

## Ако решиш да рискуваш партньора и себе си...

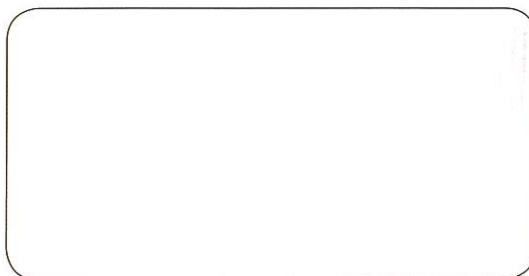
Всяка сексуално преносима инфекция (ХИВ/СПИН, хепатит В и С, сифилис, гонорея (трипер), хламидия, кандидиоза и др.) има различен прозоречен период, след който тя може да бъде открита при изследване на кръвна/уринна проба или специализиран медицински преглед. През прозоречния период обаче, ако си заразен, ти си преносител и вече заразяваш своите сексуални партньори.

**ВАЖНО** е възможно най-бързо след рисковия сексуален контакт да потърсиш специализирана лекарска помощ и консултация, кога, как и какви изследвания да си направиш.

## И ако все пак си рискувал ...

- Ако мислиш, че си имал рисков сексуален контакт, не изпадай в паника. Свържи се със здравен или социален работник, на когото имаш доверие, познаят ти или просто с някого, за да поговорим за това.
- КАБКИС ти предлагат анонимно и безплатно консултиране и изследване за ХИВ/СПИН и други СПИ.
- Ако вече си се заразил с ХИВ, трябва да знаеш, че съществуват поддържащи лечения (антиретровирусна терапия и в България тя е безплатна и достъпна за всички), с които можеш да живееш пълноценно, стига да си открил инфекцията рано и да спазваш стриктно лечението.
- Ако вече си инфектиран с ХИВ, е важно да използваш презервативи и лубриканти. Дори партньорът ти също да е ХИВ-позитивен, задължително използвайте презервативи, за да се предпазите от повторно инфектиране с вируса.

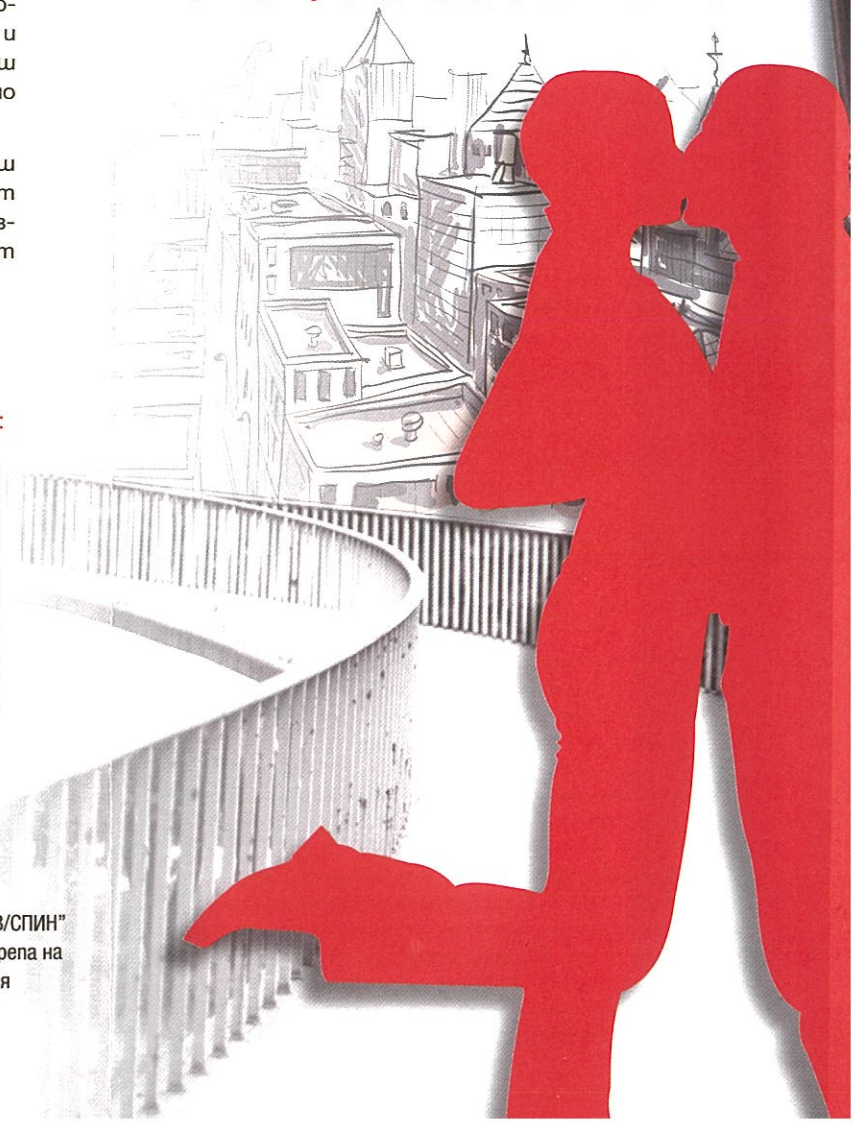
За повече информация и предпазни средства:



