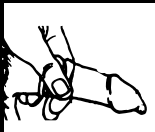
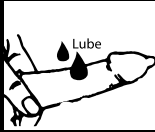
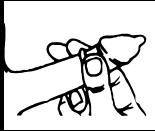
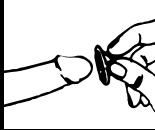
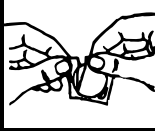


Како се користи презерватив

- Проверите датум употребе и будите сигурни да ознака на паковању означава да је презерватив произведен по Аустралијским стандардима.
- Чувајте презервативе на хладном месту. Презервативе није добро чувати у колима. Уколико носите презервативе у новчанику редовно их мењајте.
- Презервативи се праве у различитим величинама. Пронађите презерватив који вам највише одговара.
- Опрезно извадите презерватив из паковања да га не бисте оштетили. Немојте одмотати презерватив све док га не поставите на пенис.
- Презерватив се поставља на пенис под ерекцијом. Презерватив треба поставити са праве стране. Притисните врх презерватива да бисте истиснули ваздух и онда поставите презерватив до базе пениса. Уколико сте обрезани повуците кожицу уназад.
- Поставите лубрикант на бази воде са спољашне стране презерватива да бисте повећали ужитак и умањили могућност пуцања презерватива. Производи на бази уља ће ослабити презерватив што може довести до пуцања презерватива.
- Приликом скидања презерватива, пенис треба бити под ерекцијом а презерватив треба придржавати да не би спао.
- Искористићени презерватив одстраните у канту за отпатке.
- Користите презерватив само једном.
- Немојте постављати два презерватива ради сигурности – јер се тако лакше цепају услед трења.



Презервативи без латекса су на располагању за особе које су алергичне на латекс.

Уколико мислите да се презерватив поцепао током сексуалног односа одмах га замените новим.

Где да набавим презервативе и лубрикант?

Презервативи и лубриканти су на располагању у многим самопослугама и продавницама а могу се набавити и из аутомата који се налазе у тоалетима клубова и крчми.

За додатне информације контактирајте:

Информације за сексуално здравље (Sexual Health Infoline) на: 1800 451 624, ТТУ: 02 9221 6515

ФПА (FPA) Здравствену линију на: 1300 65 88 86 (бесплатан позив), ТТУ: 02 9916 8360

ACON (Саветодавно тело за сиду Новог јужног велса): 1800 063 060 (бесплатан позив)

Телефонска преводилачка служба
Уколико вам више одговара да разговарате уз помоћ поменутих служби назовите 131 450 (по цени локалног позива).

Такође можете посетити и интернет страницу на следећој адреси: <http://www.health.nsw.gov.au/sexualhealth> (интернет страница која садржи информације о безбедном сексу на језицима етничких заједница)

Safe Sex. No Regrets.

NSW HEALTH

Serbian

April 2005

[DOH-7480]



Safe Sex. No Regrets.



Шта је безбедан секс?

Безбедан секс подразумева коришћење презерватива на бази воде као и употребу низа других ствари у току сексуалних односа које могу умањити ризик инфекције венеричним обољењима или ХИВ-ом.

Безбедан секс може да:

- Спречи заразу ХИВ-ом
- Спречи трудноћу
- Спречи инфекцију венеричним болестима

Најчешћи начин на који се преносе венеричне болести или ХИВ је путем вагиналног или аналног сексуалног односа приликом којег се не користи презерватив.

Како се преносе венеричне болести и ХИВ?

- Венеричне болести и ХИВ могу се пренети у току вагиналног и аналног сексуалног односа путем крви, сперме или вагиналног флуида приликом чега поменути флуиди продиру у крвоток здраве особе.
- Венеричне болести се могу пренети и кожним или гениталним контактом.
- Орални секс је релативно безбедан што се тиче заразе ХИВ-ом, међутим венеричне болести попут гонореје, херпеса или сифилиса могу се пренети у току оралног секса.

Не заборавите, неко може бити заражен венеричном болешћу, немати никакве симптоме и тако пренети венеричну болест на другу особу.

Коришћењем презерватива на бази воде можете спречити заразу венеричним болестима или ХИВ-ом.



Други начини на које можете спречити заразу венеричним болестима или ХИВ-ом јесу:

- Немати сексуалне односе; или
- Имати сексуалне односе са само једном особом (што подразумева да сте ви једина особа са којом ваш партнер има сексуалне односе) и да и ви и ваш партнер имате редовне лекарске прегледе укључујући и ХИВ тест у самом почетку везе да бисте потврдили одсуство заразе ХИВ-ом или венеричним болестима.

Уколико сте сексуално активни, не заборавите:

- Увек користите презервативе на бази воде
- Разговарајте са вашим лекаром или особљем на клиници за сексуално здравље о вакцинацији против хепатитиса Б и евентуално хепатитиса А у зависности од ваших сексуалних склоности
- Редовно контролишите здравље код вашег лекара или на клиникама за сексуално здравље.

Зашто треба имати безбедан секс?

Безбедан секс је најбољи начин да заштитите себе и ваше partnere од венеричних болести укључујући ХИВ.

Доста је разлога због којих сексуално активне особе треба да практикују безбедан секс и они укључују следеће:

- Немогуће је рећи да ли неко болује од венеричне болести на основу изгледа, облачења, понашања или сексуалних партнера
- Уколико практикујете безбедан секс бићете безбрижни
- Уколико мислите да се то неће десити баш вама, нисте зе заштитили
- Венеричне болести могу бити веома заступљене и једини начин да умањите ризик заразе је употребом презерватива
- Особе које су заражене венеричним болестима или ХИВ-ом обично нису свесне тога
- Презервативи и лубриканти на бази воде спречавају инфекцију ХИВ-ом
- Безбедан секс спречава нежељену трудноћу
- Венеричне болести и ХИВ заступљени су у свим земљама и културама и свако може бити погођен.

Како да разговарам о безбедном сексу?

Има неколико начина да практикујете безбедан секс, уколико се одлучите на то. Научите како да користите презерватив и увек имајте залиху презерватива при руци чак и када путујете у иностранство. Не заборавите, будите јасни и одлучни приликом резеновања зашто је потребно користити презерватив.

Где можете потражити помоћ

- Листу локалних лекара можете пронаћи у телефонском именуку 'Жуте странице' (Yellow Pages) испод наслова 'медицински радници' (medical practitioners).
- Клинике за сексуално здравље које су лоциране широм Новог јужног велса под словом 'с' у телефонском именуку 'Беле Странице' (White Pages). Тест за ХИВ или венеричне болести је доступан без здравствене књижице (Medicare Card). Уколико желите, биће вам обезбеђен преводилац.

