Oppfriskningsinformasjon for lærere



**8.-10. trinn fordypning**

Pakken inneholder valgfritt bakgrunnsinformasjon om hvert emne, slik at du kan planlegge timene og presentere emnet for elevene.

## Kjønnssykdommer

Kjønnssykdommer får vi ved å ha nær seksuell kontakt med noen som allerede er smittet. Noen kjønnssykdommer kan behandles med antibiotika, mens andre ikke kan det. Mange symptomer på uhelbredelige kjønnssykdommer kan behandles, slik at de blir lettere å leve med. Det finnes over 25 forskjellige kjønnssykdommer.

Bakterielle kjønnssykdommer oppstår når bakterier blir spredt gjennom vaginal, oral eller anal seksuell kontakt med en smittet person. Disse infeksjonene omfatter klamydia, gonoré og syfilis og avhjelpes generelt gjennom antibiotikabehandling.

Virusinfeksjoner kan spre seg via de samme veiene som bakterieinfeksjoner, men kan også spre seg gjennom direkte kontakt med infisert hud eller kroppsvæsker som blod, sæd eller spytt fra en smittet person som kommer inn i blodomløpet hos en person som ikke er smittet. Virusinfeksjoner omfatter kjønnsvorter, hepatitt B, herpes og HIV som IKKE kan helbredes selv om de kan behandles.

De fleste kjønnssykdommer overføres generelt via seksuelle møter, men noen av disse infeksjonene kan overføres på andre måter og dessuten seksuelt. Hepatitt B, C og HIV kan for eksempel spre seg til andre ved at vi deler nåler og sprøyter, eller de kan overføres fra mor til foster under graviditet og fødsel. HIV kan også spre seg gjennom morsmelken. Det er viktig å merke seg at en HIV-positiv person som blir behandlet, og som har en upåviselig virusmengde, ikke kan overføre HIV til andre.

Mer informasjon om de vanligste kjønnssykdommene finnes i en PowerPoint-presentasjon på e-bug.eu/eng/KS4/lesson/STIs. Det er viktig å merke seg at personer kan ha kjønnssykdom, men INGEN åpenbare symptomer. Det er ikke sikkert de selv vet at de er smittet.

Alle kan få kjønnssykdommer. De fleste som får kjønnssykdommer, vet ikke at den de hadde seksuell kontakt med, var smittet. Når vi snakker om seksuell helse med elevene, er det viktig at alle føler seg bekvemme, trygge og hørt. Her er noen grunnregler vi kan følge:

* Ingen (lærer eller elev) må svare på et personlig spørsmål
* Ingen vil bli tvunget til å delta i en diskusjon
* Bare de riktige navnene på kroppsdeler vil bli brukt (du kan be elevene bruke riktig ord hvis de kan det, men hvis de ikke kan det, la dem bruke det ordet de kjenner, og deretter presentere dem for det mer korrekte ordet)
* Betydningen av ord blir forklart på en fornuftig og saklig måte
* Andre (som klassen blir enig om)

### Klamydia

Klamydia er en kjønnssykdom som skyldes bakteriene *Klamydia trachomatis*. Klamydia er vanligst blant personer i 16–24-årsalderen. I denne gruppen antas det at cirka én av ti er smittet. Cirka 70 % av alle kvinner og 50 % av alle menn med klamydia får ikke symptomer i det hele tatt, noe som betyr at mange smittede ikke er klar over at de er smittebærere. For kvinner som opplever symptomer, kan dette blant annet være unormal utflod, smerter og/eller blødning under sex og smerter ved vannlating. Hos menn omfatter de en uklar eller vannaktig utflod fra tuppen på penis, smerter ved vannlating og smerter i testiklene.

Diagnose kan stilles ved hjelp av en urinprøve (menn og kvinner) eller vaginal svaberprøve (bare kvinner). Infeksjonen kan behandles med antibiotika i én uke. Ubehandlet klamydia er en veletablert årsak til bekkeninfeksjon (alvorlig betennelse i eggstokkene og egglederne), graviditet utenfor livmoren (når et foster vokser i en eggleder) og ufruktbarhet hos kvinner. Hos menn kan infeksjon forårsake problemer med prostata og testiklene, og det er stadig mer som tyder på at klamydia kan føre til ufruktbarhet hos menn.

