



Key Stage 4

Infectiepreventie en beheersing (IPC): Seksueel overdraagbare aandoeningen (soa's)

Les 6: Seksueel overdraagbare aandoeningen

Een activiteit voor in de klas demonstreert hoe gemakkelijk het is om soa's over te dragen. Met chlamydia als voorbeeld helpt deze les leerlingen om de vatbaarheid van een persoon voor soa's begrijpen en de mogelijk ernstige gevolgen daarvan.

Leerdoelen

Alle leerlingen:

- Begrijpen dat een infectie zich gemakkelijk kan verspreiden door seksueel contact.
- Begrijpen wat leerlingen kunnen doen om zich te beschermen tegen soa's.
- Weten dat niet iedereen die een soa heeft ook symptomen heeft.
- Begrijpen dat vormen van contraceptie zonder barrière niet zullen beschermen tegen soa's.

De meeste leerlingen zullen:

- Begrijpen hoe gemakkelijk infecties als chlamydia zich onder jonge mensen kunnen verspreiden.
- Beginnen om effectieve communicatie over het gebruik van condooms te ontdekken

Koppelingen curriculum

PHSE/RHSE

- Gezondheid en preventie
- Intieme en seksuele relaties
- Seksuele gezondheid

Natuurwetenschappen

- Wetenschappelijk onderzoeken
- Biologie

Engels

- Lezen
- Schrijven



Les 6: Seksueel overdraagbare aandoeningen

Benodigde leermiddelen

Introductie

Per klas

- Kopie van PP1

Hoofdactiviteit: Reageerbuisexperiment

Voor elke leerling

- 3 schone reageerbuisjes
- Kopie van SW1

Per klas

- Reageerbuisrekje
- Jodium
- Stijfswater
- Handschoenen
- Vershoudfolie

Activiteit 2: Betrouwbare informatiebronnen zoeken

Voor elke leerling

- Kopie van SW2
- Kopie van TS1

Activiteit 3: Veilige seks: Risico's, communicatie en informatie

Voor elke leerling

- Post-it briefjes
- Pen/potlood

Per klas

- 4 x A3 vel papier

Activiteit 4: Bewustzijn van gonorrhoe vergroten

Per leerling / groep

- Apparaat om een presentatie te maken (optioneel)
- Pennen/potloden
- Papier

Activiteit 5: Condoom- onderhandeling

Voor elke leerling

- Kopie van SH1
- Kopie van SH2
- Kopie van SW3

Uitbreidingsactiviteit 1: Seksuele gezondheidsbingo

Voor elke leerling

- Kopie van SW4
- Pennen

Per klas

- Kopie van TS2 Doos/hoed (om kaarten uit te trekken)
- Prijzen (optioneel)

Uitbreidingsactiviteit 2: SOA-Quiz

Voor elke leerling

- Kopie van SW5

Ondersteunende materialen

- TS1 Soa's Misvattingen
- TS2 Seksuele gezondheidsbingo Visitekaartjes
- SH1 Laten we het eens hebben over condooms – Ineffectief
- SH1 Laten we het eens hebben over condooms – Effectief
- SW1 Verspreiding van soa's Reageerbuisexperiment
- SW2 Soa's Misvattingen
- SW3 Let's Talk STEM (Wetenschap, Technologie, Engineering en Wiskunde) Werkblad
- SW3 Seksuele gezondheidsbingo
- SW5 Soa-quiz

Vorbereiding geavanceerd

Reageerbuisexperiment

1. Deel A

- a. Vul een reageerbuisje voor de helft met melk – een per leerling
- b. Vervang een van de reageerbuisjes door zetmeel

2. Deel B

- a. Vul de helft van een tweede set reageerbuisjes met melk
- b. Vervang een van de reageerbuisjes door zetmeel

3. Deel C

- a. Vul 4 reageerbuisjes met melk
- b. Plaats wattenbollen of vershoudfolie over de bovenkant van 2 van de reageerbuisjes.
- c. Vul een extra reageerbuisje met zetmeel

4. Kopieer SW1 voor elke leerling

LET OP: Deze activiteit kan ook gebruikt worden om de verspreiding van andere typen infectie te demonstreren.

