فەرهەنگۆک

جەستە، ژیانی جنسی و تەندروستی

Sorani

ORDLISTA
Kropp, sexualitet
& hälsa

rfsu

فەرهەنگۆک

جەستە، ژیانی جنسی و تەندروستی

وشەکانی ناوەڕۆکی ئەم فەرهەنۆگۆکە لەبواری تەندروستیی جنسی، تەندروستیی پێوەندییدار بە زاوزێ و مافەکانن. وشەکان لەبارەی ئەمانەن: لەش، هەست، پێوەندیی، سێکس، ناسنامە، تەندروستی و یاساکان. وەرگرتنی زانیاریی لەسەر ئەم پرسانە بۆ خۆی مافێکە.

پێناسە	کوردی	وشەی سویدی
کاتێک ژنێکی زگپڕ نەیەوێت منداڵی ببێت دەتوانێ لە نەخۆشخانەدا *کورتاج* بکات. پاش کورتاجەکە ئیتر ژنەکە بە زگپڕیی نامێنێتەوە.	**کورتاج (لەباربردن)**	Abort
کاتێک کەسێک یان کەسانێک سەرپەرشتیی منداڵێک بەخۆدەگرن و بەخێوکردنی لە ئەستۆ دەگرن، ئەو کەسە یان کەسانە دەبنە دایکوباوکی.	**بەخۆگرتنی مندال**	Adoption
بۆ مەبەستی پێشگرتن لە زگپڕیی نەخوازراو لەکاتی تەنگاوییدا، واتە 3 تا 4 رۆژ پاش جووتبوونی نەپارێزراو لە رێگەی زێیەوە، حەبەکە دەخورێت.	**حەبی دژی زگپڕبوون**	Akut p-piller
دەرکەی سمت. پێیشی دەوترێت *کونی قوون*.	**کۆم**	Anal
هەبوونی سێکس لە کۆمەوە یان دەورووبەریەوە، بۆ نموونە بە پەنجە، زمان، کەرەستەی سێکس یان بە چووک.	**سێکس لە کۆمەوە**	Analsex
پزیشکێکە کە پسپۆڕی چووک و هێلکەگونە. پزیشکی پیاوان پسپۆڕی جۆری نەخۆشییەکانی چووک، کارکردنی جنسیی چووکە. پزیشکی پیاوان هەروەهاش دەتوانێت وڵامی پرسیار سەبارەت بە سێکس بداتەوە.	**پزیشکی پیاوان**	Androlog
کەسێکی *ئاسێکسوێل* کەسێکە کە هیچ یان هەوەسی سێکسی کەمی هەبێت یان نەیەوێت لەگەڵ کەسانی دیکەدا پەیوەندیی سێکسی هەبێت.	**ئاسێکسوێل**	Asexuell
کاتێک کە خزمەتگوزاریی تەندروستیی یارمەتی بە کەسێک یان جووتێک هاوسەرێک پێشکەش دەکات کە بۆ خۆیان بێ یارمەتی ناتوانن منداڵیان بێت. نموونەی زگپڕکردن *لەرێگەی یارمەتیدانەوە*، ئاوسکردن و پیتاندن لە دەرەوەی لەشە (IVF).	**ئاوسکردن بە یارمەتی**	Assisterad befruktning
لە کاتی سێکس لە رێگەی زێیەوە چووک دەردەهێنی و تۆواوەکە دەکەیتە دەرەوی کیللەکەوە.	**سێکسی نیوەچڵی**	Avbrutet samlag

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Bakteriell vaginos	**تەڕئاوی باکتیریای نێو زێ**	تەڕاوی بۆگەناوی لە زێیەوە. هەبوونی *تەڕاویی باکتێریایی نێو زێ* واتای ناهاوسەنگی لە نێوان باکتێریاکانی نێو زێ دەدات.
Balanit	**هەوکردنی (چڵککردنی) گۆپکەی (سەلک) چووک**	هەوکردنی سەر گۆپکی چووک کە دەبێتتە هۆی سوور هەڵگەڕانی پێست و لیری بچووکی سوور یان دەبێتتە هۆی ئەوە ناوچەی سەرەوەی پۆپکە و پێستی دەوروبەری پۆپکە سوور و هەستیار بێتەوە.
Barnavårds-central	**بنکەی چاودێریی منداڵان**	بنکەیەکی سەردانە کە خزمەتگوزاریی پشکنینی تەندروستی، کوتانی ڤاکسین و راوێژ بۆ منداڵانی بچووک پێشکەش دەکات. منداڵان لە تەمەنی لەدایکبوون هەتا دەستپێکی پۆلی پێشخوێندنگە، لێرەدا خزمەتگوزاریی وەردەگرن. ناوی کورتکراوە سویدیەکەی *BVC*-یە.
Barnmiss-handel	**منداڵ ئازاردان**	منداڵ ئازاردان بریتییە لەوەی کە کەسێکی ژێر 18 ساڵ دووچاری توندوتیژیی، بێڕێزیکردن ببێت، یان ئەوەی کە دایکوباکی یان سەپەرەشتە گەورەساڵەکەی بەخێوی نەکات. لێدانی منداڵ لە سویددا قەدەغەیە بۆ باوکودایک، ئەگەرچی بە مەبەستی بارهێنانیش بێت.
Barnmorska	**مامان**	کاری مامان بریتییە لە خزمەتی تەندروستی پێوەندییدار بە زایین و تەندروستیی دایکان و پێشکەشکردنی رێنمانی سەبارەت بە سێکس، پێشگیریگرتن لە زگپڕیی و کورتاج کردنە.
Barnmorske-mottagning	**بنکەی مامان**	بنکەیەکە بۆ ئەوانەی کە زگپڕن و لەوێدا دووگیانیەکە دەستنیشان دەکردرێت وخزمەتگوزاریی پشکنین لە ماوەی زگپڕیەکەدا پێشکەش دەکات. ناوێکی دیکەی *ناوەندی تەندروستی دایکانە* یان کورتکراوە سویدییەکەی *MVC* -یە.
Barnporno-grafibrott	**تاوانی پۆرنۆگرافی منداڵان**	تاوانێکە کە کەسێک بۆ نموونە وێنەی کەسێک کە هێشتا لە سەردەمی باڵغیدا بێ یان لە ژێر 18 ساڵدا بێ، هەڵبگرێ، بڵاوی بکاتەوە، بیفرۆشێ یان لەبەردەست دایبنێت.

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Barn-äktenskap	**هاوسەرگیریی لەگەڵ منداڵ**	بریتییە لە هاوسەرگیرییەک کە لانیکەم یەکێک لە هاوسەرەکان تەمەنی ژێرەوەی 18 ساڵ بێت. لە سویددا *هاوسەرگیریی لەگەڵ منداڵدا* قەدەغەیە.
BB	**بەشی منداڵبوون**	ئەو بەشەی نەخۆشخانە کە چەند رۆژێک پاش منداڵبوون دەتوانی تێیدا بمێنیتەوە.
BDSM B: Bondage eller Disciplin D: Dominans eller Submission (underkastelse) S: Sadism M: Masochism	**بی دی ئێس ئێم** **بی: بەندەیی** **دی: دسیپلین یان خۆخستنەژێردەست** **ئێس: ئازاردان** **ئێم: ماسۆچیزم (ژانچێژیی)**	کۆچەمکێکە بۆ دەست و قاچ بەستنەوە یان دیسیپلین، زاڵبوون یان خۆخستنەژێردەست و سادۆماسۆچیزم. لەسەر بنەما و بڕیاری رەزامەندیی لایەنەکانە.
Befruktning	**ئاوسبوون**	کاتێک کە سپێرم و هێلکە لە هێلکەڕۆدا دەگەن بە یەکتر و تێکاڵانیان دەبێتت. لەوێدا دەتوانن گەشە بکەن بۆ کۆرپەلە کە دەنووسێت بە ناوپۆشی مناڵدانەوە.
Binda	**لەفافی مانگانەی ئافرەتان**	پارێزەیەکە کە بۆ هەڵمژینی سووری مانگانە بەکار دەهێنرێت. *لەفافەکە* دەلکێندرێت بە دەرپێیەوە.
Bisexuell	**دووڕەگەزخواز**	کەسێکی *دووڕەگەزخوازە* کە دڵدار دەبێت یان دەیەوێ لەگەڵ کەسانێکدا، ئیتر جا هەر رەگەزێک بن، سێکسی هەبێت.
Bitestikel	**هێلکەگونۆکە**	یەکێک لە ئەندامە ناوەکییەکانی زاوزێی نێرینەیە کە لەوێدا چووک هەیە. هێلکەگونۆکە لە هێلکەگوندایە.
Blottning	**نیشاندان و دەرخستنی ئەندامی زاوزێ**	بریتیە لەوەی کە کەسێک ئەندامی زاوزێی خۆی لەڕێگەی ئینتەرنەتەوە یان بە ڕاستی نیشان بدات بە مەبەستی شەرمەزارکردن یان کەسەکە دووچاری بێزارکردن و نارەحەتی بکات. بە زمانی یاسایی پێی دەوترێت *بێزارکردنی جنسی*.

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Blygdläppar	**لچی/ لێوی ئۆرگانی زاوزێی ژن**	لچێکە کە لە دەرەوەی دەورووبەری کیللەک، میتکە و میزڕۆدایە. هەم *لچی زاوزێی* ناوەوە و هەم دەرەوە هەیە.
Bröst	**مەمکە**	ئەندامی لەش لە سینگدا. مەمکە بریتییە لە پێکهاتەی بەز و گلاندی شیری.
Bröstvårtor	**گۆی مەمکە**	ناوچەیەکی خڕە لە ناوەڕاستی مەمکەدا و شۆڕ بووتەوە بۆ خوارەوە. لە دەورووبەری *گۆی مەمکەدا* خەرمانەی مەمکە هەیە.
Bög	**گەی، پیاوی هاوڕەگەزخواز**	وشەیەکی باوە کە لەباتی هاوڕەگەزخواز بەکار دەهێنرێت.
Cellprov-tagning	**تاقیکردنەوەی شانەیی**	تاقیکردنەوەیەکە کە بۆ لێکۆڵین لە هەبوونی گۆڕانکاریی لە شانەکانی لێوارەی منداڵدان کە دەتوانێ ببێتە هۆی شێرپەنجەی خەرمانی منداڵدان، جیبەجێ دەکرێت.
Cysta	**پۆرک**	بلۆقێکە کە دەتوانێ لە زۆرێک لە ئەندامەکانی جەستەدا، بۆ نموونە لە هێلکەداندا سەر هەڵبدات.
Dejta	**پێوەندیی ئەوینداریی**	ژوان یان چاوپێکەوتن یان چوونەدەرەوە لەگەڵ کەسێک کە حەز بکەیت لەگەڵیدا سێکست هەبێت یان بەنیاز بیت ببیتە هاوژینی.
Diskriminering	**هەڵاواردن (جیاوازییدانان)**	سووکایەتی پێکردن یان خراپ هەڵسوکەوتکردن لەگەڵ کەسێک بە هۆی ڕەگەز، ئارەزووی جنسی، ناسنامەی ڕەگەزیی، ئایین، ڕەچەڵەک، تەمەن یان کەمئەندامی. سەیری *تاوانی رق لەکەسێکبوون، هۆمۆفۆبیا [ئازاردان یا دژایەتی کردنی هاوڕەگەزبازان]، ترانسفۆبیا [دژایەتی ترانسرەگەزییەکان]، ڕەگەزپەرستی، رق لە کەمئەندامان، سێکسیزم، یەکسانی و بەرانبەری*، بکە.
Embryo	**ئاولەمە (کۆرپەلەی زۆر بچووک)**	کاتێک کە هێلکە و سپێرم یەکبگرنەوە ئاولەمە دروست دەبێت. پێی دەوترێت پیتاندن. ئاولەمەکە لەنێو منداڵداندا گەشە دەکات و دەبێتە کۆرپەلە و دواتر دەبێت بە منداڵێک.
Endometrios	**ئێندۆمێرتیۆس**	کاتێک کە لیکەگلاندی منداڵدان لە دەرەوەی منداڵدانەوە، زۆر جار لە هێلکەڕۆ یان ناوپۆشی هۆرگدا، گەشە دەکات پێی دەوترێت *ئێندۆمێتریۆس*.

پێناسە	کوردی	وشەی سویدی
تەنیا جارێک هەبوونی سێکس لەگەڵ کەسێکدا.	**سێکسی یەککەڕەتی**	Engångsligg
کەسێک کە باوک یان دایکە و پێوەندیی خۆشەویستی لەگەڵ دایک و باوکەکەی تری منداڵەکاندا نییە.	**زگورت یان رەبەند**	Ensamstående
ناتوانایی چووکهەستان یان هێشتنەوەی رەپبوونەوەیە، سەرەرای ئەوەی کە هەوەسی سێکست هەبێت. پێیشی دەوترێت *گرفتی رەپبوون*.	**ناتوانایی (هەوەسی) کێرهەستان**	Erektil dysfunktion
وێنە، هونەر، وێژە یان فیلمی هەوەسبازانە کە ناوەڕۆکی سێکسییان هەیە.	**ئیرۆتیك**	Erotik
کەسێک کە پێشتر پێوەندییت لەگەڵیدا هەبووە، بەڵام ئێستا پێکەوە نێوانتان نییە.	**کۆنە [هاوسەر، هاوژین یان دۆست]**	Ex
کاتێک شتێک یان ئەندامێکی جەستە وەکوو پێ یان قوماشی چەرم کە بە گشتی بە شتێکی وروژێنەری دانانرێت، دەبێتە هۆی خۆشچێژییەکی بەهێز یان وروژاندنی سێکسی.	**فێتیش**	Fetisch
ئەندامی زاوزێی ژن. وشەی *کیللەک* هەموو ئەندامی زاوزێی ژن دەگرێتەوە واتە هەم بەشی ناوەوە و هەم دەرەوە.	**کیللەک (کوز)**	Fitta
کچێک کە پێوەندییت لەگەڵدا هەیە.	**هاوڕێی کچ**	Flickvän
نیشاندانی هەوەس بۆ کەسێک کە حەزت لێیە، بە کەسێک کە دەتەوێت ژوانی لەگەڵدا بکەیت یان سێکسی لەگەڵدا بکەیت . هەروەهاش پێی دەوترێت *کچبازی* یان *کوڕبازی*.	**دڵداری (چاوەقرتکێ) کردن**	Flirta
ئەو ئاوەی کە لە کیللەکەوە دێتە دەرەوە بۆ پاک و خاوێنڕاگرتنی.	**تەڕایی**	Flytningar
کۆرپەلە، ئاولەمەیەکە کە لە کاتی زگپڕیدا لە نێو منداڵداندا بۆ ماوەی 9 هەفتە گەشەی کردووە.	**کۆرپەلە**	Foster

RFSU – FIGHTING FOR BODY RIGHTS SINCE 1933

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Fostervatten-prov	**تاقیکردنەوەی ئاوی ئاوڵەمە**	تاقیکردنەوەیەکە کە بە مەبەستی دەستنیشانکردنی ئەگەری نائاسایی کرۆمۆزۆمی کۆرپەلە، جێبەجێ دەکرێت.
Framfall	**داکەوتی ئەندامی زاووزێ بۆ پێشەوە**	کە شتێک شۆڕبووبێتەوە بۆ خوارەوە بۆ لای کیللەک یان بۆ دەرەوە لە دەمی کیللەکەوە. دەتوانێت بۆ نموونە نێوپۆشی کیللەک، مناڵدان، مێزەڵدان یان ڕێکە کە شۆڕ بووبێت، بگرێتەوە.
Frenulum	**ژێ**	ئەو پێستەی کە لە نێوان پۆپکەی چووک و شافتی چووکدایە. جگە لە ناوە لاتینییەکەی پێیشی دەوترێت *ژێ*.
Frivilligt sex när förövaren är nära 15-års-gränsen	**سێکسی دڵخوازانە کاتێک تاوانبارەکە تەمەنی دەوروبەرەی 15 ساڵانە**	ئەگەر روون و ئاشکرایە کە کردارەکە نەبووەتە مایەی دەستدرێژییەک بەرانبەر بە منداڵەکە بە لەبەرچاوگرتنی جیاوازیی کەمی تەمەن و گەشەکردن لە نێوان ئەو کەسەی کە کرداری تاوانەکەی کردووە و منداڵەکە و هەلومەرجەکان بە گشتی، تاوانکارەکە سزا نادرێت.
Funkofobi	**بە چاونزمڕوانین لە کەمئەندامان**	هەڵوێستی نێگەتیڤ [نەرێنی]، بیروبۆچون یان هەست بەرانبەر بە ئەو کەسانە کە جۆرێک لە کەمئەندامیەتییان هەیە، بۆ نموومە ئەو کەسانەی کە لەسەر ویلچەیر دادەنیشن، کوێر یان کەڕن. ئەمەش دەتوانێت ئەو کەسانەی کە نەخۆشی درێژخایەنیان وەکوو ئێچ- ئای- ڤی (HIV) هەیە، بگرێتەوە.
Förhud	**پێستی خەتەنە (پێستی سەر پۆپکە)**	پێستێکی ناسک کە ها بە سەرەوەی گۆپکەی چووک یان لەسەر میتکەدا هەیە.
Förhuds-förträngning	**تەنگبوونی پێستی سەر پۆپکە**	دۆخێکە کە کاتێ پێستی سەر پۆپکە تەنگە و ناتوانێ بەسەر پۆپکەدا بێتەوە. هەندێ جار دەتوانێت لەژێر پۆپکەدا گیر بکات و ناتوانی بیکێشیتەوە سەری یان بیبەیتەوە دواوە.
Förlossning	**زایین**	*زایین* ئەو کاتەیە کە منداڵ لە دایک دەبێت. *زایین* دەتوانێ لە ڕێگای زێیەوە یان لە ڕێگای سێزاریەن جێبەجێ بکرێت.

