

SEXUELL HÄLSA

Att lära sig om sexuell hälsa skapar möjligheter för oss att få en sexualitet fri från fördomar, diskriminering, våld eller tvång.

Vilket är viktigt för vår upplevelse av välbefinnande och hälsa.

Sexuell hälsa

- Den sexuella hälsan är en del av vår hälsa och bidrar på olika sätt till hur vi mår.
- Sexualitet (nära relationer, familjen) är en viktig del av livet.
- Synen på sexualitet och familjebildande kan vara olika i olika länder.
- Alla har rätt till information om sexualitet och familjebildning.
- Stor frihet, välja hur en vill leva, så länge en följer lagar och bestämmelser.

Sexuell och reproduktiv hälsa - Rättigheter

- Den som är gravid bestämmer själv om abort
- Bestämma över sin egen kropp. Ingen får göra något med min kropp om jag inte själv vill. Även gifta har rätt att bestämma när och om de vill ha sex.
- Rätten till ett säkert och tillfredställande sexualliv. Rätt att gifta sig med den en vill, rätt att bestämma om och när en vill ha barn.

Samma rättigheter gäller för alla hbtq-personer!

- Det är förbjudet för någon över 15 år att ha sex med någon som är yngre än 15 år.
- Att köpa sex är olagligt. Straff med böter eller fängelse
- Det är förbjudet att planera och utföra könsstympling.

VALBARA TEMAN

- Preventivmedel
- Graviditet
- Barnlöshet
- Missfall
- Abort
- HBTQ frågor
- Könssjukdomar
- Könsstympning
- Omskärelse

Preventivmedel

Om en har penis i slida-sex och inte vill bli gravid finns det olika preventivmedel som man kan använda.

Några exempel

Kondom, P-piller, Spiral, P-stav, P-spruta, P-plåster, P-ring

Preventivmedel går att få genom barnmorskemottagning, vårdcentral, ungdomsmottagning eller gynekologisk mottagning.

Kondom och akut-p-piller går att köpa på apotek eller i affär.

Mer information om preventivmedel finns på 1177.se eller på youmo.se och umo.se som riktar sig mot ungdomar.

Graviditet

Regelbundna kontroller på barnmorskemottagning.

Vissa besök är enskilda med barnmorskan, utan partner

- Provtagning
- Mäta magen, lyssna på fosterljud
- Tips och råd om hur en sköter om sig och lever hälsosamt under graviditeten.
- Om en har någon sjukdom kan en få extra stöd och hjälp.

- Ultraljud görs via Specialistmödravård på sjukhuset.

Barnlöshet

- Om en har svårt att bli gravid finns det hjälp att få.
- Om en har försökt att bli gravid under ett år och inte lyckats får en hjälp med barnlöshetsutredning och ev. behandling.
- På vårdcentralen kan en få hjälp med remiss till mottagning.

Missfall

- När graviditeten avbryts av sig själv och foster stöts ut ur livmodern innan det växt färdigt.
- En kan vända sig till gynekologisk mottagning eller barnmorskemottagning för att få vård och stöd om en behöver det.

Abort

- Alla personer, oavsett ålder, som är gravida i Sverige har rätt till abort (sedan 1975).
- Abort innebär att avbryta en graviditet.
- Abort görs med hjälp av tabletter eller en mindre operation.
- Tillåtet fram till och med gravidvecka 18.
- Från gravidvecka 19 fram till 22 krävs tillstånd från socialstyrelsen.
- Efter gravidvecka 22 utförs inga aborter.

HBTQ (homosexuell, bisexuell, transperson eller queer)

- Sedan 1944 finns det en lag i Sverige som ger alla rätt att ha sex med vem man vill, oavsett kön.
- Fördomar finns, hbtq personer utsätts ibland för hot, våld och diskriminering
Det finns lagar som skyddar hbtq personers rättigheter.
- Hbtq personer har rätt att gifta sig med vem de vill och kan ansöka om att adoptera barn.
- RFSL har verksamhet som är speciellt riktat till dem som är nya i Sverige, den kallas Newcomers.

Könssjukdomar

- Könssjukdomar är sjukdom en kan få om en har sex med någon person som har en könssjukdom. Både vaginala, anala och munsex.
- Könssjukdomar kan ge olika symtom, men oftast nästan inga symtom alls.
- Om en tror att en har en könssjukdom ska en gå och få rådgivning och ev testa sig.
- Vissa könssjukdomar i könsorganen kan leda till sterilitet om en inte får behandling.
- Testa sig kan en göra på barnmorskemottagning, ungdomsmottagning, vårdcentral eller gynekologisk mottagning eller via hemtest på 1177.
- Sjukvården har tystnadsplikt och får inte berätta om den vård du får.
- Vissa könssjukdomar ingår i smittskyddslagen. Då sker smittspårning. Vilket betyder att en måste berätta om vem/vilka en har haft sex med. Smittspåraren har tystnadsplikt
- Ett sätt att skydda sig mot könssjukdomar är att använda kondom vid sex.

Könsstympling av flickor och kvinnor

- Könsstympling som görs för att kontrollera flickors och kvinnors kroppar och sexualitet kan leda till olika allvarliga hälsoproblem.
- Ingreppen innebär att större eller mindre delar av de yttre könsorganen tas bort eller skadas. Ingreppen görs ofta utan bedövning och är mycket smärtsamma. Kan innebära stora blödningar, risk för infektioner och i vissa fall att flickan avlider.
- Flickan/kvinnan kan påverkas under hela livet. Smärta, återkommande infektioner, risker vid förlossning, smärta och svårigheter vid toalettbesök och mens.
- På grund av de stora konsekvenserna och riskerna vid könsstympling innebär för flickor och kvinnor så är det förbjudet enligt lag.
- Föräldrar som låter sin dotter könsstymplas kan dömas till fängelsestraff, det gäller även om det utförs utanför Sverige.
- Har en besvär kan en vända sig till vårdcentral eller gynekologisk mottagning.

Omskärelse av män och pojkar

- Förhuden som sitter över penis yttersta del, ollonet, tas bort helt eller delvis.
- Religiösa, traditionella, estetiska eller medicinska skäl.
- Skall utföras av läkare eller person med särskilt tillstånd.
- Alltid bedövning.
- Ingrepp får ej göras mot barnets vilja.
- I vissa delar av världen är de flesta män omskurna i andra länder är det vanligt att inte vara omskuren.
- Under första veckan efter operation finns en liten risk för infektion och eller blödning.
- Kan påverka sexlivet på olika sätt för olika personer, både positivt och negativt.

Sexuell rådgivning

- På 1177 Vårdguiden finns en frågetjänst där du anonymt kan ställa frågor och få ett personligt svar.
- Barnmorskemottagning eller ungdomsmottagning (mellan 13-22 år) är öppet för alla som vill prata om sexualitet, testa sig för könssjukdomar eller får preventivmedel.
- RFSU är en organisation där man kan få råd och stöd.