Uitbreidingsactiviteit: Seksuele gezondheidsbingo

- a. Druk de bingo-speelkaarten af (SW4)
- b. Druk de Visitekaartjes voor de Seksuele gezondheidsbingo (TS2) af, knip ze uit en vouw ze en doe ze in een doos of hoed.
- c. Organiseer prijzen indien gewenst



Les 6: Seksueel overdraagbare aandoeningen

Kernwoorden

Chlamydia

Condoom

Contraceptie

Gonorroe

Veilige seks

Seksueel overdraagbare aandoeningen (soa's)

Gezondheid en Veiligheid

Zoek advies bij CLEAPPS voor veilige microbiologische praktijk in het klaslokaal.

www.cleapps.org.uk

Weblinks

<https://e-bug.eu/nl-NL/soa-ks4>

Introductie

1. Herhaal de basisregels voor veilige seks van de lessen seksuele voorlichting of gebruik de aanbevolen regels in de opfriscursus voor docenten aan het begin van het lespakket.
2. Begin de les door de leerlingen uit te leggen dat er veel manieren zijn waarop microben kunnen worden overgedragen, bv. door aanraken, niezen of door besmet eten of drinkwater. Benadruk dat een andere belangrijke route voor overdracht is via de uitwisseling van lichaamsvloeistoffen, bv. door onbeschermdde geslachtsgemeenschap.

Om leerlingen aan te moedigen om over het onderwerp te praten kun je ze vragen of ze wel eens van soa's gehoord hebben en of ze weten waar ze door veroorzaakt worden. Gebruik de MS PowerPoint activiteit die je kunt vinden op (e-bug.eu/eng/KS4/lesson/STIs) om te helpen om dit uit te leggen.
3. Leg uit dat soa's in het algemeen worden overgedragen door seksueel contact, d.w.z. door geen condoom te gebruiken, hoewel sommige infecties ook kunnen worden overgedragen door het delen van injectienaalden, of huid op huid contact, of van de moeder op het ongeboren kind en door borstvoeding. Dit is omdat soa's door bloed worden overgedragen en de overdracht van lichaamsvloeistoffen ook de infectie over kan dragen.
4. Benadruk dat vormen van contraceptie zonder barrière, bv. de pil, NIET beschermen tegen soa's.
5. Let op dat de termen SOI (Seksueel overdraagbare infectie) en SOA (Seksueel overdraagbare aandoening) vergelijkbare termen zijn. Een infectie wordt gedefinieerd als de invasie van het lichaam door een microbe. Hoewel een infectie symptomen en complicaties kan veroorzaken, is de verandering van normale lichaamsfuncties hier niet per definitie van afhankelijk. Een aandoening daar tegenover, veroorzaakt gezondheidsspecifieke complicaties. Soa wordt gebruikt als de gangbare term.

Activiteit

Hoofdactiviteit: Reageerbuisexperiment

Deze activiteit kan het beste worden gedaan als een klassikale activiteit. Vraag de leerlingen om hun resultaten gedurende het hele experiment vast te leggen op SW1.

Deel A

1. Leg uit aan de leerlingen dat ze een seksueel contact zullen nabootsen door het uitwisselen van vloeistof (dat de lichaamsvloeistof voorstelt) tussen twee reageerbuisjes. Deel de reageerbuisjes uit in de kas en zorg dat elke leerling een reageerbuisje vol vloeistof krijgt.