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Förlossnings-avdelning	**بەشی زایین**	ئەو بەشەی نەخۆشخانە کە تێیدا منداڵ لەدایک دەبێت.
Förlossnings-depression	**خەمۆکەی زایین**	خەمۆکەیەک کە لەگەڵ لەدایکبوونی منداڵدا سەر هەڵدەدات.
Förlossnings-rädsla	**ترسی زایین**	نیگەرانی و ترس لە منداڵبوون.
Förlossnings-skador	**برینی زایین**	برین و پچڕانێ کە لە زێدا بەهۆی منداڵبوونەوە دێتە دی.
Förlossnings-värkar	**ژانی زایین**	ژانەکان لەوە سەرچاوە دەگرن کە منائڵدان، واتە کە ماسوولکەیەکە، خۆی گرژ دەکاتەوە و کاتێک منداڵەکە لەدایکدەبیت، پاڵ بە منداڵەکەوە دەنێت بۆ خوارەوە لە زایینەڕۆوە.
Försats	**ئاوی پێش تۆوئاو**	ئەو ئاوەی کە کاتێک زەوقت هەڵدەستێ لە چووکەوە دێتە دەرەوە بەڵام تۆواو نییە.
Förtal	**بوختان**	بڵاوکردنەوەی قسەڵۆک یان زانیاری لەسەر کەسێک بۆ ئەوەی کە خەڵکانی دیکە رقیان لەو کەسە و شێوازی ژیانی ئەو کەسە بکەوێت.
Glidmedel	**ماددەی رۆنی**	کرێمێکە کە لە کاتی سێکسدا بەکار دەهێنرێت بۆ ئەوەی خزینی زیاتر بەدی بێت و سێکسەکە خۆشتر بکات. دەتوانرێت بدرێت لە چووک، کیللەک یان کۆم.
Gnidsex	**سێکسی خۆپێنووسان**	سێکسێکە لەرێگەی خۆپێوەنووسانی ئەندامی زاوزێی لەگەڵ ئەندامی زاوزێی یان لەشی کەسێکی دیکەدا، دەکرێت.
Gonorré	**سووزەنەک**	سووزەنەک نەخۆشییەکی جنسییە کە زۆر جار کۆنیشانی پێوە دیار نییە بەڵام کاتێک کە میز دەکەی دەبێتەوە هۆی کزینەوە و لە کیللەک یان چووکەوە تەڕاو دەردێ و دەبێتە هۆی ژان لە هێلکەگونەوە یان خوێن لە کیللەکەوە دێت. ئەگەر نەخۆشی سووزەنەک چارەسەر نەکرێت رەنگە دروستکردنی منداڵ زەحمەتتر بێت. لەڕێگەی ئەنتیبایۆتیکەوە چارەسەر دەکرێت. نەخۆشی سووزەنەک یاسای پارێزی بڵاوبوونەوە پەتا سووزونەک دەگرێتەوە.

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
G-punkts-området	**خاڵی ناوچەی جی (ناوچەی وروژانن لە ناو کیللەک)**	ناوچەیەکی زبرە، نەختێک لە ناوەوەی کیللەکەوە، لەبەشی ناوپۆشی پێشەوەی کیللەکەوە. لەو ناوچەدا میتکە، میزەڕۆ و ناوپۆشی دەرەوەی کیللەک دەگەن بەیەک.
Gravid	**زگپڕ**	هەبوونی کۆرپەلە لە منداڵداندا کە لە نێو زگدایە. *زگپڕی* لە باری ئاساییدا 9 مانگ دەخایەنێت.
Graviditets-test	**تاقیکردنەوەی زگپڕی**	تاقیکردنەوەیەک بۆ دەستنیشانکردنی ئەوەی کە داخۆ کەسێک زگپڕە یان نا. لەڕێگەی میزکردن بە شریتێکی پێوانیندا تاقیکردنەوەکە جێبەجێ دەکرێت.
Grooming	**پێوەندیی گرتنی سێکسی گەورەساڵ لەگەڵ منداڵدا**	کاتێک کەسێکی پێگەیشتوو لە باری یاساییەوە (بالغی یاسایی)، زۆر جار لەڕێگەی ئینتەرنەتەوە، پێوەندیی لەگەڵ منداڵێکی ژێر 15 ساڵانەوە دەگرێ بۆ مەبەستی دەستدرێژی سێکسی. ئەمە قەدەغەیە. بە زمانی یاسایی پێی دەوترێت *پێوەندیی لەگەڵ منداڵدا بە مەبەستی سێکس*.
Gruppsex	**گەلە سێکس (سێکسی کۆمەڵ)**	کاتێ زیاتر لە دوو کەس پێکەوە هاوکات سێکسیان هەیە.
Gynekolog	**پزیشکی ژنان**	پزیشکێکە کە پسپۆڕە لە بواری کیللەک، زگپڕی و منداڵبووندا. دکتۆری ژنان پسپۆڕی کارکردنی ئەندامی جنیسی، نەخۆشیی نەخۆشییەکان و زگپڕییە. دکتۆری ژنان هەروەهاش دەتوانێت وڵامی پرسیار سەبارەت بە سێکس بداتەوە.
Gynekologisk undersökning	**پشکنینی نەخۆشی ژنان**	پشکنینێکی کیللەکە کە لە نەخۆشخانە، بنکەی خزمەتگوزاریی تەندروستی یان بنکەی سەردانی گەنجان بەڕێوە دەچێت.
Göra slut	**کۆتایی پێهێنانی پێوەندیی (تەواوکردنی نێوان)**	کۆتایی پێهێنانی پێوەندیی. کاتێک لەگەڵ یەکتردا تەواوی بکەیت ئیتر *نێوان لەگەڵ یەکدا نامێنێت*.
Ha lust	**هەبوونی هەوەس**	هەبوونی هەستێکی بەهێز کە شتێک بکەیت. هەندێ جار دەتوانێ هەوەسی هەبوونی سێکس بێت.
Hallick	**گەواد**	سەیری جاکێشی بکە

RFSU – FIGHTING FOR BODY RIGHTS SINCE 1933

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Hatbrott	**تاوانی هەبوونی رق لە کەسێک**	بریتییە لەوە کە کەسێک تووشی کرداری تاوانبارانە ببێت بۆ نموونە وەکوو هەڕەشە یان لێدانی کەسێک بە مەبەستی ئەوە کە سووکایەتی بە کەسەکە بکەیت بەهۆی ئارەزووی جنسی، شوناسی جنسی، رەگەز، رەنگی پێست، ئاینن، رەچەڵەکی ئێتنیکی یان نیشتمانیەوە.
HBTQ-person	**کەسانی هۆ-بێ-تێ-کیو (HBTQ)**	کۆچەمکێکە بۆ ئەو کەسانە بەکار دەهێنرێت کە هاوڕەگەزخواز، کەسی "ترانس" یان "کوییرن".
Hedersrelaterat förtryck och våld	**چەوسانەوە و توندوتیژییی پێوەندییدار بە شەرەفەوە**	کاتێ کەسێک، زۆرتر کچ، لە لایەن کەسانی دەورووبەریەوە سنوردار و کۆنترۆل دەکرێت بە مەبەستی پاراستن و سەندنەوەی ئابڕوو، یان شەرەفی بنەماڵەکە. بە زمانی یاسایی بریتییە لە *هەڕەشەی نایاساییانە، لێدان، هاوسەرگیریی بەناچاری*، کوشتن و شتی دیکە.
Hen	**ئەو**	جێناوێکی بێلایەنە. وشەی Hen-ی سویدی هەروەها لەکاتێکدا کە رەگەزەکە گرینگ نییە، وەکوو جێناوێکی بێلایەن بەکار دەبرێت.
Hepatit	**هێپاتیت**	*هێپاتیت* بریتییە لە هەوبوونی جگەر. چەندان جۆری هێپاتیت هەیە. باوترین جۆرەکان بریتییە لە هێپاتیتی *A*، هێپاتیتی *B* و هێپاتیتی *C*. نەخۆشی *هێپاتیت* بە هۆی ڤایرۆسەوە سەر هەڵدەدات.
Herpes	**تامیسکە**	*تامیسکە* لە دەمەوە یان ناوگەڵدا دەیگری. تامیسکە دەتوانێ ببێتە هۆی بڵۆق و زام کە دەخورێت، دەچزێت و زۆر ئێش دەکات یانیش رەنگە هیچ هەستی پێنەکەیت. *تامیسکە* زۆر بە ئاسانی دەگوازرێتەوە.
Heterosexuell	**ناهاوڕەگەزخواز**	کەسێکی ناهاوڕەگەزخواز دڵداری کەسێکی رەگەزی پێچەوانە دەبێت و/یان حەزی لە سێکس لەگەڵ کەسێک لە رەگەزی پێچەوانەیە.
Hiv	**ئێچ- ئای- ڤی**	*ئێچ- ئای- ڤی* ڤایروسێکە لە نێوان مرۆڤەوە دەگوازرێتەوە. بۆ نموونە لە کاتی سێکسی بێکۆندۆم یان لەرێگەی بەکار هێنانی دەرزی کەسێکی تر کە خۆی بەکاری هێنابێت. ئێچ- ئای- ڤی زیان دەگەیێنێتە بەرگری لەش. بێ چارەسەرکردن ئێچ- ئای- ڤی دەبێتە هۆی پەرەسەندنی ئایدز کە کوشندەیە. بە چارەسەرکردن ئیتر ئێچ- ئای- ڤی ناگوازیتەوە بۆ کەسێکی تر. هەروەهاش تووشی ئایدز نابێت و تەمەنت وەکوو کەسانی تر درێژ دەبێت. هەموو کەسێک لە سویدا مافی ئەوەی هەیە کە بەخۆڕایی تێستی خۆی بکات و چارەسەریی دژ بە ئێچ- ئای- ڤی وەربگرێ.

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Homofobi	**هۆمۆفۆبیا (رق لە هاوڕەگەزخواز)**	هەڵویستی نێگەتیڤ، بیروبۆچوون یان هەست بەرانبەر بەو کەسانە کە دووڕەگەزخواز و هاوڕەگەزخوازن یان بەگشتی دژ بە دووڕەگەزخوازی و هاوڕەگەزخوازین. ئەمانە لە رێگەی دەربڕینی توندڕەوی، رق، تووڕەیی، هەڕەشە یان توندوتیژیی خۆیان دەنوێنن.
Homosexuell	**هاوڕەگەزباز**	پیاوێکی *هاوڕەگەزباز* دڵداری کەسێکی رەگەزی پیاو دەبێت و/یان حەزی لە سێکس لەگەڵ پیاودایە. ژنێکی *هاوڕەگەزباز* دڵداری کەسێکی رەگەزی ژن دەبێت و/یان حەزی لە سێکس لەگەڵ ژندایە.
HPV (humant papillomvirus)	**ڤایروسی مرۆیی پاپیلوم**	ڤایرۆسێکی زۆر باوە کە بە چەندان شێوە هەیە. هەندێ لە جۆری ڤایرۆسەکان دەبنە هۆی دروستبوونی بالوک لەسەر ئەندامی زاوزێدا (کۆندیلۆم) یان گۆڕانکاریی شانەیی. جۆرەکانی دیکەی ڤایرۆس دەبنە هۆی بالوک لەسەر دەست یان پێیەوە.
HPV-vaccina-tion	**کوتانی ڤاکسینی ڤایروسی مرۆیی پاپیلوم (HPV)**	ڤاکسینێکە کە چەند جۆرێک لە ڤایرۆسی مرۆیی پاپیلۆم کە دەبنە هۆی گۆڕانکاریی ملی منداڵدان و هەروەهاش کە دەتوانێ ببێتە هۆی شێرپەنجەی ملی منداڵدان، دەپارێزێ.
Hångla	دەستبازیی و ماچوموچ کردن	ماچوموچکردن، باوشگرتن، دەست بەیەکەدا هاوردن، نووساندنی لەش بە یەکترەوە بە جلەوە یان بێ جلەوە.
Ickebinär	**نارەگەزی یان نێوانرەگەزی**	کەسێک کە خۆی نە بە پیاو و نە بە ژن بزانێت یان هەست پێبکات.
Incest	**پێوەندیی سێکسی لەگەڵ ئەندامی خێزان**	کاتێ بۆ نموونە کەسێک وەکوو باوکودایک، باوەگەورە، یان خوشکوبرای گەورەتر کە پێوەندیی نزیکی بە منداڵەکەوە هەیە، دەستدرێژیی جنسی بۆسەر منداڵەکە دەکات. بە زمانی یاسایی دەبێتە *دەستدرێژیی بەرانبەر بە منداڵ*، ئەگەر منداڵەکە ژێر 18 ساڵ بێ بە زمانی یاسایی پێی دەوترێت سێکس *لەگەڵ رۆڵە* یان *سێکس لەگەڵ خوشکوبرا*.
Infertil	**نەزۆک**	کاتێ کەسێک ناتوانێ زگپڕ[دووگیان] بێ و/یان ناتوانێ کەسێکی دیکە زگپڕ بکات.

