

A photograph of two middle-aged men sitting on a couch. The man on the left is wearing large black and silver headphones and is smiling broadly, looking towards the other man. The man on the right is also smiling and looking at the first man. They appear to be in a relaxed, happy conversation. The background is slightly blurred, showing a dark wall and a yellow object.

MIESTEN VÄLINEN SEKSI

hiv ja muut seksitaudit



SISÄLLYSLUETTELO

Hivin tartuntatavat.....	4
Turvallinen seksi.....	4
Anaaliseksi	5
Suuseksi.....	6
Muut seksitavat	8
Kondomit ja liukuvoiteet..	10
Parisuhde ja seksi.....	12
Seksitaudit.....	12
Testaus.....	16
Hiv-tartunta	18



Riskitöntä elämää ei ole olemassa, mutta on erilaisia tapoja vähentää riskejä merkittävästi. Sama pätee seksielämäänkin.

Miesten välisessä seksissä hiv-tartuntariskin voi minimoida käyttämällä anaalihdyntäessä kondomia liukuvoiteen kanssa ja välttämällä sperman ja esiliukasteen saamista suuhun. Toisaalta hivin suhteen turvallinen seksi ei välttämättä ole kaikilta osin turvallista muiden seksiteitse tarttuvien tautien suhteen.

Suomessa on todettu, muiden kehittyneiden maiden tapaan, hiv-tartuntoja homo- ja bimiesten keskuudessa suhteellisesti monikymmenkertaisesti enemmän kuin keskimäärin koko väestössä. Myös osa muista seksitaudeista, kuten kuppua, on selvästi yleisempää homo- ja bimiesten keskuudessa kuin koko väestössä keskimäärin.

Erilaisia valintoja tekemällä seksistä voi nauttia riskittömästi tai erittäin riskialttiisti. Jokaisen on itse tehtävä omat valintansa ja määriteltävä omat rajansa sen suhteen, minkälaisia ja minkä suuruisia riskejä on valmis ja halukas ottamaan.

Katso lisää: miestenkesken.fi

Hivin tartuntatavat

Miesten välisessä seksissä hiv-tartunta voi tapahtua veren, siemennesteen tai esiliukasteen välityksellä. Hi-virus voi tarttua, jos jotakin niistä pääsee seksikumppanin limakalvoille tai ihossa olevaan haavaan.

Hiv ei tartu syljen, hien, kyynelien, virtsan tai ulosteiden välityksellä. Esiliukasteessa, eli mieheltä kiihotustilassa ennen siemensyöksyä tulevassa eritteessä, hi-virusta on vähemmän kuin siemennesteessä, mutta esiliukasteenkin välityksellä voi saada hivin tai muita seksitauteja.

Turvallinen seksi

Turvallista miesten välistä seksiä on kaikki sellainen seksi, jossa siemennestettä, esiliukastetta tai verta ei pääse seksikumppanin limakalvolle tai ihossa olevan haavan kautta verenkiertoon.

Hiv-tartunnan suhteen on siis turvallista mm. suudella, nuolla, hyvällä toisen kehoa ja tyydyttää kädellä toisen penistä. Myös



suuseksi on turvallista, kun käytetään kondomia, ja samoin anaaliseksi, kun käytetään kondomia ja liukuvoidetta.

Anaaliseksi

Suojaamattomassa anaaliyhdyntässä eli peräaukkoyhdyntässä on suurin riski saada hiv-tartunta. Riski on suurempi kuin emätinyhdyntässä.

Hiv-tartunnan voi saada suojaamattomassa anaaliyhdyntässä molemmat osapuolet, sekä peniksen vastaanottava (bottom) että sisääntyöntävä (top) osapuoli. Riski on suurempi vastaanot tavalla osapuolella, ja riskiä edelleen lisää, mikäli vastaanottava osapuoli saa siemennestettä peräsuoleensa.

Suojaamattomassa anaaliseksiä voi tarttua myös muita seksitauteja. Ne tarttuvat helpommin kuin hiv. Toisaalta esimerkiksi hoitamaton klamydia, tippuri tai kuppa lisää riskiä saada hiv-tartunta.



Kondomi käytettynä liukuvoiteen kanssa koko yhdynnän ajan suojaa tehokkaasti hiviltä ja muilta seksiteitse tarttuvilta taudeilta. On erityisen tärkeää käyttää kondomia ja vesiliukoista tai siilikonipohjaista liukuvoidetta silloin, kun on anaaliyhdyntässä hiv-positiivisen tai sellaisen kumppanin kanssa, jonka hiv-status-ta ei varmasti tiedä.