Laat de leerlingen NIET weten dat een van de reageerbuisjes zetmeel bevat, hoewel de docent wel moet weten wie dat reageerbuisje heeft.
LET OP: Het kan belangrijk zijn om het reageerbuisje met zetmeel aan een leerling te geven die zich geen zorgen zal maken of zich niet ongemakkelijk gaat voelen als diegene zich realiseert dat hij/zij de 'drager' is geweest.
2. Vertel elke leerling dat ze de vloeistoffen uit moeten wisselen door de inhoud van hun reageerbuisje te delen met vijf andere leerlingen (als de klas kleiner is dan 25 leerlingen, verminder dan de uitwisselingen naar drie of vier). Vraag de leerlingen om dit te registreren op SW1. Moedig de leerlingen aan om ook buiten hun normale vriendengroepje te gaan.
3. Vertel de klas na afloop dat een van hen een vloeistof had dat een soa nabootste. Ga de klas rond en test op de soa door aan elk reageerbuisje een druppeltje jodium toe te voegen. Als de vloeistof zwart kleurt dan is die persoon besmet.

Dit experiment benadrukt hoe gemakkelijk en ongemerkt een soa zich kan verspreiden van persoon naar persoon.

Deel B

1. Herhaal de activiteit door het aantal keren dat een leerling vloeistof uitwisselt (seksuele contacten heeft) te verminderen tot een of twee. Merkt de klas op dat het aantal geïnfecteerde mensen is verminderd?

Deel C

1. Kies vijf mensen uit de klas om een demonstratie te geven. Laat de klas zien welke leerling het 'geïnfecteerde' reageerbuisje heeft. Geef de andere vier leerlingen de resterende reageerbuisjes, waarvan er twee zijn afgedekt met vershoudfolie.
2. Vraag de leerling met het 'geïnfecteerde' reageerbuisje om na elkaar 'seksueel contact' te hebben met elk van de vijf andere studenten. LET OP Meng de vloeistoffen deze keer niet en laat de 'geïnfecteerde' leerling alleen een paar druppels van zijn vloeistof in de andere reageerbuisjes druppelen met een druppelaar, waarna de ontvangende leerling het monster goed mengt.
3. Test elk van de monsters van de leerlingen op een soa met jodium.
4. Geef aan dat bij deze seksuele contacten het vershoudfolie een condoom voorstelde en dat deze leerlingen dus niet geïnfecteerd werden/.

Mogelijke gespreksonderwerpen met leerlingen na dit experiment zijn bijvoorbeeld:

- a. Het gemak van overdragen: Bespreek met de leerlingen hoe gemakkelijk het is om soa's van de een naar de volgende te verspreiden. Waren ze verbaasd over de manieren waarop soa's zich van een persoon naar een ander persoon konden verspreiden?
- b. Verminder het risico op infectie: Bespreek hoe ver en hoe snel soa's zich kunnen verspreiden en hoe het verminderen van het aantal contacten automatisch het risico op infectie vermindert.
- c. Persoonlijke verantwoordelijkheid voor je eigen gezondheid: het is belangrijk dat jonge mensen zich verantwoordelijk voelen voor en in staat gesteld voelen om voor hun eigen gezondheid te zorgen, hieronder valt ook seksuele gezondheid. We zouden gesprekken over het 'beschuldigen' van seksuele partners moeten voorkomen.
- d. Moeilijke gesprekken: Stel je voor dat je een seksuele partner moet adviseren om zich te laten controleren op een soa – beter om de infectie te voorkomen.

Activiteit 2: Betrouwbare informatiebronnen zoeken (non-lab activiteit)

De meeste jonge mensen zullen waarschijnlijk informatie zoeken over plezier, relaties of symptomen van soa's op het internet zoeken, of bronnen die gezien worden als betrouwbaar, zoals de NHS (Britse Nationale Gezondheidsdienst). Vraag de leerlingen om op het internet informatie te zoeken om een paar veel voorkomende misvattingen te vinden over soa's en die te registreren op SW2. Deze activiteit kan worden aangepast voor een klassengesprek. De antwoorden staan in TS1.

Activiteit 3: Brainstormer: Veiliger seks, risico's, communicatie en informatie

1. Verdeel vier grote vellen papier over de ruimte met de volgende vragen op elk vel:
 - Wat zijn de risico's van onbeschermd seks?