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Informations-plikt	**ئەرکی ئاگادارکردنەوە**	ڕێسایەکی چۆنیەتی هەڵسوکەوتککردنە کە ئەو کەسەی نەخۆشیەکی جنسی، بۆ نموونە ئێچ ئای ڤی، کلامیدییا و سووزەنەکی هەیە، دەبێت ئەو کەسەی کە سێکسی لەگەڵدا هەیە ئاگادار بکاتەوە لەسەر نەخۆشییە جنسیەکەی. پزیشک فەرمانی ئەرکی وەئاگادارکردنەوە دەدات و دەتوانێ لە هەندێ بارودۆخدا لای ببات.
Inseminering	**ئاوسکردن**	بۆ مەبەستی ئەوە کە کەسێک زگپڕ ببێت لە ڕێگەی دەرمانییەوە تۆواو دەکرێتتە ناو منداڵدانەوە.
Intersexvariation	**جۆراوجۆرەی نێرەومۆی**	کۆچەمکێکە بۆ تایبەتمەندیی جۆراوجۆریی جەستەیی کە دەبیتە هۆی ئەوە نەتوانیت بە ئاسانی ڕەگەزت بە گوێرەی نۆرمەکانی کۆمەڵگە دەستنیشان بکەیت، واتە ڕەگەزەکە نە وەکوو نێر و نە وەکوو مێی ئاساییە. جواروجۆرییەکان دەتوانن خۆیان بنوێنن لە کۆئەندامی جنسی دەرەوە و/یان ناوەوە، کرۆمۆسۆم و ڕێژەی هۆرمۆن.
IVF	**پیتاندنی سپێرم و هێلکە**	پیتاندنی سپێرم و هێلکە چارەسەرییەکی پزیشکییە کە هێلکە دەردەهێنرێت و لە دەرەوەی لەشدا بە سپێرم دەپیتێندرێت. بە هێلکەی پیتێنراو دەوترێت ئاولەمە. چەند ڕۆژێک پاش پیتاندنەکە پزیشک ئاولەمەکە دەخاتەوە نێو منالدان. ناوێکی دیکە بۆ پیتاندی سپێرم و هێلکە (IVF) پیتاندنی تاقیگەییە.
Juridiskt kön	**ڕەگەزی یاسایی**	ئەو ڕەگەزەی کە لە پێشینەدا تۆمار کراوە، وەکوو تۆمار لە ناسنامەی تاکەکەسی و پاسپۆرتدا.
Jämlikhet	**یەکسانی**	کاتێک کە خەڵکانێ سەر بە گرووپی جۆراوجۆر بە یەکسانی هەڵسوکەوتیان لەگەڵدا دەکرێت و وەکیەک دەرفەت و مافیان بۆ ڕەخساوە کە ژیانی خۆیان بەڕێوە ببەن و لە کۆمەڵگادا چالاک بن.
Jämställdhet	**بەرابەری**	*یەکسانی* ئەوەیە کە ژنان و پیاوان هەمان دەرفەتیان هەبێت کە بتوانن کاریگەری لەسەر ژیانیان و کۆمەڵگە دابنن. بۆ ئەوەی کە ژنان و پیاوان دەسەڵاتیان وەکوو یەک بێت پێویستە کە هەمان دەرفەت، ماف و ئەرکیان هەبێت.
Kejsarsnitt	**سێزاریەن (نەشتەرگەریی منداڵدەرهێنان لە زگی دایکیەوە)**	*سێزاریەن* نەشتەرگەرییەکە کە پزیشک منداڵەکە لە ڕێگەی بڕینی کونێکەوە لە زگ و منالدانەوە دەهێنێتە دەرەوە.

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Kirurg	**نوژدار (نەشتەرگەر)**	پزیشکێک کە پسپۆڕی بەڕێوەبردنی نەشتەرگەرییە.
Klamydia	کلامیدیا (جۆرێکە لە نەخۆشیی کۆئەندامی سێکس)	کلامیدیا جۆرێک لە نەخۆشیی ئەندامی جنسییە کە زۆربەی جار کۆنیشانی نییە بەڵام کاتێک میز دەکەی دەتوانێ ببێتە هۆی کزانەوە یان ئازار، گۆڕانکاری لە تەڕئاوی کیللەک، میزڕۆ یان کۆم یان بەشی خوارەوەی زگەوە. کلامیدیکا کە چارەسەر نەکرابێت رەنگە ببێتە هۆی ئەوە کە بە زەحمەتی منداڵت ببێت. بە ئەنتیبیایۆتیک چارەسەر دەکرێت و یاسای پارێزی بڵاوبوونەوە پەتا دەیگرێتەوە.
Klimakterie	**لە خوێنچوونەوە (کۆتایی هاتن بە خوێنی سووڕی مانگانەی ژنان)**	ئەو سەردەمەی ژیانە کە خوێنی مانگانەی ژنان کۆتایی دێت. زۆر جار لە تەمەنی 50 ساڵیدا روو دەدات.
Klitoris	**میتکە**	ئەندامی لەش کە سەر بە کیللەکە. کەمێک لەسەرەوەی کونی میزەڕۆیە. بەشی دەرەکی *میتکە* و *پۆپکەی میتکە* زۆر هەسیتیارە بە دەستلێدان.
Klitoris ollon	**پۆپکەی میتکە**	*پۆپکەی* میتکە ئەو بەشەیە کە لە دەرەوەی میتکەدایە و لە دەرەوەی لەشەوە دەبینرێت. زۆر هەستیارە بە دەستلێدان.
Knulla	**گانکردن**	هەبوونی سێکس لەگەڵ کەسێک یان چەند کەسێکدا.
Knullkompis	**هاوڕێی گانکردن**	کەسێک کە تەنیا پێوەندیی سێکسیت لەگەڵدا هەیە و هیچ پێوەندییەکی خۆشەویستیت لەگەڵیدا نییە. کورتکراوە سویدییەکەی KK - یە و *دەتوانی بەراوردی بکەی لەگەڵ دۆست.*
Kondom	**کۆندۆم**	کەرەستەیەکی پێشگرتن لە زگپڕیی یان نەخۆشی جنسییە کە لە لاستیک بەرهەم هێنراوە. دەکرێتە سەر چووک بۆ پێشگرتن لە نەخۆشی جنسی یان زگپڕیی نەخوازراو.
Kondylom	**کۆندیلۆم**	کۆندیلۆم نەخۆشییەکی جنسییە کە دەبێتە هۆی پێکهاتنی بالووکە لەسەر ئەندامی زاوزێدا. بالووکەکان دەخورێن، دەکزێنەوە و دەچزێنەوە.
Koppleri	**گەواتی**	کاریگەریی لەسەر کەسێک تاکو بەرانبەر بە پارە سێکسی هەبێت، یان کەڵک لە بارودۆخێکی ئاوەها وەربگری بۆ دەستهێنانی پارەی خۆی.

RFSU – FIGHTING FOR BODY RIGHTS SINCE 1933

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Krama	**لەباوشگرتن**	دەست لەملکردنی کەسێک و نزیک کردنەوەی لەش لەیەکتر.
Kroppsvätska	**تەڕاوی لەش**	ئاوێکی تەڕ کە لەش دەیداتە دەرەوە. نموونەی تەڕاوەکانی لەش، خوێن، تۆواو، ئاوەخلیسک و ئاوی پێش تۆواوە.
KSK (kvinnor som har sex med kvinnor)	**کۆ- ئێس- کۆ (KSK) (ژن کە لەگەڵ ژندا سێکسی هەیە**	چەمکێکە بۆ ئەو کەسانە کە خۆیان وەک ژن دەناسێنن و لەگەڵ ژنی دیکەدا سێکسیان هەیە.
KUB-test	**تێستی کیوب (KUB)**	تێستی خوێن و سۆنۆگرافی کە بۆ مەبەستی پشکنینی کۆرپەلەی نێو زکی ژنی زگپڕ[دووگیان] دەکرێت.
Kuk	**کێر**	ئەندامی جنسی پیاو. زۆر جار نەختێک بێئەدەبانەتر لە چووک دێتە تێگەیشتن.
Kurator	**راوێژکاری کۆمەڵایەتی**	کاروباری پێشکەشکردنی پشتیوانی لەرێگەی ئاخاوتنی پاڵپشتیانە بۆ ئەو کەسانەیە کە رەوشیان خراپە. *راوێژکاری کۆمەڵایەتی* کە بۆ نموونە لە نەخۆشخانە و خوێندنگەدا کار دەکات.
Kvinnofrids kränkning	**سووکایەتی بە سەروەری ژن**	کاتێک پیاوێک ئەو ژنەی کە لەگەڵیدا دەژیەت بە شێوازێکی سیستەماتیک دەشکێنێتەوە. بۆ نموونە لە رێگەی لێدان، بەزۆر ناچارکردن بە سێکس، دووچارکردن بە نالەباریی دەروونی یان سنوردارکردنی بۆ چوونەدەرەوەی ماڵەوە.
Kvinnojour, tjejjour	**بنکەی پاراستنی ژنان یان کچان**	رێکخراوێکە کە بۆ نموونە لە رێگەی پێشکەشکردنی خانووی پاراستنەوە پالپشتی و یارمەتی ژنان و کەسانی ترانس دەدات کە لەلایەن کەسێکی نزیکیانەوە هەڕەشەیان لێدەکرێت یان تووشی توندوتیژیی بوون.
Kvinnoklinik	**کلینیکی ژنان (نۆرینی ژنان)**	بنکەیەکی سەردانە کە چارەسەریی ئەو نەخۆشییانە دەکات کە پێوەندییدارن بە منداڵدانەوە. کەسانی زگپڕ دەتوانن سەردانی ئێرە بکەن بە مەبەستی تاقیکردنەوەی سۆنۆگرافی کۆرپەلە. لە زۆربەی نەخۆشخانە گەورەکاندا هەیە.

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Kyssa	**ماچکردن**	ماچکردن بە دەم و هاوکاتیش زمانت لەیەکتر بدات.
Kåt	**هەوەس هەستاو**	هەوەسێکە لە لەشدا کە حەز بکەی لەگەڵ کەسێکدا یان خۆتدا سێکست هەبێت.
Känna olust	**بێزەوقی**	کاتێک هەست بکەیت شتێک خۆش یان هەوەسیانە نییە.
Kön	**رەگەز**	زۆر جار مەبەست لە رەگەز ژن یان پیاوە. وشەی رەگەز هەرەوەهاش دەتوانێت مانای ئەندامی زاوزێ بدات.
Könsbaserat våld	**توندوتیژیی رەگەزی**	توندوتیژیی بەرانبەر بە ژنان و کەسانی هۆ- بێ- تێ- کیو hbtq، کورتکراوەی هاوڕەگەزخواز، نێرەمۆخواز (دوورەگەزخواز)، کەسانی ترانس و کوییر. لە شێوازی توندوتیژیی جنسی و دەستدرێژیی جنسی خۆی دەنوێنێت. *سەیرەی کڕین و فرۆشتنی مرۆڤی بۆ مەبەستی سێکس، توندوتیژیی هاوژینی، سووکایەتی کردن بە سەروەری تاکەکەسی ژنان و داڵگەی ژنان/داڵگەی کچان، تووندوتیژیی جنسی و نەریتی زیانبەخش، بکە.*
Könsbe-kräftande behandling	**چارەسەریی پزیشکی بۆ سەلماندنی رەگەز**	چارەسەرییەکی جەستەییە بۆ سەلماندنی شوناسی رەگەزیی کەسێک وەکوو پیاو، ژن یان نێرەمۆ. چارەسەرییەکە رەنگە بریتی بێت لە نەشتەرگەریی ئەندامی جنسی یان وەرگرتنی هۆرمۆن بۆ گۆڕینی روخساری لەش. زۆربەی ئەو کەسانە کە نێرەمۆن، بەڵام هەموویان نا، دەیانەوێت یەکێک لە جۆرەکانی چارەسەریی سەلماندنی جنسی وەربگرن.
Könsdysfori	**ناڕازیبوونی رەگەزی**	بریتییە لە کۆنیشانی ئەوەی کە کەسەکە هەست دەکات کە جەستەی لەگەڵ ناسنامەی رەگەزییدا ناگونجێت. کەسێک کە دیاردەی *ناڕەزایی رەگەزیی* هەیە ئەتوانێت داوای چارەسەری پزیشکیی سەلماندنی رەگەزی بکات.
Könsidentitet	**ناسنامەی رەگەزی**	ئەو رەگەزەی کە هەستی پێدەکەیت. ناسنامەی رەگەزیی هیچ پێوەندییەکی لەگەڵ ئارەزووی جنسی نییە.

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Könsorgan	**ئەندامی جنسی**	ئەندامی جنسی ناوگەڵ وەکو چووک و کیللەک.
Könssjukdom	**نەخۆشیی جنسی**	هەوکردنێک (چڵککردن) کە لە ڕێگەی سێکسی نەپارێزراوەوە کەسێک لە کەسێکەوە کە *نەخۆشییەکی جنسی* هەیە وەری دەگرێت.
Köns-stympning	**سەقەتکردنی جنسی (کەلەلا کردنی جنسی)**	بڕین یان بریندارکردنی میتکە. هەندێ جاریش هەم لچی دەرەوە و ناوەوەی کیللەکیش دەقرتێنرێت و دەمی کیللەک دەدووردرێتەوە. ئەمە وەکو تاوانێکی گەورە دژ بە مافی مرۆڤ دەژمێردرێ و لە سویددا قەدەغەیە. تەنانەت هەوڵدان، پلاندانان، ئامادەکاریی یان بردنی کچێک یان ژنێک بۆ وڵاتێکی دیکە بۆ ئەم مەبەستە، قەدەغەیە. بە سەقەتکردنی ژنان هەروەها هەندێ جار پێی دەوترێت سەقەتکردنی جنسی.
Könsutredning	**لێکۆڵینەوەی ڕەگەزیی**	لێکۆڵینەوەیەکە دەستنیشان دەکات کە داخۆ کەسێک مافی وەرگرتنی چارەسەریی بەخۆڕایی پزیشکی بۆ سەلماندنی ڕەگەزی هەیە. هەر کەسێک کە کۆنیشانی ناڕازیبوونی جنسی هەیە مافی وەرگەرتنی ئەم خزمەتگوزارییە تەندروستییەی هەیە.
Lesbisk	**ژنی هاوڕەگەزباز**	وشەیەکی باوە بۆ ژنی هاوڕەگەزباز. پێشی دەوترێت *پانپانۆکە*.
Ligga	**پێکەوەخەوتن**	هەبوونی سێکس لەگەڵ کەسێک یان چەند کەسدا.
Livmoder	**مناڵدان**	بەشێکی زێ کە لە ناو زگدایە، لە ماوەی زگپڕیدا کۆرپەلەکە لەوەێ کات بەسەر دەبات.
Livmoderhals	**ملی مناڵدان**	بەشی خوارەوەی مناڵدان، کە هەروەهاش بچووکترین بەشیەتی. *ملی مناڵدان* بە خەرمانەی مناڵدان کۆتایی پێدێت.
Livmodertapp	**دەمی مناڵدان**	ئەو بەشەی مناڵدان کە لە کیللەکەوە بۆ زێیەوە دەچێتە ژوورەوە.