Klamydia er et alvorlig og økende folkehelseproblem, men denne infeksjonen har en rekke kjennetegn som kan bety at unge kanskje ikke synes den er særlig truende.

Når unge står overfor valget om de skal bruke kondom, veier de nok for og imot. Noen av disse vil være positive og for eksempel beskytte mot kjønnssykdommer, men det er sannsynligvis langt flere negative (f.eks. «det ødelegger stemningen»). Ofte kan de negative sidene veie tyngre enn de positive, slik at motivasjonen til å bruke kondom ikke er særlig sterk.

For å motvirke dette og styrke intensjoner om å bruke kondomer er det svært viktig at unge har et klart bilde av hvilken trussel kjønnssykdommer står for. Denne timen er bygd opp slik at elevene kan få et sterkt og realistisk bilde av den trusselen klamydia medfører, og se nærmere på problemene som forhandling om sikrere sex innebærer.

Smittevern: Kjønnssykdommer



**14–16 år**

# Time 6: Kjønnssykdommer

En klasseromsbasert aktivitet viser hvor lett kjønnssykdommer kan overføres. Med klamydia som eksempel hjelper denne timen elevene med å forstå hvor lett de kan få kjønnssykdommer, og hvor alvorlige konsekvensene kan være.

## Kompetansemål

### Alle elever skal:

* forstå at infeksjoner kan spre seg lett gjennom seksuell kontakt.
* forstå hva de kan gjøre for å beskytte seg mot kjønnssykdommer.
* være klar over at ikke alle med kjønnssykdom har symptomer.
* forstå at prevensjonsmidler uten barriere ikke beskytter mot kjønnssykdommer.

### De fleste elever skal:

* forstå hvor lett infeksjoner som klamydia kan spre seg blant unge.
* begynne å se nærmere på effektiv kommunikasjon rundt bruk av kondom.

Relevans

### Mat og helse

* Helse og forebygging
* Intime og seksuelle forhold
* Seksualhelse

### Naturfag

* Vitenskapelig metode
* Biologi

### Norsk

* Lesing
* Skriving

**Time 6: Kjønnssykdommer**

## **Ressurser**

### Innledning

#### Per klasse

* Kopi av PP1

### Hovedaktivitet: Eksperiment med reagensglass

#### Per elev

* 3 rene reagensglass
* Kopi av EA1

*Per klasse*

* Reagensglasstativ
* Jod
* Risvann
* Hansker
* Plastfolie

### Aktivitet 2: Se etter legitime informasjonskilder

#### Per elev

* Kopi av EA2
* Kopi av LA1

### Aktivitet 3: Sikrere sex: Risikoer, kommunikasjon og informasjon

#### Per elev

* Huskelapper
* Penner/blyanter

#### Per klasse

* 4 A3-ark

### Aktivitet 4: Skape bevissthet rundt gonoré

#### Per elev/gruppe

* Enhet for å opprette en presentasjon (valgfri)
* Penner/blyanter
* Papir

### Aktivitet 5: Kondomforhandling

#### Per elev

* Kopi av SA1
* Kopi av SA2
* Kopi av EA3

### Ekstraaktivitet 1: Seksualhelse (bingo)

#### Per elev

* Kopi av EA4
* Penner

#### Per klasse

* Kopi av LA2 Boks/hatt (til å trekke kort opp av)
* Premier (valgfritt)

### Ekstraaktivitet 2: Test om kjønnssykdommer

#### Per elev

* Kopi av EA5

## Støttemateriell

* LA1 Misoppfatninger om kjønnssykdommer
* LA2 Seksualhelse (bingovertskort)
* SH1 La oss snakke om kondomer – ineffektivt
* SA2 La oss snakke om kondomer – effektivt
* EA1 Eksperiment med spredning av kjønnssykdommer i reagensglass (registreringsark)
* EA2 Misoppfatninger om kjønnssykdommer
* EA3 La oss snakke sammen (arbeidsark)
* EA4 Seksualhelse (bingo)
* EA5 Kjønnssykdommer (test)