- Wat betekent veilige seks voor jou?
 - Hoe kunnen we met elkaar communiceren om seks veiliger te maken?
 - Hoe kunnen we ons gemakkelijker voelen om veilige seks bespreekbaar te maken met partners en in het algemeen?
2. Geef de leerlingen post-it briefjes. Vraag de leerlingen om hun gedachten en suggesties op de post-it briefjes te schrijven en hun antwoorden dan op de betreffende vellen papier te plakken.

Activiteit 4: Bewustzijn van gonorrhoe vergroten (niet-lab activiteit)

Deze activiteit kan in kleine groepen worden gedaan of als individuele opdracht. Vraag de leerlingen om met gebruikmaking van het internet en/of studieboeken de ziekteverwekkende microben in SW3 te onderzoeken en de open plekken in te vullen. De antwoorden staan in TS3. Er is een regel opengelaten voor de leerlingen om hun eigen pathogene (schadelijke) microbe te onderzoeken. Eenmaal voltooid kan deze tabel dienen als een goede manier om het geleerde te consolideren.

Activiteit 5: Condoom-onderhandeling

1. Voortbouwend op het gesprek met de bovenstaande vragen, benadruk het belang om zelfstandig beslissingen te maken en seksuele beslissingen en veilige seks met partners te bespreken. Deze activiteit richt zich op communicatie met de partner over beslissingen om seks te hebben en een condoom te gebruiken om goed beschermd te zijn tegen soa's. Vraag de leerlingen om effectieve en niet-effectieve communicatietechnieken over het gebruik van condooms te oefenen door de volgende rollenspelactiviteit.
2. Deel het "Laten we het eens hebben over condooms" uit: Ineffectief hand-out (SH1) Registreer nadat de leerlingen het rollenspel hebben gedaan de feedback op het whiteboard.
3. Herhaal het proces met de "Laten we het eens hebben over condooms": Effectieve hand-out (SH2).
4. Bespreek als groep het volgende:
 - a. Welke communicatie was effectiever?
 - b. Wat maakt die communicatie meer effectief?
 - c. Welke elementen van assertieve communicatie heeft Tai gebruikt?
5. Deel de hand-out "Laten we eens praten" (SW3) uit: De laatste activiteit geeft de leerlingen de mogelijkheid om assertieve communicatie te oefenen rondom het gebruik van condooms.
6. Vraag de leerlingen om in tweetallen de loop van het gesprek af te spreken en het rollenspel voor ofwel hun groepje ofwel de klas te laten zien.
7. Houd een nagesprek door de leerlingen te vragen om te reflecteren op hun reacties en om te beslissen of ze hun assertiviteit voldoende hebben laten zien.

Bespreking

Controleer of ze het begrijpen door de klas de volgende vragen te stellen:

Wie kunnen soa's krijgen?

Antwoord: Iedereen die onbeschermd seks heeft met iemand die een soa heeft kan zelf een soa oplopen. Soa's zijn NIET exclusief aanwezig bij mensen waarvan je denkt dat ze risicovol gedrag laten zien, zoals drugsgebruik, sekswerkers, meerdere seksuele partners en/of anale seks. Je hoeft alleen maar een seksueel contact te hebben met een persoon die geïnfecteerd is om geïnfecteerd te raken en iedereen kan geïnfecteerd zijn zonder het te weten.

Wat is een soa?

Antwoord: Seksueel Overdraagbare Aandoeningen (soa's) zijn infecties die voornamelijk kunnen worden overgedragen van een persoon aan een ander tijdens seksueel contact. Er zijn ten minste 25 verschillende soa's met een hele reeks aan verschillende symptomen. De aandoeningen kunnen zich verspreiden via vaginale, anale of orale seks.

Hoe kunnen we het risico op soa's verminderen?