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Lubrikation	**چەور و تەڕ بوون لە ناو کیللەکدا**	ئەو تەڕاوەی کە کاتێک کەسێک زەوقی هەڵدەستێت و هەوەسی سێکس دەکات، کیللەک دەری دەدات.
Lustgas	**گازی پێکەنین**	جۆرێکە لە کەمکردنەوەی ژان کە هەڵدەمژرێت کاتێک ئێشت هەبێت. *گازی پێکەنین* بە پلەی یەکەم لە کاتی زاییندا بەکار دێت.
Läkare	**پزیشک**	کەسێکە کە چارەسەریی نەخۆش یان برینداران دەکات و پێشگیریی لە لەشساخنەبوون دەکات.
Mammografi	**ماموٚگرافیی**	پشکنینی تیشکی مەمکە کە بۆ مەبەستی دۆزینەوەی گرێ یان لوو دەکرێت.
Mans-mottagning	**بنکەی سەردانی پیاوان**	بنکەیەکی سەردانە کە هەر کەسێک خۆی وەک پیاو دەناسێتەوە و/یان چووکی هەیە دەتوانێ بۆ مەبەستی وەرگرتنی خزمەتگوزاریی تەندروستی، پاڵپشتی و ئاخاوتن سەردانی بکات. *بنکەی سەردانی پیاوان* بنکەیەکی سەردانە کە بە پلەی یەکەم کار لەسەر سێکس و پەیوەنییدا دەکات.
Mellangård	**ناوچەی نێوان کۆم و زێ یان گون**	ناوچەی نێوان کۆم و زێ یان گون.
Mens	**سووڕی مانگانە (مانگانەخوێن)**	خوێنی سووڕی مانگانەی منداڵدان کە لە زێیەوە دەڕژێتە دەرەوە. لە تەمەنی پێگەیشتنەوە بە بەردەوامی لەسەر کاتی خۆی نزیکەی جارێک لە مانگێکدا دێت.
Menskopp	**کوپی سووڕی مانگانە**	پارێزەیەکە کە لە کاتی سووڕی مانگانەدا بەکار دێت. کوپی سووڕی مانگانە دەخرێتە نێو زێیەوە و خوێنەکە کۆدەکاتەوە.
Mensvärk	**ژانی مانگانە**	ئێشێک کە لە کاتی سووڕی مانگانەدا دێت.
Missfall	**لەبارچوون**	کاتێک کە پێش لەدایکبوونی منداڵەکە زگپڕیەکە کۆتایی پێدێت.

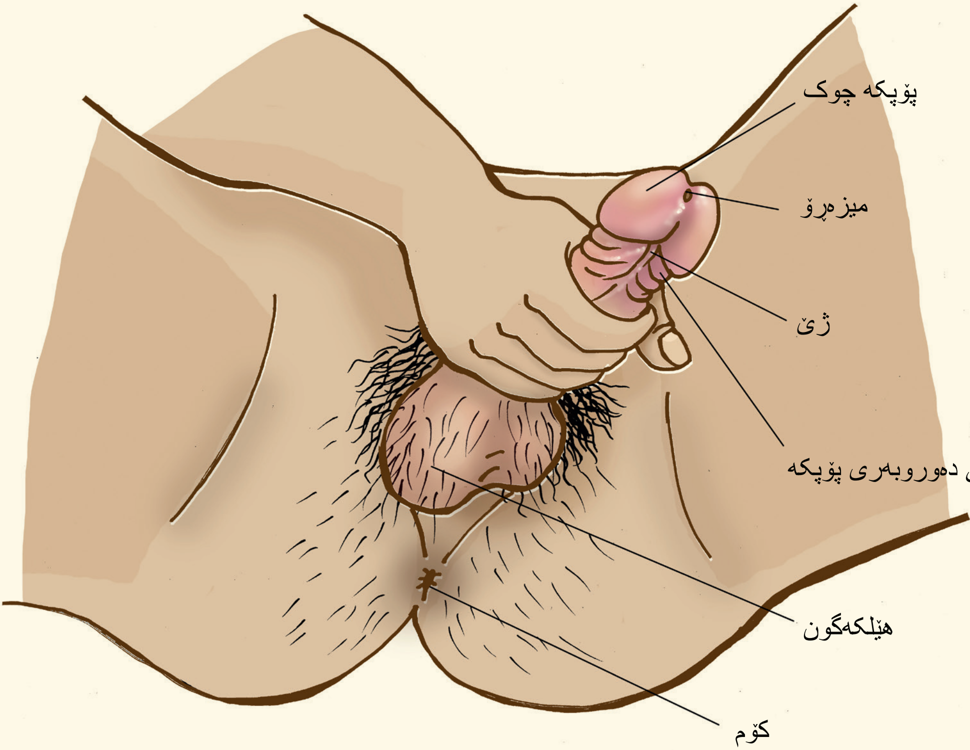
RFSU – FIGHTING FOR BODY RIGHTS SINCE 1933

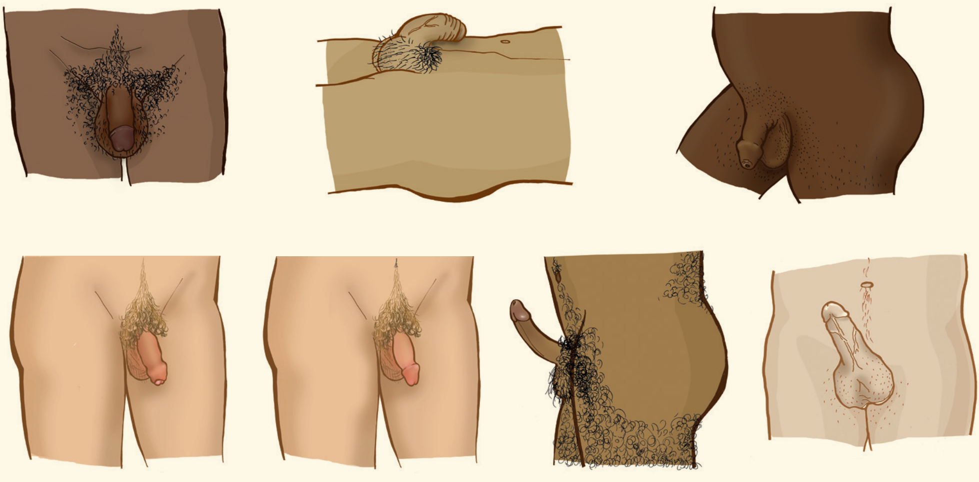
وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Monoamorös	**تاکە ئەویندار**	کەسێکی تاکە ئەویندار، حەزی لە پێوەندییەکی یەکهاوسەرییە، واتە دەیەوێ پەیوەندیەکەی لە یەک کاتدا لەگەڵ یەک کەس بێت.
Monogam relation	**پێوەندیی تاکئەوینی**	ئەو کەسانەی کە لەم جۆرە پێوەندییەدا دەژین پێکەوە ڕێککەوتوون کە پێوەندیی سێکس یان خۆشەویستییان لەگەڵ کەسێکی دەرەوەی پەیوەنییەکەیان نەبێت.
MSM (män som har sex med män)	**ئێم- ئێس- ئێم (پیاو کە لەگەڵ پیاودا سێکسی هەیە)**	چەمکێکە بۆ ئەو کەسانە بەکار دێت کە خۆیان وەک پیاو پێناسە دەکەن و لەگەڵ پیاوی دیکەدا سێکسیان هەیە.
Mykoplasma genitalium	**میکۆپلاسمای ئەندامی جنسی**	*میکۆپلاسما* باکتێریایەکە کە دەبێتە هۆی خوران و ئاڵۆشی ناوگەڵ و دەردانی تەڕاو لە چووک یان زێیەوە.
Myom	**گرێی ماسولکە**	لووەێکێ بێزیانە کە لە شانەماسوولکەی زێیدا بەدی دێت. جگە لە ناوە پزیشکییەکەی، میۆم، پێشی دەوترێت *گرێی ماسوولکە*. *گرێی ماسوولکە* ئازارێکی زۆر باوە. نزیکەی نیوەی ئەو کەسانە کە سووڕی مانگانەیان هەیە، ئەم ئازارەیان بۆ دێت.
Månggifte	**فرەهاوسەریەتی**	کاتێ کەسێک هاوکات لەگەڵ چەند کەسدا هاوسەر بێت. لە سویددا قەدەغەیە کە هاوکات لەگەڵ چەند کەسێکدا هاوسەر بێت. ناوی یاساییەکەی *فرەهاوسەرگیرییە*.
Människohandel för sexuella ändamål	**کڕین و فرۆشی مرۆڤ بە مەبەستی سێکس**	لە ڕێگەی هێنان و بردن، پێشوازی لێکردن یان ڕفاندن کەسێک ناچار بکەی یان هەڵیخلەتێنیت تا کاری جنسی بکات.
Nedsatt sexlust	**دابەزینی هەوەسی سێکس**	نەویستن یان کەمویستنی سێکس بە بەراورد لە جاران.
Njuta	**چێژلێوەرگرتن**	کاتێک کە چێژ لە شتێک وەردەگری یان لاتەوە خۆش بێت.

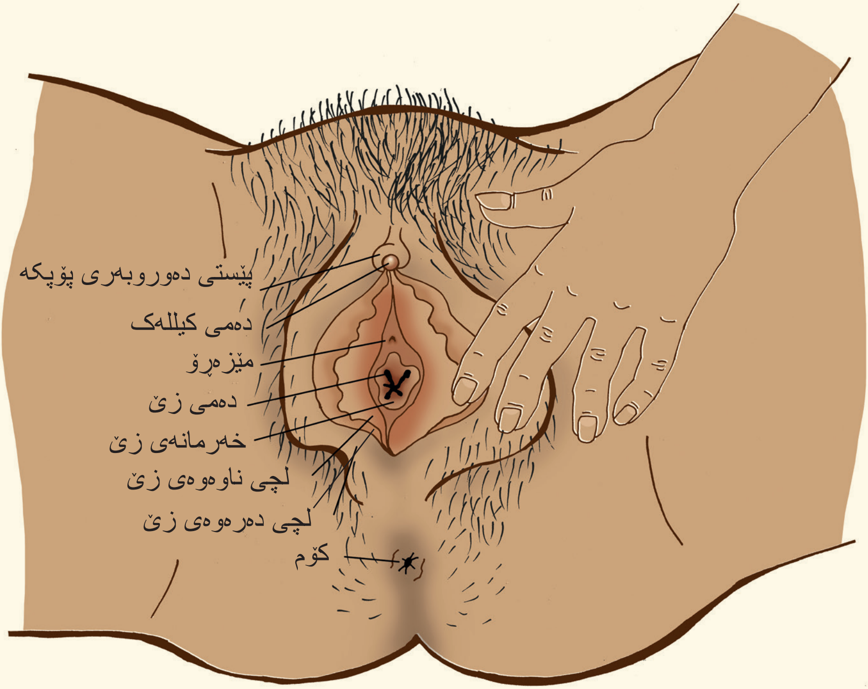
پێناسە	کوردی	وشەی سویدی
بەشێک لە چووک. گۆپکە لە کۆتایی شافتی چووکدایە و هەستیارترین بەشی چووکە.	**گۆپکە /سەری کێر (سەری ئۆرگانی جنسی پیاو)**	Ollon
برینی بەشێک یان هەمووی پێستی شوێنی خەتەنەکردن/ پۆپکەی چووک. هەندێ جار بۆ خەتەنەکردنی ژن وشەی *سەقەتکردنی جنسی* بەکار دێت.	**خەتەنە**	Omskärelse
هەبوونی سێکس لەگەڵ خۆدا. لە کاتی *دستپەڕ کردندا/ دەستگان یان مشتە* ئاساییە کە دەستبهێنی بە ئەندامی زاوزێ یان دەوروبەری، کۆم یان بەشەکانی دیکەی جەستەدا.	**دەستپەڕکردن (دەستگاُن کردن)**	Onanera
هەبوونی سێکس لە رێگەی دەمەوە بە ماچکردن، لێسانەوە، یان مژینی ئەندامی جنسی یان کۆم. پێشی دەوترێت *سێکسی زار*.	**سێکس لەرێگەی زارەوە**	Oralsex

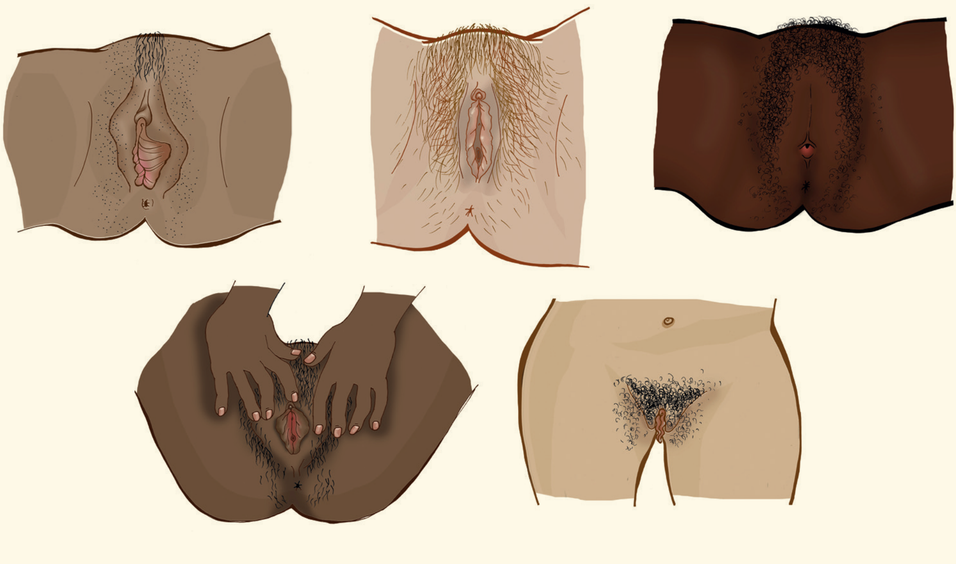
وێنە

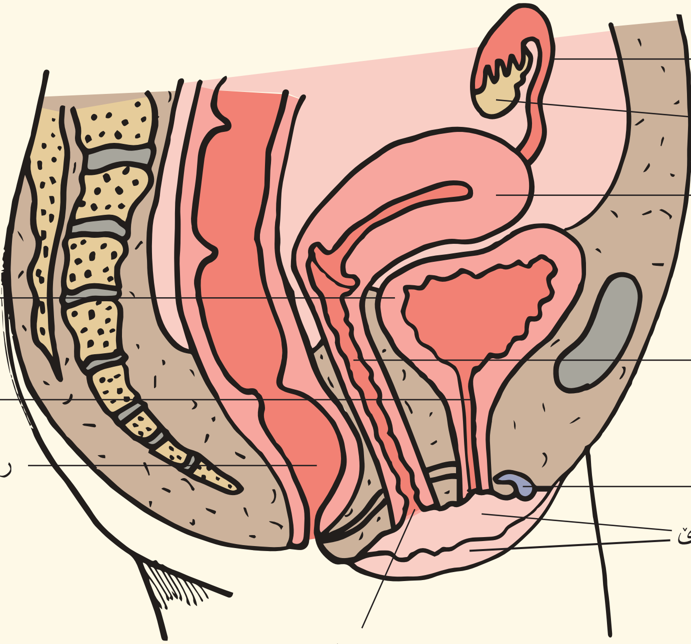
Sorani

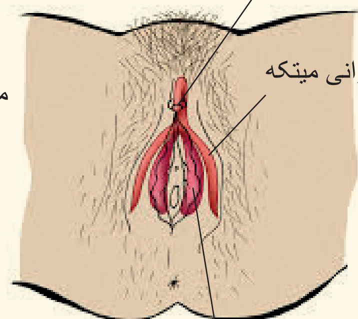

پۆپکە چوک
میزەڕۆ
ژێ
پێستی دەوروبەری پۆپکە
هێلکەگون
کۆم

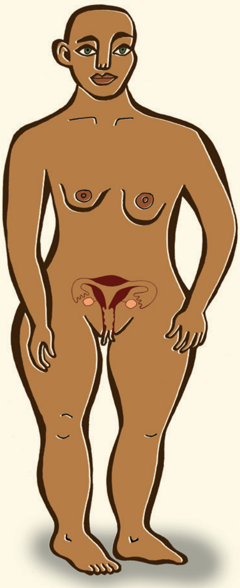


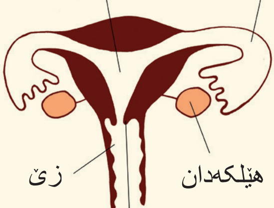

پێستی دەوروبەری پۆپکە
دەمی کیللەک
مێزەڕۆ
دەمی زێ
خەرمانەی زێ
لچی ناوەوەی زێ
لچی دەرەوەی زێ
کۆم

