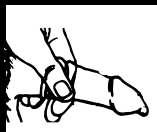
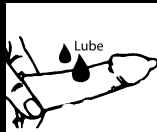
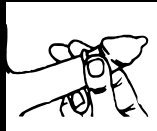
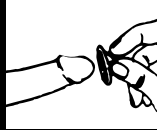
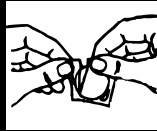


## 정확한 콘돔 사용방법은 무엇일까?

- 항상 유효기간이 지났는지 확인하고 호주 규격에 맞는 규격상품인지를 확인하라.
- 햇빛이 들지 않고 시원한 곳에 보관하며 차 안과 같은 곳에 보관하는 것은 좋지 않다. 가방이나 지갑에 넣어 가지고 다닌다면 여유분을 정기적으로 체크하라.
- 콘돔은 여러가지 다양한 사이즈로 나오기 때문에 당신에게 맞고 편안한 사이즈와 상표를 찾게 좋다.
- 콘돔이 든 포장지를 열때 손상되지 않도록 주의해야 하며 음경 penis위에 착용하기 전까지는 콘돔을 펼쳐지 않아야 한다.
- 음경 penis 가 발기된 상태인지 확인한 후에 콘돔이 정확한 방향을 향하고 있는지 확인하라. 콘돔 꼭지 부분을 암착하여 공기를 빼낸 후 끝을 잡고 발기된 음경 penis 아래에서 위로 올려 씌운다. 포경을 하지 않았다면 음경 penis 의 포피 (겉 스킨)를 끌어 올려야 한다.
- 만족감을 향상시키고 콘돔이 손상되는 것을 예방하기 위해 콘돔 바깥 부분에 수성윤활제를 발라준다. 유성윤활제 상품들은 콘돔을 약하게 만들어서 찢어 질수가 있다.
- 콘돔을 뺄때는 음경 penis 가 여전히 발기되어 있는 상태에서 콘돔 아래를 꼭 잡고 빼내야 콘돔이 미끄러지지 않는다.
- 사용한 콘돔은 쓰레기통에 버린다.
- 콘돔은 한번만 사용하고 절대로 다시 사용하지 않는다.
- 내구력을 위해 두개의 콘돔을 겹쳐 사용하지 않는다 - 마찰로 인해 더 쉽게 찢어 질 수 있다.



고무 재질에 알러지가 있는 사람들을 위해 non-latex재질의 콘돔을 구할 수 있다.

섹스중에 콘돔이 찢어 졌다고 생각된다면 즉시 중단하고 새 콘돔을 착용해야 한다.



## 어디서 콘돔과 윤활제를 구할 수 있을까?

콘돔과 윤활제는 약국에서 구할 수 있고 슈퍼마켓과 편의점, 술집이나 클럽등의 화장실에 위치한 자동판매기에서 쉽게 구할 수 있다.

### 더 많은 정보를 원한다면:

성 건강 센터 정보라인: 1800 451 624 (무료전화)  
TTY: 02 9221 6515

FPA 건강 정보라인: 1300 65 88 86  
TTY: 02 9916 8360

ACON (뉴 사우스 웨일주 주 에이즈협회): 1800 063 060 (무료전화)

### 전화 통역서비스

위의 서비스들을 이용할 때 전화통역서비스를 사용하기를 원한다면 131 450 (시내 통화료)

