

KONDOMY

aneb co by gayové (a nejen oni) měli vědět



3. SVAZEK EDICE PREVENCE – ČSAP



© 2002 Camden Primary CareTrust

Text: Neville Walker & David Smith for The Gay Men's Team

Design: Vertigo Design Consultants

Fotografie: Mark Glenn

Modelové: David & Richard

Translation: © 2006 Vladimír Ondris

Vydavatel: © Česká společnost AIDS pomoc, 2006

Distribuce v České republice zdarma



GAY MEN GAYOVÉ V ČESKÉ REPUBLICE KONDOMY POUŽÍVÁJÍ KONDOMY SZKOLÉK

Gayové v České republice používají kondomy již řadu let.

Používání kondomů má svůj vzestup od doby, kdy u nás byly diagnostikovány první případy HIV infekce. To je od roku 1985.

Očekává se, že budeme používat kondomy, abychom chránili sebe a své sexuální partnery. Rovněž se předpokládá, že budeme přesně vědět, kde si můžeme kondomy obstarat a jak je správně používat

Nikdo nás to však neučí. Ve škole, na hodinách sexuální výchovy, můžeme být šťastní, když se o gay problematice a gay sexu pedagog alespoň zmíní. Takže očekávat vysvětlení, jak například používat kondom při análním sexu, můžeme jen těžko.

Tato publikace snad zaplní tuto mezeru a pomůže nám najít odpovědi na otázky, které si klademe.

- Jaký druh kondomů bych měl použít a kde mohu kondomy sehnat?
- Dají se někde koupit levněji nebo dokonce dostat zdarma?
- Jak bych měl kondom správně použít?
- Co když mi kondom praskne? Kde jsem udělal chybu?
- Jaký druh lubrikačního gelu mám používat? Kde se dají koupit?
- A proč bych vlastně měl kondomy a lubrikační gely používat?





Když používáš při análním sexu kondom, chráníš tím sebe i svého partnera před HIV infekcí.

Kondomy zabraňují šíření HIV

HIV je vir, který způsobuje onemocnění AIDS. Vyskytuje se v tělních tekutinách, jako je krev, sperma nebo preejakulát*. Sliny a moč také obsahují vir, ale v množství, které neumožní přenos HIV infekce.

V Londýně je dle statistik každý desátý gay infikován HIV. Znamená to, že je HIV pozitivní. Ve Velké Británii je odhadem 25 000 HIV pozitivních gayů. Ne všichni o své pozitivitě vědí.

Každý rok se v Londýně HIV infikuje více než 1000 gayů.

V České republice bylo k 31. srpnu 2005 diagnostikováno celkem 783 osob; z tohoto počtu již 190 osob onemocnělo AIDS, z celkového počtu nemocných AIDS zemřelo 110 osob.

Pokud jsi v análním sexu pasivní, je pro tebe sex bez kondomu největším rizikem. Preejakulát a sperma (semeno) se dostává do styku s velice citlivou sliznicí análu nebo tlustého střeva.

Pokud jsi v análním sexu aktivní, riziko nákazy je pro tebe mnohem menší. Přesto i tobě určité riziko přenosu HIV infekce hrozí. Při styku se sliznicí HIV pozitivního člověka může dojít k přenosu na sliznici penisu.

Kondomy zabraňují šíření HIV tím, že vytvoří spolehlivou bariéru kolem penisu. Jinak řečeno, vir nemůže touto bariérou proniknout.

* **preejakulát** (slzička lásky, touhy) je mírně mazlavá, bezbarvá tekutina, která vychází z penisu před samotným výronem spermatu (semene) a má za úkol připravit močovou trubici pro průchod spermií, tzn. odstranit zbytky moči, která je kyselá a spermie zabíjí - pozn. překladatele.

