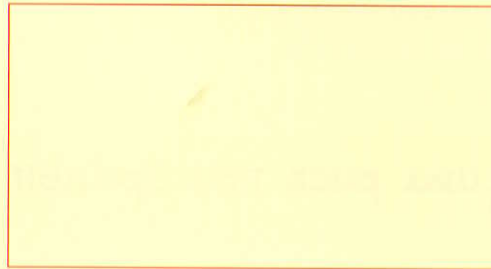


Най-добре използвай подходящ презерватив. Най-тънките и чувствителни презервативи, които често имат и допълнителен вкус, са направени специално за орален секс. Поставянето им може да е част от сексуалната игра. На пазара се предлагат и лубриканти с различен вкус, които също могат да бъдат използвани!

Ако забележиш симптоми като болки или възпаление на гърлото, трудности при гълтане, парене при уриниране, течение от пениса или кожни промени (зачервявания, обриви, ранички), веднага отиди на лекар.

Ето къде може да се консултираш и изследваш за ХИВ и други сексуално предавани инфекции (СПИ):



или в кабинетите за анонимно и безплатно консултиране и изследване за ХИВ/СПИН (КАБКИС), адресите на които може да намериш в интернет на адрес:
www.aidsprogram.bg

*Дипляната се издава от
Програма „Превенция и контрол на ХИВ/СПИН“ с
финансовата подкрепа на Глобалния фонд за борба
срещу СПИН, туберкулоза и малария.*

Игри за Напреднали



Оралният секс е една от предпочитаните сексуални практики от мъжете. Широко разпространено вярване е, че при оралния секс рискът за предаване на ХИВ е много малък. Това обаче не означава, че риск няма, особено за заразяване с другите сексуално преносими инфекции като сифилис, гонорея, хламидия.

Латинското наименование на оралния секс е фелацио (от fellare – смуча) – практиката с уста да се стимулира penisът, както и взаимният орален секс („поза 69“) и практиката „дълбоко гърло“, при която penisът прониква навътре в гърлото на партньора.

Докато при анален и вагинален секс е повече от задължително да ползваш презервативи и овлажнители, то при оралния секс най-важното е да внимаваш чужда сперма да не попадне в устата ти.

Има три начина за предаване на ХИВ:

- ❖ полов – при попадане на сперма или вагинален секрет на човек, живеещ с ХИВ, в кръвообращението на сексуалния партньор (най-често при сексуален контакт без презерватив);
- ❖ кръвен – при попадане на кръв на човек, живеещ с ХИВ, в кръвообращението на неинфектиран (най-често при използване

на замърсени с инфектирана кръв инструменти за инжектиране от инжекционно употребяващите наркотици лица);

- ❖ от заражена майка на новородено – по време на бременност, раждане и кърмене.

Кога има риск при орален секс?

- ❖ Риск от заразяване с ХИВ има само, ако в устата ти попадне зарадена сперма. Рискът не трябва да се подценява, тъй като ако партньорът ти е серопозитивен с висок вирусен товар, вероятността за предаване на ХИВ и по този път значително нараства.
- ❖ При свирка в устата ти може да попадне пред-еякулационна течност – лепкавата течност, която penisът отделя преди еякулация. В нея има концентрация на ХИВ, но много по-малка отколкото в спермата. Ако penisът на партньора кърви и/или има видими рани, обриви и др. наранявания на лигавицата, откажи секс – едва ли ще ти донесе удоволствие.
- ❖ При кървене в устата на партньора (вкл. кървящи венци), penisът може да влезе в контакт с кръв, което е рисково по отношение заразяване със сексуално предавана инфекция.

Как да съчетаем полезното с приятното?

С малко упражнения човек се научава как с игра между устата, устните, езика и ръцете може да съчетае безопасността и взаимно удоволствие.

Ето няколко съвета:

- ❖ Обвий леко зъбите си с устни, за да не нараниш нежната лигавица.
- ❖ Като обвиеш ръце около penisа му, можеш да контролираш дълбочината, в която penisът прониква, а и едновременно да го стимулираш с уста и ръце.
- ❖ Не се опитвай трескаво да смучеш, докато партньорът ти стигне до оргазъм. Това не се случва често. Мъжете имат различни ерогенни зони и сексуални предпочитания – penisът, тестисите, областта между тестисите и ануса. Използвай различна стимулация, а и така сперма по-трудно ще попадне в устата ти.
- ❖ Поддържай устата и гърло здрави – ако устата, зъбите, венците и гърлото са здрави, ХИВ и другите СПИ се пренасят по-трудно.
- ❖ Ако сперма попадне в очите, измий леко с вода без да търкаш.