föngum, fólki sem notar vímuefni í æð, hinsegin fólki og einstaklingum sem lifa með HIV.
- Efla Heilsuveru til að gera upplýsingar þar um kynsjúkdóma sýnilegri og aðgengilegri en þangað leita margir nú þegar til að finna áreiðanlegar upplýsingar.
- Stuðla að heildstæðri fræðslu um kynheilbrigði í skólum, til að efla kynheilbrigði ungmenna og að þau fái nauðsynlega þekkingu og færni til að forðast kynsjúkdóma.
- Efla samstarf við Ástráð, kynfræðslufélag læknanema, varðandi fræðslu um kynheilbrigði til ungs fólks (16–20 ára) til að auka vitund um kynsjúkdóma.
- Kynna betur upplýsingasíðuna „Hvar er hægt að fara í kynsjúkdómapróf?“ á vef embættis landlæknis og gera efnið aðgengilegra almenningi á fleiri stöðum.
- Nýta samfélagsmiðla samstarfsaðila sóttvarnalæknis, eins og Heilsuveru og Samtakanna '78, til að miðla upplýsingum um kynsjúkdóma.

Efla samstarf milli heilbrigðisstarfsfólks, félagasamtaka og sóttvarnalæknis

Í samtölum við heilbrigðisstarfsfólk og félagasamtök kom fram sterk ósk um öflugra samstarf til að bæta aðgengi að kynsjúkdómaprófum. Tillögur til að styrkja samstarfið eru:

- Halda árlega, eða annað hvert ár, fund með heilbrigðisstarfsfólki, félagasamtökum og sóttvarnalækni til að ræða brýn mál tengd kynsjúkdómum á Íslandi.
- Fulltrúar frá Landspítala og sóttvarnalækni hitti heilbrigðisstarfsfólk í mismunandi landshlutum til að efla tengsl og samstarf.
- Skipuleggja reglulega fundi, mánaðarlega eða á þriggja mánaða fresti, milli Landspítala og sóttvarnalæknis til að ræða forvarnir, prófanir og meðferð kynsjúkdóma, þar sem Landspítali er einn stærsti aðilinn á þessu sviði á landinu.

- Kynna tækifæri til fjármögnunar sem bjóðast félagasamtökum til að efla fræðslu og prófanir. Reglulegar ábendingar frá sóttvarnalækni geta ítrekað mikilvægi slíkra tækifæra og hvatt til þátttöku.

Styrkja kerfi til að tryggja að heilbrigðisstarfsfólk hafi aðgang að uppfærðum leiðbeiningum um prófanir og meðferð kynsjúkdóma

Sumt heilbrigðisstarfsfólk lýsti óvissu varðandi leiðbeiningar um prófanir kynsjúkdóma, sem leiddi til misskilnings um hvenær og hvern eigi að prófa, hver borgar fyrir próf og hvernig endurgreiðslur virka, hvernig og hvenær smitrakning eigi að fara fram og hvort meðferð skuli hefjast áður en upplýsingar úr smitrakningu berast. Slík óvissa getur tafið prófanir og meðferð kynsjúkdóma.

Annað heilbrigðisstarfsfólk taldi leiðbeiningarnar gagnlegar og nothæfar, sem undirstrikar þörfina fyrir að styrkja kerfið til að allt heilbrigðisstarfsfólk hafi greiðan aðgang að nýjustu upplýsingum. Með samstarfi við heilbrigðisstarfsfólk við endurskoðun leiðbeininga og með því að bjóða upp á þjálfun eða stuttar, skýrar handbækur væri hægt að draga úr óvissunni.

Aðgerðir til að bæta aðgang að leiðbeiningum gætu falið í sér að:

- Tryggja að leiðbeiningar séu einnig aðgengilegar á ensku.
- Gera töflur með leiðbeiningum um prófanir sýnilegri og auðveldari að finna á vefnum.
- Skýrari leiðbeiningar um smitrakningu, þ.m.t. hvenær hún skuli fara fram og hvort meðferð eigi að hefjast tafarlaust eða bíða niðurstaðna.
- Bæta upplýsingar um greiðslur kynsjúkdómaprófa svo heilbrigðisstarfsfólk þekki valkosti varðandi kostnað og hver borgi.
- Efla samstarf milli heilbrigðisstarfsfólks eins og hjúkrunarfræðinga og lækna varðandi leiðbeiningar til að tryggja samræmd vinnubrögð á heilsugæslustöðvum.
- Fræðsla um kynsjúkdóma fyrir heilbrigðisstarfsfólk getur eflt skilning þeirra á mikilvægi prófana og meðferðar og styrkt málstað þess að auka fjármagn til þjónustunnar.