KONDOMY CHRÁNÍ PŘED SEXUÁLNĚ PŘENOSNÝMI INFEKCEMI

Kondomy chrání před sexuálně přenosnými infekcemi

Kondomy nejen pomáhají zastavit šíření HIV infekce, ale mohou tě ochránit před ostatními vážnými a nebezpečnými, sexuálně přenosnými chorobami, jako je žloutenka, syfilis, různé opary, kapavka atd.

Ať jsi HIV pozitivní nebo HIV negativní, budeš-li se chránit před sexuálně přenosnými chorobami, můžeš pomoci zastavit šíření HIV.

Jestliže jsi HIV negativní a nakazíš se některou ze sexuálně přenosných chorob, jsi náchylnější k tomu, být infikován virem HIV.

Jestliže jsi HIV pozitivní a nakazíš se některou ze sexuálně přenosných chorob, stáváš se tím více nakažlivým a HIV můžeš předat daleko snadněji.

Jestliže jsi HIV pozitivní, je důležité, aby ses chránil především před onemocněním žloutenkou typu C. Část odborné lékařské veřejnosti tvrdí, že žloutenka typu C je pro HIV pozitivního člověka horší než samotný HIV. Onemocnění žloutenkou typu C může vést k velmi vážným, někdy dokonce smrtelným poškozením jater.

Žloutenka typu C se může přenést během orálního sexu, análního sexu, rimmingu* a fistingu**. Takže kondomy při análním sexu a rukavice při fistingu jsou velmi důležité.

HIV pozitivní muži mohou snáze přenášet vir žloutenky typu C než HIV negativní muži, protože hladina viru žloutenky je u nich vyšší.

* **rimming** je lízání análního otvoru

** **fisting** je sexuální aktivita, při níž se ruka zasouvá do análního otvoru nebo vagíny



POUŽITÍ KONDOMU

Použití kondomu

Pokaždé zkontroluj zda obal kondomu není rozdělaný nebo poškozený. A nezapomeň na záruční dobu. Pokud je obal poškozený nebo je prošlé datum záruční doby, nepoužívej ho a obstarvej si kondom nový.

Většina obalů kondomů má zoubkovaný okraj, což usnadňuje otevření. Zatláč kondom od místa, kde chceš obal roztrhnout.

Není nejlepší nápad použít k otevření obalu kondomu zuby nebo ostrý předmět. Mohl bys kondom poškodit.

Nasaď gumový kroužek kondomu na konec ztopořené penisu (svého nebo tvého partnera) tak, aby špička kondomu směřovala vzhůru.

Teď by měl kondom vypadat trochu jako špičatá vlněná čepice. Pozor, ať ho nemáš naruby (nešel by navléknout).

Chyť kondom za špičku mezi prsty a vytlač z ní vzduch. Ve špičce tím vznikne prostor pro vystříknuté sperma (semeno). Zároveň opatrně roluj kondom směrem dolů ke kořenu penisu.

Nikdy nemaž penis před použitím kondomu žádným lubrikačním gelem. Někdo si tak pomáhá s jeho nasazováním. Může však dojít ke sklouznutí kondomu během sexu. Jestliže jsi před nandáním kondomu onanoval a použil-li jsi lubrikační gel, otři si penis do sucha.

>





POUŽITÍ KONDOMU

Použití kondomu

U kořene penisu kondom narovnej, aby se při sexu neroloval zpět. To ale nedělej dřív, než kondom nandáš na celý penis, hůř by se pak nasazoval.

Dej pozor, ať kondom nepoškodíš nehty.

Nikdy si nenasazuj dva kondomy na sebe. Ochranu tím nezvyšíš. Naopak, vzájemným třením se mohou kondomy při sexu poškodit.

Teď je chvíle pro namazání kondomu lubrikantem.

Používej lubrikační gely, které se oficiálně prodávají. Gelem nikdy nešetři. Použij ho, kolik chceš. Namaž kondom po celé délce penisu, nejen jeho horní část.

Jestliže jsi v análním sexu pasivní (necháš se souložit), namaž se důkladně lubrikačním gelem kolem análního otvoru a pokud to jde i uvnitř. Nešetři lubrikantem. Použij tolik lubrikantu, kolik chceš. Udělej to sám, nebo to nech udělat partnera, se kterým budeš anální sex provozovat.

