##### 8.-10. TRINN – TIME 7

**Smittevern: Seksuelt overførbare infeksjoner**

**Denne klasseromsaktiviteten viser hvor lett seksuelt overførbare infeksjoner (SOI)/kjønnssykdommer kan smitte. Ved å bruke klamydia som eksempel, vil timen hjelpe elevene med å forstå hvor utsatt man er for en SOI og hvor alvorlig konsekvenser dette kan få.**

## Relevans

**Kompetansemål**

##### Folkehelse og livsmestring

* Forholde seg kritisk til og bruke helserelatert informasjon til å ta gode og ansvarlige valg knyttet til kjønnssykdommer

##### Mat og helse

* Helse og forebygging

##### Naturfag

* Naturvitenskapelige praksiser og tenkemåter

##### Grunnleggende ferdigheter

* Lesing, skriving

## Stikkord

Klamydia Kondom Prevensjon Sikker sex Kjønnssykdommer

##### Alle elever skal:

* **forstå at infeksjoner lett kan spre seg 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 hvor lett infeksjoner som klamydia kan spre seg blant unge.**

**De fleste elever skal**

* **forstå at prevensjonsmidler**

**uten barriere ikke beskytter mot kjønnssykdommer.**

* **begynne å utforske effektiv kommunikasjon om kondombruk.**

92

## Ressurser

**Forberedelser**

##### Hovedaktivitet: Eksperiment med reagensrør

*Per elev*

1. **rene reagensrør Kopi av EA1**

*Per klasse*

**Reagensrørstativ Jod**

**Stivelse Vann Hansker**

**Plastfolie eller bomullsdotter**

**Aktivitet 2:**

**Sikrere sex: risikoer, kommunikasjon og informasjon** *Per elev*

**Huskelapper Penner/blyanter** *Per klasse*

##### A3-ark

**Ekstraaktivitet:**

**Hvis klamydia kunne snakke**

*Per elev*

**Kopi av SA1**

**Ekstraaktivitet:**

**Test om seksuelt overførbare infeksjoner**

*Per gruppe*

**Kopi av EA2**

**Del A**

1. Halvfullt reagensrør med melk

– ett per elev

1. Bytt ut ett av elevenes rør med stivelse

##### Del B

1. Fyll et andre sett med reagensrør halvfullt med melk.
2. Erstatt en av reagensrør med stivelse

**Del C**

1. Fyll 4 reagensrør med melk
2. Plasser bomullsdotter eller plastfolie over åpningen på to av reagensrørene
3. Fyll et ekstra reagensrør med stivelse

## Nettlenker

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

93

## Støttemateriell

**SA1** - Hvis klamydia kunne snakke

**Hvis *klamydia* kunne snakke**

**Beklager, Soﬁe, men det er ikke min skyld. Du ﬁkk meg da du hadde sex med den fyren på den festen for to uker siden. Husker du? Du hadde likt ham i en evighet og brukte ikke kondom. Det er jeg veldig glad for. For lite visste vel du at du var blitt smittet med meg, Klamydia! Jeg er stille, men det betyr ikke at jeg er svak, for det er jeg absolutt ikke.**

**Hei! Ja, det stemmer, her er jeg. Jeg ble overført gjennom bakterier i Martins sæd, og så lenge jeg er stille, er det lettere for meg å ﬁnne meg til rette i kroppen din. Martins sæd forble i kroppen din etter sex, slik at jeg kunne begynne å spre meg rundt. Fordi du er ung, er det spesielt lett for meg å inﬁsere kroppen din. Som sagt, jeg er skikkelig god til å være muse- stille. Faktisk så god at jeg vil være sammen med deg 24 timer i døgnet, uten at du aner noen ting.**

**Selv om noen dessverre oppdager at jeg er der, får de ﬂeste det ikke med seg. Det gjør at jeg kan bli værende i måneder, eller år, uten å bli opp- daget, og for å være helt ærlig så foretrekker jeg det sånn. Da kan jeg gjøre**

SA1 Hvis klamydia kunne snakke



|  |
| --- |
| **EA1** - Eksperiment med spredning av kjønnssykdommer i reagensglass**Eksperiment med spredning av kjønnssykdommer:**Arbeidsark**Avsnitt A****Tenk gjennom rekkefølgen av personer du har hatt seksuell kontakt med, og om de hadde kjønnssykdom:****Hvor mange i klassen ble smittet? Ble du smittet?** |
|  | **Avsnitt B****Tenk gjennom rekkefølgen av personer du har hatt seksuell kontakt med, og om de hadde kjønnssykdom:** |  |
|  | **Seksuell kontakt** | **Ble de smittet?** |  |