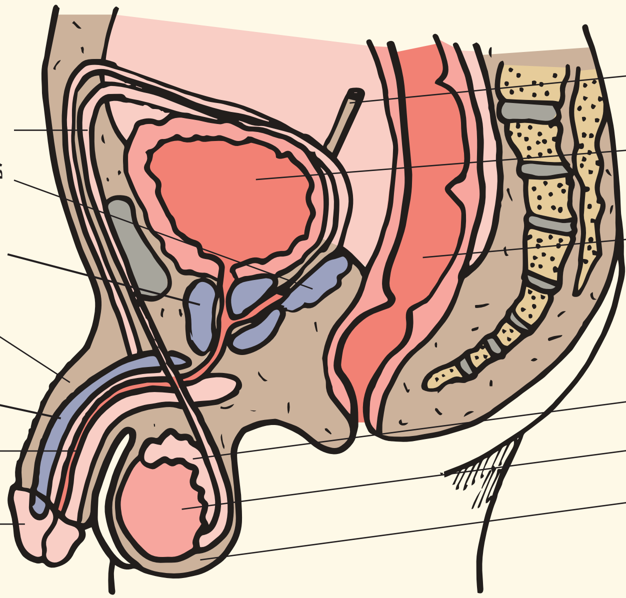


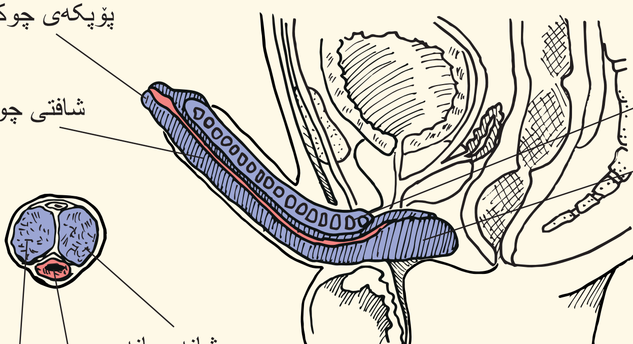

هێلکەڕۆ
هێلکەدان
مناڵدان
میزەڵدان
زێ
میزەڕۆ
ڕێکە
میتکە
لچی زێ
دەمی زێ

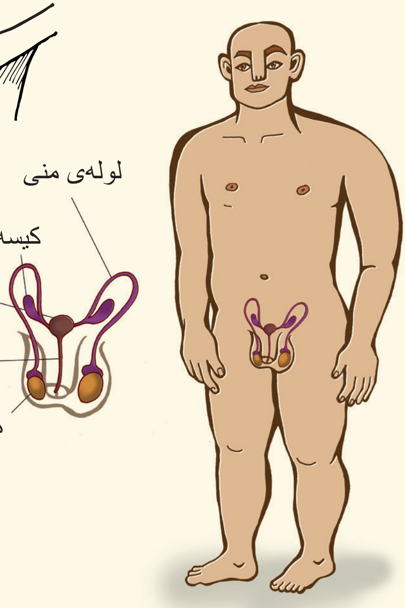

پۆپکە میتکە
ڕانی میتکە
میتکە
سەلکی ڤێستیبول

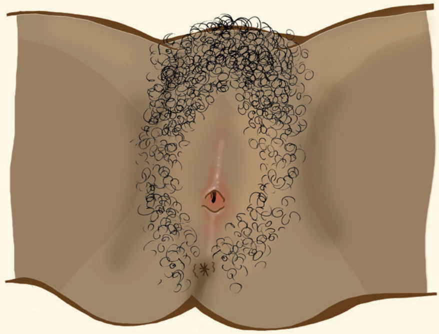



مناڵدان
هێلکەڕۆ
زێ
هێلکەدان
دەمی مناڵدان

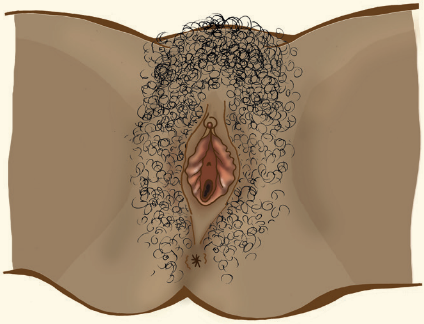

گەیٚنەری میز
تۆوئاوەڕۆ
میزەڵدان
تۆودان
ڕێکە
پرۆستات
چوک
شانەڕەپانە
هێلکەگونوکە
میزەڕۆ
هێلکەگون
پۆپکە
کیسەی گون


پۆپکەی چوک
شانەڕەپانەکان
شافتی چوک
شانەڕەپانە
شانەڕەپانە
میزەڕۆ
شانەڕەپانە

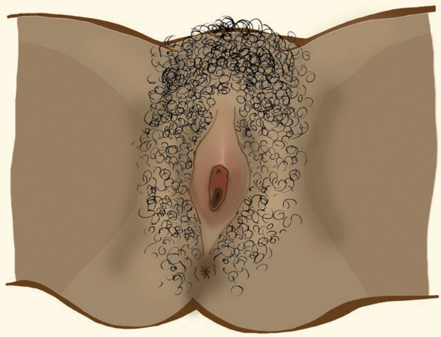

لولەی منی
کیسەی منی
پروستات
میزەڕۆ
هێلکەگون



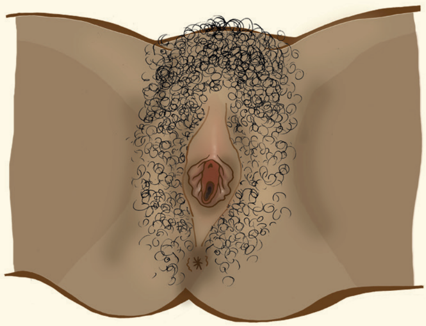
کەلاکەکراو / خەتەنەکراو



کەلاکەنەکراو / خەتەنەنەکراو



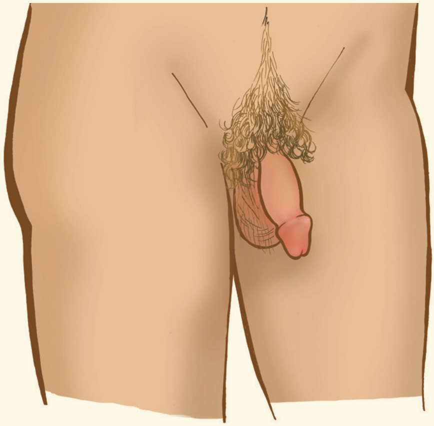
کەلاکەکراو / خەتەنەکراو



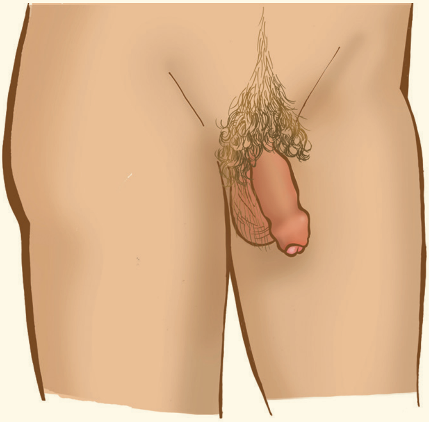
کەلاکەکراو / خەتەنەکراو

زەوق هەستاو

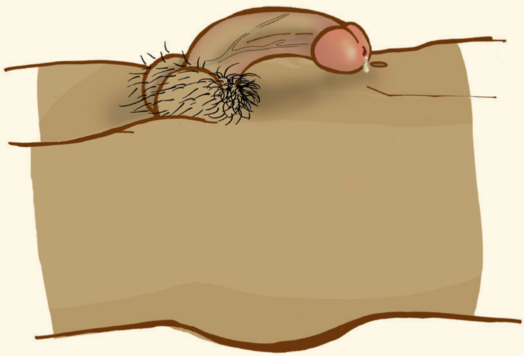
زەوق نەهەستاو



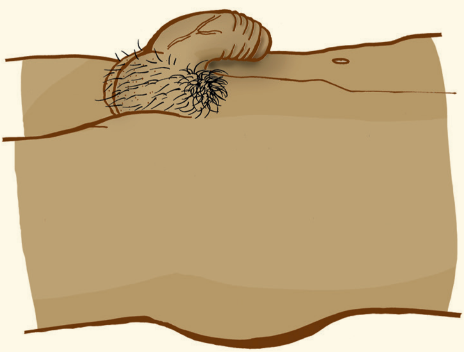
خەتەنەکراو



خەتەنەنەکراو



زەوق هەستاو



زەوق نەهەستاو

زانیاریی ژیانی جنسی

زانیاریی هەمەلایەنەی ژیانی جنسی کە پشت بەستراوە بێت بە زانست پەرە بە یەکسانی و بەرابەری دەدات. زانیاریی بەپێزی ژیانی جنسی دەبێت زانیاریی لەسەر چۆن کارکردنی ئەندامی لەش، چێژوەرگرتن، نەریتەکانی ژیانی جنسی و ڕەزامەندی دوولایەنە ببەخشێت و هەروەهاش دەبێت دەرفەتی باس و لێدوان سەبارەت بە پەیوەندیی، هەست و شتی زیاتری دیکە دەستەبەر بکات.

خزمەتگوزاریی تەندروستی، خزمەتگوزاریی پزیشکی و خزمەتگوزاریی چاودێریی باش

بنەمای ژیانی جنسی یەکسان و باش، تەندروستیی زاوزێی لە ماوەی ژیاندا ئەوەیە دانیشتوان مافی خزمەتگوزاریی تەندروستی، خزمەتگوزاریی پزیشکی و خزمەتگوزاریی چاودێریان هەبێت.
خزمەتگوزاریی ژیانی جنسی و زاوزێی ئیمڕۆژە لە وڵاتی سویددا نایەکسانە. بۆ ئەوەی بتوانێت وەڵامدەرەوەی ئەو پێداویستییانە کە هەن بێتەوە، زانیاریی ژیانی جنسی دەبێت پرسێکی سەرەکی بێت لە خزمەتگوزارییەکانی ژیانی جنسی، خزمەتگوزارییەکانی تەندروستی و خزمەتگوزاریی پزیشکی.

لەڕێگەی ئەندامیەتییەوە کاریگەری دابنە

RFSU ڕێکخراوێکە کە بۆ مەبەستی کاریگەریی دانان لە پرسە خۆجێییەکان، دەوڵەتییەکان و نێودەوڵەتییەکان پشت بە ئەندامەکانییەوە دەبەستێت. لە سایتی **rfsu.se** زانیاریی زیاترت دەست دەکەوێت.
نامیلکە و بابەت بە زمانەکانی جۆراوجۆر لە سایتی **rfsu.se/upos** بەدەست دەهێنیت.

RFSU 2019 • Illustrationer: Vendela Hellstrand & Stina Lundberg • Grafisk form: Stina Lundberg

rfsu.se • 08-692 07 00 • info@rfsu.se

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Orgasm	**ئۆرگازم (هاتنەوە، ئیرزابوون)**	هەستێکی خۆش کە لە کاتی سێکس لەگەڵ خۆ یان کەسانی دیکەدا بەدەی دێ. ئەو هەستە وات لێدەکات کە ماسوولکەکانی دەوروبەری ئەندامی زاوزێ خۆیان گرژ بکەنەوە.
Orgasm-störningar	**گرفتی ئۆرگازم**	کاتێک کە ئۆرگازم زوو دێت یان بە شێوازێکی نائاسایی درەنگ دێت، یان هەر وەری ناگرێت. *گرفتبوونی ئۆرگازم* بریتیشە لەوەی کە ئۆرگازمەکە هەستێکی ناخۆشت پێدەبەخشێت یان زۆر لاوازە.
Orosanmälan	**ڕاگەیاندنی نیگەرانی**	ئاگادارکردنەوەی خزمەتگوزاریی کۆمەڵایەتیی کە تۆ بە پەرۆش و نیگەرانی سەبارەت بەوەی کە منداڵەکە تووشی باروودۆخێکی نالەبار بێت. مامۆستا، دکتۆر یان کارمەندی باخچەی ساوایان کە هەست بە نیگەرانی بۆ منداڵی ژێر 18 ساڵ دەکەن، بەرپرسن کە *نیگەرانییەکە ڕابگەیەنن*.
Oskulds-kontroll	**کۆنترۆڵی باکرە بوون**	کاتێ کەسێک پێداگری بکات لەسەر ئەوەی کە دەتوانێت پشکنینی ئەوە بکات کە داخۆ کچەکە پێشتر سێکسی هەبووە یان نە. ئەمە شتێکە کە لە ڕێگەی پزیشکییەوە ناتوانرێت دەستنیشان بکرێت. سەرەڕای هەبوونی ڕەزامەندیی، کارمەندانی تەندروستیی بۆیان نییە کە پشکنینی ئەمە بکەن یان بەڵگەی ئەمە بنووسن. ئەگەر هاتوو کچەکە دژی ئەم پشکنینە بێت وەکوو دەستدرێژیەک دێتە هەژمار.
Otrohet	**خەیانەت**	هەبوونی پێوەندیی سێکسی لەگەڵ کەسێک کە لەگەڵیدا نیوانت نەبێت.
Oönskad graviditet	**زگپڕبوونی نەخوازراو**	کاتێک کەسێک زگپڕ دەبێت سەرەڕای ئەوە کە خۆی نایەوێت.
Partner	**هاودەم**	ئەو کەسەی کە پێوەندییت لەگەڵیدا هەیە، سەرەڕای ئەوەی هەر ڕەگەزێک بێت.

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Partnervåld (mäns våld mot kvinnor i parrelation och våld i nära parrelationer)	**توندوتیژییی هاودەم (واتە توندوتیژییی پیاو بەرانبەر بە ژن لە پێوەندییی هاودەمی یان پێوەندییی دۆسی)**	کاتێ کە کەسێک بە شێوازی فیزیکی یان دەروونی ئازاری ئەو کەسەی کە نێوانی خۆشەویستی لەگەڵدا هەیە، دەدات.
Penis	**چووک**	ئەندامی زاوزێی پیاو.
Perineum	**ناوگەڵ**	ناوچەی نێوان کۆم و زێ یان گون.
Personlig integritet	**سەروەریی کەسایەتی**	سەیری *بڵاوکردنەوەی وێنەی سێکس لە کەسانی دیکە* و *بوختان کردن* بکە.
Pessar	**شافی منداڵدان**	تێگیرێکی کوپەیی سیلیکۆنیە کە لە زێدا لە سەروەوەی کونی دەمی منداڵداندا دادەنرێت. *شافی منداڵدان* لەگەڵ ژێلێکدا بەکار دێت. شافی منداڵدان جۆرێک لە کەرەستەی پێشگیرییە.
Pojkvän	**دۆستی کوڕ**	کوڕێک کە نێوانیت لەگەڵدا هەیە.
Polyamorös	**فرەئەوینی**	کەسێکی *فرەئەوینخواز* توانایی ئەوەی هەیە کە هاوکات ئەویندار ی چەند کەس بێت یان حەزی لە چەند کەس بێت.
Pornografi, porr	**پۆرنۆگرافی، پۆرن**	وێنە یان فیلمی سێکسی کە مەبەستی ئەوە بێ ئەو کەسەی سەیری دەکا زەوقی هەستێت. پێشی دەوترێت *پۆرن*.
P-piller	**حەبی زگپڕنەبوون (*حەبی پێشگیریی لە زگپڕی*)**	حەبێکە کە ئەو کەسەی منداڵدانی هەیە رۆژێک جارێک دەیخوا بۆ پێشگیریکردن لە زگپڕی. حەبی پێشگیریی کەرەستەیەکی پێشگیرییە و شێوازی جۆراوجۆری هەیە.
P-plåster	**پلاستەری پێشگیریی لە زگپڕیی**	پلاستەرێکە کە دەخرێتە سەر پێستی ئەو کەسەی منداڵدانی هەیە و پاش هەفتەیەک دەبێ بیگۆڕیت. پلاستەرەکە پێشگیریی لە زگپڕبوون دەکات. پلاستەری دژ زگپڕی جۆرێک لە کەرەستەی پێشگیرییە کە پێش لە زگپڕبوون دەگرێت.