>

POUŽITÍ KONDOMU

Použití kondomu

Při souloži můžeš zjistit, že lubrikační gel vysychá. Když ho budeš mít po ruce, navíc v balení s pumpičkou, bude snadné ho během soulože v případě potřeby doplnit.

Trvá-li sexuální styk déle, je potřeba kondom přibližně každou půlhodinu měnit. Jinak se může opotřebovat. Při každé výměně kondomu nezapomeň nanést také lubrikant.

Nezapomeň během sexu kontrolovat, jestli se kondom neshrnul, nesklouzl, nebo dokonce nepraskl.

Jakmile se uděláš (dojde k výronu spermatu - semene), vytáhni penis z análního otvoru, dokud máš ještě erekci. Jinak sperma (semeno) může unikat mimo kondom. Přidrž kondom u kořene penisu a vytáhni ho pomalu ven. Tím zabráníš úniku spermatu (semene) do zadku.

Nepoužívej jeden kondom vícekrát. Jednou použitý kondom vyhoď. Zabal ho do ubrousku a vyhoď do koše. Nesplachuj použité kondomy do záchodu. Záchod by se mohl ucpat. Kondom bys měl uklidit i v případě, že nesouložíš doma, ale třeba v přírodě, sex klubech, apod.

>



Někdy kondom může sklouznout nebo prasknout...

KONDOM

Stala se nějaká chyba?

Kondom sklouzl?

- **Ztratil jsi erekci?**

Přestaň souložit, dokud se ti znovu nepostaví. Nech svého partnera dělat věci, které tě vzrušují.

- **Byl kondom pro tvůj penis příliš velký?**

Možná sis nevybral vhodný typ kondomu. Vyzkoušej různé druhy, dokud pro sebe nenajdeš ten vhodný. Klidně se porad' s odborníkem nebo kamarádem.

- **Byl kondom pro tvůj penis příliš malý?**

V sexshopech nebo na internetu koupíš i větší typy kondomů.



KDYŽ PRASKNUL KONDOM

Praskl ti kondom?

- **Kontroloval jsi, jestli je vše v pořádku?**
- **Mazal jsi dostatečně?**
- **Nepoužil jsi špatný druh lubrikačního gelu?**
- **Měnil jsi kondom každou půl hodinu?**

Používej co nejvíc lubrikačního gelu po celé délce penisu a kolem análního otvoru i uvnitř análu.

Nepoužívej gel na tukové bázi, tuk poškozuje gumu, to znamená i kondom.

Pamatuj, že kondom nevydrží navždy. Jestliže souložíte tvrdě, kondom se opotřebí rychleji. Použijte více lubrikačního gelu a během styku kontrolujte, zda nedošlo k selhání kondomu.

Toto jsou nejčastější příčiny prasknutí kondomu. Existuje rovněž malá pravděpodobnost, že kondom praskne z jiného důvodu. Jestliže se to stane, vezmi si nový kondom a začni znova.



JESTLIŽE jsi nepoužil kondom

Jestliže se necháváš souložit bez kondomu...

Nikdy není pozdě přestat a použít rozum. Čím déle nechráněná soulož trvá, tím je riziko přenosu infekce vyšší.

Možná jsi se nechal jednou, dvakrát strhnout. Opil jsi se, zfetoval a nepoužil jsi kondom.

Možná ti řekl, že kondom použije, ale nepoužil.

Možná, že jsi chtěl kondom použít, ale zvítězilo nad tebou něco jiného.

Možná jsi se styděl navrhnout kondom použít.

Možná, že jsi jen určitou dobu souložil bez kondomu.

Nepanikař.

Jen kvůli tomu, že jsi párkrát souložil bez kondomu, nemusíš být ještě HIV pozitivní.