Suuseksi

Hiv-tartunnan riski suuseksissä on huomattavasti pienempi kuin suojaamattomassa anaaliyhdyntässä. Riski on lähes yksinomaan sillä osapuolella, joka ottaa suihin ja saa esiliukastetta tai siemennestettä suuhunsa.

Suuseksiin liittyvää hiv-riskiä voi vielä oleellisesti pienentää sillä, että välttää siemennesteen saamista suuhunsa. Monet muut seksitaudit tarttuvat suuseksissä kuitenkin selvästi helpommin kuin hiv.

Jos haluaa vielä pienentää suuseksiin liittyvää riskiä, kannattaa välttää hampaiden harjaamista juuri ennen kuin ottaa suihin. Hampaita harjattaessa suun limakalvoille voi syntyä pieniä haavaumia, joiden kautta hi-virus voi tarttua, jos saa suuhunsa virusta sisältävää siemennestettä. Mitä paremmassa kunnossa suun ja nielun limakalvot ovat, sitä pienempi on niiden välityksellä tapahtuvan tartunnan riski. Esimerkiksi silloin, kun kurkku on kipeä, tartunta voi syntyä jossain määrin helpommin.

Ota huomioon suuseksissä:

- Suuseksiin liittyvää hiv-tartuntariskiä voit oleellisesti vähentää sillä, ettet ota spermaa suuhusi.
- Kondomin käyttö suuseksissä on oma valintasi. Tartuntariskin voit poistaa käyttämällä kondomia.
- Jos et pidä kondomin mausta ja hajusta sellaisenaan, kokeile erilaisia makukondomeja.
- Suuseksissä ei tarvitse välttämättä ottaa peniksen päätä suuhunsa: voi olla kiihottavaa pelkästään nuolla peniksen vartta ja kiveksiä.

Ota huomioon, että muut seksitaudit tarttuvat helpommin kuin hiv.

SUURIN RISKI



EI RISKIÄ

Muut seksitavat

Peniksen tyydyttämien kädellä, hyväily ja suutelu

Suutelu, mukaan lukien syvät suudelmat, hyväilyt, peniksen tyydyttäminen kädellä ja kokovartalokontakti eivät sisällä hiv-tartuntariskiä.

Sormen tai sormien työntäminen peräaukkoon

Sormen tai sormien työntäminen peräaukkoon on hiv-tartunnan kannalta turvallista. Ainoa mahdollinen hiv-riski syntyy, jos sormissa on haavoja. Silloin voi käyttää suojakäsineitä. Kynnet on hyvä pitää lyhyinä.

Peräaukon nuoleminen

Peräaukon nuoleminen eli rimming on hiv-riskin kannalta turvallista, jos suuhun ei nuollessa joudu verta. Peräaukon nuolemisessa on silti riskinä esimerkiksi A-hepatiitin ja eräiden suolistobakteerien tai -loisten tarttuminen. Riskiä voi olennaisesti vähentää käyttämällä suun ja peräaukon välissä suojana esimerkiksi halkaistua kondomia.

Seksilelut

Seksileluilla tarkoitetaan esimerkiksi dildoja ja hieromasauvoja. Mitä pidempi ja leveämpi seksilelu on, sitä suurempi on riski, että se rikkoo peräsuolen limakalvoja. Jos samoja seksileluja käyttää useampi kuin yksi ihminen, hivin ja muiden seksitautien tarttumisen voi estää laittamalla seksilelujen päälle uuden kondomin aina käyttäjän vaihtuessa tai pesemällä ne lämpimällä saippuavedellä käyttäjien välillä.



SM-seksi

Ruumiilliseen kuritukseen, sidontaan, läimäyttelyyn tai roolileikeihin ei liity tartunnan vaaraa, ellei limakalvolle tai haavoihin pääse verta, esiliukastetta tai siemennestettä.

Virts- ja ulosteileikit

Virtsamisessa ja ulostamisessa iholle tai limakalvoille ei ole hiv-riskiä, jos niissä ei ole haavoja eikä eritteissä ole verta. Jos iho on rikki, ulosteesta on riski saada bakteeritulehdus.

