
*Alles wat je altijd al
wilde weten over...*



...
*anale seks, maar
nooit durfde te
vragen*



Dit boekje gaat over anale seks en is geschreven voor
sekswerkers (m/v).
Als je hier al voldoende over weet, kun je het meteen
wegleggen, we hopen dat je veel plezier hebt.
Als je daar helemaal op tegen bent, is het waarschijnlijk
niks voor je.
Maar als je er nieuwsgierig naar bent en er meer over
wilt weten, lees het dan!

Het gaat over een aantal vormen van anale seks en
het biedt tips over wat wel en wat niet te doen en over
veilige seks.

Juni 2011

SOAIDS

Wat is anale seks?

Is anale seks raar?

Helemaal niet.

Veel mensen doen het. Er is helemaal niks mis mee en het is ook niet alleen iets dat homomannen doen.

Maar veel mensen praten er niet over, omdat zij zich schamen. Terwijl seks heel gewoon is, lijkt het er op dat anale seks nog taboe is en dat mensen het moeilijk vinden om het er over te hebben.

Nu is het natuurlijk niet meteen een onderwerp wat je op de bruiloft van je zus of broer ter tafel brengt, maar het is zonde om het helemaal dood te zwijgen.

Want anale seks kan namelijk heel lekker zijn.

En als je in de seksbizz werkt, kan het je goed geld opleveren.

Is anale seks alleen kontneuken?

Anale seks is niet alleen dat iemand in haar of zijn kont geneukt wordt. Er zijn verschillende vormen.

Vingeren & rimmen

Als je ervaren bent in seks met mannen weet je dat het stukje huid tussen zijn ballen en zijn anus heel gevoelig is.

Likken van dit stukje, zachtjes krabben, terwijl je af en toe zijn penis bewerkt en met je vingers naar de anus gaat, deze likken en je vinger voorzichtig van binnen naar buiten bewegen, kan heel aangenaam uitpakken.

De anus ligt vlak bij het geslachtsorgaan en heeft veel zenuwuiteinden. Dat kan bij prikkelingen heel opwindend zijn.

Bij seks met vrouwen is het niet heel anders: namelijk ook aaien, kriebelen, zoenen, likken en haar vagina verwennen. Als je het niet hier bij houdt, maar het leuk vindt om de rand van de anus te likken en je tong in het kontgaatje te duwen, ben je om in termen van sekstechniek te spreken aan het rimmen (kontlikken).

En dat kontneuken dan?

Kontneuken (Grieks) is letterlijk in je kont geneukt worden of zelf iemand in zijn of haar kont neuken.

Aangezien de anus heel gevoelig is en het poepgaatje heel klein, is het logisch dat je hier niet met groot geweld naar binnen kan.

Begín langzaam en vooral voorzichtig, meteen een penis in je anus krijgen is nogal wat.

Je kunt beginnen met masseren, aaien, zoenen etc. zoals je doet bij het rimmen.

Het is natuurlijk je eigen beslissing, maar wij raden af om de eerste keer dat je anale seks hebt, dit met een klant te doen. Begín met iemand die je vertrouwt, zoals je partner.



En hoe moet dat dan?

Ik heb gehoord dat het pijn doet!

Dat is niet de bedoeling, het hoort geen pijn te doen, want bij seks gaat het om iets lekkers.

Maar als je er geen ervaring mee hebt en je doet het de eerste keer of zonder goede voorbereiding, kan het gebeuren dat het pijnlijk is en dat je er niets aan vindt.

De reden hiervoor is dat de kringsspier rond je anus strak is en niet gewend aan iets dat zo hard is als een penis.

Daarom is het belangrijk dat je oefent om de kringsspier op te rekken. Dit kan met een aantal hulpmiddelen: je vinger(s), butt plug, dildo, en uiteindelijk een penis. Met een grote voorraad glijmiddel gaat het wel lukken!

De grootte van een penis is niet bepalend of je anale seks kunt hebben. Als iemand jou neukt met een grote penis kan dat wel pijnlijker zijn dan bij iemand met een kleintje, maar met geduld, overleg en oefenen en met heel veel glijmiddel is het mogelijk om te ontvangen en er van te genieten.

Als het wel pijn blijft doen, doen jullie het misschien verkeerd. Als je ongeduldig bent en te veel druk gebruikt, kan het zeer doen. Daarom is het belangrijk dat je het rustig aan doet. Je kunt ook stoppen met de beweging van je vinger, dildo of penis en afwachten of de pijn wegtrekt. Misschien gebruik je te veel vingers of is de dildo of de penis te groot.

Of jullie gaan te snel: neem meer tijd voor een voorspel en zorg voor ontspanning.

