



Doğu Akdeniz
Üniversitesi
"Erdem, Bilgi, Gelişim"



PDRAM 1997



Güvenli CİNSELLİK

Yetişkinler karşılıklı rıza göstererek, sonuçlarını ve sorumluluklarını göz önüne alarak cinselliği yaşarlar.

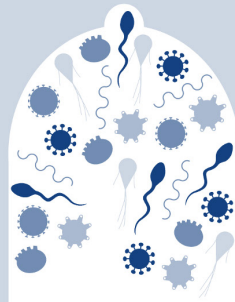
Güvenli Cinsellik zorlama, ayrımcılık ve şiddetten arınmış, olumlu ve saygılı bir yaklaşım gerektiren her türlü cinsel içerikli davranıştır. Aynı zamanda, kendinizi ve partnerinizi cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlardan, istenmeyen gebeliklerden koruyan davranışları kapsar. Daha sağlıklı bir hayat sürdürmenize olanak tanır.

İstenmeyen Hamilelik ve Korunma Yöntemleri

Hamilelik çoğu zaman, mutluluk ve umut verici bir durum olabilir. Ancak, istemeden (zorla) veya beklenmedik bir şekilde hamile kalmak korku ve endişeye sebep olabilir. Araştırmalara göre; istemeyerek hamile kalan kadınların bir kısmı, çocuk aldırma (kürtaj) ya da düşürmek yoluna başvurmuşlardır.

Hemen hemen her ülkenin hamileliğin sonlandırılması ile ilgili farklı yasaları vardır. Kuzey Kıbrıs'taki yasalara göre istenmeyen hamileliğin sonlandırılması, hamileliğin başlangıcından itibaren 10 hafta içerisinde, kadın evli ise eşi ile ortak kararına, kadın evli değil ama 18 yaşından büyük ise kendi kararına, 18 yaşından küçük ise de yasal vasisinin yazılı izni doğrultusunda gerçekleştirilebilmektedir.

Hamilelikten korunma yöntemleri, istenmeyen hamileliklerin önlenmesinin yanı sıra cinselliği güvenli hale getirmekte ve sağlıklı bir cinsel yaşam sağlamaktadır.



İstenmeyen hamileliğin oluşumunu engelleyen bazı yöntemler:

- Periyodik korunma
- Cinsel perhiz
- Doğum kontrol hapları
- Erkeğin cinsel ilişkide geri çekilmesi
- Rahim içi araç
- Derialtı çubukları
- Aylık iğne
- Vasektomi (Erkeklerde kanalların bağlanması)
- Kadında tüplerin bağlanması
- Üç aylık iğne
- Diyafram
- Ertesi gün hapı
- Kadın-erkek kondomu

☞ İstenmeyen hamilelikten korunmak amacıyla yukarıda belirtilen yöntemlerin birçoğunun daha sonrasında oluşabilecek bazı olumsuzlukları engellemek amacıyla uzman bir doktor tarafından önerilmesi veya doktor kontrolünde gerçekleştirilmesi önerilmektedir.

Cinsel Yolla Bulaşan Enfeksiyonlar

Cinsel Yolla Bulaşan Enfeksiyonlar (CYBE) cinsel temas yoluyla bulaşan mikrobik hastalıklardır. Genellikle oral, anal veya vajinal ilişki sırasında bir kişiden diğerine geçebilmektedir. Bazıları meni, vajinal sıvılar ve kan gibi vücut sıvıları içinde taşınır. Diğerleri ise sadece ciltten cilde enfeksiyon bulaşmış bir vücut bölgesine dokunarak geçebilmektedir. Bu enfeksiyonlar arasında en yaygın olarak bilinenler gonore (bel soğukluğu), sifiliz (frengi), HIV enfeksiyonu (AIDS'le sonuçlanabilen bulaşma), mantar, uçuklar, cinsel organ siğilleridir.

☞ Herhangi bir CYBE belirtisi varsa veya şüphesi duyuluyor ise vakit kaybetmeden uzman bir doktora başvurulması gerekmektedir.

Cinsel temasın dışında bazı diğer davranışsal faktörler de CYBE bulaşma riskini artırmaktadır. Bunlara Riskli Cinsel Davranışlar denilmektedir. Aşağıda riskli cinsel davranışlardan bazıları sıralanmıştır.

- Erkek veya kadın prezervatifi olmadan cinsel ilişkiye girmek,
- Prezervatifi bir kereden fazla kullanmak veya kullanım süresi dolan bir prezervatif kullanmak,
- Çok eşli olmak,
- Prezervatifi yanlış kullanmak veya prezervatif bozulduktan sonra cinsel ilişkiye devam etmek,
- Sık cinsel eş değiştirmek,
- Eşlerden birinin cinsel yolla bulaşan enfeksiyon geçmesine sahip olması.

Genelde güvenli olarak tanımlanan cinsel ilişkinin daha az cinsel doyum sağladığı ve daha çok zahmet gerektirdiği düşüncesi bireylerin yukarıda belirtilen bazı riskleri almalarına sebep olabilmektedir. Fakat, hem korunarak cinsel yaşamdan zevk almak hem de partnerinizle olan ilişkinizdeki iletişimi ve güveni geliştirmek, gerginliği ortadan kaldırarak cinsel hazzı çeşitlendirmek mümkündür.



Doğu Akdeniz Üniversitesi

Psikolojik Danışmanlık Rehberlik ve Araştırma Merkezi (DAÜ-PDRAM)

Tel: +90 (392) 630 2251

Faks: +90 (392) 630 2475/2254

E-mail: counsel.pdram@emu.edu.tr

Web: <http://pdram.emu.edu.tr>

Adres: Doğu Akdeniz Üniversitesi

Kuzey Kampüsü, Sağlık Merkezi Binası

Zemin Katı, Gazimağusa, Kuzey Kıbrıs