Nyrkkinainti

Jos kädessä ei ole haavoja tai siemennestettä, käden työntäminen peräaukkoon ei välitä hiv-tartuntaa. Nyrkkinainnissa eli fistauksessa voi kuitenkin tarttua esimerkiksi kuppa tai hepatiitti C. Siinä on hyvä käyttää suojakäsineitä. Suojaamaton yhdyntä nyrkkinainnan jälkeen on erityisen riskialtista hiv-tartunnalle, koska nyrkki on voinut aiheuttaa haavoja ja repeytymiä. Nyrkkinainnissa käytetään usein öljypohjaista liukasteainetta, joka haurastuttaa kondomia. Mikäli nyrkkinainnan yhteydessä tapahtuu myös yhdyntää, on myös nyrkkinainnissa käytettävä vesiliukoista tai silikonipohjaista liukuvoidetta.

Kondomit ja liukuvoiteet

Suomen markkinoilla on laaja valikoima erimuotoisia, -kokoisia, -paksuisia, -värisiä, -makuisia ja -hajuisia kondomeja. Myös kumiallergisille sopivia polyuretaanista valmistettuja kondomeja on saatavilla tai esim. kondomeja, joiden sisäpinnalle laitetun puudutteen avulla voidaan viivyttää herkkää siemensyöksyä.

Jos olet käyttänyt vain jotakin tiettyä kondomimerkkiä ja saanut siitä huonoja kokemuksia, siitä ei kannata vetää johtopäätöksiä kaikista kondomeista ja kondomin käytön epämukavuudesta. Kokeilemalla voit löytää itsellesi parhaiten sopivan ja sinusta parhaimmalta tuntuvan kondomimerkin.

Voit käyttää anaaliyhdyntäessä mitä tahansa laatutarkastettua kondomia. Sellaisen tunnistat pakkauksessa olevasta CE-merkinnästä, joka kertoo, että kondomi täyttää Euroopan unionin standardissa asetetut kriteerit. Suuseksiin löytyy monia eri tavalla maustettuja kondomeja, jotka voivat tuntua miellyttävämmiltä kuin maustamattomat kondomit.

Anaaliyhdyntäessä tulee käyttää runsaasti vesiliukoista tai silikonipohjaista liukuvoidetta. Liukuvoiteen oikea ja riittävä käyttö vähentää kitkaa ja pienentää näin merkittävästi kondomin hajoamisen tai pois luiskahtamisen riskiä, ehkäisee haavaumien syntyä ja lisää yhdynnän nautinnollisuutta.

Vesiliukoiset liukuvoiteet ovat Suomessa yleisempiä kuin silikonipohjaiset. Vesiliukoisia voi ostaa mm. apteekeista, seksiliikkeistä ja monista tavarataloista, silikonipohjaisia lähinnä



seksiliikkeistä. Liukuvoiteita voi ostaa tuubeissa, pulloissa ja kertakäyttöpakkauksissa.

Vesiliukoinen liukuvoide on helppo pestä pois käytön jälkeen eikä se tahraa. Sillä on kuitenkin taipumus kuivua, joten varsinkin pidempään kestävässä yhdynnässä sitä voi olla hyvä lisätä välillä.

Silikonipohjaista liukuvoidetta riittää pienempi määrä ja se kestää pidempään, sillä se ei kuivu samalla tavalla kuin vesiliukoinen. Vesiliukoista ja silikonipohjaista liukuvoidetta voi käyttää myös yhdessä. Silikonipohjainen liukuvoide voi aiheuttaa allergiaoireita herkkäihoisille.

Anaaliyhdyntäessä ei kannata käyttää mitään öljypohjaista liukasteainetta, kuten käsi- tai kosteusvoidetta tai mitään öljyä, sillä ne haurastuttavat nopeasti kondomin.

Parisuhde ja seksi

Monet parisuhteessa olevat miehet eivät käytä keskenään anaaliyhdyntässä kondomia. Jos kummallakaan heistä ei ole hiv-tartuntaa eikä seksiä parisuhteen ulkopuolella, tämä on turvallista.

Ongelmia voi syntyä, jos seksiä on myös parisuhteen ulkopuolella. Jos silloin ei käytetä kondomia, hiv-tartunta voi siirtyä puolisoon. Jos parisuhdetta ennen on ollut riskikontakteja eikä testissä ole käyty kolme kuukautta viimeisimmän riskikontaktin jälkeen, myös silloin tartunta voi siirtyä parisuhteen osapuolelta toiselle.