En als het dan toch nog niet lukt?

Niks aan de hand, gewoon stoppen. Als je wilt kun je het op een ander moment nog eens proberen.

Er zijn genoeg andere dingen die je kunt doen als je aan het seksen bent. Dat kan dus ook met een klant.

Ik heb geen penis, kan ik toch kontneuken?

Je hebt geen idee hoeveel mensen het spannend vinden om anaal geneukt te worden. Dat geldt ook voor heteromannen. Kijk eens goed rond in de seksshop of de websekswinkels, koop een paar soorten en maten en ga je gang.

Zie pagina 28 'alles over speeltjes'.

Wat helpt om het lekker te vinden?

Iemand die precies weet wat hij of zij doet en jou wil laten genieten. Omdat de anus geen vocht produceert, zoals de vagina, wordt penetratie moeilijk.

Daarom is anale seks zonder glijmiddel niet lekker en hoe meer glijmiddel je gebruikt hoe beter.

Penetratie wordt dan makkelijker, waardoor anale seks heel lekker kan zijn.

Er wordt van alles gebruikt als glijmiddel:

spuug, vaseline, olie, noem maar op.

Het beste is om glijmiddel te gebruiken. Dat heb je in allerlei soorten, zoals op waterbasis en siliconenbasis, want een condoom gaat stuk als je olie gebruikt, waardoor het risico op een klapper groot is.

En, we kunnen het niet vaak genoeg zeggen: gebruik veel glijmiddel.

Gebruik met een rubber condoom altijd glijmiddel op waterbasis.

Gebruik nooit oliehoudende middelen, want alles zoals massageolie, bodymilk, vaseline en vaginale crèmes met olie, tast het condoom aan waardoor het scheurt.

Deze producten zijn overal verkrijgbaar: bij de drogist, de supermarkt en via online shops.

Er bestaan glijmiddelen die verdoven en plezierverhogend werken. Wees er voorzichtig mee: pijn is ook een signaal dat het te ruw, te snel, te diep gaat en pijn is een waarschuwing dat jij dit niet aan kunt of wilt.

Als je ondanks die pijn toch door wilt gaan, probeer er dan achter te komen wat hier de reden voor kan zijn. Misschien moet je van standje veranderen, of er voor zorgen dat je minder gespannen bent, of meer glijmiddel gebruiken.

Op de meeste condooms zit glijmiddel, maar dat is voor anale seks meestal niet genoeg. Gebruik daarom extra veel en doe dat niet alleen om de penis, maar ook in de anus.



Tips voor veilig kontneuken

De anus is strakker dan de vagina. Daarom gaat binnendringen van een penis (of dildo) moeilijker. Het is natuurlijk heel belangrijk dat anale seks lekker is. Daarom is het nodig dat je echt voorzichtig begint om weerstand en pijn te voorkomen. Kontneuken betekent niet dat je alleen maar even voorover hoeft te buigen of op je rug of zij hoeft te gaan liggen. Het gaat gewoon niet zomaar.

Om lekker geneukt te worden moet je je goed kunnen ontspannen, ook je kringspieren en daar kun je voor oefenen, zoals met ademhalings- en ontspanningsoefeningen en het oefenen van je kringspieren zelf.

Over veilige seks: als je zelf geneukt wordt, zie je niet goed of het condoom bij je partner er goed omzit. Je kunt dit controleren door tijdens het neuken af en toe met je hand te voelen of het condoom nog om de penis zit.

Voor je een penis in je anus kunt hebben, is het belangrijk om te oefenen met een vinger en met butt plugs en dildo's. En met heel veel glijmiddel.

Stappenplan

Meteen een penis in je anus geduwd krijgen is nogal ingrijpend. Die is vaak veel te groot om mee te beginnen als je onervaren bent. Je kunt het voorzichtig proberen en steeds een beetje verder gaan.

Anaal vingeren

Je kunt beginnen met vingers. Laat iemand een vinger op je anus leggen en als je dit lekker vindt, laat die vinger een beetje in je anus gaan en wat bewegen, duwen en heen en weer glijden.

Pas op met lange nagels: de binnenkant van je anus is kwetsbaarder dan die van je vagina. Als je bij het anaal vingeren een vingercondoom gebruikt, wees dan ook hierbij voorzichtig met lange nagels.

Als jij je mannelijke klant vingert, probeer dan eens met je vinger langs de prostaat te gaan, zodat je die kunt voelen. Dit is een heel gevoelig plekje en als je het voorzichtig doet, zal hij hier heel opgewonden van raken.

