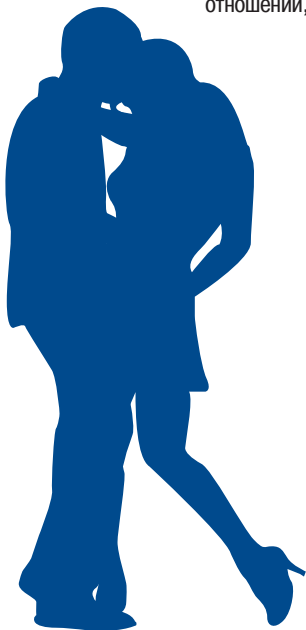




ПРЕЗЕРВАТИВЫ И ЛУБРИКАНТЫ

ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОЕМ ЗДОРОВЬЕ

Секс — это сфера интимных отношений, наиболее пикантная часть личной жизни, которая содержится в секрете от посторонних. «Болезни любви» — венерические заболевания или, как принято сегодня говорить, инфекции, передающиеся половым путем (ИППП), — это главные враги интимных отношений, которые разрушают секреты личной жизни и наносят подчас непоправимый вред здоровью.



Готовясь к половому акту, предусмотрите три основных способа защиты:

- презерватив (защитит от нежелательной беременности, ВИЧ и ИППП);
- лубрикант (защитит от разрыва презерватива и травм слизистых оболочек половых органов);
- дезинфицирующее средство (для экстренной профилактики в случае разрыва презерватива или опасного полового контакта).

НА СТРАНИЦАХ ЭТОЙ БРОШЮРЫ
ВЫ НАЙДЕТЕ ПОЛЕЗНУЮ ИНФОРМАЦИЮ О:

презервативах мужских и женских;

правилах использования презервативов;

лубрикантах и правилах их применения;

венерических заболеваний и их профилактике.

ПРЕЗЕРВАТИВ – ПОГРАНИЧНИК ЛИЧНОЙ ЖИЗНИ

Подобно тому, как пограничные войска охраняют рубежи государства от нападения врагов, так и презерватив во время полового контакта оберегает личную жизнь человека от таких неприятностей, как бактерии, вирусы, а также от незапланированной нежелательной беременности.

Презервативы бывают **мужские** (кондом) и **женские** (фемидом). Наиболее часто при половых контактах применяются мужские презервативы как более удобные и привычные.





МУЖСКОЙ ПРЕЗЕРВАТИВ

Мужской презерватив (от латинского *praeservo* — предохраняю), или **кондом** (*condom*) — средство контрацепции барьерного типа. Представляет собой непроницаемый для спермы чехол, который надевается на половой член в состоянии эрекции. Используется для предотвращения беременности и инфекций, передающихся половым путем (ИППП). Мужские презервативы чаще всего делаются из латекса, реже из полиуретана. Наиболее предпочтительны латексные презервативы.

**ПРЕЗЕРВАТИВ НЕ ДАЕТ 100 % ГАРАНТИИ ЗАЩИТЫ
ОТ ЗАБОЛЕВАНИЙ, ПЕРЕДАЮЩИХСЯ ПОЛОВЫМ ПУТЕМ,
НО ДЕЛАЕТ ЭТОТ РИСК МИНИМАЛЬНЫМ!**

НЕМНОГО ИСТОРИИ

Первое упоминание о презервативах в литературе встречается в трактате «О французской болезни» (о сифилисе) итальянского врача XVI века Габриеля Фаллопия, опубликованном в 1564 году. Для защиты от сифилиса Фаллопий рекомендовал приспособление, которое, по его словам, он изобрел сам: льняной чехол, пропитанный в специальном химическом растворе и высушенный. Чехол надевался на головку члена и крепился подвязкой. Фаллопий писал, что проверил свое устройство на 1100 подопытных, и никто из них не заразился сифилисом.

Самый старый презерватив, дошедший до наших дней, найден в Швеции и датируется 1640 годом.



ВИДЫ МУЖСКИХ ПРЕЗЕРВАТИВОВ

Латексный презерватив. Латекс обладает наилучшей прочностью, эластичностью и герметичностью среди презервативов из других материалов. Недостатки: латексные презервативы могут вызвать аллергию, они снижают сексуальное удовольствие.

Полиуретановый презерватив. Самым распространенным материалом после латекса является полиуретан. Полиуретановые презервативы в три раза тоньше обычных латексных и лишены микропор (микроотверстий), которые есть в презервативах из латекса.

