



SEKSUELL HELSE

en informasjonsbrosjyre utviklet av Kirkens Bymisjon

KIRKENS
BYMISJON





KUNNSKAP OM SEKSUELL HELSE

...kan beskytte både
deg og andre.

...kan bidra til at du
får et godt liv.

...kan forebygge smitte
av sykdommer slik at
du holder deg frisk.

EN GOD
SEKSUELL
HELSE
HANDLER OM



...å føle et fysisk og psykisk velbehag omkring din egen seksualitet.



...å være frisk og/eller få riktig helsehjelp dersom du blir syk.



...rett til å bestemme over egen kropp og ikke bli diskriminert uansett hvilket kjønn du har, hvilket land du kommer fra eller hvem du forelsker deg i.



...rett til å bestemme selv om og når du vil ha sex.



...rett til å bestemme selv hvilken prevensjon du eventuelt ønsker å bruke.



...rett til å bestemme selv om og når du vil ha barn.



SEKSUELL HELSEHJELP I NORGE



Alle har rett til helsehjelp for smittsomme sykdommer i Norge.



All behandling for seksuelt overførbare sykdommer i Norge er gratis.



Helsepersonell i Norge har en streng taushetsplikt.



Helsepersonell kan ikke fortelle familie, venner og andre om hva dere snakker om.



Helsevesenet i Norge er høyt kvalifisert og baserer seg på god forskning.

SEKSUELT OVERFØRBARE INFEKSJONER (SOI)

- 💧 SOI er sykdommer som overføres ved seksuell kontakt.
- 💧 SOI smitter ved kontakt mellom hud og slimhinner i kjønnsorgan, munn eller anus.
- 💧 Noen SOI kan smitte via blod.
- 💧 De fleste av disse sykdommene kan man bli kvitt eller leve godt med så lenge man får medisiner.
- 💧 Om man blir smittet med en SOI er det viktig å snakke med helsepersonell slik at man kan få medisiner og hjelp.

HVORDAN UNNGÅ Å BLI SMITTET AV SOI?



Ved å bruke kondom når man har sex.



Ved å teste seg. Det er lurt å teste seg jevnlig om man har sex med flere personer.



Noen sykdommer kan man få vaksine mot, slik at man ikke blir smittet.

HVOR KAN MAN TESTE SEG?



Hos fastlegen.



Kirkens Bymisjon har eget testetilbud i flere norske byer. De fleste tilbyr bare hurtigtest for hiv, mens noen kan tilby flere tester. Les mer på www.minuttest.no



På helsestasjon i kommunen hvor du bor.



På gratisklinikker, se oversikt på www.helsenorge.no

HIV

- ⊕ Hiv er et virus som kan smitte ved seksuell kontakt og gjennom blod.
- ⊕ Alle kan bli smittet av hiv uavhengig av kjønn, hvilket land du kommer fra eller hvem du har sex med.
- ⊕ Uten medisinsk behandling kan hiv gjøre deg veldig syk og du kan dø.
- ⊕ Med medisinsk behandling vil du leve lenge med hiv og du vil ikke dø av sykdommen.
- ⊕ I Norge får alle hivpositive medisiner og behandlingen er gratis.
- ⊕ Hvis du er asylsøker vil ikke din hiv status påvirke søknaden din.
- ⊕ Hiv og aids er ikke det samme. Hiv er et virus man kan leve med, mens aids er en sykdomstilstand som oppstår når hivpositive ikke bruker medisiner.

HIV KAN SMITTE



...hvis du har
ubeskyttet sex.



...hvis du deler
sprøyter med andre.



...fra mor til barn
i svangerskapet, ved
fødsel og ved amming.



...ved blodoverføring
i noen land (ikke Norge).

HIV SMITTER IKKE



...fra spytt, svette,
tårer og urin.



...ved kyssing,
kos, nærhet og
kroppskontakt.



..fra insekter
eller dyr.



... ved vennskapelig
kontakt med naboer,
venner, familie og
andre.



... ved mat,
drikke, og dele
toalett og dusj.

HIVPOSITIVE PÅ VELLYKKET BEHANDLING:



Kan i praksis ikke
smitte andre.



Kan leve like lange
og gode liv som
hivnegative.



Kan få egne barn
uten å smitte
barnet.



Kan ha familie,
venner og oppleve
kjærlighet.



Kan ha sex
uten å smitte
sexpartneren.

HER KAN DU FÅ VITE MER:

KIRKENS BYMISJON

Aksept er et landsdekkende psykososialt senter for alle som er berørt av hiv. Aksept er også et ressurscenter for alle som ønsker mer kunnskap om hiv og hvordan det er å leve med hiv i Norge i dag. www.aksept.org

Kirkens bymisjon har flere virksomheter som jobber med seksuell helse. Les mer på www.minuttest.no

HELSENRGE.NO

Helsenorge.no er den offentlige helseportalen for innbyggere i Norge. Helsenorge.no har en egen informasjonsside om seksuell helse hvor du kan lese om alle aktuelle tema, samt finne en oversikt over steder hvor man kan få hjelp: www.helsenorge.no

HIVNRGE

HivNorge er en partipolitisk og religiøst uavhengig nasjonal interesseorganisasjon for mennesker som lever med hiv, pårørende og andre berørt eller opptatt av hiv. På deres nettside www.hivnorge.no finnes mye god informasjon om hiv.

FOLKEHELSEINSTITUTTET

Folkehelseinstituttets samfunnsoppdrag er å produsere, oppsummere og formidle kunnskap for å bidra til god folkehelse, gode helse- og omsorgstjenester og rettsikkerhet. De har grundig og faglig oppdatert informasjon om sykdommer som smitter seksuelt på sin hjemmeside. www.fhi.no

SEX OG SAMFUNN

Sex og samfunn er landets største senter for seksuell og reprodutiv helse og rettigheter. De driver en gratis klinikk for alle under 25 år i Oslo, og har god informasjon om seksuell helse på sin hjemmeside.

www.sexogsamfunn.no

OLAFIAKLINIKKEN

En gratis klinikk under Oslo Universitetssykehus som tester, behandler og følger opp seksuelt overførbare infeksjoner. De har både drop-in tilbud og timeavtaler.

www.oslo-universitetssykehus.no

rom for alle

Sjekk ut minuttest.no for mer informasjon om HIV.
Denne brosjyren er utarbeidet av Kirkens Bymisjon i 2017.