RFSU – FIGHTING FOR BODY RIGHTS SINCE 1933

پێناسە	کوردی	وشەی سویدی
ناوچەیەکە کە بڕێک لە ناوەوەی کۆمدایە، نزیکەی پرۆستاتە کە هەستیارە بە دەستپێوەدان.	**ناوچەی خاڵی پی (P)**	P-punkts-området
ئاوهاتنەوەی زووتر لەوەی کە خۆت دەتەوێت، دەتوانێ بێتە هۆی پێکهاتنی گرفت بۆ خۆت یان هاوژینەکەت.	**ئاوهاتنەوەی پێشوەخت یان ناکاو**	Prematur ejakulation
جۆرێکی گرانی پی- ئێم- ئێسە. کۆنیشانەکانی زۆر جار دەروونین وەکوو خەمۆکی یان پەشۆکاو بوون. هەروەهاش ئاڵوگۆڕبوونی مەزاج و ماندوویی نیشانەکانی دیکەین.	**کۆنیشانەی نەخۆشی دڵتەنگی پێش سووڕی مانگانە (PMDS)**	Premenstruellt dysforiskt syndrom, (PMDS)
ئازاری فیزیکی و دەروونی کە چەند ڕۆژێک پێش وەرگرتنی سووڕی مانگانە سەرهەڵدەدەن. کۆنیشانەکانی بریتین لە ناسۆری مەمک، سەرئێشە، ئاڵوگۆڕیی مەزاج، کەمهێزی و خەمگینی.	**کۆنیشانەی نەخۆشی پێش سووڕی مانگانە (PMS)**	Premenstruellt syndrom, (PMS)
دەرمانێکە کە بۆ کەمکردنی مەترسی وەرگرتنی ئێچ-ئای- ڤی بەکار دێ.	**پرێپ (PrEP)**	PrEP
کەرەستەی پێشگیریی بۆ ڕێگرتن لە زگپڕبوونی ئەو کەسانەی کە بە چووک لە نێو زێیەوە سێکسیان هەیە، بەکار دەهێنرێت. نموونەکانی کەرەستەی پێشگیریی بریتین لە کۆندۆم، حەبی زگپڕنەبوون یان کۆیل. کۆندۆم تەنها جۆرێکی کەرستەی پێشگیرییە کە هەم لە زگپڕی دەتپارێزێت و هەروەهاش دەتپارێزێت لە نەخۆشییەکانی جنسی.	**کەرەستەی پێشگیریی لە زگپڕی**	Preventiv-medel
بازنەی پێشگیریی کەرەستەیەکە بۆ ڕێگرتن لە زگپڕی. بازنەیەکی نەرمی پلاستیکییە کە خۆت دەیخەیتە نێو کیللەک.	**بازنەی پێشگیریی لە زگپڕی**	P-ring
گلاندەیەکە لە نێوان مێزەڕۆ و ڕێکە کە لە نێو لەشی ئەو کەسانەیە کە چووکیان هەیە. پرۆستات هەندێک لەو تەڕئاوەی کە لە لەنێو تۆماودا هەیە بەرهەم دەهێنێت.	**پرۆستات**	Prostata

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Prostata-undersökning	**پشکنینی پرۆستات**	تاقیکردنەوەیەکی پرۆستاتە کە یان لە ڕێگەی دەستلێدان لە کۆمەوە یان لە ڕێگەی تاقیکردنەوەی خوێنەوە جێبەجێ دەکرێت.
Prostatit	**هەوکردنی (چڵککردنی) پرۆستات**	ناسۆر بوونی گلاندەی پرۆستات. باوترین جۆری *هەوکردنی (چڵککردنی)* درێژخایەنی *پرۆستاتە*. ناوێکی دیکەی *ژانی درێژخایەنی ئەستیلکەیە*.
Prostitution	**لەشفرۆشی**	سەیری *سێکس بەرانبەر بە پارەدان* بکە.
P-spruta	**دەرزی پێشگیریی لە زکپڕی**	دەرزییەکە کەسێک کە مناڵدانی هەبێت ٣ مانگ جارێ وەری دەگرێت. *دەرزی دژ زگپڕی* کەرەستەیەکی پێشگیرییە کە ڕێگە لە زگپڕبوون دەگرێت.
P-stav	**ئیمپلانتی دژزگپڕی**	چاندنی ئیمپلەنتی دژی سکپڕی، تووڵێکی نەرم و بچووکی پلاستیکییە کە دەخرێتە ژێر پێستی باڵی ئەو کەسەوە کە مناڵدانی هەبێت. ئیمپلانتی دژ زگپڕی کەرەستەیەکی پێشگیریە کە ڕێگە لە زگپڕی دەگرێت.
Psykiatriker	**پزیشکی دەروونناسی**	پزیشکێکە کە پسپۆڕی نەخۆشیی و ڕەوشە دەروونییەکانە.
Psykolog	**دەروونناس**	لەگەڵ تەندروستی دەروونیدا کار دەکات. بۆ نموونە دەتوانێ یارمەتی پێشکەش بەو کەسانە بکات کە لە باری دەروونییەوە حاڵیان باش نییە. کە لەگەڵ *دەروونناسدا* دانیشتن یان قسە بکەیت پیی دەوترێت ڕویشتن بۆ تێراپی.
Pubertet	**باڵغی (پێگەیشتن)**	ئەو سەردەمەی ژیان کە جەستە لە منداڵییەوە گەشە دەکات بۆ گەورەساڵی. زۆربەی کەس لەنێوان 8 ساڵییەوە بۆ 13 ساڵ سەردەمی *باڵغیی* دەستپێدەکات.
Pubishår	**تووکی بەر**	ئەو تووکەی کە لە سەر یان دەوروبەری ئەندامی زاوزێدا دەردێت. ناوێکی دیکەی سویدی کوڵکە یان *تووکی زاوزێیە*.

پێناسە	کوردی	وشەی سویدی
وشەی هەبوونی سێکس لەگەڵ خۆدا (دەسپەڕکردن یان دەستگانکردن) - بۆ ئەو کەسی بەکار دێت کە کیللەک یان زێی هەبێت. هەروەهاش دەتوانێ بۆ ئەوە بەکار بێت کاتێ کەسێکی دیکە دەست بە کیللەکدا بهێنێت.	**دەستگان**	Pulla
کیسەیەکی پێستینەیە کە لە بن چووکە. لە ناو کیسەی گوندا *هێلکەگون* و گونۆڵکە هەیە.	**هێلکەگون**	Pung
نووساندنی لچ بە دەم یان جەستەی کەسێکی دیکەوە.	**ماچکردن**	Pussa
کەسێکی *کوییر* نۆرم و پێوەری جودارەگەزیی دەخاتە ژێر پرسیار. ئەمە دەتوانێ بریتی بێت لە ئارەزووی جنسی، ناسنامەی رەگەزیی یان چۆن بتەوێت پێوەندیی لەگەڵ کەسانی دیکەدا ساز بکەیت. ئەم چەمکە واتای دیکەیشی هەیە .	**کوییر**	Queer
هەڵوێستی نێگەتیڤ، بۆچوون یان هەست دژ بە کەسانێک کە پێستی رەشیان هەبێ یان کەسانێک کە رەچەڵەکی جیاواز، ئایینی دیکە یان کەلتووری دیکەی جیاواز لەوەی کە کەسەکە خۆی هەیەتی.	**رەگەزپەرەستی**	Rasism
لستنەوەی دەوروبەر یان ناوەوەی کونی قوون.	**لێسینەوەی کۆم (کونی قوون)**	Rimming
وشەی دەسپەڕ بۆ ئەوەی چووکی هەبێت. بۆ نموونە دەستهێنان بە پۆپکەی چووک یان پێستی چووک ببەیتە دواوەوە و بهێنییە پێشەوە .	**مشتەگانێ (دەسپەڕ)**	Runka
بەنجێکە کە لە کاتی منداڵبووندا بەکار دێت یان کاتێک کە بەشی خوارەوەی لەشت نەشتەرگەریی دەکرێت. ناوی پزیشکییەکەی *ئێپیدوراله*.	**سڕکردنی پشت**	Rygg-bedövning

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Sambo	**هاوژین**	هاودەمێک کە لەگەڵیدا دەژیت بێ ئەوەی پێکەوە هاوسەر بن.
Samlag	**جووتبوون (گان، پێکەوەبوونی جنسیی)**	سێکس کردن. *جووتبوون* واتە ئەو سێکسەیە کە چووک دەڕواتە ناو کیللەک یان کونی کۆم یان دەوروبەری بگرێت.
Samlags-smärta	**ژانی جووتبون**	ئێشێک کە بە هۆی بوونی سێکسەوە بەدی دێت. ئێشەکە دەتوانێ لە کیللەکەوە، چووک، هێلکەگون یان هێلکەگونۆکە یان ناوەوەی لەشدا هەست پێبکرێت.
Samlags-ställning	**شێوازی پاڵکەوتن لە کاتی سێکس**	شێوازەی دانانی جەستە لە کاتێ سێکسدا. ناوێکی دیکەی *شێوازی پاڵکەوتن لەکاتی سێکسدایە*.
Sesam-mottagning	**بنکەی سەردانی "سێسام"**	بنکەیەکی سەردانە کە بە مەبەستی خۆتاقیکردنەوە و وەرگرتنی چارەسەریی بۆ نەخۆشی جنسی. هەروەهاش ڕێنمایی پێشگیریی لە دووگیانی و سێکس و پێوەندییش پێشکەش دەکات.
Sex	**سێکس**	هێنانەدی یان بەئەنجامگەیاندنی شتێ کە دڵرفێن بێت. دەتوانی لەگەڵ خۆت یان کەسانی دیکەدا سێکست هەبێت. دەستپێداهێنان یان گان لە نموونەکانی سێکسن.
Sexdebut	**دیبووتی سێکس (یەکەم سێکس)**	*دیبوتی سێکس* زۆربەی کات بە یەکەم جار دەوترێت کە کەسێک لەگەڵ کەسێکی دیکەدا سێکسی هەیە.
Sexism	**سێکسیزم**	هەڵوێستی نێگەتیف، بۆچوون یان هەست دژ بە ژنان و کەسانێک کە وا تێدەگەیی کە ژنن یان ژنانەن. ئەمانە لە ڕێگەی دەربرینی توندڕەوی، رق، تووڕەیی، هەڕەشە یان توندوتیژیی بە هۆی پێکهاتەی دەسەڵات و نۆرمەوە، خۆیان دەنوێنن .

پێناسە	کوردی	وشەی سویدی
پێدانی شتێک بە کەسێک بۆ ئەوەی کردارێکی جنسی لەگەڵدا یان بەرانبەری بکەیت. لە سویددا کڕینی سێکس قەدەغەیە بەڵام فرۆشتن قەدەغە نییە.	**کڕینی سێکس**	Sexköp
شتێک کە لەگەڵیدا سێکس بکەیت. دەتوانێ پێکەوە لەگەڵ کەسانی دیکەدا یان لەگەڵ خۆدا بێت. بۆ نموونە، دیلدۆ (چووکی دەستکرد) بازنەی چووک یان ڤایبرەیتەر (لەرزێنەرە) .	**کەرەستەی سێکس**	Sexleksak
سەیری *کڕین سێکس* یان *گەوادی* بکە.	**سێکس بەرانبەر پارەدان**	Sex mot ersättning
کاری پێشکەشکردنی پاڵپشتیی ئاخاوتنە سەبارەت بە کێشەی سێکس و پێوەندیی کەسەکان لە نێوان خۆیان و هاوژینیان .	**سێکسۆلۆژ**	Sexolog
شێوازەی دانانی لەشت لە کاتێ سێکسدا. ناوێکی دیکەی *شێوازی پاڵکەوتن لەکاتی سێکسدایە*.	**شێوازی پاڵکەوتن لە کاتی سێکس**	Sexställning
مەبەستی وشەکە ڕەگەزی ئەو کەسانەی حەزت لێیە و/ یان پێت خۆشە سێکسیان لەگەڵدا بکەیت. بۆ نموونە *ئارەزووی* ڕەگەزیی دەتوانێ بریتی بێت لە ئەوتر-ڕەگەزخوازی، دووڕەگەزخوازی و هاوڕەگەزخوازی. ئەم سێ ناوە لە یاسای هەڵاواردندا بەدی دەکرێن.	**ئاراستە یان ئارەزووی جنسی**	Sexuell läggning
شێوازگەلی جۆراوجۆر، بۆ نموونە سێکسی خۆپێوەنووساندن، سێکسی دستپێداهێنان، دەستپەڕ یان گان لەڕێگەی زێیەوە.	**کرداری سێکس**	Sexuell praktik
بیر و خەون بە ناوەڕۆکی سێکسەوە.	**فانتازیای سێکس**	Sexuella fantasier

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Sexuella trakasserier	**ئازاردانی جنسی**	کاتێ کەسێک هەوڵ بدات بۆ نموونە سووکایەتی جنسی بە هاوکارێکی لەسەر کار یان لە خوێندنگەدا بکات. خاوەنکار و خوێندنگە بەرپرسە کە پێشگیری لەمە بکات. کەسێک کە لەسەر کارەوە دووچاری ئەمە ببێت سەندیکا دەتوانێ پاڵپشتی بکات. هەروەهاش سەیری *دەستدرێژیی جنسی* بکە.
Sexuella övergrepp	**دەستدرێژیی جنسی**	کردارێکی جنسییە کە دژ بە ویستی کەسێک بکرێت، بۆ نموونە وێنەگرتن یان دەستبردن بۆ لەشی کەسێک بە پێچەوانەی ویستی کەسەکە. جا ئیتر توندوتیژیی بێت یان ئەگەر تاوانکارەکە و ئەو کەسەی تووش بووە، یەکتر بناسن یان هاوسەر بن. سەیری *دەستدرێژیی جنسی*، و *دەستبۆبردنی جنسی* بکە.
Sexuella övergrepp mot barn	**دەسدرێژیی جنسی بەرانبەر منداڵ**	لە سویددا وا دادەنرێ کە کەسێکی ژێر 15 ساڵ ناتوانێ رەزامەندیی متمانەپێکراو (ئیعتیبار) بدات بۆ سێکس و بۆیە پرێنسیپی سەرەکی ئەوەیە کە هەموو جۆرە کردەوەیەکی جنسی لەلایەن کەسێکی پێگەیشتوو بەرانبەر / لەگەڵ کەسێکی ژێر 15 ساڵدا وەک دەستدرێژیی جنسی دادەنرێت. مەبەست لەمە ئەوەی کە منداڵ لە ژیانی جنسی گەورەساڵان بپارێزرێت. منداڵ بۆی هەیە کە هەوەسی سێکسی خۆی لەگەڵ کەسانی دیکەدا کە منداڵن، تاقیبکاتەوە و ئەگەر بە رەزامەندیی دوولایەنە بێ، تاوان ناکات. سەیری *تەجاوەز بە منداڵ، کەڵکوەرگرتنی جنسیی منداڵ، دەستدرێژی جنسی بەرامبەر منداڵ، سێکسی دڵخوازانە کاتێک تاوانبارەکە دەوروبەرەی تەمەنی 15 ساڵانە، تاوانی پۆرنی منداڵ، لێدانی منداڵ*، بکە. *ئینسێست (پێوەندی سێکسی لەگەڵ ئەندامی خێزان)، بۆ نموونە پێوەندیی گرتنی سێکسی گەورەساڵ لەگەڵ منداڵدا (گروومینگ) پشکنینی سێکس نەکردوو*، بکە .
Sexuellt ofredande	**ئازاردانی (هەراسانکردن) جنسی**	ئەنجامدانی کردەوەی جنسی دژ بە ویستی کەسێک، بۆ نموونە دەستبۆبردن یان بەڕووتی نیشاندانی ئەندامی جنسی خۆت لە راستیدا یان لە رێگەی ئینتەرنەتەوە (خۆبەڕووتی نیشاندان). سەیری *دەستدرێژیی جنسی* بکە.