Полиуретановые презервативы во многих отношениях лучше латекса: они лучше проводят тепло, менее чувствительны к температуре и ультрафиолетовому излучению, их срок хранения дольше. Полиуретан не так заметно снижает остроту приятных ощущений во время секса, как латекс. Полиуретан менее аллергичен, чем латекс, лишен запаха. Однако он менее эластичен, легче соскальзывает и чаще рвется, кроме того полиуретановые презервативы дороже.

Полиизопреновые презервативы. Полиизопрен — синтетический вариант латекса. Он значительно дороже, но обладает всеми преимуществами латекса, кроме того, в нем нет белка, который содержится в натуральном латексе и может вызывать аллергию.



Презервативы из кишки ягненка. Кишка ягненка — один из старейших материалов для производства презервативов. Презервативы из нее лучше проводят тепло и меньше влияют на тактильные ощущения, чем синтетические, не вызывают аллергию. Однако риск заразиться ИППП выше, чем в латексных презервативах, поскольку в материале есть поры, которые проницаемы для возбудителей ИППП, хотя и непроницаемы для сперматозоидов. Такие презервативы значительно дороже всех прочих.

Спермицидные презервативы. Некоторые латексные презервативы смазываются небольшим количеством монооксинола-9, вещества, уничтожающего сперму (спермицида). Однако по последним научным данным, спермицидные презервативы не имеют никаких преимуществ в предотвращении беременности, их срок хранения короче, они могут вызвать инфекции мочевых путей и воспалительные заболевания половых органов у женщин, так как монооксинол-9 может служить питательной средой для бактерий.

Кроме того, научные исследования показывают, что при частом использовании монооксинол-9 увеличивает риск заражения ВИЧ-инфекцией. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) считает, что спермицидные презервативы не следует пропагандировать. С другой стороны, по мнению ВОЗ, лучше использовать спермицидный презерватив, чем не использовать никакого.



ВЫБОР ПРЕЗЕРВАТИВА

В АПТЕКАХ И СУПЕРМАРКЕТАХ ПРЕДСТАВЛЕН ШИРОКИЙ АССОРТИМЕНТ ПРЕЗЕРВАТИВОВ, В ТОМ ЧИСЛЕ:

- латексные;
- полиуретановые;
- более прочные – для анального секса (с пометкой Strong, Ultrastrong или Extrastrong);
- ароматизированные – для орального секса;
- увеличенного размера и т.д.

Цена презерватива различается в зависимости от марки. Старайтесь не экономить на своем здоровье. Кроме того, в каждом областном центре Украины действуют общественные организации, реализующие программы профилактики ВИЧ среди уязвимых групп населения (потребители инъекционных наркотиков, работники коммерческого секса, мужчины, имеющие секс с мужчинами, и ближайшее окружение этих групп), где можно получить презервативы бесплатно.

Узнать о таких организациях в вашем городе вы можете, позвонив по телефону:

0 800 500-450-10 (Национальная линия телефона доверия по проблемам ВИЧ/СПИД)

ПОМНИТЕ! ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КАЧЕСТВЕННОГО ПРЕЗЕРВАТИВА И ДОСТАТОЧНОГО КОЛИЧЕСТВА ЛУБРИКАНТА НА ВОДНОЙ ОСНОВЕ ПОМОЖЕТ ВАМ ИЗБЕЖАТЬ ИНФИЦИРОВАНИЯ ВИЧ И ИППП.



КАЧЕСТВО ПРЕЗЕРВАТИВА

ЕСЛИ:

- упаковка презерватива повреждена;
- номер партии и срок годности не нанесены на упаковку;
- толщина пленки презерватива неравномерна, на нем видны подтеки, деформация, следы от сгибов;
- упаковка презервативов приобретена вами в ларьке, а саму упаковку вам достали с витрины, где она пролежала под солнечными лучами долгое время;
- после вскрытия упаковки вы обнаружили, что смазка высохла, цвет презерватива неравномерный или измененный, а также, если презерватив слишком липкий,

ТО ВПОЛНЕ ВЕРОЯТНО, ЧТО ПРЕЗЕРВАТИВ ОКАЗАЛСЯ НЕКАЧЕСТВЕННЫМ.

НЕ ПОЛЬЗУЙТЕСЬ НЕКАЧЕСТВЕННЫМ ПРЕЗЕРВАТИВОМ!