## Forberedelser

Eksperiment med reagensglass

1. Avsnitt A
   1. Fylt et reagensglass halvfullt med melk – ett per elev
   2. Erstatt et av reagensglassene med stivelse
2. Avsnitt B
   1. Fyll et andre sett med reagensglass halvfullt med melk
   2. Erstatt et av reagensglassene med stivelse
3. Avsnitt C
   1. Fyll 4 reagensglass med melk
   2. Legg bomullsputer eller plastfolie over toppen av to av reagensglassene
   3. Fyll et ekstra reagensglass med stivelse
4. Kopier opp EA1 til hver elev

MERK: Denne aktiviteten kan brukes til å dokumentere spredningen av andre typer infeksjon.

Ekstraaktivitet: Seksualhelse (bingo)

1. Skriv ut bingokort (EA4).
2. Skriv ut, klipp ut og brett bingovertkort for seksualhelse (LA2) og legg dem i en boks/hatt e.l.
3. Ordne med premier hvis det trengs

 **Time 6: Kjønnssykdommer**

## Stikkord

Klamydia

Kondom

Prevensjon

Gonoré

Sikker Sex

Kjønnssykdommer

Nettlenker

https://www.e-bug.eu/no-no/fordypning-8-10-trinn-kj%C3%B8nnssykdommer

## Innledning

1. Repeter grunnreglene om seksualundervisning, eller bruk de foreslåtte reglene i oppfriskningsinformasjonen for lærere i begynnelsen av pakken.
2. Start timen ved å forklare elevene at det er mange måter mikrober kan overføres på, f.eks. ved berøring, nysing eller gjennom kontaminert mat eller drikkevann. Påpek at en annen viktig smittevei er gjennom utveksling av kroppsvæske, dvs. ubeskyttet seksuelt samleie.

For å oppfordre elevene til å snakke om emnet kan du spørre om de har hørt om noen kjønnssykdommer, og om de vet hva som forårsaker dem. Bruk PowerPoint-aktiviteten på (e-bug.eu/eng/KS4/lesson/STIs) til å forklare dette.

1. Forklar at kjønnssykdommer generelt blir overført gjennom ubeskyttet seksuell kontakt, dvs. når vi ikke bruker kondom, selv om noen av infeksjonene kan overføres på andre måter som delte nåler og sprøyter eller hud-til-hud-kontakt eller fra mor til foster og via morsmelk. Dette er fordi noen kjønnssykdommer blir båret i blodet, og overføring av denne kroppsvæsken kan også overføre smitten.
2. Påpek at prevensjonsmidler uten barriere, f.eks. angrepillen, IKKE beskytter mot kjønnssykdommer.
3. Merk at begrepene «kjønnssykdom», «seksuelt overførbar sykdom» og «seksuelt overførbar infeksjon» betyr det samme. En infeksjon vil si at kroppen blir invadert av en mikrobe. En infeksjon kan forårsake symptomer og komplikasjoner som endrer kroppens normale funksjon, men den avhenger ikke av dette for å bli klassifisert som en infeksjon. En sykdom forårsaker derimot spesifikke helsekomplikasjoner. Vi bruker likevel kjønnssykdom her fordi det er best kjent.

## Aktivitet

### Hovedaktivitet: Eksperiment med reagensglass

Denne aktiviteten utføres helst som en klasseøvelse. Be elevene registrere resultatene sine under hele eksperimentet på EA1.

#### Avsnitt A

1. Forklar elevene at de skal simulere seksuell kontakt ved å utveksle væske (som representerer kroppsvæske) mellom de to reagensglassene. Send reagensglassene rundt i klassen, og påse at hver elev får et reagensglass fullt av væske.

IKKE la elevene få vite at det ene reagensglasset inneholder stivelse, men læreren bør vite hvem det er som har dette reagensglasset.

MERK: Det kan være viktig å gi reagensglasset med stivelse til en elev som ikke blir urolig eller flau over å få vite at han eller hun er «smittebæreren».

1. Fortell hver elev at de må utveksle væske med fem andre elever (i en klasse med mindre enn 25 elever kan antallet bytter reduseres til tre eller fire). Be elevene registrere dette på EA1. Be elevene blande seg utenfor sin normale vennekrets.
2. Fortell deretter elevene at en av dem har væske som inneholder en simulert kjønnssykdom. Læreren bør gå rundt blant elevene som tester seg for kjønnssykdom, og tilsett en dråpe jod i hvert reagensglass. Hvis væsken blir svart, var personen smittet.