Vaikka parisuhteen ulkopuolisesta seksistä saattaa olla vaikea puhua, on hyvä sopia mahdollisimman selkeistä säännöistä. On hyvä tehdä sopimus siitä, saako seksiä muiden kanssa olla, ja jos saa niin millaista. On myös hyvä sopia, mitä tapahtuu, jos toinen rikkoo sopimusta.

Jos kondomin käyttö parisuhteessa tuntuu hyvältä, sitä kannattaa jatkaa. Mikäli kondomin käytöstä halutaan luopua, kannattaa ensin testeillä varmistaa, ettei kummallakaan ole hiv-tartuntaa. Myös muiden seksiteitse tarttuvien tautien testaaminen voi olla paikallaan.

Hiv-positiivinen ja hiv-negatiivinen voivat hyvin elää keskenään parisuhteissa tai seksisuhteissa. Tartunnan estämiseksi heidän tulee noudattaa vain samoja



suojautumisohteita kuin kaikkien muidenkin, jotka haluavat estää hivin ja muiden seksitautien tarttumisen. Mikäli kondomi rikkoutuu anaaliyhdyntässä hiv-positiivisen partnerin kanssa, voidaan hi-viruksen siirtyminen yrittää estää jälkiehkäisyllä eli PEP:llä (post exposure prophylaxis). Lääkityksen saamiseksi tulee ottaa yhteyttä alueen päivystävään infektiotai sisätautien erikoislääkäriin välittömästi virukselle altistumisen jälkeen.

Seksitaudit

Seksitaudeiksi kutsutaan erilaisten bakteerien, virusten ja loisten aiheuttamia infektioita, jotka leviävät seksin välityksellä. Seksitautitartunnan voi saada kumpikin osapuoli niin suuseksissä kuin anaaliyhdyntässäkin. Kondomi oikein käytettynä suojaaa kaikilta muilta seksiteitse tarttuville taudeilta paitsi satiaisilta ja syyhyiltä.

Seksitaudit voivat olla oireettomia vuosia ja tarttua hoitamattomina partneriin oireettominakin. Ne voivat hoitamattomina aiheuttaa erilaisia jälkiseuraamuksia, kuten nivelvaivoja, neurologisia oireita tai lapsettomuutta. Kannattaa myös ottaa huomioon, että esimerkiksi hoitamaton klamydia, tippuri tai kuppa lisäävät riskiä saada hiv-tartunta. Seksitautien osalta on tärkeää varmistaa, että myös kumppani saa tarvittaessa asianmukaisen hoidon.