پێناسە	کوردی	وشەی سویدی
کاتێک کەسێک کردارێکی جنسیی دژ بە کەسێک بکات کە دڵخوازانە بەشداری لە کردارە جنسییەکەدا نەکات و کردارە جنسیەکە بە گوێرەی یاسایی بەڕادەی تەجاوەز سووکایەتیهێن هەژمار ناکرێت. سەیری *تەجاوەز* بکە.	**[یاسای تاوانی] دەستدرێژیی جنسی**	Sexuellt övergrepp
ئەگەر کەسێک لەگەڵ منداڵێکی ژێر 15 ساڵدا گان بکا یان کردەوەی سێکسی لەگەڵ یان بەرامبەری منداڵەکە هەبێت، گرانییەکەی لە تەجاوەز کەمترە. بۆ نموونە کاتێک کەسێک لەگەڵ کەسێکی ژێر 15 ساڵدا سێکسی هەیە و دڵخوازانەییە .	**کەڵکوەرگرتنی جنسی لە منداڵ**	Sexuellt utnyttjande av barn
کە پێوەندیی خۆشەویستیی نەبێت.	**سەڵت (ڕەبەند، زگورت)**	Singel
کاری پێشکەشکردنی خزمەتگوزاریی تەندروستی و پزیشکییە لە بواری پراکتیکی – کلینیکی. بواری جۆراوجۆری پیشەی پەرەستیار هەیە کە پێوەندییدارە بە بواری پسپۆڕیێ کە بۆی خوێندوویە .	**پەرەستیار**	Sjuksköterska
بۆ نموونە هەندێ نەریت وەکوو دەستکاریی نەشتەرگەری یانیش لە وڵاتی سویددا هاوسەرگیریی نایاسایی کە زۆر جار بەرامبەر بە کچان و ژنان دەکرێت. زۆر جار بریتییە لە پێشێلکردنی مافەکانی مرۆڤ و توندوتیژیی. سەیرەی *چەوسانەوە و توندوتیژیی پێوەندییدار بە شەرەفەوە*، *کەلەلا کردن*، *هاوسەرگیریی بەزۆر ناچارکردن*، *هاوسەرگیریی لەگەڵ منداڵ و فرەهاوسەری*، بکە.	**نەریتی زیانبەخش**	Skadliga sedvänjor
کۆتاییهێنان بە هاوسەریەتی. کاتێک کە *جودا* دەبیتەوە ئیتر وەک هاوسەر نامێنیتەوە. هەردووکیان دەتوان داخوازی جودابوونەوە تۆمار بکەن و پێویست ناکات کە هاوڕا بن لەسەر جودابوونەوەکە.	**جودابوونەوە (تەڵاقوەرگرتن)**	Skilja sig
بۆ کۆتایی پێهێنانی هاوسەریەتی لەگەڵ کەسێکدا دەبێت داوای *جیابوونەوە* بکرێت. هەموو کەسێ مافی داواکردنی جودابوونەوەیان هەیە و بەسە کە تەنها یەکێک لە هاوسەرەکان بیهەوێت جیابێتەوە.	**جودابوونەوە (تەڵاق)**	Skilsmässa

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Slemhinna	**لیکەگلاند**	پێستێکی تەنک و تەڕە لەو بەشانەی لە لەشدا کە کونی لێیە- بۆ نموونە زێ، میزەڕۆ، کۆم، دەم و لە ژێرەوەی پێستی چووک.
Slida	**خەمشە**	ئەو کونەی خەمشە کە لەوێ خوێنی مانگانە یان تەڕاو دەردێت. لە کاتی منالبوون لەرێگەی زێیەوە منداڵەکە لە *خەمشەیەوە* دێتە دەرەوە.
Slidkrans	**خەرمانەی زێ**	چرچییێکی لینجەپەردەیی تەنکە، واتە لیکەگلاندە. *خەرمانەی زێ* تۆزێک لە ناوەوەی دەمی زێیە.
Smeka	**دەستپێوەماڵین**	دەستپێداهێنان بە لەشی خۆ یان کەسی دیکەدا.
Smeksex	**سێکسی دەستپێداهێنان**	سێکس کردن لە رێگەی دەستپێداهێنان بە ئەندامی زاوزێی یەکی تر یان جەستەوە.
Smittskydd	**پارێزی بڵاوبوونەوەی پەتا**	دەوڵەت بەرپرسە کە ئاگای بێ لە هەندێ لە نەخۆشیی وەکوو ئێچ ئای ڤی، کلامیدیا، سووزەنەک و سیفیلیس. ئەگەر هاتوو کەسێک کە دووچاری ئەم جۆرە نەخۆشییانە بێ پێویستە لەکاتی وەرگرتنی چارەسەریی پزیشکیدا هەندێ رێکاری تایبەت بگرێتە بەر. *سەیری یاسای پارێزەی بڵاوبوونەوی پەتا، ئەرکی وئاگادارکردنەوە و وەدواکەوتنی پەتا* بکەن.
Smittskydds-lagen	**یاسای پارێزی بڵاوبوونەوەی پەتا**	یاسایەکە بۆ پێشگیریکردن لە بڵاوبوونەوەی هەندێ نەخۆشیی، بۆ نموونە کلامیدیا، سووزەنەک، ئێچ ئای ڤی و سیفلیس. بە گوێرەی *یاسای پاراستنی بڵاوبونەوەی پەتا*، هەموو کەسێک بۆی هەیە کە بەخۆڕایی خۆی تاقیبکاتەوە بۆ نەخۆشی جنسی و ئەو کەسانەی کە دووچاری چڵککردن بوون، بۆیان هەیە کە بەخۆڕایی چارەسەریی وەربگرن. یاساکەش باس لەسەر بەرپرسیاریەتی دەوڵەت سەبارەت بە پێشگیریی لە بڵاوبوونەوە دەکات .

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Smitt-spårning	**وەدواکەوتنی پەتا**	کەسێک کە لە تاقیکردنەوەی هەندێ لە چڵککردنەکان، وەکوو کلامیدیا یان ئێچ ئای ڤی پۆزەتیف دەرچووە، دەبێت بە کارمەندانی تەندروستی رابەگەێنێت کە لەگەڵ چە کەسانێکدا سێکسی هەبووە تا ئەو کەسانە کە رەنگە ئەم چڵککردنەوەیان هەبێت بتوانن خۆیان تاقی بکەنەوە .
Smärtlindring	**کەمکردنەوەی ئازار**	دەرمان کە هەست بە ئێشکردن کەم دەکاتەوە .
Snippa	**کیللەک**	وشە بۆ ئەندامی زاوزێی کچان.
Snopp	**چووک**	وشە بۆ ئەندامی زاوزێی کوڕان.
Sperma	**سپێرم (تۆواو)**	ئەو ئاوەی کە لە کاتی ئاو هاتنەوەدا لە چووکەوە دێ و سپێرمی تێدایە .
Spiral	**کوێل (کەرەستەی پێچاوپێچ)**	دەخرێنە نێو خەمشە و لەنێو مناڵداندا دادنرێت. دوو جۆر کوێل هەیە: *کوێلی هۆرمۆنی* و *کوێلی مسی*. کوێل کەرەستەیەکی پێشگیریی لە زگپڕییە.
Sprida sexuella bilder på andra	**بڵاوکردنەوەی وێنەی پۆرنۆگرافی کەسانی دیکە**	*بڵاوکردنەوەی وێنەی پۆرنۆگرافی* کەسی دیکە دژ بە ویستی کەسەکە کردەوەیەکی تاوانکارییە. گرینگ نییە کە وێنەکان بە دڵخوازانە یان ئەگەر بەدزیەوە گیرا بێتن. بە زمانی یاسایی ئەتوانێت *درپێدانی نایاسایی سەروەریی تاکەکەسی* بێ یان *بوختان*. بەدزیی وێنەگرتن لە لەشی کەسێکی دیکە، بۆ نموونە لە ژووری خۆگۆڕین، ژووری پرۆڤە، تەوالێت یان لە ماڵەوە بە زمانی یاسایی پێی دەوترێت *وێنەگرتنی سووکایەتییانە* .
Steril	**نەزۆک**	کاتێک کەسێک نەتوانێ زگپڕ بێ و/یان کەسێکی دیکە زگپڕ بکا.

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Sterilisering	**نەشتەرگەریی نەزۆکی**	نەشتەرگەریەک کە دەبێتە هۆی ئەوە کە کەسەکە ئیتر ناتوانێ زکپڕ بێ یان کەسێکی تر زکپڕ بکات.
Sträng	**ژێ**	ئەو پێستەی کە لە نێوان پۆپکە و شافتی چووکدایە. ناوە پزیشکییەکەی *فرێنولومە*.
Stånd	**هەستانی چووک (ڕەپبوون)**	کاتێ چووک یان میتکە خوێنیان تێدەزێت، ڕەق دەبن، گەورە و ڕەپ دەبن. پێیشی دەوترێت *ڕەپبوون*.
Svampinfektion i underlivet	**هەوکردنی (چڵککردنی) کوارگیی لە ناوگەڵی ژندا**	چڵککردنێکە کە کاتێک هەوێنەگوارگ لە نێو یان دەرەوی زێدا گەشە دەکات. کۆنیشانەکانی بریتین لە خوران لە ناو یان دەرەوەی زێدا یان سوور هەڵگەڕانی لیکەگلاندە، و هەروەها تەڕاوی سپی .
Svällkropp	**شانەی ڕەپانە**	چەشنێکی شانەی ئەندامی زاوزێیە. *شانەی ڕەپانە* هەم لە چووک و هەم لە میتکەدا هەیە.
Syfilis	**سیفیلیس**	*سیفلیس* نەخۆشییەکی جنسییە کە زۆر جار کۆنیشانی نییە، بەڵام لەو شوێنانەی کە نەخۆشییەکە گوازراوەتەوە برینی بچووک دەردەکرێت. ئەگەر *سیفلیس* چارەسەر نەکرێت دەتوانێ چەندان ساڵ دوواتر لە ئەنجامی ئەوەدا ببێتە هۆی نەخۆشیگەلی دیکە کە ڕەنگە کاریگەری لەسەر دڵ و سیستەمی دەمار دابنێت. لە ڕێگەی ئەنتیبایۆتیکەوە چارەسەر دەکرێت. یاسای پارێزی بڵاوبوونەوە پەتا سیفلیس دەگرێتەوە.
Sädesblåsa	**تۆواودان**	بەشێک لە بەشەکانی زاوزێی ناوەوەیە ئەگەر چووکت هەبێت. *تۆودان* لە پشت مێزەڕۆوەیە لەناو لەشدا.
Sädesledare	**تۆوئاوڕۆ**	بەشێک لە بەشەکانی ناوەوەی چووکە. کاتێک کە ئاوت دێتەوە لە ڕێگەی *تۆواوڕۆیەوە* سپێرم دەگوازرێتەوە بۆ مێزەڕۆ.

RFSU – FIGHTING FOR BODY RIGHTS SINCE 1933

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Säkra perioder	**سووڕگەلی دڵنیا**	*سووڕگەلی دڵنیا* مانای ئەوە دەدات کە لەو ماوەیانە کە مەترسی ئاوسبوون کەمە، سێکست هەیە.
Säkrare sex	**سێکسی دڵنیاتر**	سێکس کردن بە کۆندۆم یان هەبوونی سێکس بە شێوازێک کە دەبێتە هۆی کەمی مەترسی یان نەبوونی هیچ مەترسییەک بۆ گواستنەوەی نەخۆشی جنسی .
Tafsning	**دەستبۆبردن**	کاتێک کەسێک بە بێ دڵخوازی کەسەکەوە دەست بۆ لەشی کەسەکە دەبات، بۆ نموونە بۆ سمت، مەمک، ران یان زاوزێ. دەسبۆبردن قەدەغەیە و بە زمانی یاسایی پێی دەوترێت سووکایەتی پێکردنی جنسی. سەیری *دەستدەێژیی جنسی و ئازاردانی جنسی* بکە.
Tampong	**تامپۆن (لوولە لۆکە بۆ سووڕی مانگانەی ژنان)**	پارێزەیەکە کە لە کاتی سووڕی مانگانەدا بەکار دێ. *تامپۆنەکە* دەخرێتە نێو قەمشەوە و خوێنکە هەڵدەمژێ.
Testa sig	**خۆتاقیکردنەوە**	تاقیکردنەوە لە رێگەی دەم، کیللەک و کۆمەوە بۆ ئەوەی بزانی کە ئایا نەخۆشی جنسیت هەیە. هەروەها دەتوانرێ لەرێگەی تاقیکردنەوەی خوێن و تاقیکردنەوەی میزیش جێبەجێ بکرێت.
Testikel	**هێلکەگون**	سەربە بەشەکانی زاوزێی ناوەوە. *هێلکەگون* لە نێو کیسەی گوندایە. کاریان بەرهەمهێنانی سپێرم و هەندێک هۆرمۆنە.
Testikel-vridning	**پێچخواردنی هێلکەگون**	کاتێک کە هێلکەگونێک لەنێو کیسەی گوندا پێچی خواردبێت.
Tidig utlösning	**زووئاوهاتنەوە**	کاتێ کە سێکس دەکەیت و پاش ماوەیەکی زۆر کورت ئاوت دێتەوە. پێیشی دەوترێت خێرا *ئاوهاتنەوە*.
	چەنەکردن بۆ سێکس	واتە کە هەر بەردەوام بیت لەسەر داوا کردن، پێشنیارکردن یان زۆرلێکردن لە کەسێک کە سێکس بکات سەرەڕای ئەوە کە کەسەکە حەز نەکات. نیشانەی سەرەکی چەنەکەکردن بۆ سێکس ئەوەیە کە دوولایەنە نییە.

