

hiv
sex
och
lust



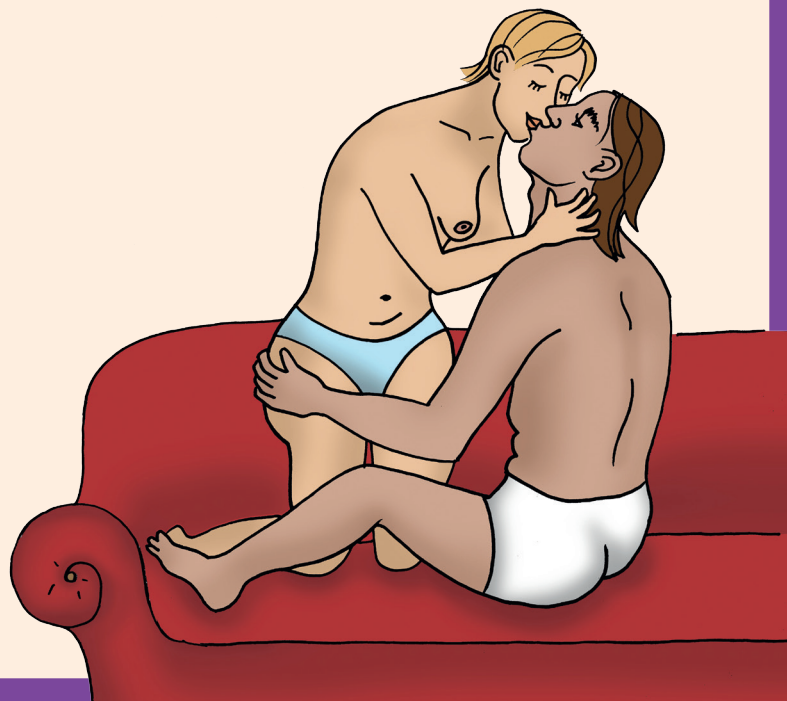
Vad är hiv?

I den här broschyren
får du information om hiv.
Informationen är både till dig som har hiv
och till dig som inte har hiv.
Den är också till dig som inte vet
om du har hiv.

Hiv är ett virus
som kan förstöra kroppens immunförsvar.
Det betyder att man lättare kan få sjukdomar
om man har hiv.
Om man inte tar medicin kan man få aids.
Det betyder att man blir mycket sjuk
och kan dö.

Men hiv och aids är inte samma sak.
Mediciner gör att du som har hiv
kan leva ett långt liv och må bra.

Du kan få eller ge hiv när du har sex.
Men det finns många sätt att njuta av sex
utan att få eller ge hiv.
Du kan se flera exempel
längre fram i broschyren.



Hur överförs hiv?

En person kan få hiv
av en annan person som har hiv.
Det heter att hiv överförs.

Det är vanligast att hiv överförs genom sex.
Hiv kan också överföras
genom blod och bröstmjölk.

Många tror att hiv överförs på andra sätt också.
Det är fel.

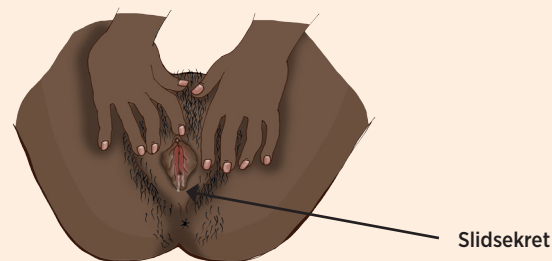
Du kan kyssa och krama vem du vill.
Du kan dricka ur samma glas som andra.
Du kan gå på samma toalett som andra.
Hiv överförs inte så.
Myggor överför inte hiv.

Hiv kan överföras genom sex

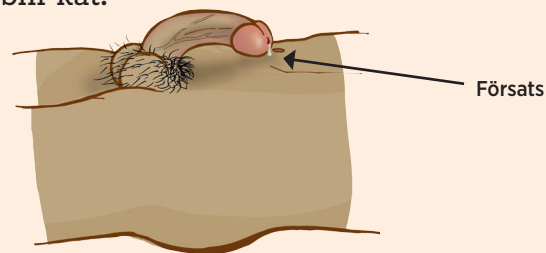
Hiv kan finnas i sperma, försats och slidsekret.

Slidsekret är det våta i vaginan.

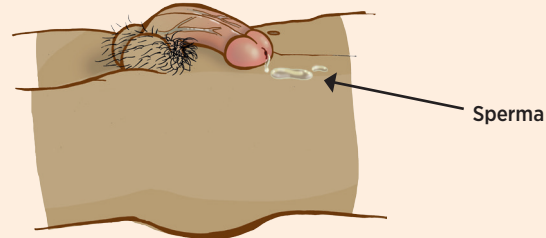
Vaginan blir ofta mer våt när man är kåt.