Antwoord: Er zijn verschillende manieren om te voorkomen dat je een soa oploopt. Dit zijn onder meer:

- i. Onthouding: De enige manier om te voorkomen dat je een soa oploopt is door geen oraal, anaal of vaginaal seksueel contact te hebben.
- ii. Gebruik een condoom: Condooms worden aangeraden als preventieve maatregel; maar, condooms beschermen alleen de huid die ze bedekken, dus zweertjes en wratjes rond de genitaliën die niet bedekt worden door het condoom kunnen zich nog steeds verspreiden naar de huid van de partner.
- iii. Praat met je partner: Praat met je partner over veilige seks, bijvoorbeeld, door een condoom te gebruiken. Als je een nieuwe partner hebt bespreek dan de mogelijkheid om je allebei te laten testen op soa's voordat je een seksuele relatie begint.
- iv. Mensen zouden zich moeten laten testen en regelmatig laten controleren. Als je seksueel actief bent, vooral als je verschillende partners hebt, en zelfs als je geen symptomen lijkt te hebben, is het nog steeds heel erg belangrijk om je regelmatig te laten testen en controleren om er zeker van te zijn dat je geen infectie hebt. Niet alle soa's geven direct symptomen, als ze dat überhaupt al doen.

Zijn er vormen van contraceptie, anders dan een condoom, die beschermen tegen soa's? NEE. De andere methoden van contraceptie beschermen alleen tegen zwangerschap, maar ze beschermen NIET tegen het krijgen van soa's.

Wat zijn de symptomen van een soa?

Antwoord: Symptomen van seksueel overdraagbare aandoeningen kunnen verschillen, maar de meest voorkomende zijn irritatie of pijn, ongewone bultjes of zweertjes, jeuk, pijn bij het urineren, bloeden tussen perioden van ongesteld zijn en/of afscheiding uit de genitaliën.

Heeft iedereen die een soa oploopt ook symptomen?

Antwoord: NEE, soa's zijn een veel voorkomend probleem omdat veel mensen geïnfecteerd zijn zonder dat ze het weten. In sommige gevallen weten vrouwen niet dat ze geïnfecteerd zijn tot ze later in hun leven problemen hebben met onvruchtbaarheid.

Waar kan ik meer informatie krijgen en getest worden?

Antwoord: Vraag je huisarts of bezoek een GUM-kliniek (Kliniek voor seksuele gezondheid). Het bestellen van een testkit voor thuis is tegenwoordig ook veel beter beschikbaar.

Uitbreidingsactiviteiten

Seksuele gezondheidsbingo

Herontdekking van het klassieke bingospel waarbij seksuele termen worden gebruikt in plaats van nummers.

Doel: Deelnemers maken kennis met concepten over van seksuele gezondheid met betrekking tot veilige seks, soa's en seksuele gezondheidscontroles.

Geef elke deelnemer een Seksuele Gezondheidsbingo speelkaart (SW4) en een pen. Leg de regels van het spel uit. Trek m de beurt een Seksuele Gezondheidsbingo visitekaartje uit de doos/hoed (TS2) Lees het onderwerp op het visitekaartje en de daarmee verbonden gezondheidsboodschap. Gebruik de informatie op het visitekaartje om meer informatie te introduceren, bespreek die en controleer dat iedereen het heeft begrepen. Iedereen die dit onderwerp op zijn speelkaart heeft kan het afstrepen. De eerste deelnemer die een volledige horizontale, verticale of diagonale rij af kan strepen roept "Bingo!" en wint het spel. Als alternatief kun je doorspelen tot er een eerste, tweede of derde plaats is.

Ben bereid om tijdens het spelen het spel te versnellen of af te remmen, afhankelijk van wat de leerlingen nodig hebben. Bedenk ook dat je sommige woorden zult moeten spellen om bijvoorbeeld jonge leerlingen te helpen om ze te vinden.

