

ВАЖНЫЕ ДОПОЛНЕНИЯ

■ Храните презервативы в сухом помещении - вне экстремальной жары или холода. Обращайте внимание на этикетку и срок годности.

■ Используйте лубризатор.
К презервативам отлично подходят гель-смазки на силиконовой или водной основе. А вот лубризаторы на масляной основе лучше не использовать - презервативы от них рвутся.

■ Выбирайте размер правильно.
Презервативы должны быть впору, как бы странно это ни звучало. Нестандартные размеры всегда можно поискать в интернет-магазинах и секс-шопах.

■ Не занимайтесь сексом в состоянии алкогольного опьянения. В таком случае половой акт не принесет удовольствия, но последствия от него могут быть ощутимыми - может случиться все, что угодно, от незамеченного порванного презерватива до неприятных ощущений.



www.aocmp.ru



Присоединяйтесь к нам в социальных сетях!



max.ru/minzdrav_ru



www.takzdorovo.ru



Министерство здравоохранения Амурской области.
ГБУЗ АО «Амурский областной центр общественного здоровья и медицинской профилактики».
г. Благовещенск, ул. Шимановского, 45.

www.aocmp.ru

Отпечатано в ООО «ИПК «ОДЕОН».

ПАМ'ЯТКА по профилактике

Инфекций,
Передаваемых
Половым
Путем

ПРОФИЛАКТИКА ИНФЕКЦИЙ, ПЕРЕДАВАЕМЫХ ПОЛОВЫМ ПУТЕМ

К инфекциям, передаваемым половым путем (ИППП) относятся:

- сифилис;
- гонорея;
- трихомониаз;
- хламидиоз;
- некоторые из видов гепатитов;
- ВИЧ/ СПИД инфекция и т.д.

Для того, чтобы избежать заражения данными заболеваниями, необходимо выполнять следующие

рекомендации:

- 1.** Обязательно используйте презерватив. Современные презервативы содержат в качестве смазки спермицидное средство, защищающее от ИППП.
- 2.** Презерватив обычных размеров XL - 180 мм, XXL - 190-223 мм.
- 3.** Проверьте презерватив. Проверьте герметичность упаковки и срок годности изделия. На пачке не должно быть потертостей, порезов и дырок.

4. Вскройте упаковку. Не используйте зубы и ножницы, просто потяните уголок руками.

5. Выберите правильную сторону. Кончик должен выступать наружу, а колечко тянуться, распрямляя изделие.

6. Наденьте кондом. Приложите колечко к головке, удерживайте кончик одной рукой, выпуская воздух, а второй растяните изделие по всей длине.

7. Сверху по необходимости нанесите лубризатор (*вещество-смазка, которое усиливает прочность латексного презерватива*).

8. После использования аккуратно снимите его с органа, придерживая края, завяжите на узел и выбросите в урну.

9. При каждом половом акте используется новый презерватив.

10. Если презерватив «порвался», или при его снятии произошло излитие содержимого на Ваши кожные покровы или слизистые половых органов после секса, сходите в туалет и помочитесь - так вы снизите риск возникновения инфекции мочевыводящих путей, так же необходимо использо-

вать «мирамистин», водный хлоргексидин 0,05% для наружного применения.

С помощью удлиненной крышечки инсталлятора, или пульверизатора, производится спринцевание (орошение внутренних слизистых полового органа). Достаточно 2-3-х кратного нажатия на флакон, или пульверизатор.

11. В качестве «защиты от нежелательной беременности и ИППП - женщинам стоит использовать спермицидные средства (содержащие «Ноноксил-9»), которые вводятся внутривлагалищно за 30-20 минут до полового акта.

Данные средства могут быть в виде шариков, свечей, гелей, в/влагалищных таблеток.