КАЧЕСТВЕННЫЙ ПРЕЗЕРВАТИВ ОТВЕЧАЕТ СЛЕДУЮЩИМ ПРАВИЛАМ:

- упаковка фабричная, плотная и неповрежденная;
- срок годности нанесен на упаковку разборчиво и не просрочен;
- после вскрытия упаковки вы ощущаете, что презерватив в смазке.



СОВЕТЫ ПО ВЫБОРУ И ХРАНЕНИЮ ПРЕЗЕРВАТИВА

- Покупайте презервативы только в аптеках, где они сертифицированы и сохраняются в надлежащих условиях.
- При покупке проверьте срок годности.
- Храните презервативы на расстоянии от источников тепла и прямых солнечных лучей, в сухом прохладном месте.
- Не носите презервативы в тесных карманах брюк, так как упаковка может скомкаться и порваться.

ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ МУЖСКИМ ПРЕЗЕРВАТИВОМ

Мужские презервативы могут обеспечить надежную защиту от нежелательной беременности и заболеваний, передающихся половым путем, только при условии их правильного применения.

1. Осторожно откройте упаковку с краю, чтобы не порвать презерватив. Не разворачивайте презерватив перед тем, как его надеть.
2. Надевайте презерватив на пенис, когда он в состоянии эрекции.
3. Если крайняя плоть не обрезана, сдвиньте ее назад. Зажмите кончик презерватива пальцами и приставьте к концу эрегированного полового члена.
4. Продолжая сжимать кончик, разверните презерватив на всю длину полового члена.
5. Всегда надевайте презерватив до введения члена во влагалище.

- 
6. После семяизвержения, до потери эрекции, выведите пенис, придерживая презерватив за основание.
 7. После извлечения снимите презерватив, следя, чтобы семенная жидкость не попала на половые органы партнерши.
 8. Использованный презерватив завяжите узлом и выбросьте в мусорный пакет.
 9. Не используйте презерватив повторно – презервативы предназначены только для однократного применения и теряют свои защитные качества после мытья (стирки) и повторного применения.
 10. Используйте презерватив при каждом половом контакте.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ МУЖСКОЙ ПРЕЗЕРВАТИВ ПОРВАЛСЯ ВО ВРЕМЯ ПОЛОВОГО КОНТАКТА

Наиболее частая проблема – когда презерватив рвется или соскальзывает. В таком случае происходит обмен биологическими жидкостями половых партнеров и резко повышается риск передачи ВИЧ-инфекции и инфекций, передающихся половым путем.

Если презерватив порвался во время полового акта, необходимо провести экстренную профилактику дезинфицирующими средствами.



ЭКСТРЕННАЯ ПРОФИЛАКТИКА ВЕНЕРИЧЕСКИХ БОЛЕЗНЕЙ ДЛЯ МУЖЧИН

1. Помочиться как можно обильнее.
2. Вымыть руки с мылом и тщательно вымыть теплой водой с мылом половой член, мошонку, бедра и промежность.
3. Промокнуть вымытые места контакта сухой салфеткой и протереть ватным тампоном, пропитанным 0,05%-ным раствором хлоргексидина биглюконата (гибитана) или 0,01%-ным раствором мирамистина (септикома), или раствором дезмистина.
4. На головке полового члена пальцами расширить наружное отверстие мочеиспускательного канала (уретры) и промыть переднюю часть уретры 0,05%-ным раствором хлоргексидина биглюконата из кружки или одноразового стаканчика; то же самое может проводиться с 0,01%-ным раствором мирамистина или дезмистина.
5. Закапать в уретру 1-2 мл 0,05%-ного раствора хлоргексидина биглюконата или 1-2 мл 0,01%-ного раствора мирамистина, или 3-4 мл дезмистина.
6. Зажать пальцами наружное отверстие уретры на 2-3 мин.
7. Надеть чистое белье. Рекомендуется после применения раствора не мочиться в течение двух-трех часов.



ЭКСТРЕННАЯ ПРОФИЛАКТИКА ВЕНЕРИЧЕСКИХ БОЛЕЗНЕЙ ДЛЯ ЖЕНЩИН

1. Помочиться как можно обильнее.
2. Обмыть теплой водой с мылом половые органы, бедра, промежность.
3. После высушивания салфеткой вымытые места тщательно протереть ватным тампоном, пропитанным 0,05%-ным раствором хлоргексидина биглюконата (гибитана) или 0,01%-ным раствором мирамистина (септикома), или дезмистинном.
4. Сделать спринцевание влагалища 0,05%-ным раствором хлоргексидина биглюконата или 0,01%-ным раствором мирамистина, впрыскивая во влагалище 50-100 мл одного из растворов. Можно также использовать дезмистин. В отверстие мочеиспускательного канала (уретру) пипеткой вводится 1 мл одного из названных растворов.
5. Надеть чистое белье.