Belangrijkste boodschappen:

- Altijd een condoom gebruiken om veilige seks te hebben en laat je regelmatig testen op soa's
- Condooms zijn het meest effectief als ze correct worden gebruikt
- Maak jezelf vertrouwd met condooms, hoe ze te gebruiken en waar je ze kunt krijgen
- Condooms bieden de beste garantie tegen soa's en voorkomen tegelijkertijd ongeplande zwangerschap
- Als correct gebruikt tijdens orale seks kunnen condooms soa's voorkomen
- Jonge mensen hebben het recht om zelf te beslissen over seks
- Toestemming kan op elk moment worden gegeven of geweigerd
- Condooms zijn sterk en flexibel.
- De meeste soa's hebben geen symptomen – je kunt niet van tevoren weten wie er een soa heeft
- Testen voor soa's is snel, gemakkelijk, pijnloos en gewoonlijk gratis bij de NHS/GUM seksuele gezondheidskliniek
- De meeste soa-testen bestaan uit urinetesten of uitstrijkjes
- Jonge mensen die seksueel actief zijn zouden zich regelmatig moeten laten testen op soa's als ze van partner wisselen of ten minste een keer per jaar, zelfs als ze geen symptomen hebben
- Praat met je partner(s) over seksuele gezondheid
- Elke persoon is uniek en heeft het recht om zich gemakkelijk te voelen met wie zij zijn

Gastspreker

Nodig een gastspreker uit van een lokale kliniek voor jonge mensen/(school)verpleegkundige om te spreken over de gratis en vertrouwelijke diensten die zij leveren. Maak van tevoren een lijst met vragen die jij en/of de leerlingen willen vragen.

Consolidatie van het geleerde

Geef elk groepje van 3 of 4 leerlingen een kopie met de SW5 Quiz. Het groepje met de meeste punten wint.



Soa's Misvattingen

Ik kan geen SOA krijgen van orale seks.

Niet waar. Hoewel het risico om een soa te krijgen door orale seks in het algemeen minder is dan door vaginale of anale seks, bestaat er nog steeds een risico. De meeste infecties die door orale seks worden doorgegeven zijn herpes simplex, gonorrhoe en syfilis.

Ik kan herpes krijgen van een wc-bril.

Niet waar. Het Herpes Simplex Virus (HSV) wordt verspreid door direct contact tussen slijmvliezen (de zachte weefsel van je genitaliën en je mond) met een herpes zweertje, speeksel of genitale afscheiding van een persoon met een herpesinfectie. Overdracht van herpes gebeurt gewoonlijk tijdens kussen of orale, anale of vaginale seks.

Een SOA-test is pijnlijk en beschamend

Niet waar. Veel SOA-testen zijn net zo snel en gemakkelijk als een urinemonster geven. Bij sommige testen moet misschien ook wat bloed worden afgenomen, een visueel onderzoek naar symptomen van een infectie of een uitstrijkje (met een klein, zacht en rond wattenstaafje) rond de genitaliën. Als er een uitstrijkje nodig is heb je ook altijd de mogelijkheid om het zelf te doen. Professionals in de gezondheidszorg doen elke dag seksuele gezondheidscontroles en ze zien een soa niet als een reflectie van jouw gedrag, maar als een verantwoordelijke keuze voor je gezondheid.

De pil kan je beschermen tegen het krijgen van Soa's.

Niet waar. De anticonceptiepil is effectief als bescherming tegen zwangerschap. Het is niet effectief als bescherming tegen soa's.

Mensen met veel seksuele partners hebben soa's.

Niet waar. Soa's maken geen onderscheid op basis van het aantal partners dat iemand heeft. Iedereen kan een soa krijgen en het maakt niet uit of je een partner hebt of meerdere. Soa's kunnen worden overgedragen door onbeschermd seks.

Soa's gaan vanzelf weer over.

Niet waar. Het is heel onwaarschijnlijk dat een soa vanzelf weer weggaat. Je laten testen is de eerste stap om behandeling te zoeken voor een soa. Behandeling uitstellen kan onbedoelde langetermijneffecten hebben op je gezondheid.