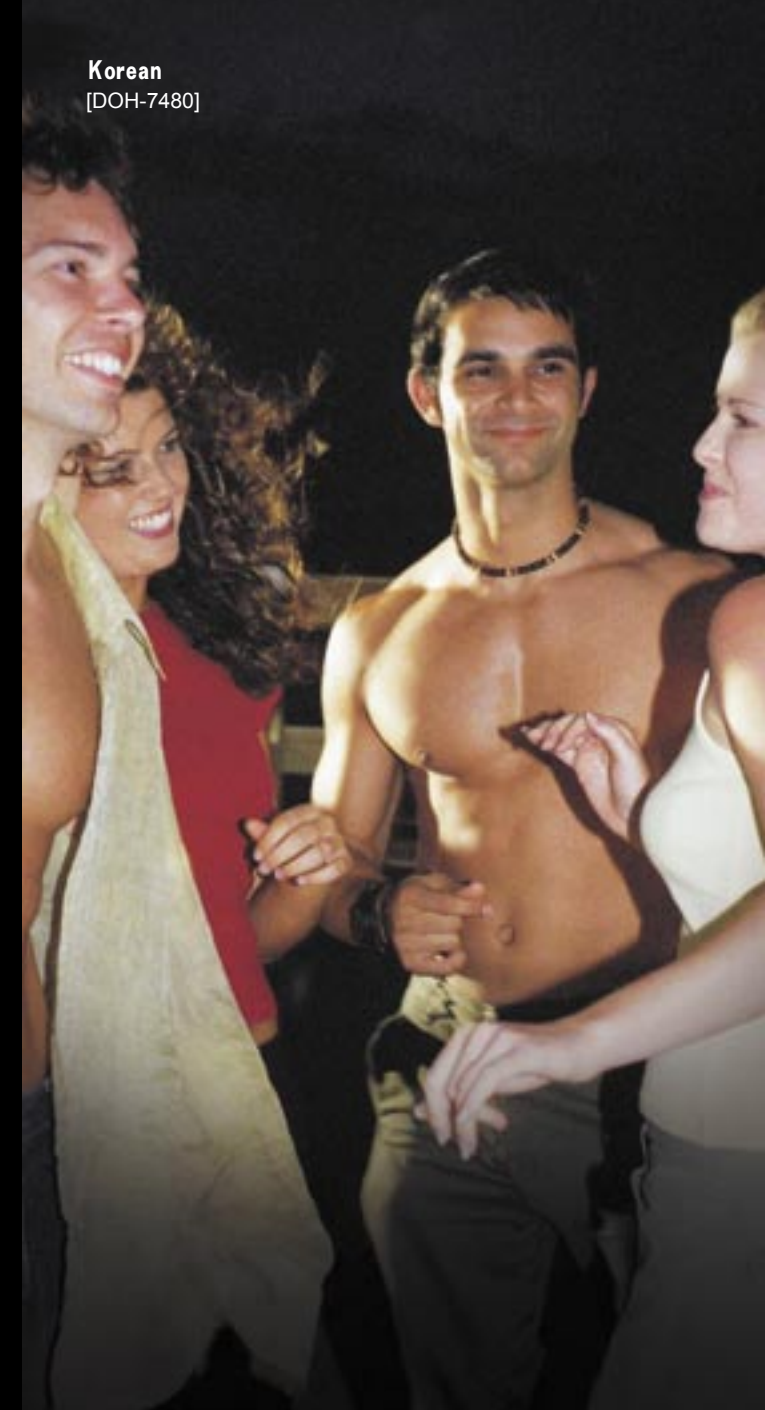
<http://www.health.gov.au/sexualhealth> 웹 사이트를 이용할 수 있다. (안전한 섹스에 관한 정보를 포함한 성병 STIs 에 대한 더 많은 정보를 지역사회 언어로 이용할 수 있는 웹사이트이다)

**Safe Sex. No Regrets.**



NSW  
GOVERNMENT

Health



Korean  
[DOH-7480]

**Safe Sex. No Regrets.**

## 안전한 섹스는 무엇일까?

안전한 섹스는 성 관계시 성병 STIs 과 인체면역결핍바이러스 HIV의 전염이나 전파위험을 예방하기 위해 콘돔을 사용하고 수성윤활제와 같은 다양한 안전한 도구를 사용하는 것이다.

### 안전한 섹스는:

- HIV를 예방하고;
- 임신을 예방하고;
- 성병 STIs 의 감염을 예방한다.