Экстренная профилактика дезинфицирующими средствами (0,05%-ным раствором хлоргексидина биглюконата или 0,01%-ным раствором мирамистина) предупреждает развитие заболеваний, передающихся половым путем, если она проведена **не позже двух часов** после полового контакта.

ЕСЛИ У ВАС ПОД РУКОЙ НЕТ ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИХ СРЕДСТВ, ЭКСТРЕННАЯ ПРОФИЛАКТИКА МОЖЕТ БЫТЬ ОСУЩЕСТВЛЕНА КРУГЛОСУТОЧНО В ПУНКТАХ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ, КОТОРЫЕ ФУНКЦИОНИРУЮТ В КОЖНО-ВЕНЕРОЛОГИЧЕСКИХ ДИСПАНСЕРАХ.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ О ПРЕЗЕРВАТИВАХ

- В СССР, в отличие от США и ведущих стран Европы, презервативы никогда не были запрещены и всегда были в свободной продаже.
- Презерватив в СССР назывался «резиновое изделие номер два». Изделием номер один назывался противогаз.
- Предшественником презерватива был **пессарий**, которым пользовались в Древнем Риме. Пессарий представлял из себя кольцо с натянутой на него кишкой животного, которое вводилось во влагалище.
- Согласно отчету Национального института здоровья (США), опубликованному в 2000 году, правильное и постоянное использование презервативов снижает риск передачи ВИЧ на 85 %.
- Частота использования презервативов для предохранения от беременности выше всего в Японии: в этой стране презервативы составляют 80 % всех используемых контрацептивов. В странах Африки к югу от Сахары распространенность презервативов самая низкая и составляет 6-8 % среди используемых методов контрацепции.
- Происхождение английского названия презерватива «**кондом**» до сих пор вызывает много споров. По одной версии, «кондом» происходит от имени путешественника Кондамина, открывшего латекс для европейцев. По другим версиям, слово «кондом» может происходить от таких латинских слов, как **condon** (вместилище), **condamina** (дом) и **cumdom** (ножны).



ЖЕНСКИЙ ПРЕЗЕРВАТИВ (ФЕМИДОМ)

Женские презервативы изготовлены, в основном, из полиуретана. Они больше и шире мужских, но обладают такой же длиной. Женские презервативы снабжены гибким кольцеобразным входом и вставляются во влагалище. Они содержат внутреннее кольцо, которое помогает вводу и удерживает презерватив на месте во время полового акта. Женские презервативы распространены не так широко, как мужские.

Закрытый конец
с внутренним кольцом



Открытый конец
с внешним кольцом

Фемидом – единственное средство контрацепции для женщины, которое одновременно защищает от инфекций, передающихся половым путем, в том числе от ВИЧ-инфекции.

ПРЕИМУЩЕСТВА ФЕМИДОМА

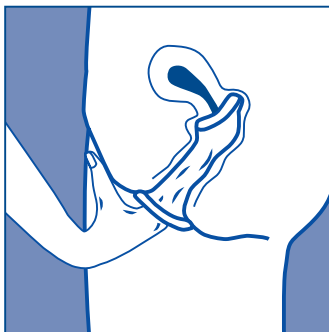
- Использование женского презерватива не зависит от эрекции мужского полового члена.
- Его можно оставлять на протяжении 10 часов во влагалище, в отличие от мужского презерватива, который следует снять сразу же после полового акта.

- При правильном использовании надежно предохраняет от нежелательной беременности и ИППП.
- Наружный конец фемидома прикрывает значительную часть внешних половых органов, что обеспечивает дополнительную безопасность.

НЕДОСТАТКИ ФЕМИДОМА

- Высокая цена.
- Необходимы дополнительные навыки для одевания.
- Нахождение фемидома во влагалище длительное время (до 10 часов) может спровоцировать воспалительные заболевания слизистой оболочки влагалища.

ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ ЖЕНСКИМ ПРЕЗЕРВАТИВОМ



Большое (открытое) кольцо находится снаружи, у входа во влагалище, кольцо на слепом конце трубки вводится в сжатом состоянии во влагалище, чтобы оно расположилось прямо перед шейкой матки.

После полового акта презерватив следует вынуть из влагалища.