SOA

SOA staat voor Seksueel
Overdraagbare Aandoening

Bescherming

De beste manier van
bescherming tegen soa's is een
condoom

Oraal

Condooms kunnen je ook
helpen veilig te blijven tijdens
orale seks

Pijnloos

Een seksuele gezondheidstest is
pijnloos

Controle

Je laten controleren op soa's
zou deel moeten zijn van je
normale gezondheidscontrole

Seks

Als je seks hebt kun je het veilig
houden door altijd een condoom
te gebruiken

Condooms

Condooms zijn de enige vorm
van bescherming die zowel
zwangerschap als soa's
voorkomt

Getest

Als je seks hebt is het goed om
je regelmatig te laten testen op
soa's



Veel voorkomend

Het komt heel veel voor dat iemand een soa heeft maar het niet weet

Symptomen

Mensen die een soa krijgen hebben heel vaak geen symptomen

Gratis

Meestal zijn seksuele gezondheidstesten gratis

Urine

De meeste testen voor soa's kunnen worden gedaan met een urinemonster

Vertrouwelijk

Soa-testen zijn volledig vertrouwelijk

Snel

Een seksuele gezondheidstest gaat heel erg snel

Behandeld

De meeste soa's kunnen worden behandeld zonder veel gedoe

Beter

Als je een soa hebt geldt dat hoe eerder je begint met de behandeling hoe beter



Breken

Als een condoom breekt tijdens seks, dan ben je niet langer beschermd tegen soa's.

Onbehandeld

Infecties die niet behandeld worden kunnen op de lange termijn negatieve gevolgen hebben. Hoe eerder je start met de behandeling, hoe beter.

Iedereen

Iedereen kan een soa krijgen, en ze weten misschien niet eens dat ze er een hebben! Daarom is testen zo belangrijk.

Plan

Plan samen met je partner hoe je je gaat beschermen tegen soa's. Dit kan zijn door een condoom te gebruiken of door je te laten testen.

Contact

Seksueel contact kan ervoor zorgen dat je een soa krijgt. Testen en een condoom gebruiken kan dat risico verminderen.

Glijmiddel

Glijmiddel kan gebruikt worden om de seksuele ervaring te verbeteren. Maar zorg ervoor dat je een op water gebaseerd glijmiddel gebruikt om te voorkomen dat je het condoom verzwakt.

Gemakkelijk

Dit woord wordt soms in negatieve zin gebruikt om uit te leggen waarom iemand een soa krijgt. Maar dat is helemaal niet waar. Iedereen kan een soa krijgen.

De Pil

De pil is een vorm van anticonceptie die zwangerschap kan voorkomen. Maar het beschermt niet tegen soa's.



Laten we het eens hebben over condooms

Voorbeeld 1

Ineffectief

Luke en Tai gaan al meerdere maanden met elkaar uit en zijn dicht bij het moment gekomen dat ze seks willen hebben. Luke wil bescherming gebruiken tijdens seks.

Luke: Tai, kunnen we het even ergens over hebben?

Tai: Natuurlijk Luke, we kunnen het toch overal over hebben? Wat is er?

Luke: Ik wil graag een condoom gebruiken want ik maak me zorgen dat je een soa hebt.

Tai: Waarom doe je zo raar? Ik ben helemaal gezond. Kunnen we niet gewoon kijken en zien wat er gebeurt?

Luke: OK. Het spijt me. Ik hoopte gewoon dat we het erover konden hebben.

Tai: Ik wil ook graag met je praten. Alleen niet daarover. Laten we het ergens anders over hebben...



Laten we het eens hebben over condooms

Voorbeeld 2

Effectief

Luke en Tai gaan al meerdere maanden met elkaar uit en zijn dicht bij het moment gekomen dat ze seks willen hebben. Tai wil bescherming gebruiken tijdens seks.

Tai: Luke, kunnen we het even ergens over hebben?

Luke: Natuurlijk Tai, we kunnen het toch overal over hebben? Wat is er?

Tai: Ik wil seks met je hebben, maar ik maak me zorgen over soa's en zwanger raken.

Luke: Ik ook. Ik maak me ook zorgen over die dingen. Ik was alleen bang om er als eerste over te beginnen.

Tai: Ik wil graag dat we voorbereid zijn als we besluiten om seks te hebben, je weet wel, om een condoom te gebruiken en ons eerst te laten testen.

Luke: Oh, dus je bedoelt dat je condooms wilt gebruiken?

Tai: Ja, want ik geef om ons allebei. Ik wil niet dat we de kans lopen om een soa te krijgen of zwanger te raken. Denk je ook niet?

