

Män som har sex med män – MSM

Definition: Män som har sex med män (MSM) är en samlingsbeteckning på män som har sexuellt umgänge med andra män (oberoende av sexuell läggning). Begreppet omfattar därmed män som ser sig själva som heterosexuella, men tidvis har sexuell kontakt med andra män samt homo- och bisexuella män.

Att ha sex på det sätt man vill, med ömsesidighet och med den eller dem man vill ha sex med är viktiga förutsättningar för att det ska kännas skönt och njutningsfullt. Tyvärr kan det medföra risk för överföring av hiv och andra könssjukdomar. Detta informationsmaterial vänder sig till målgruppen män som har sex med män (MSM) och är till för att uppmärksamma möjligheterna till att berika sexlivet utan negativa följder.

Normer

Det är lätt att tänka att det som är det vanligast förekommande är det som är det normala. Till exempel att hetrosexualitet skulle vara mer normalt än homosexualitet. Men så är det självklart inte. Vi är alla unika!



Njut

Killar kan ha sex med killar på många olika sätt, vad som är sex beror också på vad man själv tycker att det innebär. Oralsex, smeksex, analsex och att använda sexleksaker är några av de sätt som killar kan ha sex med varandra på.

*Njut av
det som
känns bra!*

Säkrare sex

Att ha sex bör vara härligt, roligt och spännande. Det kan göra att man just i stunden struntar i sådant som egentligen är viktigt, till exempel att använda kondom för att minska risken för att få någon könssjukdom. Tänk på att även alkohol och droger kan leda till att man tappar omdömet.





Könssjukdomar kan överföras genom slemhinnorna i könsorganen, munnen eller analöppningen. Vissa könssjukdomar smittar också genom blod. Risken att få en könssjukdom i målgruppen MSM är störst om man har analsex men kan även överföras genom oralsex.



Det finns skydd som minskar risken för att få eller överföra en könssjukdom när man har sex. Hur effektivt skyddet är beror på hur noga det används och på vilket sätt man har sex.





Vid oskyddat sex är det alltid bra att gå och testa sig oavsett om man får symtom eller inte. Många könssjukdomar ger inga symtom alls.

Könssjukdomar

Könssjukdomar kallas ibland också för STI eller STD som är en förkortning för sexuellt överförda infektioner/sjukdomar. Dessa sjukdomar är infektioner som överförs genom både virus och bakterier när vi har sex. Exempel på könsjukdomar är klamydia, hiv, herpes, HPV/kondylom, gonorré, hepatit B, syfilis och mycoplasma.

Vill du läsa mer om olika könssjukdomar och hur du på bästa sätt kan skydda dig mot dessa läs mer under www.1177.se/kronoberg (under Fakta och råd/könsorgan) eller www.umo.se







Praktika

Oralsex

Att suga eller bli avsugen innebär att en person stimulerar en annans penis med hjälp av munnen. Vissa könssjukdomar som klamydia, gonorré och syfilis, överförs enklare när du suger än vad hiv gör. Det är väldigt liten risk för hiv-överföring från den som suger till den som får avsugningen.

Könssjukdomar kan överföras vid oralsex. Vill man undvika detta kan man suga med kondom. **Undvik att få sperma i munnen!**



Sexleksaker analt

Det finns en liten risk att vissa könssjukdomar överförs om du och den du har sex med exempelvis delar dildo.

Rengör dildon eller byt kondom innan den används av annan person.



Rimming (Slicka analt)

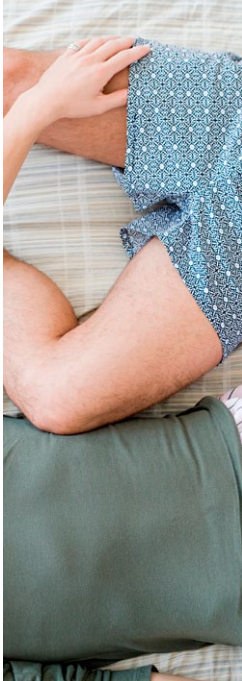
Rimming är en form av oralt analsex som innebär att du slickar i och/eller runt området kring analöppningen.

Rimming anses inte som en möjlighet till överföring av hiv och det är inte många könsjukdomar som kan överföras när du slickar analt.



Analsex

För att praktisera säkrare sex när du har analsex är det viktigt att använda kondom och rikligt med vatten- eller silikonbaserat glidmedel. Glidmedlet fungerar som ett smörjmedel/skydd och minskar risken för revor och blödningar analt samt att kondomen går sönder.





Om du använder kondom och glidmedel så praktiserar du säkrare sex och risken för överföring av hiv och andra könssjukdomar är mycket liten. Tänk på att kondomen ska sitta på under hela samlaget. Byt kondom mellan personer om du har sex med flera vid samma tillfälle.

Bästa skyddet

Kondom är ett säkert skydd mot könssjukdomar om den används på rätt sätt, under hela tiden och varje gång man har sex.



Fördelar med kondom

- Fri från oro
- Ses som omtänksam
- Bra skydd mot könssjukdomar.
- Påverkar inte kroppen.
- För att det helt enkelt kan bli kladdigt när man har sex och det är ett enkelt sätt att snabbt bli fräsch efteråt.

Kondomer ska förvaras i rumstemperatur och på en plats där det inte skaver mot något. Bra ställen att ha dem på är till exempel i jackfickan eller i väskan. Dåliga ställen är exempelvis i bakfickan, plånboken eller i ett soligt fönster. En kondom som är gammal eller uttorkad spricker.

Kondom är något väldigt personligt.
Kondomer finns i alla möjliga sorter.
Tänk på att hitta en kondom som
passar just dig i material och storlek!



För mer information

- www.1177.se/kronoberg
- www.UMO.se
- www.vardguiden.se
- www.sexperterna.com
- www.6kr.se
- www.sentry.se
- www.vardguiden.se



1177



Landstinget
Kronoberg