EA1 Spredning av kjønnssykdommer

|  |  |
| --- | --- |
| **Seksuell kontakt** | **Ble de smittet?** |
| **1** |  |
| **2** |  |
| **3** |  |
| **4** |  |
| **5** |  |

**EA2** - Kjønnssykdommer (test)

**Test: Kjønnssykdommer**

Kryss av for så mange svar som er relevant

Hvordan kan kjønnssykdommer

spre seg? (3 poeng)

Vaginalsex Analsex Sexting Oralsex

Den beste måten å hindre overføring

av kjønnssykdommer på er: (1 poeng)

Angrepille Kondomer Dusj etter sex

Overvåking av den basale kroppstemperaturen

EA SOI Quiz

94


# Undervisningsplan


## Innledning

##### Repeter grunnreglene for seksualundervisning, eller bruk de foreslåtte reglene i oppfriskningsinformasjonen for lærere i begynnelsen av kompendiet.

1. **Start timen med å forklare elevene at det er mange måter mikrober kan overføres på, f.eks. ved berøring, nysing eller gjennom forurenset mat eller drikkevann. Påpek at en annen viktig smittevei er gjennom utveksling av kroppsvæske, dvs. ubeskyttet sex.**
2. **For å forhindre at elevene blir sjenerte når det gjelder dette emnet,**

**kan du spørre om de har hørt om SOI/kjønnssykdommer, og om de vet hva som forårsaker dem.**

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 også kan overføre smitten.**
2. **Poengter 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. Mens en infeksjon kan forårsake symptomer og komplikasjoner og endre kroppens normale funksjon, er den ikke avhengig av dette per definisjon. En sykdom forårsaker derimot spesifikke helsekomplikasjoner. Vi bruker likevel kjønnssykdom her fordi det er best kjent.**

95

## Hovedaktivitet: Eksperiment med reagensrør

##### 1 Send reagensrør fylt med væske rundt i klassen, ett av reagensrørene vil inneholde stivelse.

**2 Bland væsken fra reagens- røret ditt**

**med væsken til 5 andre elever**

**3 Finn ut hvem som har reagensrøret**

**med stivelse (kjønns- sykdom) ved å teste alle reagensrør ved å tilsette en dråpe jod**

**EA1** - Eksperiment med spredning av kjønnssykdommer i reagensglass

**Eksperiment med spredning av kjønnssykdommer:**

Arbeidsark

**Avsnitt A**

**Tenk gjennom rekkefølgen av personer du har hatt seksuell kontakt med, og om de hadde kjønnssykdom:**

**Seksuell kontakt**

**1**

**Ble de smittet?**

**2**

**3**

**4**

**5**

**Hvor mange i klassen ble smittet? Ble du smittet?**

**Avsnitt B**

**Tenk gjennom rekkefølgen av personer du har hatt seksuell kontakt med, og om de hadde kjønnssykdom:**

**Seksuell kontakt**

**1**

**Ble de smittet?**

**2**

**Hvor mange i klassen ble smittet? Ble du smittet?**

**Hvorfor var det færre som ble smittet denne gangen?**

**Avsnitt C – resultater**

**Seksuell kontakt Farge før Farge etter 1**

**2**

**3**

**4**

**Årsak til fargeforandring**

**Hva representerer plastfolien eller bomullsdottene?**

**Kan du tenke på årsaker til at noen av personene ikke ble smittet selv om de hadde seksuell kontakt med noen som hadde kjønnssykdom?**

**Eksperimen eagensrør**

Denne øres helst som en

**A A**

1. Forklar elevene a simulere seksuell kontakt ved

(som representerer mellom de to reagensr

1. Send reagensrørene i klassen, og påse at hver elev får et reagensrør fullt av væske. IKKE la elevene få vite at ett av reagensrørene inneholder stivelse, selv om læreren bør vite hvem som har reagensrøret.
2. Fortell elevene at de må utveksle væske ved å blande innholdet i reagensrørene med fem andre elever (tre eller fire for klasser med mindre enn 25 elever). De vil skrive ned dette senere på EA1. Be elevene blande seg utenfor sin normale vennekrets.

elevene når de er ferdige. Fortell elevene at en av dem har væske som inneholder en simulert kjønnssykdom. Gå rundt t elevene som tester seg for kjønns ykdom, og tilsett en dråpe jod reagensrør.

