

STI

Sexuálne prenosné infekcie (STI) sú infekcie, ktoré sa šíria penetračným pohlavným stykom (análnym, orálnym a vaginálnym) a nepenetračným pohlavným stykom (zdieľanie sexuálnych hračiek, blízky kontakt pokožky s genitáliami).

Môžete mať pohlavne prenosnú infekciu a nevedieť o tom. Niektorí ľudia nemajú žiadne príznaky.

CHLAMYDIA

Príznaky: Bolesť pri močení, výtok, krvácanie medzi menštruáciami alebo po sexe.

Test: Vzorka moču alebo výter.

Liečba: Liečba antibiotickými tabletami.

GONORRHOEA

Príznaky: Výtok, krvácanie medzi menštruáciami.

Test: Vzorka moču alebo výter.

Liečba: Liečené antibiotikami.

SYPHILIS

Príznaky: Pľuzgiere alebo vredy okolo genitálií/análnej oblasti (ktoré môžu, ale nemusia byť bolestivé), vyrážka na tele.

Test: Vzorka krvi.

Liečba: Liečené antibiotikami.

HIV

Príznaky: Niekoľko týždňov po infekcii je možné ochorenie podobné chrípke, vyrážka na tele.

Test: Test z prsta alebo odber krvi, v závislosti od toho, kde sa testuje.

Liečba: Kontrolovaná antiretrovírusovými liekmi. Ak ste na účinnej liečbe a máte nedetekovateľnú vírusovú záťaž, nemôžete HIV preniesť na nikoho iného.

GENITÁLNE HERPES

Príznaky: Bolestivé pľuzgiere alebo vredy v oblasti genitálií/análnej oblasti.

Test: Výter z pľuzgiera alebo vriedku.

Liečba: Liečba antivírusovými tabletami.

GENITÁLNE BOJOVKY

Príznaky: Hrčky, hrče alebo výrastky v okolí genitálií/análnej oblasti.

Test: Lekár/zdravotná sestra sa pozrie na postihnutú oblasť.

Liečba: Lieči sa krémom alebo zmrazením.

Súhlas

Súhlas znamená, že s niečím súhlasíte. Pokiaľ ide o sex, znamená to súhlas so sexom alebo so sexuálnou aktivitou.

ÁNO

- Uistite sa, že žiadate ľudí o súhlas. To zahŕňa aj pravidelných sexuálnych partnerov.
- Pýtajte sa na súhlas pri každom sexuálnom akte. To, že niekto súhlasil s jedným sexuálnym aktom, neznamená, že súhlasil aj s ďalšími.
- Venujte pozornosť reči tela. Ak sa niekto tvári nepríjemne, ale povedal áno, možno v skutočnosti nechce mať sex.



NIE

- Nepredpokladajte, že niekto dal súhlas na základe toho, čo má na sebe alebo ako sa správa.
- Nevývíjajte na niekoho nátlak, aby s vami mal sex. Súhlas musí byť slobodný a dobrovoľný rozhodnutie.



V Spojenom kráľovstve je zákonná veková hranica pre súhlas so sexuálnym stykom 16 rokov

i

Cieľom zákona je chrániť mladých ľudí pred zneužívaním zo strany dospelých. Jeho cieľom nie je kriminalizovať osoby mladšie ako 16 rokov, ktoré majú pohlavný styk, ak sú obe osoby v podobnom veku.

S naším tímom pre sexuálne zdravie sa môžete dôverne porozprávať.

C-karta

Získajte bezplatné kondómy a lubrikanty v lekárňach, na klinikách a vzdelávacích miestach s kartou C – k dispozícii pre osoby staršie ako 13 rokov.



Naskenujte QR kód a pozrite si zoznam miest, kde sa môžete zaregistrovať, a ďalšie informácie na našej webovej stránke.



V závislosti od vášho veku sa môžete zaregistrovať aj online.