Ne každou nechráněnou souloží se přenáší vir HIV - a to i v případě, kdyby tvůj sexuální partner byl HIV pozitivní. Na to však nikdy nespolehej a nepokoušej osud. Nespolehej na to, že ti HIV pozitivní partner vždy o své diagnóze řekne (navíc to sám nemusí ani vědět).

Není pozdě začít kondom používat. A to je tvá šance.

Pokaždé nemusíš mít štěstí. Nepokoušej osud.

Jde o zvyk a o to, přijít sexu s kondomem na chuť. ■





CONDOM BRAND
CONDOMS/CAOUTCHOUC, LATEX
CE 0482
CE 0482
CE 0482

CONDOM BRAND
CONDOMS/CAOUTCHOUC, LATEX
CE 0482
CE 0482
CE 0482

CONDOMS
SAFEX
CONDOMS
SAFEX
CONDOMS
SAFEX
CONDOMS
SAFEX

CONDOMS
SAFEX
CONDOMS
SAFEX
CONDOMS
SAFEX
CONDOMS
SAFEX

Ultra Strong
paraide
Extra Strong
paraide
Extra Strong
paraide

Durex
Durex
Durex
Durex
Durex
Durex

Durex
Durex
Durex
Durex
Durex
Durex

Ultra Strong
paraide
Extra Strong
paraide
Ultra Strong
paraide

Durex
Durex
Durex
Durex
Durex
Durex

SVĚT GUMY

Svět gumy I

Gayové většinou používají kondomy „extra-strong“ (tzn. zesílené kondomy).

Některé výzkumy ukazují, že všechny kvalitní kondomy tě uchrání stejně, bez ohledu na to, jestli jsou „extra-strong“ či nikoliv. Přesto někteří odborníci tvrdí, že „extra-strong“ kondomy ti poskytnou tu nejlepší ochranu při análním sexu.

Ať je tvůj názor jakýkoliv, používej kvalitní kondomy zavedených značek jako Durex, Pepino, Mates, Pasante nebo Condomi.

Zkontroluj, jestli má sebou zakoupený kondom známku ověřené kvality a je v pořádku záruční doba.

Kondomy s různými příchutěmi nebo přísadami mohou dráždit tvůj anál, pozor na alergické reakce.

Ale v případě nutnosti, jakýkoliv kondom je lepší než žádný.

Vždy se přesvědč, že se dostatečně mažeš lubrikantem.

Nejznámější „extra-strong“ kondomy jsou:

- Durex Ultra Strong
- Condomi Strong



SVĚT GUMY II

Svět gumy II

Jestliže máš velký penis, mohl bys zkusit kondomy s označením XXL.

Jestliže máš malý penis, zkus různé značky kondomů a zvol si tu, která ti bude vyhovovat.

Žádný z těchto kondomů není „extra-strong“.

Skutečně velké kondomy Trojan Magnum a Trojan Magnum XL se dají pořídit přes internet.

Může se stát, že jsi na latex alergický, což se projeví zarudnutím penisu nebo jeho podrážděním. V tom případě zkus kondomy vyrobené z polyuretanu. Například Durex Avanti.



Max

XTRA LARGE CONDOMS

Clurex

Avanti

The most natural feeling. Revolutionary new latex condoms.

Clurex

Avanti

The most natural feeling. Revolutionary new latex condoms.

Max

Max

CONDOMS



3 extra large Condoms

CONDOMS



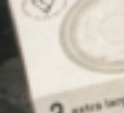
3 extra large Condoms

CONDOMS



3 extra large Condoms

CONDOMS



3 extra large Condoms

Clurex

Avanti

Clurex

Avanti

Clurex

Avanti

Clurex

Avanti



Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

Large

VYBER SI SPRÁVNÝ LUBRIKANT

Než si vybereš lubrikant, přesvědč se, jestli se hodí k použití s kondomy.
Měl by být:

- **na vodní bázi, nebo**
- **na silikonové bázi.**

Nejspíš na obalu lubrikantu uvidíš napsáno:

- **condom-safe,**
- **condom-friendly,**
- **latex-safe.**

(Všechny tyto nápisy říkají, že lubrikační gel nepoškozuje kondomy - pozn. překladatele)

Cokoliv na bázi tuků, nebo co tuky obsahuje - máslo, olivový olej, sádlo, masážní olej, opalovací krémy, tuky na pečení - je pro použití s kondomy zcela nevhodné, protože poškozuje gumu a latex (tzn. i kondom).