Luke: Jazeker! Ben ik helemaal met je eens, ik geef ook heel veel om jou en ik wil ook graag seks met je hebben.



Verspreiding van Soa's: Werkblad

Deel A

Denk aan de volgorde van de mensen waarmee je 'seksueel contact' hebt gehad en of ze wel of niet een soa hadden:

Seksueel contact	Waren ze geïnfecteerd?
1	
2	
3	
4	
5	

Hoeveel mensen hebben een infectie opgelopen? _____

Heb jij de infectie opgelopen? _____

Deel B

Denk aan de volgorde van de mensen waarmee je 'seksueel contact' hebt gehad en of ze wel of niet een soa hadden:

Seksueel contact	Waren ze geïnfecteerd?
1	
2	

Hoeveel mensen hebben een infectie opgelopen? _____

Heb je de infectie opgelopen? _____

Waarom was er deze keer een afname in het aantal mensen dat de infectie heeft opgelopen? _____

Deel C - Resultaten

Seksueel contact	Waren ze geïnfecteerd?	Kleur achteraf	Reden voor de kleurverandering
1			
2			
3			
4			

Wat stellen het vershoudfolie en de wattenbollen voor?

Waarom zijn sommige mensen niet geïnfecteerd geraakt, ook al hadden ze wel seksueel contact met iemand die een soa had?



Soa's Misvattingen

Maak met gebruik van het internet korte metten met deze foute misvattingen over soa's. Schrijf de juiste informatie op over elk van de volgende onderwerpen en welke informatiebron je daarvoor gebruikt hebt.

Ik kan geen soa krijgen van orale seks.

Ik kan herpes krijgen van een wc-bril.

Een SOA-test is pijnlijk en beschamend

De pil kan je beschermen tegen het krijgen van soa's.

soa's gaan vanzelf weer over.



Laten we eens praten

Je weet dat je vriend van plan is om seks te hebben.

Je wilt dat je vriend weet dat het belangrijk is om een condoom te gebruiken.

Aanwijzingen:

Ga in tweetallen dit gesprek voeren en gebruik wat je geleerd hebt over assertieve communicatie en condooms.

JIJ: "Ik wil het even met je hebben over condooms. Je bent toch van plan om een condoom te gebruiken, of niet?"

JE VRIEND: "Wie ben jij dan, de gezondheidspolitie? Ik weet het niet...condooms verpesten de sfeer."

JIJ:

JE VRIEND:

JIJ:

JE VRIEND:

JIJ:

JE VRIEND:

JIJ:

JE VRIEND:



Seksuele gezondheidsbingo

Symptomen	Controle	Oraal	Getest	Onbehandeld
Gedeeld	Gratis	Bescherming	Iedereen	Condoom
Plan	Contact	Pijnloos	Glijmiddel	Gemakkelijk
De 'pil'	Vertrouwelijk	Beter	Snel	Symptomen
Urine	SOA	Behandeld	Breken	



Quiz: Seksueel overdraagbare aandoeningen

Vink net zo veel antwoorden aan als van toepassing zijn

Hoe kunnen seksueel overdraagbare aandoeningen zich verspreiden? (3 punten)

- Vaginale seks
- Anale seks
- Sexting
- Orale seks

Wie kan een soa krijgen? (1 punt)

- Iedereen die onbeschermd seks heeft gehad
- Alleen alleenstaanden
- Alleen oudere mensen
- Alleen mannen

Hebben seksueel overdraagbare aandoeningen symptomen? (1 punt)

- Altijd
- Nooit
- Dat is afhankelijk van de infectie
- Ja, maar alleen bij vrouwen

De BESTE manier om de verspreiding van de seksueel overdraagbare aandoeningen te voorkomen is: (1 punt)

- De pil
- Condoom
- Douchen na seks
- Basis lichaamstemperatuur meten

Welke van de volgende zijn soa's? (2 punten)

- Chlamydia
- Gonorrhoe
- Influenza
- Malaria