Dette eksperimentet understreker hvor lett og diskré kjønnssykdommer kan spre seg fra person til person.

#### Avsnitt B

1. Gjenta aktiviteten ved å redusere hvor mange ganger elevene utveksler væske (har seksuelt samkvem) til én eller to. Merker klassen reduksjonen i antall smittede personer?

#### Avsnitt C

1. Velg fem personer fra klassen til å holde en demonstrasjon. Vis klassen hvilken elev som har det «smittede» reagensglasset. Gi de fire andre elevene de gjenværende reagensglassene, der to er dekket med plastfolie.
2. Be eleven med det «smittede» røret ha «seksuelt samkvem» med hver av de fem andre elevene etter tur.

MERK: Ikke bland væskene denne gangen. Bare la den smittede eleven dryppe litt av væsken over i de andre reagensglassene med en dråpeteller. Mottakeren må blande prøven godt.

1. Test hver av elevprøvene for kjønnssykdom ved hjelp av joden.
2. Påpek at plastfolien representerte et kondom under disse seksuelle samkvemmene, og at disse elevene ikke ble smittet.

Mulige diskusjonspunkter med elevene etter dette eksperimentet er blant annet:

* 1. Hvor enkelt kjønnssykdommer smitter: Snakk med elevene om hvor lett kjønnssykdommen ble spredt fra person til person. Ble de overrasket over noen av måtene kjønnssykdommer kan spre seg på fra person til person?
  2. Hvordan vi kan redusere infeksjonsrisikoen: Snakk om hvor langt og raskt kjønnssykdommer kan spre seg, og hvordan færre kontakter automatisk reduserer smittefaren.
  3. Personlig ansvar for egen helse: Det er viktig at unge tar ansvar for og føler de kan passe på sin egen helse, også sin seksualhelse. Vi bør unngå å diskutere «skyld» mellom seksualpartnere.
  4. Vanskelige samtaler: Forestille seg en vanskelig samtale der vi må be en seksualpartner sjekke seg / få behandling for en kjønnssykdom – bedre for å hindre infeksjon i stedet.

### Aktivitet 2: Se etter legitime informasjonskilder (aktivitet utenfor laboratoriet)

Unge vil sannsynligvis lete på internett etter informasjon om nytelse, forhold eller symptomer på kjønnssykdommer, eller bruke kilder de anser som legitime, f.eks. Sex og samfunn. Be elevene bruke internett til å tilbakevise noen vanlige misoppfatninger om kjønnssykdommer på EA2. Denne aktiviteten kan tilpasses en klassediskusjon. Svar finnes på LA1.

### Aktivitet 3: Idémyldring: Sikrere sex, risikoer og kommunikasjon og informasjon

1. Sett opp fire store ark i rommet, med følgende spørsmål på hver plate:

* Hva er risikoene ved å ha ubeskyttet sex?
* Hva betyr sikker sex for deg?
* Hvordan kan vi kommunisere med hverandre for å gjøre sexen sikrere?
* Hvordan kan vi bli mer bekvemme med å snakke om sikrere sex med partnere og generelt?

1. Del ut huskelapper til elevene. Be elever skrive sine tanker og forslag på huskelappene og deretter klebe svarene på de relevante arkene.

### Aktivitet 4: Skap bevissthet om gonoré (aktivitet utenfor laboratoriet)

Denne aktiviteten kan gjennomføres i små grupper eller som en individuell oppgave. Bruk enheter med internettilgang og/eller tekstbøker, og be elevene finne ut mer om de sykdomsframkallende mikrobene i EA3 og fylle ut det som mangler. Svar finnes på LA3. En rad står tom, slik at elevene kan velge sin egen patogene (skadelige) mikrobe å se nærmere på. Når denne tabellen er fylt ut, kan den fungere som en flott måte å konsolidere stoffet på.