Nejoblíbenější lubrikanty na vodní bázi jsou:

- **LUBE A YOU**
- **LOVE GEL-anál sex**
- **LOVE GEL-super sex**
- **TY A JÁ-lubricant gel**
- **COMFORT LUBRICANT**

Lubrikační gely na silikonové bázi jsou sice dražší než lubrikanty na vodní bázi, ale jejich výhodou je, že pomaleji vysychají.

Lubrikační gely na silikonové bázi nelze tak snadno omýt jako lubrikanty na vodní bázi.



Nejnámější silikonové lubrikanty jsou:

- Eros Body Glide,
- Eros Light Love,
- ID Millenium.



FISTING

Fisting, dilda a vyplachování

Není vhodné se nejdřív nechat fistovat nebo mít v sobě větší dildo a pak provozovat anální sex. Vnitřní ochranná vrstva análu nebo sliznice tlustého střeva může být fistingem nebo dildem poškozena a tím snadno přístupná k různým infekcím a samozřejmě i HIV.

Jestliže ale přesto budeš souložit, je použití kondomu velmi důležité.

Zde si musíš uvědomit, že ne všechna mazadla na fist jsou vhodná pro použití s kondomem.

Určité množství mazadla na fist může zůstat v análním otvoru a může poškodit kondom, i když pak použiješ lubrikant, který se s kondomem snáší.

Některá mazadla používaná na fist se s kondomem snáší dobře, jde například o Lubrifist, Elbow Grease Gel a J Lube. Ale někteří fisteři je nepovažují pro fisting za ideální.

Nejoblíbenější mazadla na fist - Crisco a Elbow Grease Cream - obsahují tuk a jsou pro použití s kondomem zcela nevhodné. Výrobky Elbow Grease navíc obsahují nonoxynol-9, který se pro gaye nedoporučuje, protože dráždí anál.

Vždy si přečti štítek na obalu mazadla nebo lubrikantu, který chceš použít, abys věděl, co obsahuje.

Sdílení (půjčování) sexuálních hraček (dilda, butt plugy) je bezpečné, pokud na ně před každým dalším použitím natáhneš kondom.

Bezprostředně po vyplachování, je použití kondomu při souloži velmi důležité, protože vyplachování může poškodit vnitřní ochrannou vrstvu análu. Vyplachuj se jen vodou, nepoužívej mýdlo ani jiné hygienické prostředky. ■



JAK BEZPEČNÝ, JE ORÁLNÍ SEX?

Jak bezpečný je orální sex?

Orální sex (kouření penisu) bez kondomu je méně rizikové než anální sex bez kondomu. Z milionů gayů, kteří provozují orální sex, se při tomto druhu sexu nakazí virem HIV asi jen 50.

Zatímco análním sexem se nakazí třicetkrát více gayů. Ale jedna věc by měla být jasná: i orálním sexem lze vir HIV infekce přenést. Čím více mužů orálně uspokojíš (vykouříš), tím větší je pravděpodobnost nákazy virem HIV.

Může být orální sex bezpečnější?

Někdo i při orálním sexu používá kondom. Oblíbené jsou pak kondomy s různými příchutěmi. Jestliže při orálním sexu kondom nepoužíváš, můžeš i tak snížit riziko přenosu HIV.

