

SPOLNO PRENOSLJIVE OKUŽBE

Ali kondomi varujejo pred vsemi spolno prenosljivimi okužbami?

KLJUČNE BESEDE

condoms | sexually transmitted infections | contraception | healthcare



Ko govorimo o širjenju spolno prenosljivih okužb (SPO), imamo v mislih okužbe, ki se lahko na druge prenašajo s stikom kože s kožo (ob nepenetracijskem seksu) ali s prenosom telesnih tekočin (na primer semena, ki se pojavi pri izlivu ali v predsemenski tekočini pri penetracijskem seksu), včasih pa z obojim.

Kondomi so zelo učinkoviti pri zmanjševanju tveganja za SPO, ki se širijo s telesnimi tekočinami, nujno pa se moraš zavedati tudi omejitev. Prvič, ko rečemo, da so kondomi učinkoviti, natančneje 98-odstotno učinkoviti, imamo v mislih samo kondome iz lateksa. To so kondomi, ki jih najpogosteje najdemo v trgovinah, na primer večina kondomov znamke Durex. Po drugi strani pa kondomi iz drugih materialov, npr. živalskih tkiv, sicer zaščitijo pred nosečnostjo, niso pa najbolj učinkoviti pri zaščiti pred SPO.

Tukaj je seznam SPO, ki se širijo s stikom kože s kožo, in tistih, ki se širijo s telesnimi tekočinami:

SPO, ki se širijo s stikom s kožo na kožo	SPO, ki se širijo s telesnimi tekočinami
HPV	HPV
Herpes (HSV)	Herpes (HSV)
trihonomaza	trihonomaza
sifilis	HIV
virusne bradavice	klamidija
	gonoreja
	hepatitis B

To pomeni, da so kondomi sicer pomembna zaščita pred spolno prenosljivimi boleznimi, ki se širijo s telesnimi tekočinami, vključno s HIV, gonorejo in klamidijo, **a ne zagotavljajo zaščite pred SPO, ki se širijo s stikom kože s kožo**, kot sta herpes ali sifilis. Če želiš izvedeti več o različnih načinih okužbe s SPO (vključno s stikom kože s kožo in nespolnimi stiki), si oglej našo temo [tukaj](#).

Pomembno - tudi če vsakič pravilno uporabiš kondom - je še vedno možnost, da se okužiš s katero izmed SPO.

Da so kondomi najbolj učinkoviti, **je zelo pomembno, da jih vsakič pravilno uporabiš** ko imaš spolni odnos. Prepričaj se, da je kondom pravilno nameščen, da ne uporabljaš kondomov, ki jim je potekel rok uporabe, in da pri vsakem spolnem odnosu uporabiš novega. Če želiš izvedeti več o pravilni uporabi kondomov in drugih kontracepcijskih sredstev, si oglej našo temo [tukaj](#).

Nujno je tudi redno testiranje na SPO, tudi ob uporabi kondoma, saj se nekatere okužbe lahko pojavijo brez simptomov ali pa imajo določeno inkubacijsko dobo, preden se simptomi pojavijo. Skupaj s partnerjem se testirajta za SPO in se odkrito pogovarjajta o vajinem spolnem zdravju.

Dobro je, da sprejmeš ukrepe za zaščito svojega zdravja, še preden začneš s spolnimi aktivnostmi. To lahko narediš tako, da se **cepiš proti HPV**, ki je še ena okužba, pred katero te kondomi ne ščitijo. Cepivo proti HPV je na voljo za mlade moške in ženske od 9. leta dalje.

Zaključimo lahko, da so kondomi ključni za preprečevanje številnih SPO, vendar se moraš zavedati njihovih omejitev. Dosledna in pravilna uporaba kondomov skupaj z rednim testiranjem na SPO in odprto komunikacijo s partnerko_jem je najboljša strategija za zmanjšanje tveganja in širjenja SPO. Izobraževanje je izjemno pomembno za ohranjanje zdravja v našem spolnem življenju!



**SPOLNO PRENOSLJIVE
OKUŽBE**