ЛУБРИКАНТЫ

«Как смажешь, так и поедешь» — гласит русская пословица. И хотя сказана она об автомобиле, как о средстве передвижения, ее с уверенностью можно применить и к сексу — самому распространенному способу доставления взаимного удовольствия. А смазка, о которой идет речь в этой пословице, это — **лубрикант**.

Лубрикант (смазка, секс-косметика) — специальное средство для наружного применения, увлажняющее половые пути, при отсутствии или недостаточном выделении смазки естественного происхождения.

Лубрикант устраняет сухость влагалища, при этом предотвращая неприятные ощущения при проведении полового акта. Важно то, что лубрикант снижает риск разрыва презерватива.





Лубрикант способствует безболезненному и легкому проникновению пениса во влагалище при недостаточной эрекции, а также предотвращает болезненные ощущения при повышенной сухости и чувствительности слизистых поверхностей влагалища.

Основа лубрикантов имеет природное происхождение. Лубриканты бывают двух видов: водные и жировые. Но **в сочетании с латексными презервативами используются только лубриканты на водной основе.**

Водная основа лубрикантов состоит из глицерина или силикона. Лубриканты такого вида отлично смываются при помощи воды, не оставляют следов на ткани и не вызывают аллергии.

ПРАВИЛА ПРИМЕНЕНИЯ ЛУБРИКАНТОВ

- Лубрикант можно наносить как на пенис, так и на вход во влагалище. Его также можно использовать как до, так и во время полового акта, если количество естественной смазки влагалища не достигает желаемого.
- После сексуального контакта необходимо вымыть наружные половые органы теплой водой и мылом.
- На упаковке лубриканта указано, на какой основе сделан лубрикант. Важно следовать инструкции, прилагаемой к каждому виду лубриканта.



ВИДЫ ЛУБРИКАНТОВ

Антисептические лубриканты. Такие смазки оказывают заживляющее действие на микротравмы слизистой оболочки влагалища и, благодаря содержанию мирамистина, защищают от венерических заболеваний.

Антисептические лубриканты с ноноксинолом Всемирная Организация Здравоохранения применять не рекомендует, так как по данным последних научных исследований применение смазок с ноноксинолом может повышать риск инфицирования ВИЧ и возникновения ИППП!

Анальные лубриканты. Такие смазки имеют повышенную густоту, в их состав входят анестетики (обезболивающие вещества). Лубрикант данного вида оказывает расслабляющее действие на мышцы анального отверстия и снижает болевые ощущения.

Вкусовые лубриканты имеют желеобразную структуру, выпускаются с разными вкусами и ароматами. Предназначены специально для занятия оральным сексом.

Ароматизированные лубриканты имеют приятный насыщенный запах, благодаря чему занятие сексом сопровождается ароматом.

Пролонгаторы – лубриканты, содержащие анестетик (обезболивающее вещество), благодаря которому снижается чувствительность головки пениса, что увеличивает продолжительность полового акта. Благодаря такому действию лубриканта, можно избежать преждевременной эякуляции. Большим плюсом такого вида лубриканта является то, что его



использование не влияет на восприятие остроты сексуальных ощущений. Однако следует помнить, что анестетик, входящий в состав лубриканта, может вызвать аллергическую реакцию, в таком случае использование лубриканта следует прекратить.

Противозачаточные лубриканты (протекты). Такие смазки содержат спермициды – вещества, убивающие сперматозоиды и бактерии, что позволяет избежать нежелательной беременности, а также заражения венерическими болезнями.

**ГЛАВНОЕ НАЗНАЧЕНИЕ ЛУБРИКАНТА СОСТОИТ В ТОМ, ЧТОБЫ
ПРЕДОТВРАТИТЬ РАЗРЫВ ПРЕЗЕРВАТИВА И ЗАЩИТИТЬ
СЛИЗИстую ОБОЛОЧКУ ПОЛОВЫХ ОРГАНОВ ОТ ТРАВМ
И, ТЕМ САМЫМ, СНИЗИТЬ РИСК ИНФИЦИРОВАНИЯ ВИЧ И РИСК
РАЗВИТИЯ ИНФЕКЦИЙ, ПЕРЕДАЮЩИХСЯ ПОЛОВЫМ ПУТЕМ!**



ЧТО ВАЖНО ПОМНИТЬ

Латексные и полиуретановые презервативы несовместимы со смазками на жировой основе (например, вазелином): они могут порваться или соскользнуть из-за потери эластичности, вызванной маслом.