### Aktivitet 5: Kondomforhandling

1. Bygg videre på diskusjonen med spørsmålene for å understreke hvor viktig det er å treffe egne beslutninger og drøfte beslutninger om sex og sikrere sex med partnere. Denne aktiviteten fokuserer på partnerkommunikasjon om beslutninger om å ha kjønn og bruk av kondomer for å beskytte seg mot kjønnssykdommer. Be elevene praktisere effektive og ineffektive kommunikasjonsteknikker når det gjelder å forhandle om bruk av kondom via følgende rollespillaktivitet.
2. Del ut støttearket «La oss snakke om kondomer: Ineffektivt» (SA1). Skriv tilbakemeldinger på tusjtavlen etter at elevene har gjennomført rollespillet.
3. Gjenta prosessen med «La oss snakke om kondomer: Effektivt støtteark (SA2).
4. Snakk om følgende som gruppe:
   1. Hvilken kommunikasjon er mer effektiv?
   2. Hva gjør den ene formen for kommunikasjon mer effektiv?
   3. Hva slags aktiv kommunikasjon brukte Tiril
5. Del ut støttearket La oss snakke sammen (EA3). Denne siste aktiviteten gir elevene muligheten til å praktisere aktiv kommunikasjon om bruk av kondom.
6. Be elevene dele seg i par, bli enige om hva samtalen skal handle om, og gjennomfør rollespill enten i grupper eller i klassen.
7. Gjennomgå øvelsen etterpå ved å be elevene tenke på hva de har svart, og avgjøre om de har vært aktive.

## Diskusjon

Kontroller at elevene har forstått stoffet ved å stille følgende spørsmål:

### Hvem kan få kjønnssykdommer?

**Svar**: Alle som har hatt ubeskyttet sex med noen som har en kjønnssykdom, kan få kjønnssykdom. Kjønnssykdommer er IKKE bare noe som rammer personer som driver med risikoatferd som narkotikabruk, sexarbeid, flere seksualpartnere og/eller analsex. Du trenger bare å ha seksuelt samkvem med en infisert person én gang for å bli smittet, og den personen trenger ikke å vite at han eller hun er smittet.

### Hva er en kjønnssykdom?

**Svar**: Kjønnssykdommer er infeksjoner som hovedsakelig overføres mellom personer under seksuell kontakt. Det finnes minst 25 forskjellige kjønnssykdommer med en rekke forskjellige symptomer. Disse sykdommene kan spres gjennom vaginal-, anal- eller oralsex.

### Hvordan kan vi redusere risikoen for å få kjønnssykdommer?

**Svar:** Det er flere måter å unngå å få kjønnssykdommer på. De inkluderer

1. Avhold: Den eneste sikre måten å unngå å få kjønnssykdom på er ikke å ha oral, anal eller vaginal seksuell kontakt.
2. Bruk kondom: Kondomer er det anbefalte forebyggende tiltaket, men kondomer beskytter bare den huden de dekker. Sår eller vorter på kjønnsorganene som kondomet ikke dekker, kan fortsatt spre seg til andres hud.
3. Snakk med partneren din: Snakk med partneren din om praksis for sikrere sex, f.eks. bruk av kondom. Hvis du har en ny partner, så snakk om muligheten for at begge tester seg for kjønnssykdom før dere innleder et seksuelt forhold.
4. Personer bør teste seg og gå til regelmessige legeundersøkelser: Når vi er seksuelt aktive, særlig hvis vi skifter seksualpartnere, og selv om vi ikke ser ut til å ha symptomer, er det likevel svært viktig å teste og kontrollere seg regelmessig for å sikre at vi ikke har en infeksjon. Ikke alle kjønnssykdommer viser symptomer først, hvis de i det hele tatt gjør det.

Beskytter andre former for prevensjon enn kondomet oss mot kjønnssykdommer? NEI. De andre prevensjonsmetodene beskytter bare mot graviditet, de vil IKKE beskytte mot å få kjønnssykdom.

### Hva er symptomene på en kjønnssykdom?

**Svar:** Symptomene på kjønnssykdom varierer, men det vanligste er sårhet, uvanlige klumper eller sår, kløe, smerter ved vannlating, blødning mellom menstruasjoner og/eller en uvanlig utflod fra kjønnsorganet.