Försats är det våta som kan komma ur penis
när man blir kåt.



Sperma är det våta som kommer ur penis
när man får utlösning.



Om du inte har hiv
kan du ha sex på många sätt
utan att få hiv.

Om du har hiv
kan du också ha sex på många sätt
utan att överföra hiv till den du har sex med.

Hiv kan överföras
när personer har samlag utan kondom.
Samlag är att ha sex
med penis i vagina, anal eller mun.

Hiv kan överföras
när en man och en kvinna har samlag
utan kondom.

Hiv kan också överföras
när två män har samlag utan kondom.

Det är mycket ovanligt att hiv överförs
när kvinnor har sex med varandra.

Hiv kan överföras genom blod

De flesta människor som har hiv
har fått hiv genom sex med någon som har hiv.

Hiv kan också överföras genom blod.
Till exempel om du sprutar in droger i blodet
och använder samma spruta som andra.
En person kan få hiv
om den använder samma spruta
som någon som har hiv.

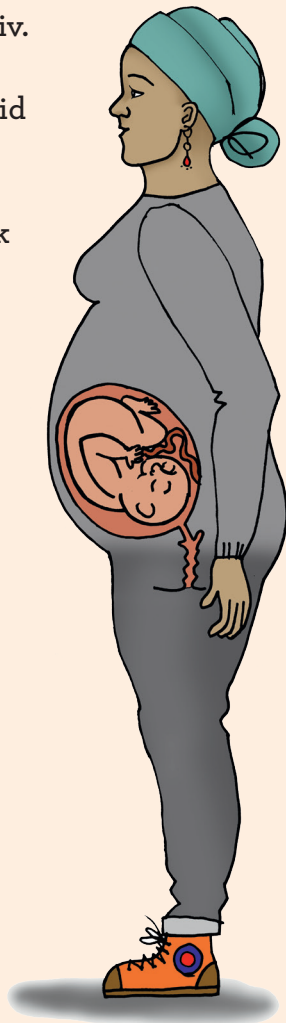
Man kan inte få hiv
genom att få blod på huden.

Hiv kan överföras från mamma till barn

En mamma kan överföra hiv till sitt barn när hon är gravid, föder barn eller ger bröstmjölk. Men du som har hiv kan få barn som inte har hiv.

Om du har hiv och är gravid måste du ta mediciner och gå till läkare. Då är det nästan ingen risk att barnet får hiv.

Hiv kan överföras genom bröstmjölk. Barnet får därför inte dricka bröstmjölk.



Säkrare sex

Du kan ha sex på många sätt utan risk att få eller ge hiv. Det heter säkrare sex.

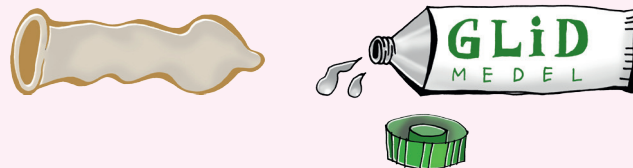
Olika människor gillar olika sätt att ha sex. Det är bara du som bestämmer hur du vill ha sex.

Säkrare sex med kondom

Samlag med kondom är säkrare sex. Kondom skyddar mot hiv. Kondomen måste vara på penis hela samlaget.

Om du har samlag med penis i anal är det bra att använda både kondom och mycket glidmedel.

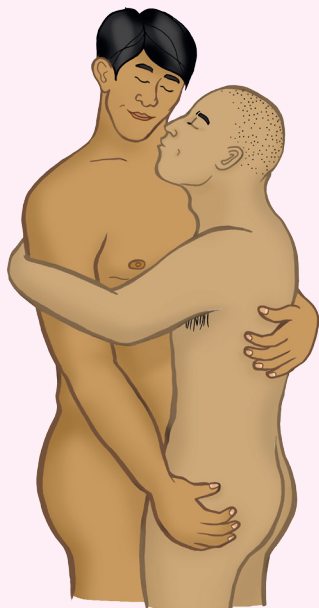
Använd inte hudkräm eller olja istället för glidmedel. Hudkräm och olja kan göra att kondomen går sönder.



Säkrare sex med munnen

Kyssar är säkrare sex.

Du kan kyssa och slicka olika delar av kroppen.



Du kan kyssa, slicka och suga penis.

Men det är viktigt att inte få sperma i munnen.

Det kan finnas hiv i sperman.

För att vara extra säker
kan du använda kondom.

Det är säkrare sex att kyssa och slicka vagina.

Men det är viktigt att inte få mensblod i munnen.

Det kan finnas hiv i mensblodet.

Säkrare sex med händerna

Det är säkrare sex

att ta på olika delar av kroppen med händerna.