Тази брошура се издава по Програма „Превенция и контрол на ХИВ/СПИН“ към Министерството на здравеопазването с финансовата подкрепа на Глобалния фонд за борба срещу СПИН, туберкулоза и малария

<http://www.aidsprogram.bg/>

## А после...?



## Ако решиш да рискуваш партньора и себе си ....

Най-сладо е да се отдадеш на момента без да се замисляш. Всеки от нас си е мислил „На мен няма да се случи“, а реалността по отношение на ХИВ и други сексуално преносими инфекции е, че „Може да се случи на всеки“. Как рискуваш?

**Аналният секс** е най-рисковата сексуална практика по отношение на ХИВ инфекцията. Анусът не се овлажнява по естествен начин, при което силното триене може да причини разкъсвания и вирусът лесно да навлезе в организма.

**Вагиналният секс** е също толкова рисков за предаване на ХИВ/СПИН.

**Оралният секс** без презерватив трябва да се избягва, ако в устата или по устните има херпеси, язви, кървящи венци или други наранявания, през които причинителите на инфекции лесно могат да навлязат в организма. Немиенето на зъби не те предпазва по никакъв начин.

Винаги носи в себе си презервативи!  
Не разчитай само на партньора.  
Съхранявай презерватива на сухо място и далеч от отопление и слънчева светлина.  
Винаги използвай правилния презерватив:  
за анален, вагинален или орален секс, и dental dam.

Лубрикантът (овлажнител/гел) на водна и/или силиконова основа е задължително условие за безопасност при анален секс, тъй като се намалява възможността презервативът да се скъса. Вазелинът, различните кремове, честата употреба на лубрикантите с лидокаин, слонката могат да увредят или презерватива, или тялото.

## ВАЖНО е обаче да помислиш за своята и чуждата сигурност!

Използването на презерватив и договарянето на безопасен секс могат да се превърнат в един полезен навик, при който в един момент не се замисляш, а просто го правиш.

- Винаги носи в себе си презервативи!  
Не разчитай само на партньора.
- Използвай нов презерватив при всеки сексуален акт!
- Увери се, че всеки път презервативът е поставен правилно.
- Никога не слагай два презерватива наведнъж — вероятността да се скъсат е много голяма, защото се трият един в друг!
- Използвай презерватив по време на целия сексуален акт, а не само преди изпразването!

## Ако решиш да се потрижиш за партньора и себе си ...

Когато правиш безопасен секс, удоволствието може да бъде дори по-голямо, защото ти и твоят/твоите партньори нямате излишни притеснения, свързани със здравословни проблеми.

- **За да сте спокойни и двамата** -  
При орален секс използвайте по-тънки ароматизирани презервативи. Когато след оралния секс преминете към друг вид секс, е добре да смените кондома с нов, по-здрав. Изключително рисково е ако след анален секс се прави орален без да се смени презерватива, тъй като има опасност да се заразиш от бактерии и вируси, пренесени от ануса към устата.
- **За разнообразие и повече удоволствие** -  
При използването на секс играчки (дилдо, butt plug, вибратор) винаги слагай презерватив и го сменяй, когато друг ги използва. Атрибутите за садо-мазо техники, които може да внесат разнообразие и допълнително удоволствие за някои хора, е най-добре да са ЛИЧНИ, защото са възможни наранявания. При фистинг е важно ноктите да са изпилени, да се слагат еднократни латексови ръкавици и да се използват големи количества лубрикант.

Презервативът е за еднократна употреба.  
Изхвърли го в кошчето след употреба!