Hiv	Herpes	Hepatiitit A, B, C	Kondylooma	Kuppa	Tippuri	Klamydia	Satiaiset ja syyhy
Miten tarttuu ja oireet?							
<p>Suojaamattomassa anaaliyhdyntässä molemmille osapuolille. Suuseksissä, jos saa esiliukastetta tai siemennestettä suuhun.</p> <p>Osalle tartunnan saaneista flunssan kaltaisia ensioireita 1-6 viikon kuluttua tartunnasta. Pelkistä ensioireista ei voi päätellä tartuntaa! Suurin osa kantajista oireettomia.</p>	<p>Tarttuu etenkin rakkula- ja haavavaiheessa suojamattomassa suu – tai anaaliseksi.</p> <p>Osa herpesen kantajista on täysin oireettomia.</p>	<p>Hepatiitti A: Peräaukon nuoleminen, sormi-peräaukko-suu -kontakti, anaalisuuseksi.</p> <p>Hepatiitti B: Suojaamaton suu- tai anaaliseksi.</p> <p>Hepatiitti C: Suojaamaton anaaliseksi ja nyrkkinainti, jossa limakalvot rikkoutuvat ja tapahtuu verenvuotoa.</p> <p>Oireet yksilöllisiä. Kuume, väsymys, keltaisuus, vatsavaivat, pahoinvointi, oksentelu.</p>	<p>Tarttuu iho- ja limakalvokosketuksessa.</p> <p>Oireina ihonväriset syylät sukuelimissä tai peräaukossa.</p>	<p>Suojaamaton suu- tai anaaliseksi, peräaukkoa nuoleamalla ja someilemalla, nyrkkinainnissa ja joskus suudeltaessa, jos kupphaavauma suussa.</p> <p>Ensioireina haavauma, 2-3 kk kuluttua ihottumaa, kuumeilua tai muita oireita. Tämän jälkeen usein oireeton.</p>	<p>Tarttuu suojaamattomassa suu- tai anaaliseksi tai peräaukkoa nuoleamalla.</p> <p>Oireina 3-5 vrk kuluttua kirveltyä virtsateessa, kellanvihreää vuotoa virtsaputkesta. Nielussa ja peräsuolella usein oireeton.</p>	<p>Tarttuu suojaamattomassa suu- tai anaaliseksi, peräaukkoa nuoleamalla tai sormien kautta esim. peräaukosta silmään.</p> <p>Oireita virtsaputkesta, joskus peräsuolella ja nielussa.</p>	<p>Tarttuvat ihokontaktissa seksin aikana tai tartunnan saaneen henkilön käyttämistä lakanoista, pyyhkeistä tai vaatteista. Satiaiset esiintyvät yleensä sukuelinten ihokarvoissa, syyhy yleisimmin iholla.</p> <p>Oireena kutina.</p>
Milloin testiin ja miten todetaan?							
3 kk kuluttua riskitilanteesta. Hiv-vastaineverikoe.	Oireiden perusteella. Viruksen osoitus herpesrakkuloista tai -haavoista.	n. 3-4 (-6) kk:n kuluttua riskitilanteesta tai oireiden perusteella. Verikoe.	Oireiden perusteella. Kondyloomien tunnistaminen.	n. 4-6 viikkoa riskitilanteesta tai oireiden perusteella. Verikoe.	n. 1-2 viikkoa riskitilanteesta. Virtsan- tai tikkunäyte limakalvoilta.	n. 1-2 viikkoa riskitilanteesta. Virtsan- tai tikkunäyte limakalvoilta.	Toteamalla syyhyypunkki tai satiainen.
Mikä aiheuttaa ja miten hoidetaan?							
<p>Viruksen aiheuttama.</p> <p>Ei parantavaa hoitoa. Tehokas lääkehoito, jonka avulla sairauden eteneminen voidaan pysäyttää. Aikaisin todettu tartunta antaa parhaimman hoitotuloksen.</p>	<p>Viruksen aiheuttama.</p> <p>Ei parantavaa hoitoa. Oireita voidaan helpottaa ja niiden kestoa lyhentää viruslääkkeillä.</p>	<p>Viruksen aiheuttama. Hepatiitti A:han ja B:hen on olemassa rokote, C:hen ei ole rokotetta. A paranee sen sairastamalla, B:stä suurin osa paranee, osa jää viruksen kantajiksi. C:stä suurin osa jää kantajiksi. Krooninen hepatiitti B tai C saattaa johtaa hoitamattomana maksakirroosiin ja maksasyöpään. Hep. B:n taudin etenemistä voidaan tehokkaasti jarruttaa ja hep. C voidaan usein jopa pysyvästi parantaa lääkehoidolla.</p>	<p>Viruksen aiheuttama.</p> <p>Hoidetaan penslauksella, jäädyttämällä tai laserhoidolla.</p>	<p>Bakteerin aiheuttama.</p> <p>Hoidetaan antibioottipistoksilla.</p>	<p>Bakteerin aiheuttama.</p> <p>Hoidetaan yleensä kertaannoksella antibioottia.</p>	<p>Bakteerin aiheuttama.</p> <p>Hoidetaan joko kertaannoksella tai antibioottiluokilla.</p>	<p>Täin ja punkin aiheuttamat.</p> <p>Hoidetaan apteekissa (ilman reseptiä) myytävillä voiteilla ja liuoksilla.</p>

Testaus

Hiv-testissä etsitään hi-viruksen vasta-aineita. Vasta-aineiden muodostumiseen voi mennä jopa kolme kuukautta, joten tartunta voidaan poissulkea vasta 3 kk altistuksen jälkeen.

Jos hiv-tartunta todetaan melko pian sen saamisen jälkeen ja henkilö on asianmukaisen seurannan ja hoidon piirissä, hoitoennuste on parempi. Tämä kannattaa ottaa huomioon, kun miettii hiv-testiin menoa.

