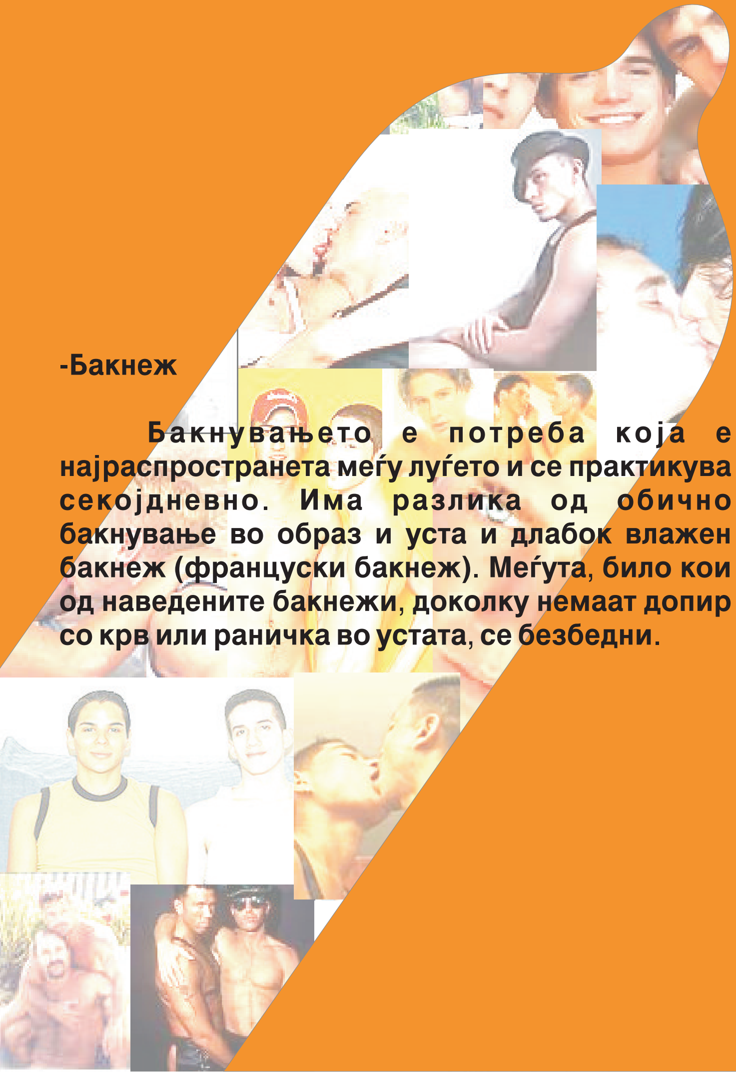
ГЕЈ ВОДИЧ ЗА БЕЗБЕДЕН СЕКС

-Што е сексуален однос?

Во секојдневниот живот на човекот се јавуваат повеќе потреби меѓу кои и потребата за сексуален однос. Во зависност од потребата на лицата, сексуалниот однос може да биде: со лице од спротивниот пол (хетеросексуален), со лице од истиот пол (хомосексуален) или и обете (бисексуален).

Сексуалните односи претставуваат уживање, но за жал и голем ризик од разни инфекции кои понекогаш можат да доведат и до смрт. Ова незначи дека треба да се откажеме од сексот. Важно е да се придржуваме до некои основни правила за безбеден секс, кои што во голема мера го смалуваат ризикот од инфекции. Едноставно, овие правила и упатсва треба да станат навика и пракса и тогаш мирно можеме да им се препуштиме на задоволствата.

Со оваа брошура ќе се обидеме да ве информираме како најдобро да се заштитите.



-Бакнеж

Бакнувањето е потреба која е најраспространета меѓу луѓето и се практикува секојдневно. Има разлика од обично бакнување во образ и уста и длабок влажен бакнеж (француски бакнеж). Меѓута, било кои од наведените бакнежи, доколку немаат допир со крв или раничка во устата, се безбедни.

-Гушкање и масирање

Како дел од сексуалната игра претставуваат: гушкањето, мазењето и масирањето. Ова не претставува ризик за тешки инфекции како ХИВ/СИДА, Хепатит Б и Ц, но сепак можат да се пренесат некои инфекции како што се габички или некои кожни паразити. Здравата чиста и негувана кожа е најдобра заштита.

Голем број на кожни заболувања можат да се видат и со голо око. Затоа внимавајте!