Для снижения трения презерватива нельзя пользоваться жиром, любыми растительными и животными маслами, кремами или вазелином.

«Народные лубриканты», такие как слюна, вазелин, детский крем, сметана, йогурт, сливочное масло и другая «самодеятельность» в качестве сексуальной косметики **не подходят**, во-первых, потому, что предназначены для совсем других целей, а во-вторых, перечисленные средства нестерильны и могут привести к развитию воспалительных заболеваний половых органов, что является «благодатной» почвой для размножения бактерий и развития инфекций, передающихся половым путем.

ПЕРЕД ПОЛОВЫМ КОНТАКТОМ **ВАЖНО И НУЖНО** ГОВОРИТЬ
С ПАРТНЕРОМ О ВИЧ/СПИДЕ И ИНФЕКЦИЯХ, ПЕРЕДАЮЩИХСЯ
ПОЛОВЫМ ПУТЕМ, О ТОМ, КАК СДЕЛАТЬ ВАШ СЕКС
ОДНОВРЕМЕННО ПРИЯТНЫМ И БЕЗОПАСНЫМ.



ИНФЕКЦИИ, ПЕРЕДАЮЩИЕСЯ ПОЛОВЫМ ПУТЕМ

ВИЧ-инфекция, гонорея, сифилис, хламидиоз, трихомоноз, гепатиты В и С — эти и некоторые другие заболевания вызываются **инфекциями, передающимися половым путем (ИППП)**. Они передаются при всех видах секса: при анальном (наибольший риск), вагинальном (высокий риск) и при оральном сексе (наименьший риск).

Многие ИППП не несут прямой угрозы для жизни человека, но становятся причиной серьезных заболеваний, характеризующихся болезненными симптомами и осложнениями, такими как, например, бесплодие или недоношенная беременность.

Кроме этого, люди, имеющие ИППП, с большей вероятностью могут инфицироваться ВИЧ-инфекцией.

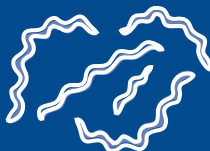
ЕСЛИ ВЫ ЖАЛУЕТЕСЬ НА:

- зуд или боль в мочеиспускательном канале, влагалище, в области паха, в мошонке или в анальном отверстии;
- необычные выделения с неприятным запахом из мочеиспускательного канала, влагалища, анального отверстия;
- сыпь, необычные образования на половых органах или снаружи анального отверстия —

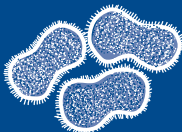
**ЭТО МОЖЕТ ОЗНАЧАТЬ ВОЗНИКНОВЕНИЕ ИНФЕКЦИЙ,
ПЕРЕДАЮЩИХСЯ ПОЛОВЫМ ПУТЕМ.**



ВИЧ-инфекция – вирусное заболевание, поражающее иммунную (защитную) систему человека. Передается половым путем, через кровь (при инъекциях общим инструментом – шприцами и иглами) и от матери к ребенку. С момента инфицирования и до развития СПИДа (период 7-15 лет) протекает в большинстве случаев бессимптомно. Приводит к **СПИДу – синдрому приобретенного иммунного дефицита**, на фоне которого развиваются опасные для жизни заболевания – оппортунистические инфекции (туберкулез, пневмоцистная пневмония, токсоплазмоз и другие).



Сифилис – бактериальная инфекция с не всегда очевидными симптомами. Через три недели после инфицирования на гениталиях, в заднем проходе или во рту образуются язвочки и плотное образование (твердый шанкр). Потом они исчезают. Появляется сыпь по всему телу, которая носит переменный характер – то исчезает сама собой, то снова появляется. Очень часто эти симптомы сложно заметить. Опасность сифилиса в том, что со временем он может поразить жизненно важные органы – печень, мозг, сердце.



Гонорея – бактериальная инфекция, сопровождающаяся обильными гнойными выделениями из мочеиспускательного канала или ануса, резью при мочеиспускании.



Хламидиоз, трихомониаз, мико- и уреаплазмоз – заболевания с симптомами, напоминающими гонорею, но выраженными в меньшей степени. Возможны слизистые или пенные выделения из пениса, выделения из влагалища с неприятным запахом, боль в яичках, резь и жжение при мочеиспускании.



Генитальный герпес – вирусная инфекция, проявляющаяся небольшими пузырьками (волдырями) на губах или гениталиях. Пузырьки вскрываются, образуя множественные и болезненные язвочки.