- Nenech nikoho, aby se ti udělal do pusy.
- Nikoho nekuř, máš-li poraněná ústa.
- Nikoho nekuř, pokud máš afty, podrážděné, bolestivé nebo krvácející dásně, nebo podstoupil-li jsi stomatologický zákrok (vytržený zub apod.).
- Orální sex rovněž není bezpečný, když tě bolí v krku.
- Před orálním sexem si nečisti zuby a nepoužívej dentální nit.
- Vhodné není před orálním sexem ani použít ústní vodu, protože naruší přirozené ochranné prostředí ve tvých ústech. Chceš-li mít příjemný dech, rozetři si v ústech zubní pastu nebo si vezmi mentolový bonbon.

Možnost přenosu viru HIV pro toho, kdo je v orálním sexu pasivní (nechá se kouřit), je téměř nulová. ■

HOLANDY, SEX KLUBY a dovolená

Holandy, sex kluby a dovolená

Jestliže si vyjdeš za sexem, třeba do parku (tzv. holandy) nebo „lovíš“ (hledáš sexuálního partnera) na veřejných záchodcích, vždy si s sebou ber kondomy a lubrikační gel.

Můžeš si myslet, že je nebudeš potřebovat. Ale nikdy nevíš, co se může stát, když dostaneš chuť na sex.

Na těchto místech bývají kondomy málokdy k dispozici a ten druhý je s sebou mít rovněž nemusí.

Když si vyrazíš do sex klubu nebo sauny... neměl by být problém kondomy sehnat, ale pro všechny případy měj nějaké u sebe. (Bohužel v českých gay sex klubech a saunách jsou kondomy zřídka k dispozici zdarma, na rozdíl od podniků na západ od našich hranic - pozn. překladatele.)

Do darkroomu (tmavé místnosti využívané na sex) nikdy nechoď bez kondomů a lubrikačního gelu. Když sex začne, nebude se ti chtít jej přerušit a jít kondomy shánět.

Jedeš-li na dovolenou do zahraničí, přibal si kondomy a lubrikanty, které ti vyhovují. ■



SPARTACUS
FLORIDA

NIRVANA
EXTRA



BEZPEČNÝ SEX, KLUBTA DROGÝ

Bezpečný sex, alkohol a drogy

Jsi-li opilý nebo užil-li jsi drogy, je těžší kontrolovat při sexu své chování a dodržovat zásady bezpečnějšího sexu. Krátká příprava předem ti udělá velkou službu.

Než si vyjdeš za sexem, zkontroluj jestli máš u sebe kondomy a lubrikační gel. Rovněž si nech nějaké kondomy doma na viditelném místě; když si pak přivedeš někoho domů, najdeš je, ať už máš vypito nebo jsi fetoval.

Měj na paměti, že drogy mění tvé vnímání reality. Může být obtížné prosadit si druh sexu, který opravdu chceš.

Některé drogy způsobují, že cítíš menší bolest než za střízlivého stavu. Takže bys mohl být sexuálně odvázanější. Také by ses mohl snadněji poranit nebo poškodit kondom. Snaž se mít při souloži vše pod kontrolou.

Drogy dehydrují (vysušují) tvůj organismus, a to včetně sliznice análu. Jestliže v takovém stavu souložíš, používej ještě více lubrikantu než obvykle.





MONOGAMNÍ VZTAH dvou mužů

Mnoho gayů, kteří spolu mají monogamní vztah (jsou si navzájem věrní), používá při sexu kondomy. Některé páry jej chtějí přestat používat. Cítí, že kondom kazí jejich vztah. Spoléhají na to, že si mohou navzájem věřit.

Jestliže chcete oba přestat kondomy používat, musíte si o tom promluvit a uzavřít dohodu, kterou budete oba dodržovat. Součástí této dohody musí být otestování obou partnerů na HIV infekci. Test musí být proveden minimálně 2 měsíce od posledního rizika s vaším bývalým partnerem nebo od posledního společného používání injekční stříkačky.

Jsou tu dvě základní věci:

Zprvte musíte vědět, jestli jste HIV negativní, tzn. nechat si udělat test.

Pokud chcete sexuálně žít bez kondomu, musíte být oba HIV negativní.