Hvis væsk var personen

ta aktiviteten v edusere hvor mange ganger elevene utveksler æske (har seksuelt samkvem) til én eller to. Merker klassen reduksjonen antall smittede personer?

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

**Avsnitt C**

1. Velg fem personer fra klassen til å holde en demonstrasjon. Vis klassen hvilken elev som har det «smittede»

96

96

reagensrøret. Gi de fire andre elevene de gjenværende reagensrørene, der to er dekket med plastfolie.

1. 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 reagensrørene 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 sam- kvemmene, 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 kjønns- sykdommen 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 seksuelle helse. Vi bør unngå å diskutere «skyld» mellom seksualpartnere.

* 1. Vanskelige samtaler: Forestille seg en vanskelig samtale der vi må be en seksualpartner sjekke seg / få behandling for en kjønnssykdom –

bedre for å forhindre infeksjon i stedet.

**Aktivitet 2: Idémyldring:**

**Sikrere sex, risikoer og kommunikasjon og informasjon**

* + 1. Sett opp fem 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?
			- Hvor kan vi finne pålitelige informasjonskilder om sikrere sex?
		2. Del ut huskelapper til elevene. Be elever skrive sine tanker og forslag på huskelappene og deretter klebe svarene på de relevante arkene.
		3. Ta utgangspunkt i diskusjonen, og be elevene – avhengig av hvor trygg klassen er, øve på noen av ferdighetene som vil hjelpe dem

med å få bukt med problemer de kan oppleve, f.eks. at de blir flaue når de skal kjøpe kondomer eller står imot press om å ha ubeskyttet sex.

97

## Ekstraaktiviteter

**Hvis *klamydia* kunne snakke**

Forklar elevene at hvis en klamydiainfeksjon ikke behandles, kan det føre til alvorlige problemer for både menn og kvinner. I denne aktiviteten skal elevene forstå hva som skjer i kroppen vår når noen blir infisert med *Chlamydia trachomatis* – fra bakteriens perspektiv.

Del ut en kopi av SA1 – «Hvis klamydia kunne snakke» til elevene. Forklar at Sofie er smittet med klamydia, og at bakterien *Chlamydia trachomatis* forteller Sofie sin historie.

Be nå elevene arbeide i grupper à 2–3 bruke sin kunnskap om kjønns-

sykdommer, deriblant klamydia, og lage en visuell representasjon for skolen, dvs. en infografikk, for å samle kunnskapen

og utdanne medelever. Be elevene bruke helsemyndighetenes nettsteder og føye til viktig offisiell statistikk (hvis de har tilgang til nettstedene).

**Gjesteforeleser**

Inviter en gjesteforeleser fra en lokal ungdomsklinikk eller en helsesykepleier til å snakke om de gratis og taushets- belagte tjenestene de tilbyr. Skriv en liste over spørsmål du/elevene gjerne vil stille på forhånd.

Test om kjønnssykdommer

Del ut EA2 til grupper à 3–4 elever. Gruppen med flest poeng vinner. Alternativt kan testen fullføres i begyn- nelsen og slutten av timen for å måle hvor mye elevene kan. Svar finnes på

e-Bug-nettstedet.

98

**Diskusjon**

99

**EA1** - Eksperiment med spredning av kjønnssykdommer i reagensglass

100

**Eksperiment med spredning av kjønnssykdommer:**

Arbeidsark

**Avsnitt A**

**Tenk gjennom rekkefølgen av personer du har hatt seksuell kontakt med, og om de hadde kjønnssykdom:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Seksuell kontakt** | **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 seksuell kontakt med, og om de hadde kjønnssykdom:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Seksuell kontakt** | **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**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Seksuell kontakt** | **Farge før** | **Farge etter** | **Årsak til fargeforandring** |
| **1** |  |  |  |
| **2** |  |  |  |
| **3** |  |  |  |
| **4** |  |  |  |

**Hva representerer plastfolien eller bomullsdottene?**

**Kan du tenke på årsaker til at noen av personene ikke ble smittet selv om de hadde seksuell kontakt med noen som hadde kjønnssykdom?**

#### Smittevern: Seksuelt overf e infeksjoner (SOI)

100

**EA2** - Kjønnssykdommer (test)

**Test: Kjønnssykdommer**

Kryss av for så mange svar som er relevant

Hvordan kan kjønnssykdommer spre seg?