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Transfobi	**فۆبیا لە ترانس**	هەڵوێستی نێگەتیڤ، بۆچوون یان هەست دژ بە کەسانی ترانس یان ترانس بە گشتی. ئەمانە لە رێگەی دەربڕینی توندڕەوی، رق، تووڕەیی، هەڕەشە یان توندوتیژیی ، خۆیان دەنوێنن .
Transkvinna	**ژنی ترانسڤێستیت**	کەسێک کە بە چووکەوە لەدایک بووە و رەگەزی یاساییەکەی "پیاوە"، بەڵام لە دەروونیدا هەست دەکات کە ژنە.
Transman	**پیاوی ترانسڤیست**	کەسێک کە بە کیللەکەوە لەدایک بووە و رەگەزی یاساییەکەی "ژنە"، بەڵام لە دەروونیدا هەست دەکات کە پیاوە.
Transperson	**کەسێکی ترانس**	ترانس بوون یان کەسێکی ترانس بریتتیە لە سەرپێچی کردنی لە نۆرمەکانی کۆمەڵگە سەبارەت بە رەگەز، دەربڕینیی ئەو شتانەی کە پەیوەندیدارن بە رەگەزەوە و شوناسی رەگەزی. خاڵی هاوبەشی کەسانی ترانس ئەوەیە شوناسی رەگەزییان و/یان دەربڕینی رەگەزییان لەگەڵ ئەو رەگەزە یاساییە کە لەکاتی لەدایکبووندا پێیان بەخشراوە یەک ناگرنەوە. وەکوو هەموو کەسی دیکە کەسانی ترانس رەنگە ئارەزوو و حەزی جۆراوجۆری سێکسییان هەبێت. هەروەها سەیری *ژنی ترانس*، *پیاوی ترانس* و *نێرەمۆ* بکە.
Trekant	**سێکسی سێ کەسی**	کاتێ کە سێ کەس هاوکات لەگەڵ یەکدا سێکسیان هەیە.
Tvångs-äktenskap	**هاوسەرگیریی بەزۆرەملێ**	کاتێ کەسێک، لەڕێگەی توندوتیژیی، هەڕەشەی کرداری تاوانبارانە، یان لەڕێگەی کەڵکوەرگرتن لە دۆخی وابەستەبوونی کەسێک هەوڵ بدا کە هاوسەرگیریی بکات. لە سویددا قەدەغەیە و بە زمانی یاسایی پێی دەوترێت *هاوسەرگیریی بەزۆرەملێ* .
Tystnadsplikt	**ئەرکی نهێنی ڕاگرتن**	هەبوونی ئەرکداریی ئەوەی کە هەندێ زانیاریی بۆ کەسی دیکە نەگێڕیتەوە. هەندێ پیشە وەک بۆ نموونە دکتۆر، دەروونناس، مامۆستا، قەشە، پارێزەر یان پۆلیس دەگرێتەوە .
Tända på	**وروژاندنی هەوەس (هەستانی زەوق)**	کە بە کەسێک یان شتێک زەوق یان هەوەست هەستێت .

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Ultraljud	**سۆنۆگرافی**	پشکنینێک کە بۆ مەبەستی گرتنی وێنەی بەجوڵەی کۆرپە جێبەجێ دەکرێیت
Underliv	**ناوگەڵ**	ئەندامی زاوزێ، هەم چووک و هەم کیللەک کە پێی دەوترێت ناوگەڵ.
Under-sköterska	**پەرەستیاری یاریدەدەر**	کاری پەرەستیاریی کردەوییە لە خزمەتگوزاریی تیمارکردن، خزمەتگوزاریی بەساڵاچووان و خزمەتی بەساڵاچووان لە ماڵیاندا.
Ungdoms-mottagning	**بنکەی سەردانی گەنجان**	بنکەیەکە بۆ ئەو کەسانە کە لە نێوان 13 بۆ 23 ساڵدا (هەندێ جار 25) دەتوانن سەردان بکەن بۆ مەبەستی خۆتاقیکردنەوە، وەرگرتنی کەرەستەی پێشگیریی، زانیاریی لەبارەی سێکس و پێوەندیی یان تێراپی.
Upphetsad	**زەوقهەستاو**	هەستێکە لە ناو لەشدا کە دەتەوێت لەگەڵ خۆت یان کەسێکی دیکەدا سێکست هەبێت.
Urininkonti-nens	**لەبەرچوونی میز**	کە نەتوانی کۆنترۆڵی میزکردنت بکەیت. هەروەها پێیشی دەوترێت *دەڵانی میز لەخۆیەوە*.
Urinrör	**میزەڕۆ**	لوولێکی باریکە لە نێو ئەندامی زاوزێدا کە میزی لێدێتە دەرەوە. میزەکە لە میزڵدانەوە لە ڕێگەی میزەڕۆ دەگوازرێتەوە.
Urinvägs-infektion	**هەوکردنی (چڵککردنی)ی میزەڕۆ**	چڵککردنێک لە بەشێک لە رووپۆشەکانی میزدا کە بەهۆی باکتێریایەوە دێتە دی. کۆنیشانە ئاساییەکانی ئەوەیە کە لە کاتی میزکردندا دەکزێتەوە و زوو زوو میزت دێ.
Urolog	**پزیشکی میزناسی**	پزیشکێک کە پسپۆڕە لە روپۆشی میزەڕۆدا و جەختی لەسەر چارەسەریی نەشتەرگەریی و پزیشکیی نەخۆشییەکانی روپۆشی میزەڕۆی نێو کیللەک و چووکە.
Utlösning	**ئاوهاتنەوە**	کاتێ کە سپێرم یان شتێکی تەڕ لەکاتی وەرگرتنی ئۆرگازمدا لە چووکەوە دەردێت. وشەیەکی دیکە پەڕینە. *ئاوهاتنەوە* ئەویشە کە کاتێک تەڕاو لە میزەڕۆیەوە لە کیللەکەوە دێتە دەر .

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Utomkveds-havandeskap	**زگپڕیی دەرەوی منداڵدان**	گرفتێکی ئاڵۆزیی کاتی سکپڕییە. ئەوە دەگەیێنێت کە هێلکە پیتاندراوەکە لە دەرەوەی منداڵداندا، لە هێلکەرۆیەدا گیری کردووە .
Vaccination	**کوتانی ڤاکسین**	وەرگرتنی *ڤاکسینێک* بۆ پاراستن دژ بە نەخۆشییەکی تایبەت. ڤاکسینەکە دەبێتە هۆی دەستپێکردنی سیستەمی پاراستنی لەش دژ بەوەی کە نەخۆشییەکە دروست دەکات، بۆ نموونە باکتێریا یان ڤایروس.
Vagina	**زێ**	زاوزێی ژن. *زێ* بریتییە لەو بەشانەی ئەندامی زاوزێ کە لەناوەوەی لەشدایە، بەڵام زۆر جار هەم بۆ باسکردنی زاوزێی ناوەوە و دەرەوەش بەکار دێت.
Vaginal kondom	**کۆندۆمی زێ**	کەرەستەیەکی پێشگیری پلاستیکیە کە دەتوانی لە کاتی سێکس کردن لە کیللەک یان کۆمەوە لە نێو کیللەک یان کۆمدا داینێیت. پێیشی دەوترێت *ڤیمیدۆم*.
Vaginalsex	**سێکس لە ڕێگەی زێیەوە**	هەبوونی سێکس لە کیللەکەوە یان زێیەوە، بۆ نموونە بە پەنجەکان، بە کەرستەی سێکس یان چووک. پێیشی دەوترێت *سێکسی کیللەک*.
Vaginism	**گرژی زێ**	کاتێک کە کیللەک شتێکی تێدا دەخەیت خۆی گرژ دەکاتەوە. دەتوانێ لە کاتی دانانی تامپۆن، پشکنینی نەخۆشی ژنان، لەکاتی گان یان دەستپەڕدا ڕوو بدات. پێشی دەوترێت *گرژبوونی کیللەک* .
Vara gift	**هاوسەردار**	هاوسەرگیریی کردن لەگەڵ کەسێکی دیکە کە تەمەنی سەروی 18 ساڵ بێت.
Vara ihop	**پێکەوە بوون**	هەبوونی پێوەندیی ئەویندارییی لەگەڵ کەسێکی دیکەدا .
Vara kär	**ئەوینداربوون**	هەبوونی هەست و سۆزی بەهێز، زۆر حەز لە کەسێک بکەی .
Vara tillsammans	**پێکەوەبوون**	هەبوونی پێوەندییی ئەویندارییی و دڵدارییی لەگەڵ کەسێکی دیکەدا.

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Vattnet går	**ڕوێشتنی ئاو**	ئەو کاتەی کە کەسێکی زگپڕ پەردەی منداڵدانی کون دەبێت و ئاوەی منداڵدانی لێدەڕژێت.
Venusberg	**بەرزایی بەر**	ناوچەی بەرزایی لەسەرەوەی لێوی دەرەوەی زێ.
Vestibulit	**پێچخواردنی زێ**	ئێشی ناوەوە و دەوروبەری زێ. زۆرتر لەکاتی کردنەوەی زێدا ئێش دەکات. ناوە پزیشکییەکەی *ڤۆلڤۆدینی*یە .
Vulva	**زێ**	بەشەکانی دەرەوەی کیللەک. ئەوەی کە لە دەرەوەی لەشدا دەبینرێت.
Våldtäkt	**تەجاوەز (دستدرێژی جنسی)**	تەجاوەز ئەو کاتەیە کە کەسێک بێ ویستی کەسەکەی دیکە گانی لەگەڵدا بکات یان کرادارێکی هاوشێوە لەگەڵ کەسێکی دیکەدا ئەنجام بدات بێ ئەوە کە کەسەکە بە دڵخوازی خۆی بەشداری بکات. کرادارەکە نایاساییە. قەدەغەیە لەگەڵ کەسێک کە خەوتبێت سێکسی لەگەڵدا بکەیت و بۆت نییە بە شێوازی نابەجێ کەڵک لە کەسێک وەربگریت کە لەژێر کاریگەریی ئەلکوول یان مادەی هۆشبەر بێت. هەروەها ئەگەر بەشدارکردنەکە بە هۆی زۆر یان هەڕەشەوە بێت وەکوو تەجاوەز هەژمار دەکرێت. سەیری *دەستدرێژیی جنسی* و [یاسای تاوانی] دەستدرێژیی جنسی بکە.
Våldtäkt mot barn	**دەستدرێژی بەرانبەر منداڵ**	کاتێ کەسێک لەگەڵ منداڵی ژێر 15 ساڵدا لەڕێگەی کردنە ناوەوەی زێ، دەم، کۆم یان بە کەرەستەیەک، سێکسی هەیە. هیچ گرینگ نییە کە منداڵەکەش دەستپێشخەری کردبێ یان ڕەزامەندیی دابێ بۆ سێکسەکە. لەڕێگەی ئینتەرنەتەوەش دەتوانێ روو بدات. سەیری *دەستدرێژی جنسی بەرانبەر منداڵ*، بکە .
Vårdcentral	**ناوەندی تەندروستیی**	بنکەیەکی تەندروستییە کە لە کاتی نەخۆشبووندا دەتوانی سەردانی بکەیت. لەوێدا لە پلەی یەکەمدا دەتوانیت سەردانی پەرستار و دکتۆر بکەی بەڵام هەروەهاش دەتوانی راوێژکار یان دەروناس ببینیت.

وشەی سویدی	کوردی	پێناسە
Vårtgård	**خەرمانەی مەمکە**	ناوچەیەکی بازنەیی کە دەوروبەری گۆی مەمک دەگرێتەوە. *خەرمانەی مەمکە* ڕەشتر و زبرترە لە پێستی دیکەی سینگ .
Äggledare	**هێلکەڕۆ**	ئەندامێکی تەنک لە شێوازی بۆری کە هێلکەدان بە منداڵدانەوە گرێ دەدات.
Ägglossning	**هێلکەدانان**	*هێلکەدانان* ئەو پرۆسەیە کە هێلکە لە هێلکەدانەوە بەردەبێتەوە و لە ڕێگەی هێلکەڕۆیەوە دێتە ناو منداڵدانەوە.
Äggstock	**هێلکەدان**	ئەندامی زاوزێی ناوەوەی ئەو کەسانە کە منداڵدانیان هەیە. دوو *هێلکەدان* هەیە. لێرەدا میرات بۆ هێلکە هەیە .
Älska någon	**حەز لە کەسێک کردن**	دەربڕینێکی بەهێز بۆ حەز لە کەسێک کردن.
Ändring av juridiskt kön	**گۆڕینی ڕەگەزی یاسایی**	کەسێک کە تەمەنی سەرووی ١٨ ساڵ بێت و کۆنیشانی ترانسسێکسوالیزمی هەبێت دەتوانێ لە لیژنەی یاسایی بەڕێوەبەرایەتی ناوەندی کاروباری کۆمەڵایەتییەوە داخوازیی گۆڕینی ڕەگەزی یاسایی بکات. هەروەها سەیری چارەسەریی *سەلماندنی ڕەگەزی، لێکۆڵینەوەی ڕەگەز، ناڕازیبوونی ڕەگەزیی، کەسی ترانس*، بکە.
Ömsesidighet	**دوولایەنەیی**	واتە کە هەموو ئەو کەسانە کە دەیانەوێت لەگەڵیەکدا سێکسیان هەبێت، پێیان خۆشە سێکسیان هەبێت و بە شێوازێک سێکس بکەن کە بۆ هەموو لایەنێک باش بێت.
Öppen relation	**پێوەندیی کراوە**	جۆرێکی پەیوەندییە کە ئەو کەسانەی لەنێو ئەم نێوانیەتییەدان، ڕێککەوتوون لەسەر ئەوە کە هەروەها لەگەڵ کەسانی دیکەی دەرەوەی پێوەندییەکەیاندا نێوانی سێکس یان ڕۆمانسییان هەبێت.

ISBN 978-91-85188-67-3
RFSU 2019 • Illustrationer: Vendela Hellstrand & Stina Lundberg • Grafisk form: Stina Lundberg

زانیاریی ژیانی جنسی

زانیاریی هەمەلایەنەی ژیانی جنسی کە پشت بەستراوە بێت بە زانست پەرە بە یەکسانی و بەرابەری دەدات. زانیاریی بەپێزی ژیانی جنسی دەبێت زانیاریی لەسەر چۆن کارکردنی ئەندامی لەش، چێژوەرگرتن، نەریتەکانی ژیانی جنسی و ڕەزامەندی دوولایەنە ببەخشێت و هەروەهاش دەبێت دەرفەتی باس و لێدوان سەبارەت بە پەیوەندیی، هەست و شتی زیاتری دیکە دەستەبەر بکات.

خزمەتگوزاریی تەندروستی، خزمەتگوزاریی پزیشکی و خزمەتگوزاریی چاودێریی باش

بنەمای ژیانی جنسی یەکسان و باش، تەندروستیی زاوزێی لە ماوەی ژیاندا ئەوەیە دانیشتوان مافی خزمەتگوزاریی تەندروستی، خزمەتگوزاریی پزیشکی و خزمەتگوزاریی چاودێریان هەبێت.
خزمەتگوزاریی ژیانی جنسی و زاوزێی ئیمڕۆژە لە وڵاتی سویددا نایەکسانە. بۆ ئەوەی بتوانێت وەڵامدەرەوەی ئەو پێداویستییانە کە هەن بێتەوە، زانیاریی ژیانی جنسی دەبێت پرسێکی سەرەکی بێت لە خزمەتگوزارییەکانی ژیانی جنسی، خزمەتگوزارییەکانی تەندروستی و خزمەتگوزاریی پزیشکی.

لەڕێگەی ئەندامیەتییەوە کاریگەری دابنە

RFSU ڕێکخراوێکە کە بۆ مەبەستی کاریگەریی دانان لە پرسە خۆجێییەکان، دەوڵەتییەکان و نێودەوڵەتییەکان پشت بە ئەندامەکانییەوە دەبەستێت. لە سایتی **rfsu.se** زانیاریی زیاترت دەست دەکەوێت.
نامیلکە و بابەت بە زمانەکانی جۆراوجۆر لە سایتی **rfsu.se/upos** بەدەست دەهێنیت.

rfsu

rfsu.se • 08-692 07 00 • info@rfsu.se