### Viser alle som får kjønnssykdom, symptomer?

**Svar:** NEI, kjønnssykdommer er et vanlig problem fordi mange blir smittet uten å være klar over det. I noen tilfeller er ikke kvinner klar over at de har en infeksjon før de opplever problemer med ufruktbarhet senere i livet.

### Hvor finner jeg flere råd, og hvor kan jeg teste meg?

**Svar:** Spør helsesøster eller fastlege, eller oppsøk en helseklinikk.

## Ekstraaktiviteter

### Seksualhelse (bingo)

Klassikeren bingo i ny drakt med seksualhelsebegreper i stedet for tall.

Mål: Deltakerne blir presentert for seksualhelsekonsepter som gjelder sikrere sex, kjønnssykdommer og testing for seksualhelse.

Gi hver deltaker et bingospillerkort (EA4) og en penn. Forklar spillereglene. Trekk etter tur et bingovertskort fra boksen/hatten (LA2). Les elementet på bingovertskortet og et tilknyttet helsebudskap. Bruk informasjonen på bingovertskortet til å presentere mer informasjon, diskutere og kontrollere at alle har forstått. Alle med dette elementet på sitt spillekort kan krysse det av. Den første som krysser av en hel horisontal, vertikal eller diagonal rad og roper «Bingo!», vinner spillet. Alternativt kan spillet fortsette til det er en første-, andre- eller tredjeplass.

Vær forberedt på å sette ned eller opp tempoet når dette spillet spilles, avhengig av elevenes behov. Vurder også å stave eventuelle ord for å hjelpe elevene med å finne dem.

Hovedbudskap:

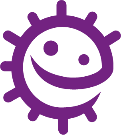
* For å praktisere sikker sex bør vi alltid bruke kondom og teste oss regelmessig for kjønnssykdommer
* Kondomer er mest effektive når de brukes på riktig måte
* Gjør deg kjent med kondomer, hvordan du bruker dem, og hvor du får tak i dem
* Kondomer gir den beste beskyttelsen mot kjønnssykdommer og hindrer samtidig graviditet som ikke er planlagt
* Kondomer kan hindre kjønnssykdommer når de brukes riktig under oralsex
* Unge har rett til å ta egne beslutninger om sex
* De kan gi og trekke samtykke når som helst
* Kondomer er sterke og fleksible
* De fleste kjønnssykdommer gir ikke symptomer – det er ikke mulig å avgjøre hvem som har en kjønnssykdom
* Å teste seg for kjønnssykdommer går raskt, enkelt og smertefritt, og det er vanligvis gratis hos fastlegen / sex og samfunn
* De fleste prøver for kjønnssykdom er urinprøver eller svaberprøver man tar selv
* Unge som er seksuelt aktive, bør teste seg for kjønnssykdommer når de bytter partnere eller minst hvert år, selv om de ikke har symptomer
* Snakk med partneren eller partnerne dine om seksualhelse
* Hver person er unik og har rett til å føle seg bekvem med den de er

### Gjesteforeleser

Inviter en gjesteforeleser fra en lokal ungdomsklinikk/helsesøster til å forelese om de gratis og taushetsbelagte tjenestene de tilbyr. Skriv opp en liste over spørsmål du vil stille dem på forhånd.

## Oppsummering

Del ut EA5 Test til grupper à 3–4 elever. Laget med flest poeng vinner.



## LA1 Misoppfatninger om kjønnssykdommer (lærerark)

Misoppfatninger

Jeg kan ikke få kjønnssykdom av oralsex

Ikke sant. Risikoen for å få kjønnssykdom gjennom oralsex er generelt mindre enn ved vaginal- eller analsex, men det er fortsatt en risiko. De infeksjonene som oftest blir overført gjennom oralsex, er herpes simplex, gonoré og syfilis.

Jeg kan få herpes av et toalettsete

Ikke sant. Herpes simplex-virus (HSV) sprer seg ved direkte kontakt mellom slimhinner (bløtvevet i kjønnsorganene og munnen) med et herpessår, spytt, eller utsondringer fra kjønnsorganene til en person med herpesinfeksjon. Herpes overføres vanligvis under kyssing eller oral-, anal- eller vaginalsex.