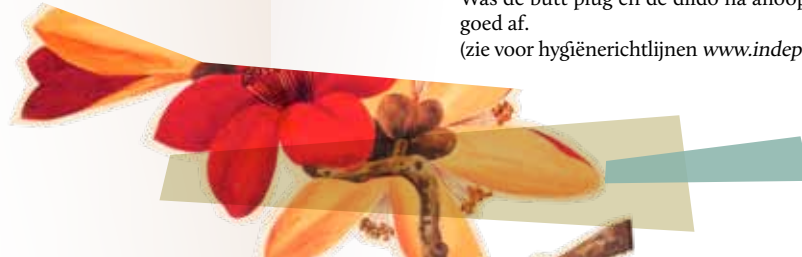
Stapje verder: butt plugs en dildo's en vibrators

Als het vingeren goed gaat, kun je verder met iets groters. Probeer het eens met een butt plug, een kleine dildo of een vibrator en breng die voorzichtig met veel glijmiddel naar binnen. Stoot niet meteen in een keer door, maar beweeg zacht op en neer, naar binnen en naar buiten. Gebruik altijd een condoom. Niet alleen om soa's en hiv te voorkomen, maar omdat je bij anale seks ook in contact kunt komen met poep, wat voor infecties kan zorgen.

Ook als je van anale direct doorgaat naar vaginale seks met een penis kun je een vaginale infectie krijgen.

Was de butt plug en de dildo na afloop van de seks daarom goed af.

(zie voor hygiënerichtlijnen www.indeprostitutie.nl).



Kontneuken met een penis

Als het je lukt met een butt plug, probeer het dan eens met een penis.

Gebruik weer veel glijmiddel (en een condoom, maar dat spreekt voor zich). Of jij nou geneukt wordt of jij dringt bij je partner naar binnen: doe het voorzichtig en langzaam, zodat jullie goed kunnen wennen.

Als het pijn doet, trek dan de penis terug, begin rustig opnieuw en steeds een beetje dieper.

Let op je ademhaling als je geneukt wordt en probeer zo diep mogelijk te ademen, dat helpt je te ontspannen. En net als bij vaginale seks: als je mee beweegt kun je het ritme en de kracht waarmee je geneukt wordt, ook zelf bepalen.

Zwangerschap

Kan ik zwanger worden van anale seks?

Je kunt niet zwanger worden van anale seks.

Maar dit betekent niet dat het veilige vorm van anticonceptie is.

Als je zwanger bent, loopt je kind geen risico als je seks hebt, dat geldt ook voor anale seks. Je kunt dus gewoon door blijven werken.

Houding en standjes zijn belangrijk als je zwanger bent, je moet je prettig voelen en een makkelijke houding kiezen, waarbij je buik vrij ligt.

Als je twijfelt, vraag dan advies aan je arts of vroedvrouw.



Gezond leven

Hoe lukt het me om gezonde anale seks te hebben?

Het is misschien overbodig om te zeggen, maar een gezonde anus en een gezonde dikke darm zijn heel belangrijk voor plezierige anale seks.

Een gezonde stoelgang is hier een onderdeel van. Verstopping en diarree kunnen problemen veroorzaken zoals aambeien, kloofjes en huidirritaties. Dit kan het plezier in anale seks behoorlijk vergallen.

Veel water drinken en vezelrijk voedsel zijn belangrijk voor een normale en regelmatige stoelgang.

Vezelrijk voedsel is bijvoorbeeld volkorenbrood, muesli, havermout, peulvruchten, groenten en fruit. Aardappelsalade en pastasalade zijn ook goed voor je darmen.

Drink voldoende, minimaal een liter per dag. Een glas lauwwater op je nuchtere maag wil ook helpen.

Laxerende voeding is karnemelk, yoghurt, ontbijtkoek, stroop en sap van citrusvruchten. Stoppende voeding zijn bananen, beschuit, bosbessensap, kaneel, witte rijst, sterke thee, toast en rode wijn.

Gebruik liever geen laxeremiddelen (ook geen laxerende thee en kruiden)! Deze maken je darmen lui en daardoor krijg je nog meer last.