(3 poeng)

Vaginalsex Analsex Sexting Oralsex

Den beste måten å hindre overføring av kjønnssykdommer på er:

(1 poeng)

Angrepille Kondomer Dusj etter sex

Overvåking av den basale kroppstemperaturen

Hvem kan få kjønnssykdom? (1 poeng)

Alle som har hatt ubeskyttet sex Bare enslige

Bare eldre Bare menn

Hvilke av følgende er kjønnssykdommer? (2 poeng)

Klamydia Gonoré Inﬂuensa Malaria

101

Har personer med kjønnssykdom symptomer

(1 poeng)

Alltid Aldri

Det avhenger av infeksjonen Ja, men bare hos kvinner

#### Smittevern: Seksuelt erførbare infeksjoner (SOI)

[**www.e-bug.eu/no-no**](http://www.e-bug.eu/no-no) **for svarene**

101

**SA1** - Hvis klamydia kunne snakke

102

**Hvis *klamydia* kunne snakke**

Beklager, Soﬁe, men det er ikke min skyld. Du ﬁkk meg da du hadde sex med den fyren på den festen for to uker siden. Husker du? Du hadde likt ham i en evighet og brukte ikke kondom. Det er jeg veldig glad for. For lite visste vel du at du var blitt smittet med meg, Klamydia! Jeg er stille, men det betyr ikke at jeg er svak, for det er jeg absolutt ikke.

Hei! Ja, det stemmer, her er jeg. Jeg ble overført gjennom bakterier i Martins sæd, og så lenge jeg er stille, er det lettere for meg å ﬁnne meg til rette i kroppen din. Martins sæd forble i kroppen din etter sex, slik at jeg kunne begynne å spre meg rundt. Fordi du er ung, er det spesielt lett for meg å inﬁsere kroppen din. Som sagt, jeg er skikkelig god til å være muse- stille. Faktisk så god at jeg vil være sammen med deg 24 timer i døgnet, uten at du aner noen ting.

Selv om noen dessverre oppdager at jeg er der, får de ﬂeste det ikke med seg. Det gjør at jeg kan bli værende i måneder, eller år, uten å bli opp- daget, og for å være helt ærlig så foretrekker jeg det sånn. Da kan jeg gjøre mest mulig skade. I begynnelsen lever jeg og lager problemer i livmor- halsen og urinrøret. Når jeg har kommet meg inn i kroppen, formerer jeg meg ufattelig mange ganger. Sammen er vi sterke som en armé, og vi tar oss fram til egglederne dine, det er dem vi liker best. Ja, det stemmer, en viktig del av forplantningssystemet der barn blir til. Jo da, jeg vet du ikke tenker på barn akkurat nå, og det er jo perfekt for meg, fordi da får jeg god tid til å gjøre det jeg skal. Jeg er kjempe god til å blokkere egglederne i begge ender ved å danne arrvev. Resultatet? Du kan få en vond beten- nelse i egglederne og eggstokkene og slite med å få barn i framtiden.

Så nå vet du hvordan det egentlig er å leve med meg, uoppdaget og ubehandlet. En annen bonus ved at du ikke vet om meg, er at neste gang du har ubeskyttet sex, så vil du sende meg videre. Mer av meg! Er ikke det supert?! Jeg kan forbli en hemmelighet hos menn også, skjønner du, men nå og da liker jeg å vise dem at jeg er der. Han kan oppdage en ekkel utﬂod fra toppen av penis. Jepp, det er meg! Jeg kan forårsake smerte også mens han tisser ... Au da ... Ja, og sånn bare for moro skyld kan jeg også gjøre at testiklene hans hovner opp! Tenk å gå rundt og føle seg så dårlig ... Jeg kan også velge å holde kjeft inni han også, og så oppdager han senere at han heller ikke kan få barn.

Nå ja, må stikke. Jeg har viktige ting som venter ...

#### Smittevern: Seksuelt overf e infeksjoner (SOI)

102