Hiv-testissä voit käydä mm. terveysasemalla, sukupuolitautien poliklinikalla tai yksityisellä lääkäriasemalla. Hiv-tukikeskuksessa (Helsinki, Turku, Tampere ja Oulu) otettavat hiv-vastaainetestit ovat nimettömiä ja maksuttomia. Testin voit varata valtakunnallisesta numerosta 020 7465 705. Hiv-tukikeskuksessa käytössä olevasta pikatestistä vastauksen saa testissä käymisen yhteydessä. Myös SPR:n Pluspisteistä (Joensuu, Jyväskylä, Kuopio, Seinäjoki) saa hiv-testin nimettömästi ja maksuttomasti.

Hiv-tukikeskuksen Helsingin toimipisteessä on homo-, bi- ja muiden miesten, joilla on ollut seksiä miesten kanssa, mahdollista käydä hiv-pikatestissä myös ilman ajanvarausta (Hiv-CheckPointHelsinki).

Ks. **testauspäivät miestenkesken.fi/checkpoint**.

Hivin ohella muita seksitauteja testataan esim. sukupuolitautien poliklinikalla, yksityisillä lääkäriasemilla, opiskelijaterveydenhuollossa tai terveysasemalla.



Useimpien seksitautien testeihin voi hakeutua aikaisintaan viikon kuluttua riskitilanteesta, ks. tarkemmin taulukko seksitaudeista sivu 14. Julkisen terveydenhuollon palvelut ovat pääsääntöisesti maksuttomia, ja useimmiten myös itse hoito ja lääkkeet ovat maksuttomia.

Hiv-tartunta

Hiv-testissä löydetyt hi-viruksen vasta-aineet kertovat siitä, että elimistössä on hi-virusta. Positiivinen testitulos tarkoittaa, että henkilö on hiv-positiivinen, ja negatiivinen tulos, ettei tartuntaa ole. Positiivinen testitulos varmistetaan aina uudella testillä diagnoosin varmistamiseksi.

Mikäli saat hiv-tartunnan, on sitä parempi mitä varhaisemmassa vaiheessa tartunta todetaan. Vaikka HIV:iin ei ole toistaiseksi virusta elimistöstä poistavaa ja parantavaa hoitoa, on HIV:iin hoitoon nykyisin käytettävissä tehokkaita lääkkeitä, joiden ansiosta hiv-positiivisen eliniän ennuste saattaa parhaimmillaan olla sama kuin se olisi ollut ilman hiv-infektiota.

Hyvin toimiva hiv-lääkitys laskee hi-virusten määrää tehokkaasti ja näin HIV:iin tartuttavuus laskee huomattavasti. Suurissa meneillään olevissa tutkimuksissa selvitetään, kuinka pieni jäljelle jäävä tartuntariski on, jos hiv-positiivisen henkilön virusmäärä pysyy säännöllisesti alle mittauskynnyksen. Toistaiseksi hiv-positiivisen ja hiv-negatiivisen kesken tulee seksissä tartunnan estämiseksi noudattaa samoja suojautumisohjeita kuin kaikkien muidenkin, jotka harjoittavat turvallista seksiä.

Myös hiv-positiiviset voivat saada suojaamattomassa seksissä seksiteitse tarttuvia tauteja. Erityisesti kuppataartunnat ovat lisääntyneet viime vuosina miesten välisessä seksissä, myös Suomessa. Hoitamattomat seksitaudit nostavat hi-viruksen määrää ja siten myös tartuttavuutta. Hiv-positiivisten olisi

turvallisinta käyttää myös keskenään kondomia, jolloin varmistetaan, etteivät lääkkeille vastustuskykyiset virukset siirry henkilöstä toiseen.

Hiv-tartunnan kanssa elämiseen saa neuvoja ja tukea mm. Hiv-tukikeskuksesta (hivtukikeskus.fi) ja Positiiviset ry:stä, joka on hiv-tartunnan saaneiden ja heidän läheistensä vertais-tuki- ja edunvalvontajärjestö (positiiviset.fi).

Lisää: miestenkesken.fi/hiv-positiivinen





MINIMOI RISKIT

1. Käytä anaaliseksissä kondomia ja liukuvoidetta. Liukuvoiteen tulee olla vesiliukoista tai silikonipohjaista, koska öljypohjaiset liukasteet voivat haurastuttaa kondomia.
2. Vältä sperman ja esiliukasteen saamista suuhusi.

Katso tarkemmat kondomin ja liukuvoiteen käyttöohjeet:

miestenkesken.fi



Hiv  Aids

Hiv-tukikeskuksen neuvonta
ja ajanvaraus hiv-testiin

0207 465 705

(ma-pe 10.00 - 15.30)