

Kvinner som har sex med kvinner



Kvinner som har sex med kvinner

Noen heterofile kvinner har sex med kvinner. Noen lesbiske kvinner har sex med menn. Uansett hvilken seksuell orientering du har kan du være en kvinne som har sex med kvinner (KSK).

I denne brosjyren omhandler KSK alle jenter, damer og kvinner som har sex med kvinner, enten ofte eller av og til.

Hvis du har hatt, har eller ser for deg å ha sex med en annen kvinne kan denne brosjyren være relevant for deg.

Basert på faktakunnskap er denne brosjyren laget for å hjelpe deg til å ta best mulig valg for deg og dem du har sex med.

Kvinner

smitter

kvinner

- Hud er hud. Blod er blod. Og slimhinne er slimhinne, uansett hvem den sitter på. Derfor kan kvinner smitte hverandre med kjønnsykdommer.
- De fleste kjønnsykdommer smitter ved direkte eller indirekte kontakt mellom slimhinner, enkelte overføres ved hudkontakt og noen overføres via blod.
- Kvinner har blant annet slimhinner i munn- og halsregion, i kjønnsorganet og i anus.
- Deling av sexleketøy, fingring, oralsex, saksing og mange andre måter kvinner har sex på kan medføre smitteoverføring.

Sikrere

- Å praktisere sikrere sex er en enkel og god måte å ivareta din egen og dine partners seksuelle helse på. Sikrere sex er ikke 100 % sikkert, men reduserer sjansen for overføringer av kjønnssykdommer.
- Dersom du er under 25 år og uten symptomer så test deg for klamydia, hiv og syfilis også om du kun har/har hatt sex med kvinner. Hvis du har symptomer bør du oppsøke lege for å bli testet for flere infeksjoner.
- Bruk vannbasert glidemiddel. Oljebasert glidemiddel kan løse opp lateksen i kondomer og slikkelapp.

Sex

- Bruk kondom på sexleketøy. Bytt kondom når dere deler sexleketøy.
- Vurder å bruke slikkelapp når du har oralsex med nye partnere.
- Skill mellom anal og vaginal ved å bytte hansker, kondomer og/eller leketøy.
- Er du smittet av én kjønnssykdom er det lettere å bli smittet av andre. Det er fordi infeksjoner svekker naturlig beskyttelse i slimhinnene og gjør deg mer mottakelig for virus og bakterier.

Hva er god seksuell helse?

- God seksuell helse ser ut til å være en ressurs og en beskyttelsesfaktor som fremmer livskvalitet og mestringsferdigheter.
- Kontroll over egen fertilitet er avgjørende for kvinners seksuelle frihet.
- Større åpenhet om seksualitet, bedre tilgang på informasjon og tilbud om rådgivning om seksuelle problemer bidrar til å forebygge seksuelle problemer.

Vanlige kjønns- sykdommer blant KSK

Noen sykdommer smitter lettere mellom kvinner som har sex med kvinner enn andre sykdommer. Derfor er noen kjønnsykdommer særlig utbredt blant kvinner som har sex med kvinner.

I Norge gjelder dette klamydia, genital herpes, HPV-virus og gonoré. De overføres enkelt mellom kvinner ved direkte eller indirekte kontakt mellom hud eslimhinner.

Mange kvinner som har sex med kvinner, har også sex med menn. Enten ofte, eller av og til. Generelt har denne gruppen flere sexpartnere enn de kvinnene som utelukkende har sex med andre kvinner. Jo flere sexpartnere man har, desto større er sjansen for å ha ubeskyttet sex og dermed smittes av en kjønnsykdom.

Klamydia

Klamydia er en bakteriell infeksjon og er en av de vanligste kjønnssykdommene i Norge, særlig blant kvinner under 25 år. Infeksjonen overføres mellom kvinner ved direkte eller indirekte kontakt mellom slimhinner.

Klamydia gir som regel ingen symptomer, men noen opplever økt utflod og uregelmessige blødninger. Klamydia kan behandles med antibiotika. Ubehandlet klamydia kan medføre akutt bekkeninfeksjon. Dersom man skulle få komplikasjoner av en bekkeninfeksjon kan det bli vanskeligere å få barn.

- Test deg for klamydia når du bytter partner (retningslinjene anbefaler testing av asymptomatiske for klamydia dersom man er under 25 år)
- Bruk kondom på sexleketøy du deler med andre kvinner
- Vask hendene eller bruk engangshansker

Genital herpes

Genital herpes er en virusinfeksjon som smitter ved seksuell kontakt. Det finnes to typer virus, HSV-1 og HSV-2, og begge er utbredt. HSV-1 finnes vanligvis på leppene (ofte kalt munnherpes), men forårsaker i dag opptil 7 av 10 tilfeller av genital herpes og kan overføres ved munnsex. HSV-2 trives best genitalt.

Noen opplever symptomer som vonde blemmedannelser i underlivet eller på leppene. Det finnes ingen medisin som fjerner herpesviruset fra kroppen, men dersom man har hyppige utbrudd kan man ta medisin som forhindrer utbrudd. Det er som regel det første året etter smitte at man har flest utbrudd. Smittefaren er størst ved utbrudd.

- Test deg dersom du får sår genitalt og mistenker at du er smittet
- Unngå ubeskyttet samleie og ubeskyttet oralsex ved utbrudd
- Bruk slikkelapp når du har oralsex ved utbrudd

HPV-virus

HPV er en av de vanligste kjønnssykdommene. Den smitter svært lett ved seksuell kontakt og er vanskelig å beskytte seg mot. Det finnes over 100 typer HPV-virus og ca 40 av dem forekommer i slimhinnen i underlivet.

Er du under 25 år og skifter partner ofte er risikoen for å smittes størst. De fleste HPV-virusene er ufarlige, men enkelte kan forårsake celleforandringer og kreft. Det er vanlig å ikke oppleve symptomer på at man er smittet.

- Ta HPV-vaksine
- Følg Livmorhalsprogrammet:
Ta celleprøve fra fylte 25 år hos fastlegen din og deretter hvert 3. år

Gonoré

Gonoré er en bakterie som smitter ved seksuell kontakt. Man kan ha gonoré i halsen, skjeden og/eller anus. Kvinner opplever sjelden symptomer. Gonoré kan i de fleste tilfeller behandles med antibiotika.

Ubehandlet gonoré kan spre seg og føre til akutt bekkeninfeksjon. Bekkeninfeksjon kan gjøre det vanskeligere å få barn.

- Test deg for klamydia, hiv og syfilis dersom du har blitt smittet av gonoré
- Bruk kondom på sexleketøy du deler med andre kvinner
- Unngå å ha sex når du behandles for gonoré

Calmeyers gate 5,
0183 Oslo

helseutvalget.no
facebook.com/helseutvalget

post@helseutvalget.no
+47 23 35 72 00

Fornøyd med dette tilbudet?
Din donasjon mottas med takk!

Mandag-fredag:
09:00 - 17:00

Vipps: Helseutvalget
(Vippsnummer 21153)

Bank: Kontonummer
1503 77 15600

Tusen takk til
Åse Haugstvedt ved
Olafiaklinikken for
gode faglige innspill!