

## رضایت

رضایت به معنی موافقت کردن برای انجام دادن یک کار است. هنگامی که صحبت از رابطه جنسی به میان می آید، این به معنی موافقت کردن برای داشتن رابطه جنسی یا اشتراک در فعالیت جنسی است.

## انجام دهید

- مطمئن شوید که شما از مردم رضایت شان را میخواهید. این شامل شریکان جنسی منظم میگردد.
- برای هر عمل جنسی رضایت بخواهید. فقط بخاطر یک کسی به یک عمل جنسی رضایت داده است، به این معنی نیست که آنها به دیگران رضایت داده اند.
- به زبان بدن توجه کنید. اگر کسی ناراحت به نظر برسد مگر گفته باشد بلی، آنها ممکن در حقیقت نمیخواهند که رابطه جنسی داشته باشند.

## انجام ندهید

- فرض کنید که کسی به دلیل اینکه چه پوشیده است یا چگونه عمل می کند، رضایت داده است.
- بالای کسی فشار بیاورید تا با شما رابطه جنسی داشته باشد. رضایت باید یک تصمیم آزاد و رضاکارانه باشد.

در بریتانیا، سن قانونی رضایت برای فعالیت جنسی 16 سال است.

این قانون برای محافظت از جوانان در برابر سوء استفاده بزرگسالان طراحی شده است. این به معنی جرم انگاری افراد زیر 16 سال نیست که رابطه جنسی دارند، جایبکه هر دو نفر سن مشابه دارند. شما میتوانید با تیم صحت جنسی ما با اطمینان صحبت کنید.

## STIs

عفونت های انتقال یافته از طریق رابطه جنسی (STIs) عفونت های اند که توسط رابطه جنسی نفوذی (مقعدی، دهانی و واژینال) و توسط تماس جنسی غیرنفوذی (به اشتراک گذاشتن اسباب بازی های جنسی، تماس نزدیک پوست به پوست اندام تناسلی) پخش میشوند.

**شما میتوانید یک STI داشته باشید و آنرا نمیدانید. بعضی از مردم هیچ علامتی ندارند.**

### کلامیدیا

**علامت:** درد هنگام گریه کردن، ترشحات، خونریزی بین دوره یا بعد از رابطه جنسی.  
**تست:** یک نمونه انداز یا سواب.  
**تداوی:** با تابلیت های انتی بیوتیک تداوی میشود.

### سوزاک

**علامت:** ترشح، خونریزی بین دوره ها.  
**تست:** یک نمونه انداز یا سواب.  
**تداوی:** با انتی بیوتیک تداوی میشود.

### سفتلیس

**علامت:** تاول ها یا زخم ها در اطراف ناحیه تناسلی/مقعد (که ممکن دردناک باشد یا نباشد)، بثورات بدن.  
**تست:** یک نمونه خون.  
**تداوی:** با انتی بیوتیک تداوی میشود.

### HIV

**علامت:** احتمال داشتن مرض مانند آنفولانزا چند هفته بعد از عفونت، بثورات بدن.  
**تست:** یک آزمایش انگشت یا یک نمونه خون، با در نظر داشت اینکه شما برای آزمایش به کجا میروید.  
**تداوی:** با ادویه جات ضد ویروسی کنترل میشود. اگر شما تحت تداوی موثر قرار دارید و یک بار ویروسی غیرقابل تشخیص دارید، شما نمیتوانید HIV را به کسی دیگری انتقال دهید.

### هرپس تناسلی

**علامت:** تاول ها یا زخم های دردناک در اطراف ناحیه تناسلی/مقعد.  
**تست:** یک سواب تاول یا زخم.  
**تداوی:** با تابلیت های ضد ویروسی تداوی میشود.

### زگیل های تناسلی

**علامت:** توده ها، برآمدگی ها یا رشد ها در اطراف ناحیه تناسلی/مقعد.  
**تست:** داکتر/نرس به ساجه متاثر شده نگاه خواهد کرد.  
**تداوی:** با استفاده از یک کریم یا درمان منجمد درمان میشود.

## پیشگیری از حامله گی

اگر شما رابطه جنسی دارید، استفاده از پیشگیری از بارداری بهترین روش برای کاهش احتمال حامله شدن است. انواع زیادی پیشگیری از بارداری وجود دارد که می‌توانید از آن انتخاب کنید و می‌تواند برای مردم مختلف مناسب است. بعضی‌ها برای نصب و برداشتن آنها به یک پروسه نیاز دارند.



### پیکاری

یک هورمون پروجستوجن به عضله، معمولاً باسن شما تزریق می‌شود.

