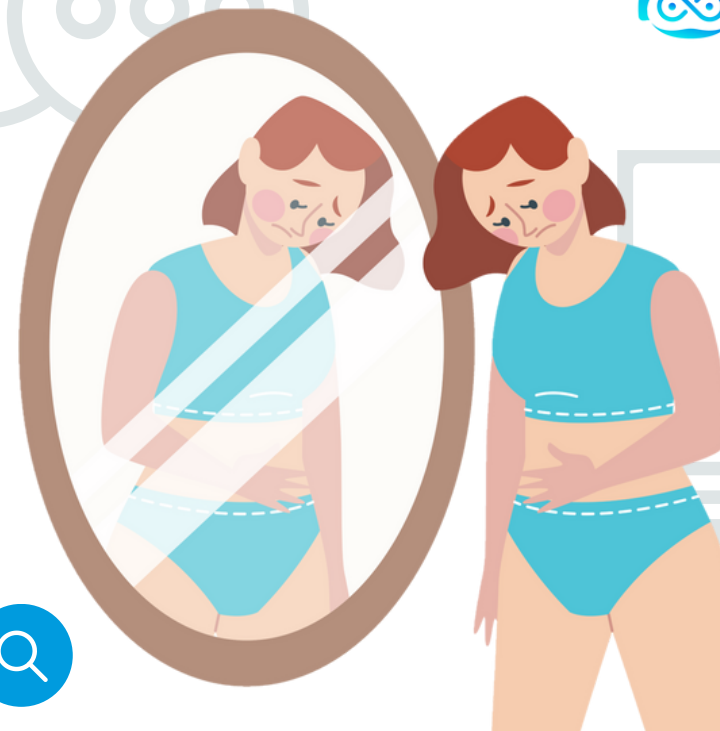


## SPOLNO PRENOSLJIVE OKUŽBE

# Če imam spolno prenosljivo okužbo – ali se je moram sramovati?

KLJUČNE BESEDE

spolno prenosljive okužbe | stigma | podpora | izobraževanje

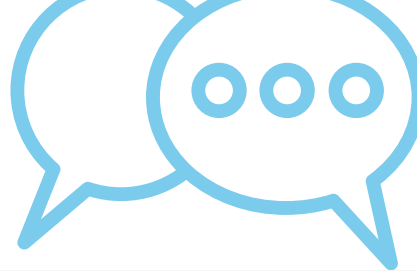
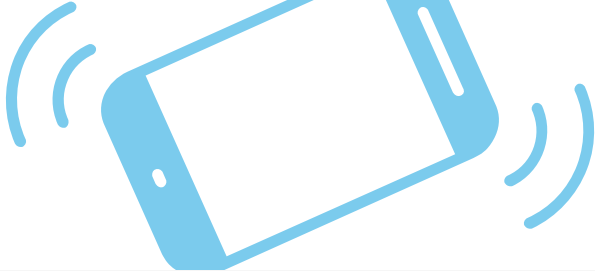


Povsem normalno je, da se počutiš nekoliko nelagodno ali v zadregi zaradi spolno prenosljive okužbe (SPO), zlasti če ne poznaš nikogar, ki bi jo ali jo je kdaj imel. SPO lahko dobi vsak (včasih kljub temu, da je bil zelo previden), **večina ljudi pa o tem noče spregovoriti**, ker se jim zdi to zelo osebna tema.

Razčlenimo napačne predstave in prepričanja, ki jih ima družba o SPO, da ti pomagamo razčistiti tvoje občutke:

- **DEJSTVO #1: Spolno prenosljivim okužbam je vseeno, kakšno je tvoje ozadje ali kdo si.**

To pomeni, da je lahko ogrožen vsakdo, ne glede na njegovo inteligenco ali družbeni položaj. Pomembno je, da se vsakdo zaščiti in se redno testira.



- **DEJSTVO #2: Imeti SPO ne pomeni, da ste nepremišljeni ali nespodobni.**

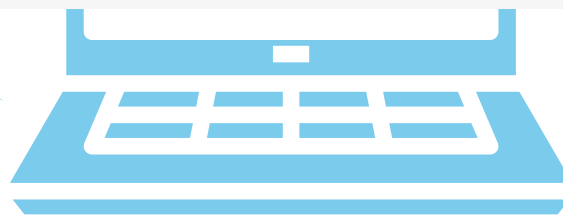
Imeti SPO ne odraža tvojega značaja, dobrote ali vrednosti. Pomeni le, da si človek in da živiš življenje.

- **DEJSTVO #3: SPO so pogosto ozdravljive ali jih je mogoče obvladati.**

Večina SPO so samo okužbe, kot vse druge. Veliko jih je mogoče zdraviti z antibiotiki, vendar ne smeš predolgo odlašati z zdravljenjem. Poleg tega je napredek v medicini omogočil, da lahko tudi resnejše SPO, kot je virus HIV, danes obvladujemo tako, da ne poslabšajo kakovosti življenja okuženega.

- **DEJSTVO #4: Varna spolnost ali abstinenca od penetracijskega seksa ne pomeni, da ne moreš dobiti SPO.**

Nekatere SPO se namreč širijo s stikom kože s kožo. Zato je dobro, da se pred vsakim spolnim ali fizičnim stikom s partnerjem pogovorita o svojem spolnem zdravju in sprejmeta druge previdnostne ukrepe za zaščito pred neseksualnim prenosom. Za podroben pregled načinov prenosa SPO smo pripravili [temo za vas](#).



Kot lahko vidiš - SPO se dogajajo in so pravzaprav pogoste, zato nisi sam\_a! Pa vendar se je težko spoprijeti z občutkom sramu zaradi SPO, tudi če poznaš vsa dejstva. Tisto, kar ti lahko dejansko pomaga pri spoprijemanju s težkimi čustvi, je, da se odločiš biti **odprt in iskren z ljudmi, ki jim zaupaš**. S teboj ni nič narobe in to ti lahko pomaga ugotoviti mreža prijateljev, družina in celo zdravnik. Če se soočiš z obsojanjem ali nerazumevanjem, gre zgolj za pomanjkanje izobrazbe in nepoznavanje s strani druge osebe. In če se boš kdaj počutil\_a obsojeno zlasti s strani svojega zdravnika, ne pozabi, da imaš vedno možnost poiskati novega zdravnika.

Za konec naj povemo, da se SPO lahko nepričakovano znajdejo v naših življenjih, vendar so tu zato, da nam predstavljajo izziv - ne pa da nas določajo. Naprej se lahko pomakneš tako, da sprejmeš sebe in svoj položaj, si odkrit z zdravnikom in tistimi, ki jim zaupaš, ter se iz izkušnje nekaj naučiš. To zmoreš!



**SPOLNO PRENOSLJIVE  
OKUŽBE**



Sofinancira  
Evropska unija

Financirano s strani Evropske unije. Izražena stališča in mnenja so zgolj stališča in mnenja avtorja(-ev) in ni nujno, da odražajo stališča in mnenja Evropske unije ali Evropske izvajalske agencije za izobraževanje in kulturo (EACEA). Zanje ne moreta biti odgovorna niti Evropska unija niti EACEA.