

PRACUJ BEZPIECZNIE

STOSUJ ZAWSZE PREZERWATYWY

- Używając prezerwatywy (kondomy) do seksu dopochwowego chronisz się przed HIV, Wirusowym Zapaleniem Wątroby (WZW) typu B i C i innymi infekcjami przenoszonymi drogą płciową i przed niepożądaną ciążą.
- Używając prezerwatywy do seksu analnego chronisz się przed HIV, WZW typu B i C i innymi infekcjami przenoszonymi drogą płciową.
- Używając prezerwatywy do seksu oralnego chronisz się przed HIV i infekcjami przenoszonymi drogą płciową, którymi możesz zakazić się drogą doustną.



STOSUJ PODWÓJNĄ ANTYKONCEPCJĘ

Jeżeli prezerwatywa pęknie

- Jeżeli nie stosujesz dodatkowej antykoncepcji, zgłoś się do lekarza w ciągu 72 godzin po antykoncepcję po stosunku.
- Jeżeli twój partner(ka) ma chorobę przenoszoną drogą płciową, powinnaś natychmiast zgłosić się do lekarza po ewentualną kurację profilaktyczną.
- **Idź na badanie do lekarza w ciągu dwóch do siedmiu dni od momentu pęknięcia prezerwatywy.**

WIZYTA U LEKARZA

- Stosuj się do zaleceń lekarza, który oceni ryzyko zakażenia chorobą przenoszoną drogą płciową
- Jeżeli pękła prezerwatywa, to powinnaś powiedzieć lekarzowi o ewentualnych objawach chorobowych u twego partnera po to, żeby lekarz przepisał kurację profilaktyczną.

DBAJ O SIEBIE

- Zgłoś się do lekarza – jeżeli masz upławy, bóle w podbrzuszu albo inne objawy.
- Nie lecz się sam(a) – zażywaj tylko leki, które przepisał lekarz.
- Nigdy nie przerywaj kuracji, albowiem choroba może powrócić.
- Poddawaj się regularnym badaniom lekarskim i wtedy, kiedy pękła prezerwatywa albo, gdy miałaś seks bez zabezpieczenia.

TAMPEP

European Network for HIV/STI
Prevention and Health Promotion
Among Migrant Sex Workers

© Projekt TAMPEP 2005
Finansowany przez Komisję Europejską
DG SANCO, Ochrona Zdeowia i Konsumentów

TAMPEP International Foundation
Obioplein 4
1094 RB Amsterdam
The Netherlands
Tel: +31 20 692 6912
Fax: +31 20 608 0083
email: tampep@xs4all.nl
www.tampep.eu

POLISH
Condom burst

**KIEDY
PREZERWATYWA
PĘKNIE
ALBO SIĘ
ZSUNIE**

Informacja i poufne porady:



TAMPEP

KIEDY KONDOM ZAWIEDZIE

Prezerwatywa może się zsunąć ponieważ:

- Nie jest rozwinięta aż do nasady członka.
- Jest za duża dla danego członka – możesz kupić prezerwatywy o małych rozmiarach.
- Członek nie jest w pełnym wzwodzie gdy nakładasz prezerwatywę. Kiedy zaczynasz uprawiać seks z klientem postaraj się, żeby członek był maksymalnie twardy zanim nałożysz kondom i zanim nastąpi penetracja.
- Członek zwiotczał podczas stosunku.
- Stosunek trwa długo i jest za „ostry”.
- Członek jest grubszy u nasady niż na końcu.
- Klient ściągnął potajemnie prezerwatywę ponieważ chce mieć seks bez zabezpieczenia.

Aby uniknąć tego, że prezerwatywa podejdzie do góry i się zsunie, albo że klient ją ściągnie potajemnie lub rozerwie, wiele prostytutek przytrzymuje kondom u nasady podczas stosunku – w ten sposób prezerwatywa nie może się zsunąć i pozostać w pochwie, ani klient nie ma do niej dostępu.



Prezerwatywa może pęknąć ponieważ:

- Twoja pochwa jest sucha ponieważ nie używasz środka nawilżającego – stosuj zawsze żel nawilżający, który powoduje, że stosunek płciowy jest mniej bolesny i który zmniejsza ryzyko pęknięcia prezerwatywy.
- Stosujesz oliwkę dziecięcą, olejek do masażu, albo krem do rąk jako żel nawilżający – **zawsze używaj żeli wyprodukowanych na bazie wody!**
- Prezerwatywa jest stara – **zawsze sprawdź datę ważności na opakowaniu!**
- Prezerwatywa została zniszczona podczas otwierania przez twoje paznokcie, albo zęby – **otwieraj opakowanie zawsze ostrożnie!**
- Członek jest za duży na kondom, który stosujesz – możesz kupić prezerwatywy o dużych rozmiarach.
- Stosunek trwa długo albo jest za „ostry” – używaj zawsze dużo żelu nawilżającego, żeby uniknąć pęknięcia kondomu.
- Stosujesz dwie prezerwatywy nałożone jedna na drugą, sądząc, że w ten sposób będziesz lepiej zabezpieczona, lecz prezerwatywy mogą pęknąć na skutek pocierania jedna o drugą – **używaj zawsze jedną prezerwatywę; jeżeli chcesz dodatkowego zabezpieczenia to stosuj prezerwatywę wzmocnioną.**

PRZERWIJ niezwłocznie stosunek, jeżeli czujesz, że prezerwatywa pękła albo się zsunęła!

PRACUJ BEZPIECZNIE

Jeżeli kondom się zsunął albo pękł i jeżeli klient miał wytrysk w twojej pochwie, to powinnaś:

- Zastosować antykoncepcję po stosunku – jeżeli nie stosujesz żadnej dodatkowej antykoncepcji
- Pójść do lekarza na badanie w ciągu dwóch do siedmiu dni po stosunku

...jeżeli klient miał wytrysk w tobie

SEKS DOPOCHWOWY

- Postaraj się usunąć spermę kucając i napinając mięśnie pochwy tak, żeby wydalili z siebie jak najwięcej nasienia.
- Podmyj się wodą o letniej temperaturze.
- NIE WYBIERAJ resztek spermy palcami ani czymś innym ponieważ możesz zranić ścianki pochwy i w ten sposób zwiększyć ryzyko infekcji.
- Zgłoś się do lekarza w ciągu dwóch do siedmiu dni od momentu pęknięcia prezerwatywy.

SEKS DOODBYTNICZY

- Usiądź na sedesie i poprzez napinanie mięśni odbytu, staraj się wycisnąć nasienie ze swojej kiszki stolcowej.
- Umyj się wokół odbytu – NIGDY NIE PRZEPLUKUJ KISZKI STOLCOWEJ – może to spowodować uszkodzenie delikatnej błony śluzowej, którą jest ona wyłożona i w ten sposób zwiększyć ryzyko infekcji.
- Jeżeli twój partner(ka) ma chorobę przenoszoną drogą płciową, powinnaś natychmiast zgłosić się do lekarza po kurację profilaktyczną.
- Zgłoś się do lekarza w ciągu dwóch do siedmiu dni od momentu pęknięcia prezerwatywy.

SEKS ORALNY

- Wypłuj spermę
- Wypłucz usta płynem do ust, albo roztworem soli.
- NIE MYJ zębów, ani NIE UŻYWAJ nitki dentystycznej przez przynajmniej godzinę.
- Zgłoś się do lekarza w ciągu dwóch do siedmiu dni od momentu pęknięcia prezerwatywy.