Гепатит В – вирусное заболевание печени, передающееся, в том числе, при незащищенном сексе. Первые симптомы могут напоминать много различных заболеваний – утомляемость, озноб, отсутствие аппетита, тошнота. Со временем развиваются типичные печеночные симптомы – боль и тяжесть в правом подреберье, увеличение печени.

Гепатит С – вирусное заболевание печени, передающееся через кровь или половым путем. Развивается очень медленно и бессимптомно. Впоследствии переходит в фиброз, цирроз и печеночную недостаточность, также возможен рак печени. Симптомами хронического гепатита С могут быть общая слабость, утомляемость, тошнота, потеря аппетита, раздражительность, депрессия, боль в области печени, в суставах и мышцах.



**ПОМНИТЕ! НЕКОТОРЫЕ ИППП НЕ ИМЕЮТ ЯРКО
ВЫРАЖЕННЫХ СИМПТОМОВ** ИЛИ СИМПТОМЫ ВОВСЕ
ОТСУТСТВУЮТ. ПОПЫТКИ САМОСТОЯТЕЛЬНО ДИАГНОСТИРОВАТЬ
ИППП И ЛЕЧИТЬ ИХ ЧАЩЕ ВСЕГО ЗАКАНЧИВАЮТСЯ ТЕМ, ЧТО
ЗАБОЛЕВАНИЕ ПЕРЕХОДИТ В ХРОНИЧЕСКУЮ СТАДИЮ, НЕ
ИЗЛЕЧИВАЕТСЯ И ПРИВОДИТ К СЕРЬЕЗНЫМ ОСЛОЖНЕНИЯМ.
**ТОЛЬКО ВРАЧ-ДЕРМАТОВЕНЕРОЛОГ МОЖЕТ НАЗНАЧИТЬ
ЛЕЧЕНИЕ ИППП.**

ПОМНИТЕ!
КАЖДЫЙ ПОЛОВОЙ АКТ ДОЛЖЕН БЫТЬ ЗАЩИЩЕН
ПРЕЗЕРВАТИВОМ!

ЛУБРИКАНТ ПОМОЖЕТ ИЗБЕЖАТЬ ТРАВМ СЛИЗИСТОЙ ОБОЛОЧКИ
ПОЛОВЫХ ОРГАНОВ И ПРЕДОТВРАТИТ РАЗРЫВ ПРЕЗЕРВАТИВА.



ТЕСТ НА ВИЧ/ИППП У СЕБЯ В ГОРОДЕ ВЫ МОЖЕТЕ ПРОЙТИ ПО АДРЕСУ:

ТЕЛЕФОН НАЦИОНАЛЬНОЙ ЛИНИИ ПО ВОПРОСАМ ИНФЕКЦИЙ,
ПЕРЕДАЮЩИХСЯ ПОЛОВЫМ ПУТЕМ:
(050) 327-18-87, (050) 327-07-33
(АНОНИМНО, БЕСПЛАТНО).

ТЕЛЕФОН НАЦИОНАЛЬНОЙ ЛИНИИ ПО ВОПРОСАМ ВИЧ/СПИД:
0-800-500-451 (АНОНИМНО, БЕСПЛАТНО, КРУГЛОСУТОЧНО).



СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕЗЕРВАТИВ – ПОГРАНИЧНИК ЛИЧНОЙ ЖИЗНИ	3
МУЖСКОЙ ПРЕЗЕРВАТИВ	4
ВИДЫ МУЖСКИХ ПРЕЗЕРВАТИВОВ	5
ВЫБОР ПРЕЗЕРВАТИВА	7
КАЧЕСТВО ПРЕЗЕРВАТИВА	8
ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ МУЖСКИМ ПРЕЗЕРВАТИВОМ	9
ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ МУЖСКОЙ ПРЕЗЕРВАТИВ ПОРВАЛСЯ ВО ВРЕМЯ ПОЛОВОГО КОНТАКТА	10
ЭКСТРЕННАЯ ПРОФИЛАКТИКА ВЕНЕРИЧЕСКИХ БОЛЕЗНЕЙ ДЛЯ МУЖЧИН	11
ЭКСТРЕННАЯ ПРОФИЛАКТИКА ВЕНЕРИЧЕСКИХ БОЛЕЗНЕЙ ДЛЯ ЖЕНЩИН	12
ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ О МУЖСКИХ ПРЕЗЕРВАТИВАХ	13
ЖЕНСКИЙ ПРЕЗЕРВАТИВ (ФЕМИДОМ)	14
ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ ЖЕНСКИМ ПРЕЗЕРВАТИВОМ	15
ЛУБРИКАНТЫ	16
ПРАВИЛА ПРИМЕНЕНИЯ ЛУБРИКАНТОВ	17
ВИДЫ ЛУБРИКАНТОВ	18
ЧТО ВАЖНО ПОМНИТЬ	20
ИНФЕКЦИИ, ПЕРЕДАЮЩИЕСЯ ПОЛОВЫМ ПУТЕМ	21



