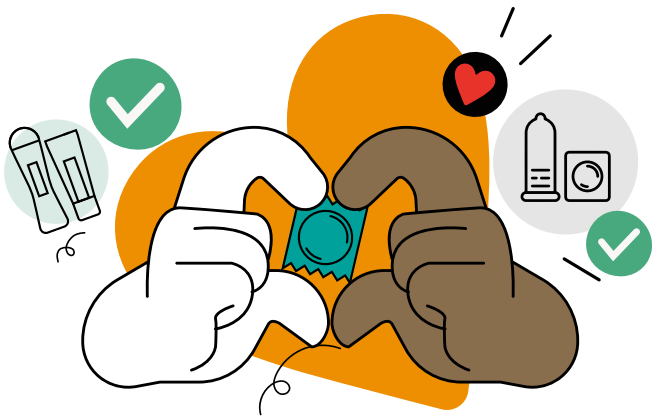
InfoVIHtal
INFORMACIÓN BÁSICA SOBRE EL VIH
ИЗДАНИЕ 2024
RUSO

Презервативы и смазки



Презерватив, или кондом, - это средство контрацепции барьерного типа, которое используется во время полового акта (анального, вагинального или орального) для снижения риска заражения инфекциями, передаваемыми половым путем (ИППП) и защиты от наступления беременности.

При правильном использовании презерватив обеспечивает защиту от ИППП, которые передаются через биологические жидкости гениталий, таких как гонорея, хламидиоз, ВИЧ и вирусных гепатитов. Тем не менее, его эффективность ниже в случае инфекций, передающихся через кожу, например, генитального герпеса и сифилиса.

Презервативы должны быть омологированы Министерством здравоохранения и потребления и иметь знак «CE» Европейского сообщества, а также срок годности. Эти знаки означают, что это качественная марка презервативов.

Виды презервативов

Существуют презервативы разнообразной формы, цвета, размеров, толщины, с разными вкусами и текстурам. Хотя стандартный размер подходит большинству мужчин, также есть большие и маленькие размеры. Некоторые кондомы предназначены исключительно для того, чтобы усилить наслаждение от секса, и поэтому не обеспечивают эффективный защитный барьер.

В зависимости от материала презервативы бывают:

Из латекса – самый распространенный, эффективный и экономный вариант.

Из полиуретана – альтернатива для людей с аллергией на латекс.

Из полиизопрена – ещё один вариант без латекса, более эластичный и мягкий.

По способу использования различают:

Наружные презервативы: они надеваются на член до начала полового акта с проникновением или оральных практик..

Внутренние презервативы: вводятся во влагалище или анус перед половым актом.

Листы (салфетки): размещаются между ртом и влагалищем или анусом во время орального секса.

Утолщенные презервативы: рекомендуются для анального секса.

Советы по правильному использованию:

- Проверяйте срок годности и целостность упаковки.
- Не используйте презерватив повторно.
- Аккуратно вскрывайте упаковку, чтобы не поцарапать кондом.
- Следуйте инструкциям на упаковке, чтобы презерватив не соскользнул и не порвался во время полового акта.
- При использовании наружного презерватива убедитесь, что оставили пространство для спермы. Такой кондом надевается на член в состоянии эрекции..
- При использовании внутреннего презерватива внешнее более тонкое кольцо должно располагаться ближе к наружной стороне влагалища или ануса.
- После эякуляции рекомендуется тут же вытаскивать член до того, как исчезнет эрекция.
- Храните презервативы в прохладном сухом месте.
- После использования следует выбрасывать презерватив в серый или зеленый мусорный контейнер для домашнего мусора, не предназначенного на компост.

Презервативы и смазки

Презервативы можно купить в аптеках, магазинах, супермаркетах и интернете. Также их можно взять бесплатно в неправительственных организациях (НПО), занимающихся сексуальным просвещением, и в некоторых залах досуга, в том числе сексуализированного, однако в любом случае лучше всегда иметь презервативы при себе на всякий случай.

Смазки (лубриканты)

Интимные смазки – это специальные средства для снижения трения во время полового акта или при использовании секс-игрушек, что делает процесс более комфортным и безопасным, а также позволяет испытать большее наслаждение. Они также помогают избежать сухости и облегчить вагинальное или анальное проникновение.

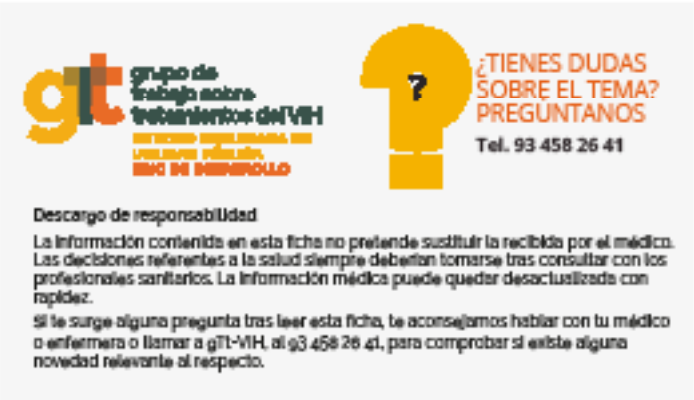
Виды смазок

- Смазки на водной основе – самые популярные и безопасные для большинства людей. Также они совместимы со всеми презервативами и секс-игрушками, легко смываются и не оставляют следов. Единственное, что они быстрее высыхают и требуют более частого нанесения.
- Смазки на силиконовой основе обеспечивают более длительную лубрикацию, лучшее скольжение, чем водяные, и они не так быстро высыхают. Однако они несовместимы с силиконовыми секс-игрушками, так как могут их повредить.
- Смазки на масляной основе обеспечивают длительную лубрикацию и могут быть более натуральными, однако их небезопасно использовать с латексными презервативами, так как они могут разъесть материал и повысить риск разрыва.

Советы по правильному использованию:

- Пробуйте разные виды смазок, чтобы найти наиболее подходящую именно вам.
- Наносите достаточное количество смазки, чтобы обеспечить комфорт и получение удовольствие.
- Если у вас аллергии или чувствительность к определенным продуктам, проверяйте состав перед использованием.
- Смазка наносится на наружную сторону презерватива (уже надетого) и на зону ануса или влагалища, но никогда не на внутреннюю сторону кондома, так как тогда он может соскользнуть во время полового акта.
- Храните смазку в прохладном и сухом месте и следите за сроком годности.
- Избегайте использования средств домашнего изготовления и других продуктов, не предназначенных для интимного использования.
- Если вы чувствуете раздражение или испытываете некомфортные ощущения, обратитесь к врачу или к специалисту по сексуальному здоровью.

Если у вас возникли проблемы при использовании презервативов и/или смазки, такие как разрывы и раздражение, либо вам трудно договориться об их использовании со своим партнером, обратитесь к врачу, в отделение сексуального здоровья вашего госпиталя или в НПО, специализирующуюся на сексуальном просвещении. Специалисты по сексуальному здоровью имеют необходимую подготовку, чтобы дать вам консультацию или оказать помощь.



SUBVENCIONA
Salut
Diputació Barcelona
Ajuntament de Barcelona
COLABORA
ETIS
Vall d'Hebron
eSPC

www.gtt-vih.org

SI TE HA PARECIDO ÚTIL E INTERESANTE EL CONTENIDO, COMPÁRTELO.