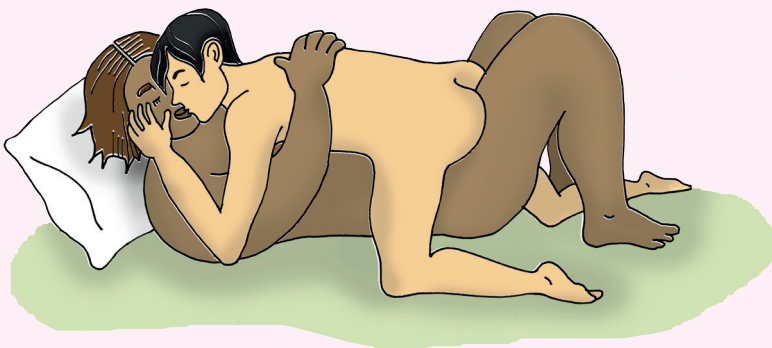
Man kan till exempel smeka penis eller vagina.

Att ha sex med fingrar i vagina eller anal
är också säkrare sex.

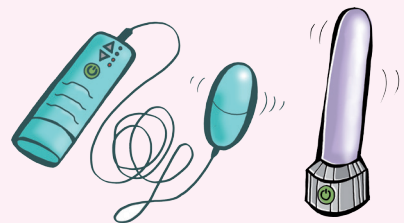


Andra sätt att ha säkrare sex

Det är säkrare sex att gnida och trycka penis eller vagina mot andra delar av kroppen.



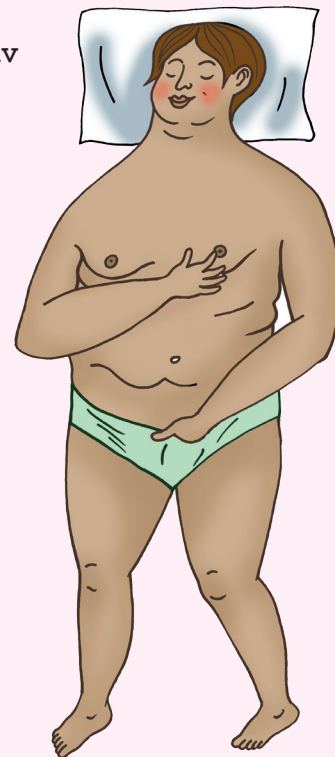
Det är säkrare sex att gnida eller trycka könsorgan mot varandra. Till exempel att gnida vaginor mot varandra. Men då är det viktigt att ingen har mens. Det kan finnas hiv i mensblodet.



Du kan ha säkrare sex med sexleksaker.

Flera personer kan använda samma sexleksak. Men det är viktigt att tvätta sexleksaken innan nästa person använder den.

Att ha sex med sig själv är också säkrare sex. Det heter att onanera.



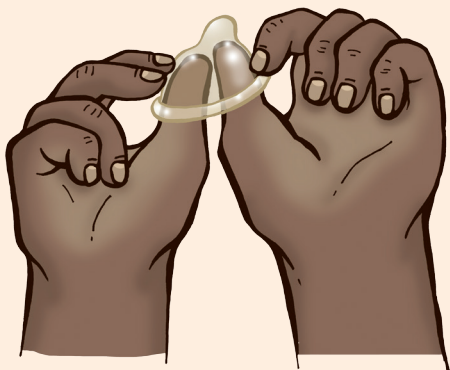
Kondomskola

Det är viktigt att sätta på kondomen rätt.
Då blir det både säkrare och skönare.

Så här sätter du på en kondom:
Öppna kondomförpackningen försiktigt.



Rulla upp kondomen lite.
Då kan du se vilket håll
kondomen ska vara på penis.



Penis ska vara hård.
Om penis har förhud ska förhuden dras ner.
Tryck ut luften ur toppen av kondomen.



Rulla på hela kondomen på penis.



Ha kondomen på penis hela tiden
när du har samlag.

Håll fast kondomen med handen
när du drar ut penis ur vagina eller anal.

Testa dig!

Många människor vet inte om de har hiv.

Det går inte att se på en människa om den har hiv.

Du kan göra ett test för att få veta om du har hiv. Sjuksköterskan tar då lite blod från armen eller fingret.

Testet är gratis.
Alla som vill får testa sig.



Det är också bra att testa sig för andra könssjukdomar. Könssjukdomar är olika sjukdomar som du kan få eller ge när du har sex.

Det är bra att testa sig för hiv och könssjukdomar ibland.