Núdzová antikoncepcia

Núdzová antikoncepcia môže zabrániť otehotneniu po pohlavnom styku bez antikoncepcie alebo v prípade, že antikoncepcia zlyhá. NHS ponúka dve možnosti núdzovej antikoncepcie:

- **Núdzové vnútromaternicové teliesko (medená cievka)** – dostupné na klinikách sexuálneho zdravia a u niektorých všeobecných lekárov.
- **Núdzová hormonálna antikoncepcia** – niekedy nazývaná "tabletká ráno po" – je dostupná v službách sexuálneho zdravia, u praktických lekárov a v niektorých lekárňach.

Po nechránenom pohlavnom styku je najlepšie čo najskôr použiť núdzovú antikoncepciu.



leicestersexualhealth.nhs.uk

Tieto služby v oblasti sexuálneho zdravia poskytuje Midlands Partnership NHS Foundation Trust a objednávajú ich miestne úrady.

V prípade potreby je možné zabezpečiť tlmočníka na stretnutia týkajúce sa sexuálneho zdravia.

Slovak | May 2025

Antikoncepcia

Ak máte pohlavný styk, používanie antikoncepcie je najlepší spôsob, ako znížiť pravdepodobnosť otehotnenia. Na výber je mnoho druhov antikoncepcie a rôzne metódy vyhovujú rôznym ľuďom. Pri niektorých je potrebná procedúra na ich nasadenie a odstránenie.

Implantát

Malá tyčinka, ktorá uvoľňuje hormón progesterón, sa umiestni do hornej časti ramena pod kožu.

- Viac ako 99 % účinnosť
- Vydrží až 3 roky
- Menštruácia môže zostať rovnaká, zastaviť sa, byť častá alebo nepravidelná



Vstrekovanie

Hormón progesterón sa vstrekuje do svalu, zvyčajne do zadku.

- Viac ako 99 % účinnosť, ak sú opakované injekcie podávané včas, ako sa odporúča)
- Vydrží 14 týždňov
- Cyklus sa zvyčajne zastaví po 2-3 injekciách



IUS (hormonálna cievka)

Do maternice sa umiestni malé plastové zariadenie.

- Viac ako 99 % účinnosť
- Životnosť až 8 rokov, v závislosti od typu
- Menštruácia môže byť ľahšia alebo sa zastaví



Vnútromaternicové teliesko (medená cievka)

Do maternice sa umiestni malé plastové a medené zariadenie.

- Viac ako 99 % účinnosť
- Vydrží až 10 rokov
- Menštruácia môže zostať rovnaká alebo môže byť ťažšia/dlhšia/bolestivá



Kombinovaná pilulka

Tableta obsahujúca estrogén a progesterónny hormón.

- 91 % účinnosť pri bežnom používaní
- Užívajte každý deň počas najmenej 3 týždňov, s prestávkou alebo bez nej
- Môžete kontrolovať, kedy a či krvácate, a často je menštruácia ľahšia a menej bolestivá.



Pilulka obsahujúca iba progesterón

Tableta obsahujúca hormón progesterón.

- 91 % účinnosť pri bežnom používaní
- Musíte ho užívať každý deň, nepretržite
- Menštruácia môže zostať rovnaká, zastaviť sa alebo byť častá či nepravidelná



Kondómy (na penis)

Na stoporený penis sa nasadí tenký latexový alebo plastový návlek.

- Približne 85 % účinnosť pri bežnom používaní
- Chráni pred pohlavne prenosnými chorobami



Kondómy (do vagíny)

Vagínu lemuje tenký plastový plášť, ktorý pokrýva vonkajšiu oblasť.

- Približne 85 % účinnosť pri bežnom používaní
- Chráni pred pohlavne prenosnými chorobami



Okrem tu uvedených metód sú k dispozícii aj ďalšie. Ak chcete zistiť, ktorá metóda je pre vás najvhodnejšia, obráťte sa na svojho praktického lekára alebo službu sexuálneho zdravia.