Å teste seg for kjønnssykdommer er smertefullt og flaut

Ikke sant. Mange prøver for kjønnssykdommer er så raske og enkle som å avgi en urinprøve. Noen prøver kan også omfatte blodprøvetaking, en visuell undersøkelse for å se etter tegn på infeksjon eller bruk av en svaberprøve (tas med en mindre, myk og avrundet vattpinne) på kjønnsorganområdet. Hvis en svaberprøve er nødvendig, tilbyr noen tjenester muligheten til å gjøre det selv. Helsepersonell utfører seksualhelsekontroller hver dag – og de tenker ikke på en prøve for kjønnssykdommer som noe som speiler atferden din, men som et ansvarlig helsevalg.

Pillen kan beskytte deg mot å få kjønnssykdommer

Ikke sant. Angrepillen hindrer graviditet. Den beskytter ikke mot kjønnssykdommer. Personer med mange seksualpartnere får kjønnssykdommer Ikke sant. Kjønnssykdommer forskjellsbehandler ikke etter hvor mange partnere en person har hatt. Alle kan få kjønnssykdommer, det gjør ikke noe om man har én partner eller flere. Kjønnssykdommer kan overføres via ubeskyttet sex.



## LA2 Seksualhelse (bingovertskort)

Kjønnssykdom  
\_ \_ \_ \_ \_  
En kjønnssykdom er en seksuelt overført infeksjon

Beskyttelse  
\_ \_ \_ \_ \_  
Den beste formen for beskyttelse mot kjønnssykdommer er kondomer

Oral   
\_ \_ \_ \_ \_  
Kondomer kan gjøre at du er trygg under oralsex

Smertefri  
\_ \_ \_ \_ \_  
Å ta en seksualhelse- test er smertefritt

Legeundersøkelse  
\_ \_ \_ \_ \_  
Å bli testet for kjønnssykdommer bør være en del av en normal legeundersøkelse

Sex   
\_ \_ \_ \_ \_  
Hvis du har kjønnssykdommer, kan du holde deg trygg ved alltid å bruke kondom

Kondomer  
\_ \_ \_ \_ \_  
Kondomer er den eneste formen for beskyttelse som hindrer graviditet og kjønnssykdommer

Testet  
\_ \_ \_ \_ \_  
Hvis du har sex, holder du deg trygg ved å teste deg for kjønnssykdommer regelmessig



## SA1 La oss snakke om kondomer (støtteark med ineffektivt eksempel)

La oss snakke om kondomer

Eksempel 1

Ineffektiv

Lars og Tiril har datet i flere måneder og vært nære på å ha sex. Lars vil bruke prevensjon når de har sex.

Lars: Tiril, kan jeg snakke med deg om noe?

Tiril: Klart det, Lars, vi kan snakke om hva som helst. Hva er det?

Lars: Jeg vil bruke kondom, jeg er redd du har kjønnssykdom.

Tiril: Hvorfor er du så rar? Jeg er helt frisk. Kan vi ikke bare se hva som skjer …

Lars: Ok, beklager. Jeg håpet bare vi kunne snakke.

Tiril: Jeg har også lyst å snakke. Bare ikke om det. La oss snakke om noe annet …



## SA2 La oss snakke om kondomer (støtteark med effektivt eksempel)

La oss snakke om kondomer

Eksempel 2

Effektiv

Lars og Tiril har datet i flere måneder og vært nære på å ha sex. Tiril vil bruke prevensjon når de har sex.

Tiril: Lars, kan jeg snakke med deg om noe?

Lars: Klart det, Tiril, vi kan snakke om hva som helst. Hva er det?

Tiril: Jeg vil ha sex, men jeg er redd for kjønnssykdommer og for å bli gravid.

Lars: Samme her, jeg er også redd for alt det der. Jeg var bare redd for å ta opp temaet først.

Tiril: Jeg vil at vi skal være klare når vi velger å ha sex – du vet, bruke kondom og teste oss på forhånd.

Lars: Ah, så du vil altså bruke kondom?

Tiril: Ja, jeg tenker på oss begge to. Jeg vil ikke at vi skal risikere å få kjønnssykdom eller bli gravid. Er du enig?

Lars: Ja! Helt enig, jeg tenker på deg også, og jeg vil ha sex med deg.