Auka aðgengi að kynsjúkdómaprófum með því að minnka hindranir og auka framboð þjónustu

Þjónusta við prófanir vegna kynsjúkdóma á Íslandi er mjög öflug, þar sem einstaklingar geta m.a. tekið sýni sjálfir með sýnatökusetnum sem innihalda pinna og glös fyrir sýni úr leggöngum, endaparmi, munni og þvagi eftir þörfum. Ísland er eitt fárra landa sem býður upp á slíka þjónustu og gæti verið fyrirmynd annarra þjóða í þeim efnum.

Tækifæri til að bæta aðgengi að kynsjúkdómaprófum eru meðal annars:

- Sumir viðmælendur lýstu óþægindum við að fara í próf á göngudeild húð- og kynsjúkdóma Landspítala eða hjá heilsugæslu. Þeir töldu að ef próf væru í boði á stöðum eins og hjá Ylju eða Samtökunum '78 myndi þeim líða betur með að fara í próf, þar sem slíkir staðir hafa

reynslu af jaðarsettum hópum. Aðrir viðmælendur lýstu jákvæðri reynslu að fara í kynsjúkdómapróf hjá göngudeild smitsjúkdóma (PrEP klíník), sem undirstrikar mikilvægi þess að þessi þjónusta sé á fleiri stöðum.

- Mikilvægt er að skoða betur hlutverk kvensjúkdómalækna og hvort þeir bjóði upp á kynsjúkdómapróf og þá hvenær, auk þess að meta hvort fólki líði vel með að fá slíka þjónustu hjá þeim.
- Kynsjúkdómapróf eru framkvæmd á heilsugæslustöðvum og í dreifbýli eru þær oft eini staðurinn sem býður slíka þjónustu. Nauðsynlegt er að afla betri upplýsinga um umfang og gæði þeirrar þjónustu.
- Tryggja að kynsjúkdómapróf séu í boði fyrir fólk án íslenskrar kennitölu og að þeim upplýsingum sé miðlað. Fyrir marga ríkir óvissa um hvar þeir einstaklingar geti farið í próf og hvernig greiðslupátttöku sé háttáð. Með vaxandi ferðamannastraumi og fjölgun innflytjenda er sérlega brýnt að einstaklingar án kennitölu hafi aðgang að prófum. Upplýsingar um þurfa að vera skýrar og aðgengilegar á vefnum og heilbrigðisstarfsfólk þarf að vita hvert eigi að vísa fólki.
- Þegar ný opinber mannvirki eru hönnuð, þ. á m. fangelsi og sjúkrahús, er mikilvægt að sóttvarnalæknir og aðrir hagsmunaaðilar taki þátt í skipulagi til að tryggja nægt pláss og kerfi fyrir prófanir vegna kynsjúkdóma ásamt annarri heilbrigðisþjónustu.
- Lengja opnunartíma þar sem próf eru framkvæmd þannig að þjónusta sé aðgengileg a.m.k. einu sinni í viku eftir kl. 17:00, til að mæta þörfum þeirra sem ekki geta mætt á dagvinnutíma.

Niðurlag

Almennt er þjónusta vegna kynsjúkdómaprófa á Íslandi afar sterk. Einstaklingum stendur til boða að framkvæma sýnatökuna sjálfir, sem er sjaldgæft í alþjóðlegu samhengi. Með nokkrum breytingum til að auka aðgengi og með aukinni fræðslu og vitundarvakningu gæti Ísland áfram verið fyrirmynd í því hvernig tryggja megi þjónustu.

Reynsluna og lærdóminn af því að auka aðgengi að prófum og vitund um kynsjúkdóma á Íslandi gæti síðan verið kynnt á vettvangi eins og til dæmis STI & HIV World Congress og International Union Against STI (IUSTI) World Congress ([Prag árið 2026](#)).