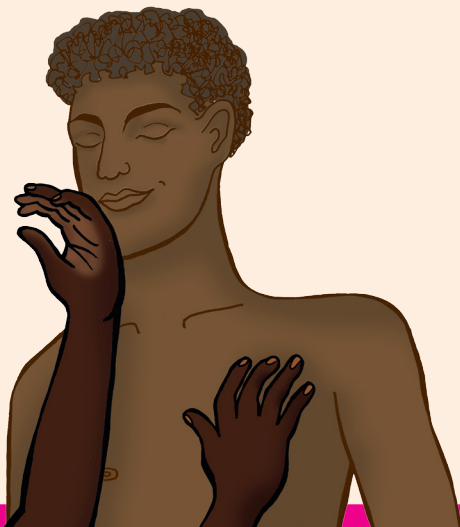
Du kan testa dig för hiv på många ställen. Till exempel på vårdcentraler och ungdomsmottagningar. Du kan ringa 1177. De kan berätta var du kan testa dig nära där du bor.

Att leva med hiv

Det finns bra mediciner mot hiv.
Medicinerna gör att du som har hiv
kan leva lika länge
som personer som inte har hiv.

Mediciner gör också att det är mycket liten risk
att ge hiv till den du har sex med.

Det går inte att bota hiv.
Det betyder att du som har hiv
alltid kommer att ha hiv i kroppen.
Men du kan leva med hiv
utan att känna dig sjuk.



Det är viktigt att ta medicin
och gå till läkare om du har hiv.
Din läkare berättar det du behöver veta.

Att leva med hiv
är olika för olika människor.

I Sverige finns det 7 000 personer
som vet att de har hiv.
Det finns också människor i Sverige
som inte vet att de har hiv.

Lagar om hiv

Lagar är regler i ett land.
Det finns lagar i Sverige
som är viktiga om du har hiv.

Lagen säger att du som har hiv
får gratis mediciner.
Lagen säger också
att du får en läkare och en sjuksköterska
att gå till ibland.
Du får prata med en kurator om du vill.

Läkaren ger dig regler som du måste följa.
Du måste till exempel ha kondom
när du har samlag.
Din läkare säger till dig
när du måste berätta att du har hiv.

Du behöver inte berätta på jobbet eller i skolan
om du inte vill.

Men du kan berätta för alla
som du vill berätta för.

Lagen säger att ingen får diskriminera dig.
Det betyder att ingen får vara orättvis mot dig
för att du har hiv.

Du kan inte förlora jobbet
för att du har hiv.
Ingen får säga att du inte får stanna i Sverige
bara för att du har hiv.

Prata gärna med någon

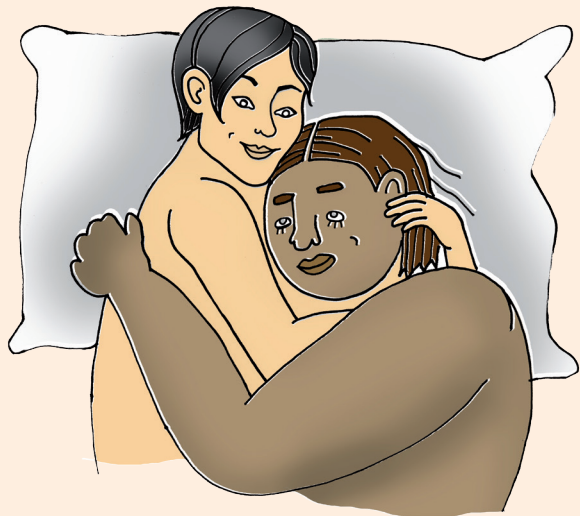
Många tänker mycket och har många frågor när de får veta att de har hiv.

Vanliga frågor är:

Blir jag ensam nu?

Blir jag sjuk?

Hur ska jag berätta att jag har hiv?



Prata gärna med någon.

Då mår man ofta bättre.

Du kan prata med din kurator.

Du kan prata med vänner och familj.

Du kan prata med andra som lever med hiv.



Hiv-Sverige

Du kan träffa andra som lever med hiv genom Hiv-Sverige.

Alla är välkomna.

Hiv-Sverige ger också information om hiv.

Du kan läsa mer på www.hiv-sverige.se

Telefonnummer: 08 - 714 54 10

E-post: info@hiv-sverige.se



RFSU betyder

Riksförbundet för sexuell upplysning.

RFSU arbetar med det som handlar om sex, lust och relationer.

Du kan läsa mer på www.rfsu.se.

Du kan bli medlem i RFSU på www.rfsu.se/medlem.

Denna broschyr innehåller:

- Vad är hiv?
- Hur överförs hiv?
- Säkrare sex
- Kondomskola
- Testa dig!
- Att leva med hiv

Broschyren finns att ladda ner från:
www.rfsu.se/hivsexlust



Hiv, sex och lust är framtagen
av Positiva Gruppen Väst
och RFSU Göteborg 2014.
ISBN 978-91-85188-90-1