## EA1 Eksperiment med spredning av kjønnssykdommer i reagensglass (registreringsark)

Eksperiment med spredning av kjønnssykdommer: Arbeidsark

Avsnitt A

Tenk gjennom rekkefølgen av personer du har hatt seksuelt samkvem med, og om de hadde kjønnssykdommen:

|  |  |
| --- | --- |
| Seksuelt samkvem | Ble de smittet? |
| 1 |  |
| 2 |  |
| 3 |  |
| 4 |  |
| 5 |  |

Hvor mange i klassen ble smittet? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ble du smittet?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Avsnitt B

Tenk gjennom rekkefølgen av personer du har hatt seksuelt samkvem med, og om de hadde kjønnssykdommen:

|  |  |
| --- | --- |
| Seksuelt samkvem | Ble de smittet? |
| 1 |  |
| 2 |  |

Hvor mange i klassen ble smittet? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ble du smittet?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Hvorfor var det færre som ble smittet denne gangen?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Avsnitt C - Resultater

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Seksuelt samkvem | Ble de smittet? | Farge etter | Årsak til fargeforandring |
| 1 |  |  |  |
| 2 |  |  |  |
| 3 |  |  |  |
| 4 |  |  |  |

Hva representerer plastfolien eller bomullsputene?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Hvorfor var det noen som ikke ble smittet selv om de hadde seksuelt samkvem med noen som hadde kjønnssykdom? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_



## EA2 Misoppfatninger om kjønnssykdommer (arbeidsark)

Misoppfatninger om kjønnssykdommer

Bruk internett til å tilbakevise disse vanlige misoppfatningene om kjønnssykdommer. Skriv ned nøyaktig informasjon om hvert av følgende problemer, og hvilken informasjonskilde du har brukt.

Jeg kan ikke få kjønnssykdom av oralsex

Jeg kan få herpes av et toalettsete

Å teste seg for kjønnssykdommer er smertefullt og flaut

Pillen kan beskytte deg mot å få kjønnssykdommer

Kjønnssykdommer vil forsvinne på egen hånd



## EA3 La oss snakke (arbeidsark)

La oss snakke sammen

Du vet at vennen din planlegger å ha sex.

Du vil at vennen din skal vite at det er viktig å bruke kondom.

*Anvisninger:*

Del inn i par, og bruk det dere har lært om aktiv kommunikasjon og kondomer til å fullføre denne samtalen.

DU: «Jeg vil snakke med deg om kondomer. Du tenker å bruke kondom, ikke sant?»

VENNEN DIN: «Hvem er du, helsepolitiet? Jeg vet ikke … kondomer ødelegger stemningen.»

DU:

VENNEN DIN:

DU:

VENNEN DIN:

DU:

VENNEN DIN:

DU:

VENNEN DIN:



## SW4 – Seksuellhelsebingo arbeidsark

Seksuellhelsebingo

Symptomer

Legeundersøkelse

Oral

Testet

Ubehandlet

Vanlig

Fri

Beskyttelse

Hvem som helst

Kondomer

Plan

Kontakt

Smertefri

Glidemiddel

Lett

«Pillen»

Konfidensiell

Bedre

Rask

Symptomer

Urin

Kjønnssykdom

Behandlet

Sprekker



## EA5 Kjønnssykdommer (quiz)

Quiz: Seksuelt overførbare infeksjoner

Kryss av for så mange svar som er relevant

Hvordan kan kjønnssykdommer spre seg? (3 poeng)

* Vaginalsex
* Analsex
* Sexting
* Oralsex

Hvem kan få kjønnssykdom? (1 poeng)

* Alle som har hatt ubeskyttet sex
* Bare enslige personer
* Bare eldre personer
* Bare menn

Har personer med kjønnssykdom symptomer (1 poeng)

* Alltid
* Aldri
* Det avhenger av infeksjonen
* Ja, men bare hos kvinner

Den beste måten å hindre overføring av kjønnssykdommer på er: (1 poeng)

* Angrepille
* Kondomer
* Dusj etter sex
* Overvåking av den basale kroppstemperaturen

Hvilke av følgende er kjønnssykdommer? (2 poeng)

* Klamydia
* Gonoré
* Influensa
* Malaria