

ІПСШ

Інфекції, що передаються статевим шляхом (ІПСШ), — це інфекції, які поширюються під час проникаючих статевих контактів (анальних, оральних і вагінальних), а також без проникнення (спільне використання секс-іграшок, тісний контакт шкіри зі шкірою в області статевих органів).

**Ви можете мати ІПСШ і не знати про це.
У деяких людей симптоми відсутні.**

ХЛАМІДІОЗ

Симптоми: Біль під час сечовипускання, виділення зі статевих органів, кров'яністі виділення між менструаціями або після сексуального контакту.

Діагностика: Аналіз сечі або мазок.

Лікування: Лікування антибіотиками у таблетках.

ГОНОРЕЯ

Симптоми: Виділення зі статевих органів, кров'яністі виділення між менструаціями.

Діагностика: Аналіз сечі або мазок.

Лікування: Лікування антибіотиками.

СИФІЛІС

Симптоми: Пухирці або виразки в області статевих органів чи ануса (можуть бути болючими або безболісними), висип на тілі.

Діагностика: Взяття зразка крові.

Лікування: Лікування антибіотиками.

ВІЛ

Симптоми: Через кілька тижнів після зараження можуть виникнути грипоподібні симптоми, висип на тілі.

Діагностика: Аналіз крові з пальця або взяття зразка крові, залежно від місця проведення тестування.

Лікування: Контролюється за допомогою антиретровірусних препаратів. Якщо ви отримуєте ефективне лікування та маєте невизначуване вірусне навантаження, ви не можете передати ВІЛ іншим людям.

ГЕНІТАЛЬНИЙ ГЕРПЕС

Симптоми: Болючі пухирці або виразки в області статевих органів чи ануса.

Діагностика: Мазок з пухирця або виразки.

Лікування: Антивірусні препарати у таблетках.

ГЕНІТАЛЬНІ БОРОДАВКИ

Симптоми: Утворення вузликів, горбиків або наростів в області статевих органів/ануса.

Діагностика: Лікар/медсестра огляне уражену ділянку.

Лікування: Застосування крему або кріотерапії для лікування.

Згода

Згода означає добровільну домовленість щось зробити. У контексті сексу це означає згоду на секс або участь у сексуальній активності.

ЩО ПОТРІБНО РОБИТИ:

- Обов'язково запитуйте згоду людини. Це стосується й постійних статевих партнерів.
- Запитуйте згоду на кожну окрему сексуальну дію. Якщо людина погодилася на одну сексуальну дію, це не означає її автоматичної згоди на інші дії.
- Звертайте увагу на мову тіла партнера. Якщо людина виглядає напруженою чи невпевненою, але сказала «так», можливо, вона насправді не хоче займатися сексом.



ЩО РОБИТИ НЕ МОЖНА:

- Не припускайте, що людина дала згоду на підставі її одягу чи поведінки.
- Не чинить тиску на людину з метою схилити її до сексуальних стосунків. Згода має бути добровільним і свідомим рішенням.



У Великій Британії законний вік згоди на сексуальну активність становить 16 років.

i

Цей закон створений для того, щоб захистити молодих людей від жорстокого поводження з боку дорослих. Його мета не полягає в тому, щоб криміналізувати статеві стосунки між особами, молодшими за 16 років, якщо вони приблизно одного віку.

Ви можете конфіденційно поговорити з нашою командою з питань сексуального здоров'я.

Картка C-Card

Отримуйте безкоштовні презервативи та лубриканти в аптеках, клініках та освітніх закладах за допомогою картки C-Card — доступно особам віком від 13 років.



Відскануйте QR-код, щоб переглянути перелік місць, де ви можете зареєструватися, а також отримати додаткову інформацію на нашому

вебсайті.
Залежно від вашого віку, ви також можете зареєструватися онлайн.



Екстрена контрацепція

Екстрена контрацепція допомагає запобігти вагітності після сексу без контрацепції або у разі, якщо контрацептивний метод не спрацював. Національна служба охорони здоров'я (NHS) надає безкоштовно два варіанти екстреної контрацепції:

- **Екстрена ВМС (мідна спіраль)** — доступна у клініках сексуального здоров'я та в деяких сімейних лікарів.
- **Екстрені гормональні контрацептиви** — іноді називають «таблетками наступного ранку» — доступні у службах сексуального здоров'я, у сімейних лікарів та в деяких аптеках.

Екстрену контрацепцію найкраще застосувати якомога швидше після незахищеного статевого акту.



 openclinic.org.uk



Ці послуги з питань сексуального здоров'я надаються Довірчим фондом співпраці Мідленду Національної служби охорони здоров'я (NHS) і фінансуються місцевими органами влади.

За потреби на консультацію з питань сексуального здоров'я може бути запрошений усний перекладач.

Ukrainian | June 2026

Контрацепція

Якщо ви ведете статеве життя, використання засобів контрацепції є найкращим способом уникнути вагітності. Існує багато видів контрацепції на вибір, і різні методи підходять різним людям. Деякі методи потребують спеціальної процедури встановлення та видалення.

Імплантат

Невеликий стрижень, що виділяє гормон прогестоген, розміщується під шкірою верхньої частини руки.

- Ефективність понад 99 %
- Термін дії — до 5 років
- Менструації можуть залишатися незмінними, припинитися, стати частішими або нерегулярними



Ін'єкція

Гормон прогестоген вводиться внутрішньом'язово, зазвичай у сідницю.

- Ефективність понад 99 % (за умов своєчасного повторного введення відповідно до рекомендацій)
- Діє протягом 14 тижнів
- Менструації зазвичай припиняються після 2–3 ін'єкцій



Внутрішньоматкова система (ВМС) (гормональна спіраль)

Невеликий пластиковий пристрій, який встановлюється в матку.

- Ефективність понад 99 %
- Термін дії — до 8 років, залежно від типу пристрою
- Менструації можуть стати менш яскравими або припинитися



Внутрішньоматкова спіраль (ВМС) (мідна спіраль)

Невеликий пластиковий пристрій із міддю встановлюється в матку.

- Ефективність понад 99 %
- Термін дії — до 10 років
- Менструації можуть залишатися незмінними або стати більш яскравими/тривалими/болючими



Комбінована таблетка

Таблетка, що містить гормони естроген і прогестоген.

- Ефективність 91 % при типовому використанні
- Приймається щодня протягом щонайменше 3 тижнів, з перервою або без неї
- Ви можете контролювати час настання менструації або її відсутність; вона часто робить менструації менш яскравими й менш болючими



Таблетка, що містить тільки прогестоген

Таблетка, яка містить гормон прогестоген.

- Ефективність 91 % при типовому використанні
- Потрібно приймати щодня без перерв
- Менструації можуть залишатися незмінними, припинитися, стати частішими або нерегулярними



Презервативи (для пеніса)

Тонкий латексний або пластиковий чохол надягається на ерегований пеніс.

- Ефективність близько 85 % при типовому використанні
- Захищає від ІПСШ



Презервативи (для піхви)

Тонкий пластиковий чохол, який вставляється у піхву й покриває зовнішню ділянку статевих органів.

- Ефективність близько 85 % при типовому використанні
- Захищає від ІПСШ



Існують також інші методи, окрім зазначених тут. Щоб дізнатися, який метод найкраще підійде саме вам, зверніться до свого сімейного лікаря або до служби сексуального здоров'я.