-Мастурбирање

Мастурбирањето претставува самозадоволување од почетокот на пубертетот а кај некои луѓе трае се додека се сексуално активни. Може да се изведува самостојно, во пар, но и со повеќелуѓе истовремено. Важно да се внимава, спермата од други лица (ако се мастурбира во пар или повеќе лица истовремено) да не прсне во очи или уста како и пред и после секоја мастурбација задолжително да се измијат раце. При само -мастурбирање нема опасност од инфекции.

-Орален секс

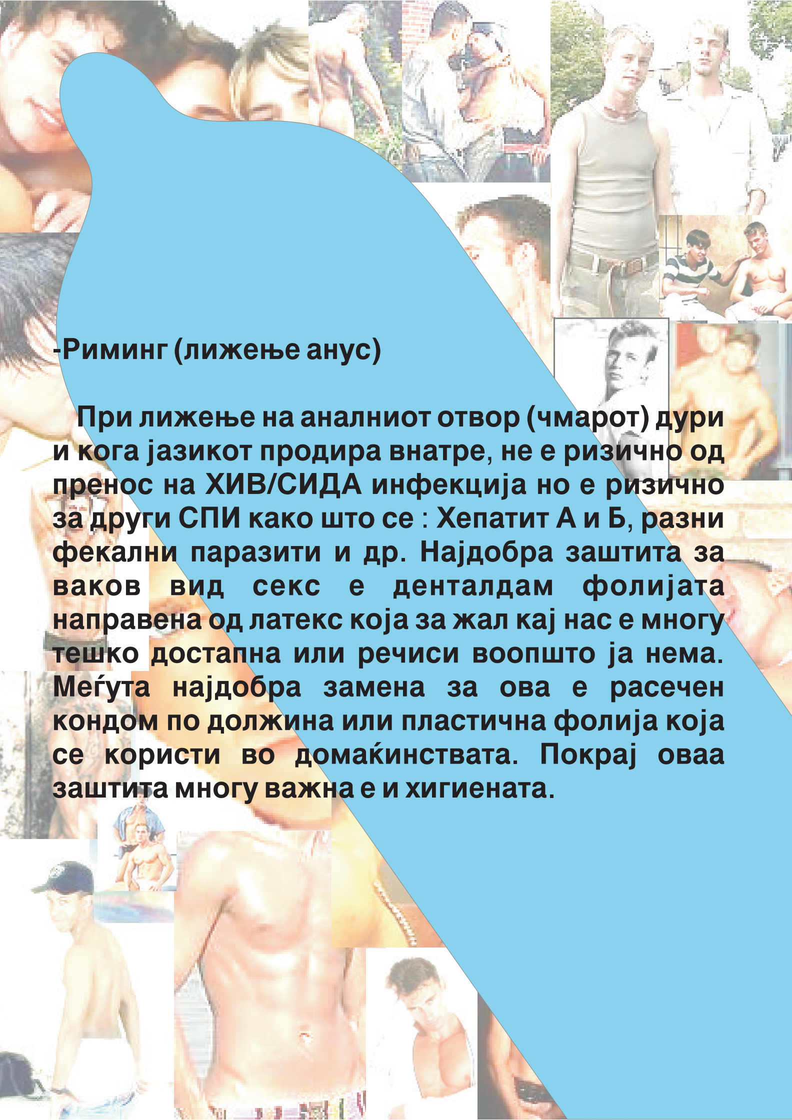
Овој сексуален контакт се смета за помалку ризичен, но сепак не е без ризик. Ако во устата има раничка која може да дојде во контакт со сперма или друга раничка (крв) на пенисот, постои ризик од ХИВ/СИДА инфекција како и од други Сексуално Преносливи Инфекции (СПИ). Ризикот за пренос на инфекцијата го имаат истовремено и двата партнери односно, и примателот и давателот на оралниот секс.

Најдобра заштиа за оралниот секс е доколку се користаткондоми специјано наменети за овој вид на секс. Кондомите за орален секс се лесно препознатливи по тоа што најчесто се со арома (јагода, банана, цреша...)и се направени од многу тенок латекс. Токму поради тенкиот латекс овие кондоми не се користат за анален или вагинален сексуален однос поради големата веројатност од нивно оштетување.