A potom, zadruhé, rozhodnete-li se přestat kondom spolu používat, nesmíte mít s nikým jiným sex bez kondomu. Jinak byste se opět navzájem ohrožovali.

Důvěra je důležitá. Musíte brát vaši dohodu vážně. A být si jistí, že to tak opravdu chcete.

Nestyďte se poradit s odborníkem na partnerské vztahy.



KDE ZÍSKAT KONDOMY A LUBRIKANTY

Kde získat zdarma kondomy a lubrikanty

U nás můžeš získat zdarma kondomy a lubrikační gely v některých gay sex klubech nebo saunách, ale není jich bohužel mnoho. Ve většině klubů se prodávají, a to ne zrovna levně. V zahraničních gay klubech a saunách (například v Londýně, Berlíně, Madridu), kde jsou v tomto ohledu dále než my, považují poskytování kondomů a lubrikantů zdarma za samozřejmost.

Když jsou někde kondomy a lubrikanty volně k dispozici, neber si více, než zrovna potřebuješ. Jsou pro všechny a jejich zásoby nejsou neomezené.



Když se potřebuješ poradit o kondomech, bezpečném sexu a sexuálním zdraví

na internetu: www.aids-pomoc.cz, aids-pomoc@iol.cz

po telefonu: 800 800 980 bezplatná Nonstop linka AIDS pomoci

osobně: Sexuologický ústav, Apolinářská 4, Praha 2
Česká společnost AIDS pomoc
Malého 3/282
186 21 Praha 8



KDE SE DAJÍ KONDOMY KOUPIŤ

Různé typy kondomů a lubrikačních gelů můžeš koupit v lékárnách, ve většině drogerií, v sexshopech a gay klubech. V některých zařízeních (diskotéky, školy apod.) jsou umístěny automaty na kondomy. Málokdy jsou však kondomy z automatů vhodné pro anální sex.

Kondomy a lubrikanty jsou rovněž k dostání v supermarketech nebo u benzínových čerpadel.

Kondomy a lubrikanty se také prodávají on-line přes internet.



box clever



Freedom's box²⁵

25 Condoms Strong Condoms
30ml Eros Bodygel Lube

Freedom's box⁵⁰

50 Condoms Strong Condoms
100ml Eros Bodygel Lube

Freedom's boxes contain the highest quality condoms and the most popular silicone based lube, and they are available at an exceptionally competitive price.

By purchasing your Freedom's box you are supporting the world's largest gay free condom scheme. Freedom's distribute nearly 1.5 million free condoms every year. Help support Freedom's and save money on your regular supply of condoms and lube.

For information on where
to buy Freedom's boxes

Freedom's boxes and free packs...
supporting your choice to use condoms



freedom's www.freedomsex.co.uk

or call 0207 530 3947



GAY SHOPY u nás

AMIGO

U Půjčovny 6, Praha 1

telefon: 222 233 250

otevřeno: úterý – sobota 11,00 – 19,00 hodin

Ing. Jiří Liška – značkový gay sex shop

Jabkenice 170 (u Mladé Boleslavi)

telefon: 326 388 000

Heaven

Gorazdova 11, Praha 2

telefon: 224 921 282

otevřeno: pondělí – pátek 11,00 – 05,00 hodin

sobota – neděle 14,00 – 05,00 hodin

E-shopy (nejen gay):

www.sexshop1.cz

www.eroticity.cz

www.megasexshop.cz

JESTLIŽE POTŘEBUJEŠ RADU A BEZPEČNÉM SEXU

Jestliže potřebuješ radu
o kondomech a bezpečném
sexu

Jestliže máš problém si nasadit kondom a chtěl by sis o tom promluvit s odborníkem nebo s jiným gayem:

promluv si se zkušenějším kamarádem nebo odborníkem, lékařem sexuologem.

Odborníci ze Sexuologického ústavu

Apolinářská 4
120 00 Praha 2
Tel.: 224 968 248

jsou připraveni pomoci odpovědět na jakoukoliv tvoji otázku týkající se například nasazení kondomu a sexu s ním.