Миссия AFEW

«СПИД Фонд Восток-Запад» (*AIDS Foundation East-West, AFEW*) — голландская неправительственная гуманитарная организация, осуществляющая свою деятельность в области общественного здравоохранения, цель которой — снизить воздействие ВИЧ-инфекции в Восточной Европе и Центральной Азии. AFEW применяет новаторские и проактивные подходы и активно содействует обмену знаниями на международном и региональном уровнях. Работая с государственными и неправительственными партнерскими организациями, при участии и во благо людей, живущих с ВИЧ, и сообществ, затронутых эпидемией, AFEW проводит и поддерживает программы, направленные на предупреждение распространения ВИЧ-инфекции, обеспечение универсального доступа к лечению, уходу и поддержке, а также на привлечение внимания к актуальным проблемам с целью облегчить бремя эпидемии в регионе.

AFEW Mission Statement

AIDS Foundation East-West (AFEW) is a Dutch, non-governmental, humanitarian, public health organisation working in Eastern Europe and Central Asia (EECA) to reduce the impact of HIV and AIDS using innovative and proactive approaches and by actively seeking international and regional exchanges. Together with and for people living with HIV and affected communities, as well as non-governmental and governmental partners, AFEW conducts and supports programmes aimed at the prevention of HIV; universal access to treatment, care and support; and advocacy on the most pressing issues to alleviate the burden of the epidemic in the EECA region.

Вопросы, представленные в данном издании, могут предназначаться исключительно для целевой аудитории. Упоминание в материалах издания каких-либо компаний, лекарственных препаратов или способов их применения не означает, что AFEW рекомендует или отдает предпочтение именно этим компаниям, лекарственным средствам или способам их применения.

AFEW настоятельно советует читателям и лицам, участвующим в программах обучения, тщательно проверять любую информацию и не применять на практике полученные из данного источника сведения без предварительной консультации специалиста.

AFEW не несет ответственности за точность и полноту публикуемых материалов, а также за любые действия, предпринятые вследствие их публикации. AFEW не несет юридической и иной ответственности за возможные последствия использования опубликованной информации третьими лицами.

Воспроизведение, передача, распространение или дублирование любой части содержащихся в публикации материалов допускается при условии их некоммерческого использования в дальнейшем. Ссылка на «СПИД Фонд Восток-Запад» (AIDS Foundation East-West, AFEW) обязательна. Нарушение авторских прав будет преследоваться в соответствии с законодательством Украины и международной правовой практикой.

При подготовке буклета были использованы материалы:

1. Network. Ежеквартальный журнал по вопросам здравоохранения. Выпуск «Заболевания, передающиеся половым путем», №1. – North Carolina: Family Health International, 1994.
2. Экстренная профилактика. Забота о себе и своем здоровье. – «СПИД Фонд Восток-Запад», 2009.
3. Люди и ВИЧ: Книга для неравнодушных. – Издание 4. – МБФ «Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине», 2006.
4. Безопасный секс: Серия «Снижение Вреда»; Под редакцией Н. Нагорной, А. Волик. – МБФ «Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине», 2006.
5. Википедия: Свободная энциклопедия. – <http://ru.wikipedia.org/wiki/Презерватив>
6. Aine Collier The Humble Little Condom: A History. – Amherst, NY: Prometheus Books, 2007.

Благодарим Анатолия Волика за помощь в подготовке буклета.

Контактная информация:

МБФ «СПИД Фонд Восток-Запад»

(AIDS Foundation East-West – AFEW-Ukraine)

Эл. почта: info@afew.org.ua Веб. сайт: afew.org.ua

© МБФ «СПИД Фонд Восток-Запад»

(AIDS Foundation East-West – AFEW-Ukraine), 2017 г.

Все права защищены

Издано при финансовой поддержке Министерства иностранных дел Королевства Нидерланды в рамках проекта «Права и здоровье уязвимых групп населения: восполняя пробелы»

Распространяется бесплатно



BRIDGING  THE GAPS



Ministry of Foreign Affairs of the Netherlands