-Анален секс

Овој вид секс е најчесто распространет помеѓу геј популацијата. Незаштитениот анален секс е еден од највисоко ризичните начини за инфекција од ХИВ/СИДА, Хепатит Б и Ц, Сифилис, Трипер и други сериозни СПИ. Поради недоволна еластичност на анусот и недостаток на природно влажнење, многу често доаѓа до крварење на анусот кое не секогаш е видливо со голо око. Токму овие ранички се лесен влез на многу инфекции кои можат да се пренесат од спермата или крвта од друга ранижка на пенисот на партнерот. Исто така овие крварења може да го инфицираат и партнерот. Значи ризикот е на двајцата партнери, односно на инсертивниот (активен) партнер и на рецептивниот (пасивен) партнер.

Единствена и најдобра заштиа за овој вид секс е кондомот. Постојат кондоми специјално наменети за анален секс кои се поиздржливи и поеластични (extra safe). Покрај кондомот, за анален однос се препорачува и сексуален лубрикант (подмачкувач) кој е специјално направен на база на вода за да не го оштети кодомот. Никако не смеат да се употребуваат подмачкувачи на маслена база како што се: масло за тело, креми за лице и раце, млеко за тело, вазелин, течни сапуни и тн. кои многу лесно можат да го оштетат (скинат) кондомот.



-Риминг (лижење анус)

При лижење на аналниот отвор (чмарот) дури и кога јазикот продира внатре, не е ризично од пренос на ХИВ/СИДА инфекција но е ризично за други СПИ како што се : Хепатит А и Б, разни фекални паразити и др. Најдобра заштита за ваков вид секс е денталдам фолијата направена од латекс која за жал кај нас е многу тешко достапна или речиси воопшто ја нема. Меѓута најдобра замена за ова е расечен кондом по должина или пластична фолија која се користи во домаќинствата. Покрај оваа заштита многу важна е и хигиената.

-Фистинг и фингеринг (задоволување со тупаница и прсти)

Поради чувствителноста на надноктицата и нејзино лесно раскравување како и недовоната елатичност на анусот, фистингот и фингерингот (задоволувње со тупаница или прсти) исто така може да доведе до пренесување на разни СПИ. Покрај хигиената на овој вид на секс како заштита се употребуваат и латексови ракавици како и соодветни лубриканти на водена база.

-Сексуални помагала (дилдо, вибратор...)

Вештачките пениси (дилдо, вибратор...) можат да се најдат во најразлични видови и големини. Можат да бидат направени од разни материјали но најдобро е да се користат анатомски направени пениси од силикон или желе. Треба да се користат со лубрикант поради несакани повреди до кои може да дојде. Доколку дилдото го користат двајца или повеќе партнери се препорачува да се користи со кондом поради можност од пренос на инфекции. Секако пред и после секое користење, дилдото треба да се иезинфицира.

-Важна напомена

Доколку приметите било каква промена на кожата или слузокожата на гениталиите (црвенило, чешање, исцедок...) или пецкање при мокрење како и израстоци на кожата или брадавици на гениталиите, присуство на крв во столицата (изметот) задолжително да се јавите на лекар (Дерматовенеролог или Уролог).

Кога ќе се констатира болест, треба да се информира и партнерот кој истот така требада се јави на лекар поради тестирање и лечење.

СИДАта предизвикана од ХИВ вирусот засега е неизлечива и смртоносна болест. Меѓутоа ХИВ инфициран не секогаш значи и болен од СИДА.

Хпатит Б и Ц се инфекции со трајни последици и лоши прогнози. Хепатитот А се лекува.

Останатите СПИ како што се: Сифилис, Гонореа, (трипер), Кламидија, Кондиломи, Генитален херпес итн. успешно се лекуваат. Ненавремено третирање на овие инфекции го продолжува времето на лекување, аможе да доведе и до стерилитет.

Е Г А Л
02/3220851 -
геј инфо линија за
превенција на
ХИВ/СИДА и полово
преносливи инфекции.
изработено од:
ЕГАЛ
ЕДНАКВОСТ ЗА ГЕЈ И ЛЕЗБЕЈКИ
во соработка со:
H. E. R. A.
асоцијација за здравствена едукација и истражување
подржано од:
РЕПУБЛИКА МАКЕДОНИЈА
МИНИСТЕРСТВО ЗА ЗДРАВСТВО
Investing in our future
The Global Fund
To Fight AIDS, Tuberculosis and Malaria