**콘돔을 사용하지 않은 질 성교나 항문성교시 성병 STIs 이나 HIV의 전염이 가장 흔하게 발생한다.**

## 성병 STIs 과 HIV는 어떻게 전파될까?

- 성병 STIs 과 HIV 는 감염된 사람의 혈액이나 정액, 또는 질 분비물등이 질성교나 항문성교시 비 감염자의 체내혈류로 들어 갔을 때 옮겨진다.
- 성병은 또한 생식기의 피부와 피부접촉시에도 전파된다.
- 구강성교시 HIV의 전염은 비교적 안전하지만 임질, 헤르페스, 매독과 같은 성병은 구강성교를 통해서도 전파될 수 있다.

**당신도 성병 STIs 을 가지고 있고 어떤 증상도 나타나지 않지만 여전히 다른 사람에게 전파할 수 있다는 사실을 기억해야 한다.**

성교시 콘돔과 수성윤활제를 사용하는 것이 당신을 성병 STIs 과 HIV 전염으로 부터 보호할 수 있다.



## 어떻게 안전한 섹스를 유지할 수 있을까?

안전한 섹스 생활을 원한다면 당신이 그 원칙을 지키도록 도와주는 여러가지 방법들이 있다. 콘돔 사용방법을 정확히 알고 여행중이나 평상시 항상 사용할 수 있는 여유분이 준비되어 있는 지 확인해야 한다. 당신이 콘돔사용을 원한다는 것을 명백히 하고 그 이유에 대해 확고해야 한다.

### 어디서 도움을 구할 수 있을까?

- 지역주치의에 대한 정보는 노란 전화부의 medical practitioners 란에 올려져 있다.
- 성 건강센터는 뉴 사우스 웨일즈 주 전체에 걸쳐 위치하고 있고 하얀 전화부의 's' 란에 올려져 있다. 의료보험증 없이 HIV 나 다른 성병 STIs 테스트를 받을 수 있고 통역사의 도움이 필요하다면 예약시 보건통역사와의 만남을 무료로 요청할 수 있다.

### 성병 STIs 과 HIV 의 전염을 예방하는 다른 방법들은:

- 섹스를 하지 않거나
- 오직 한 상대와 성 관계를 유지하고 (그 파트너도 당신과 만이 성 관계를 가지며) 두 사람 모두 성병 STIs 이나 HIV 를 가지고 있지 않다는 것을 확실히 하기 위해 관계의 초기에 HIV 테스트를 포함한 성 건강 체크를 받는 것이다.

### 명심해라, 섹스를 한다면:

- 항상 콘돔과 수성윤활제를 사용하고
- 주치의와 아니면 성 건강 센터에서 B형간염 예방주사를 상의하고 성 생활 습관에 따라 가능한 A형간염 예방에 관해서도 상담을 가진다.
- 항상 주치의나 성 건강 센터에서 정기적으로 성 건강 체크를 가진다.

## 왜 안전한 섹스를 해야 할까?

안전한 섹스는 성병 STIs과 HIV 전염으로 부터 당신과 당신의 성관계 파트너들을 보호하는 가장 안전한 방법이다.

**성적으로 활동적인 사람이 왜 안전한 섹스생활을 가져야 하는 지 다음과 같은 이유들이 있다:**

- 사람의 걸 모습이나 옷차림, 행동거지 또한 과거에 어떤 사람들과 성 관계를 가졌다는 사실만을 가지고는 그 사람이 성병STIs을 가지고 있는지 아닌지 말할 수가 없다.
- 안전한 섹스를 할 때 근심이 없고 편안함을 유지 할 것이다.
- "내게는 이런 일들이 일어나지 않을 꺼야" 라는 생각은 당신에게 어떤 안전도 보장하지 못한다.
- 어떤 종류의 성병들은 아주 흔하지만 콘돔을 사용하면 전염의 위험이 감소된다.
- HIV 나 성병 STIs 을 가지고 있는 사람들 또한 자신이 전염되었다는 사실을 모르고 있을때가 많다.
- 콘돔과 수성윤활제의 사용은 HIV 전파를 예방한다.
- 안전한 섹스는 계획하지 않은 갑작스러운 임신으로 부터 당신을 보호한다.
- HIV 와 성병 STIs은 전 세계의 모든 나라와 문화에서 발견되고 어떤 사람에게도 전파될 수 있다.