- اگر تزریق‌های تکراری به موقع باشد، طوریکه توصیه شده است، بیش از 99% موثر است
- 14 هفته دوام میکند
- عادت ماهوار معمولاً بعد از 2-3 تزریق متوقف می‌شود



### کاشت

یک میله کوچک، که یک هورمون پروجستوجن را آزاد می‌سازد، در قسمت بالای بازو زیر پوست قرار داده می‌شود.

- بیش از 99% موثر است
- تا 5 سال دوام میکند
- دوره می‌تواند همان، متوقف، مکرر یا نامنظم بماند



### IUD (کوئل مسی)

یک وسیله کوچک پلاستیکی و مسی در رحم قرار می‌گیرد.

- بیش از 99% موثر است
- تا 10 سال دوام میکند
- عادت ماهوار ممکن همان بماند، یا سنگین تر / طولانی تر/ دردناک باشد



### IUS (کوئل هورمون)

یک وسیله کوچک پلاستیکی در رحم قرار می‌گیرد.

- بیش از 99% موثر است
- تا 8 سال دوام میکند، بسته به نوع نصب شده
- دوره ممکن است سبک تر شود یا متوقف شود



### قرص فقط پروژستوجن

یک تابلت که دارای یک هورمون پروژستوجن است.

- 91% موثر با استفاده معمول
- شما باید آنرا هر روز، بشکل دوماه‌دار بگیرید
- عادت ماهوار می‌تواند همان بماند، متوقف شود، یا مکرر یا نامنظم باشد



### قرص ترکیبی

یک قرص حاوی هورمون استروژن و یک هورمون پروجستوجن.

- 91% موثر با استفاده معمول
- هر روز برای حداقل 3 هفته، با یا بدون وقفه گرفته شود
- شما می‌توانید کنترل کنید که کی با آیا خونریزی می‌کنید، و این اغلب اوقات دوره را سبک تر و کمتر دردناک می‌سازد



### کاندوم (برای مهبل)

یک غلاف پلاستیکی نازک مهبل را پوشانده و مساحت بیرونی را پوشانده است.

- تقریباً 85% موثر با استفاده معمول
- در مقابل STIs محافظت میکند



### کاندوم (برای آلت تناسلی)

یک غلاف نازک لاتکس یا پلاستیکی روی آلت تناسلی مردانه گذاشته می‌شود.

- تقریباً 85% موثر با استفاده معمول
- در مقابل STIs محافظت میکند

## C-کارت

کاندوم‌ها و روغن کاری رایگان را از فارمسی‌ها، کلینیک‌ها و مکان‌های آموزشی با یک C-Card بدست بیاورید - که برای آنها بیکه +13 سن دارند در دسترس است.

QR در اسکن کنید تا لیست مکان‌های که می‌توانید ثبت نام کنید را ببینید، و برای معلومات بیشتر در وب سایت ما.



با در نظر داشت سن تان، شما همچنان ممکن قادر به ثبت نام آنلاین باشید.



## پیشگیری از بارداری اضطراری

پیشگیری از حامله داری اضطراری می‌تواند حامله داری را که بعد از رابطه جنسی بدون پیشگیری از حاملگی یا اگر پیشگیری از حامله داری ناکام شود، متوقف کند. دو گزینه پیشگیری از بارداری اضطراری رایگان از NHS وجود دارد:

- **IUD اضطراری (کوئل مسی)** - از کلینیک‌های سلامت جنسی و بعضی از داکتران عمومی موجود است.
- **پیشگیری از بارداری هورمونی اضطراری** - که بعضی اوقات به آن "قرص صبح بعد" گفته می‌شود - از خدمات سلامت جنسی، داکتران عمومی و بعضی از فارمسی‌ها موجود است.

بهتر است بعد از رابطه جنسی بدون محافظت هر چه زودتر به پیشگیری از حاملگی اضطراری دسترسی داشته باشید.



[leicestersexualhealth.nhs.uk](https://leicestersexualhealth.nhs.uk)

این خدمات سلامت جنسی توسط اعتماد بنیاد NHS همکاری می‌پردازند و فراهم می‌گردد و توسط مقامات محلی سفارش داده می‌شود.



می‌تواند دیگری نیز موجود است و همچنان می‌تواند برای اینجاست شده اند. برای اینکه بدانید کدام یک برای شما بهتر است، با داکتر عمومی یا خدمات سلامت جنسی تان صحبت کنید.

در صورت نیاز یک ترجمان می‌تواند برای ملاقات‌های سلامت جنسی ترتیب گردد.

Date created : July 2025