TEST

Kde se můžeš nechat testovat na HIV infekci?

Krevní odběr na testování HIV infekce může provést každý praktický nebo obvodní lékař.

Jedna z největších odběrových ambulancí specializujících se na testování HIV infekce je zřízena v Domě světla provozovaném Českou společností AIDS pomoc. Testování se provádí každé pondělí 16,00-19,00 hodin a každou středu 9,00-12,00 hodin. Testování je bezplatné a anonymní. Výsledky testů jsou sdělovány vždy osobně a to v každé následující pondělí po odběru.

Adresa Domu světla: Malého 3/282, 186 21 Praha 8 - Karlín

Další specializovaná zařízení, která provádějí testy na HIV infekci, jsou AIDS centra v České republice:

AIDS centrum Praha

Infekční klinika FN Na Bulovce,
Budínova 2, Praha 8
vedoucí lékařka:
Doc. MUDr. Marie Staňková, CSc.
telefon: 266 082 629

AIDS centrum Ústí nad Labem

Infekční oddělení, Masarykova nem.,
Na Kabátě, Ústí nad L.
vedoucí lékař:
MUDr. Pavel Dlouhý
telefon: 477 112 633

AIDS centrum Plzeň

Infekční klinika FN Plzeň,
Dr. E. Beneše 13, Plzeň
vedoucí lékař:
Doc. MUDr. Dalibor Sedláček, CSc.
telefon: 377 402 264

AIDS centrum Hradec Králové

Infekční klinika FN Hradec Králové,
Sokolská 581, Hradec Králové
vedoucí lékař:
Doc. MUDr. Václav Dostál
telefon: 495 832 212

AIDS centrum České Budějovice

Infekční odd. Nemocnice ČB,
B. Němcové 54, České Budějovice
vedoucí lékař: MUDr. Václav Chmelík
telefon: 387 874 656

AIDS centrum Brno

Klinika infekčních chorob FN Brno,
Jihlavská 20, Brno
vedoucí lékařka:
MUDr. Svatava Snopková
telefon: 532 232 276

AIDS centrum Ostrava

Klinika chorob infekčních a AIDS,
FNsP Ostrava,
17. listopadu 1790, Ostrava - Poruba
vedoucí lékařka:
MUDr. Jitka Kolčáková
telefon: 597 373 480

!!! před návštěvou AIDS centra je dobré ověřit si telefonicky dobu, ve které dané centrum odběry na HIV infekci provádí !!!

Specializovaným pracovištěm, kde se testuje na HIV infekci, je Národní referenční laboratoř pro AIDS ve Státním zdravotním ústavu (SZÚ) v Praze, Šrobárova 48, Praha 10. Vedoucí laboratoře: RNDr. Marie Brůčková CSc., telefon: 267 313 075.

Dále odběry na HIV provádějí bývalé hygienické stanice, dnes zdravotní ústavy, po celé České republice. V těchto zařízeních je většinou testování neanonymní a hrazené.
Ceny za test se pohybují od 350,- Kč výše.



freedoms-shop.com



Visit www.freedoms-shop.com for our full range of top quality condoms and lubricants at low, low prices. Place an order on our secure website.

KONDOMY

aneb co by gayové (a nejen oni) měli vědět

Autor: z anglického originálu *Condoms* přeložil Vladimír Ondris

Vedoucí projektu: Miroslav Hlavatý

Recenze: MUDr. Ivo Procházka, CSc.
JUDr. Norbert Černý
Bc. Tomáš Rieger

Grafika: REFOS, Ohradní 57, Praha 4
Tisk: REFOS, Ohradní 57, Praha 4

Vydal: © Česká společnost AIDS pomoc
Malého 3/282
186 21 Praha 8 - Karlín

www.aids-pomoc.cz
aids-pomoc@iol.cz
tel.: 224 814 284
fax: 224 810 345

Náklad: 5.000 výtisků
1. vydání

NEPRODEJNÉ