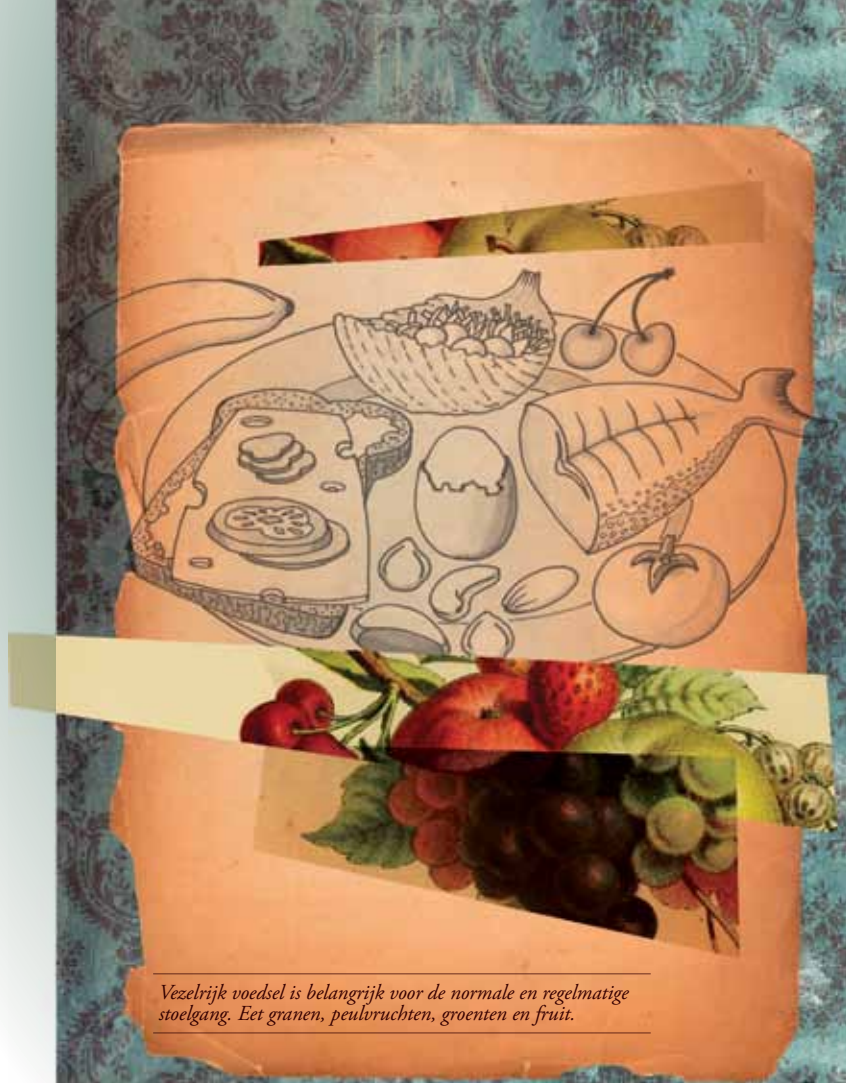
Lichaamsbeweging is ook heel belangrijk voor een gezonde stoelgang.

En een andere tip:

Ga naar de wc als je moet en stel dit niet uit.

En als je toch diarree hebt:

Gewoon niet aan anale seks doen. Stel dat je gaat lekken, daar moet je toch niet aan denken en al helemaal niet met een klant.



Vezelrijk voedsel is belangrijk voor de normale en regelmatige stoelgang. Eet granen, peulvruchten, groenten en fruit.

Hoe houd ik de zaak schoon?

Het is nergens voor nodig zenuwachtig te worden als je aan anale seks gaat doen met de twijfel of je anus schoon is. Zorg dat je dagelijks baadt of doucht en geef je achterste genoeg aandacht.

Sommige mensen vinden het belangrijk zich te scheren of te harsen. Dat kan, maar dit hoeft niet.

Je kunt je ook wassen voor je gaat seksen, was je anus goed. Maar ga niet met een ingezepte vinger naar binnen, dit droogt namelijk de slijmvliezen uit.

Van te voren poepen en daarna goed wassen, voorkomt ook dat het een smeerboel wordt.

Samen met een klant douchen of baden voordat jullie anaal gaan seksen, kan heel gezellig zijn en eventuele zenuwachtigheid verminderen.

En niet te vergeten: gebruik een condoom. Niet alleen als bescherming tegen soa's, maar ook tegen mogelijke viezigheid. Een condoom kan snel verwijderd en weggegooid worden. Verwissel ook van condoom als je na anaal vaginaal gaat neuken.

Wel of geen klyisma?

Als je anaal geneukt wordt kun je je anus eerst schoon spoelen door middel van een klyisma.

Er zijn verschillende soorten klyisma's. Je hebt Microlax, maar je kunt ook kontspoelen met een doucheslag.

Een reden om een klyisma te nemen voor je anale seks hebt, is om geen last te hebben van poepresten en geurtjes. Ook kun je hiermee het risico op infectie verkleinen.

Met een klyisma en een doucheslag kun je je anus schoon spoelen.

Mensen die regelmatig een klyisma nemen voor ze gaan seksen, doen dit om er zeker van te zijn dat hun anus goed schoon is en dat het je niet gebeurt dat je ongewenst met ontlasting en nare geurtjes te kampen krijgt.

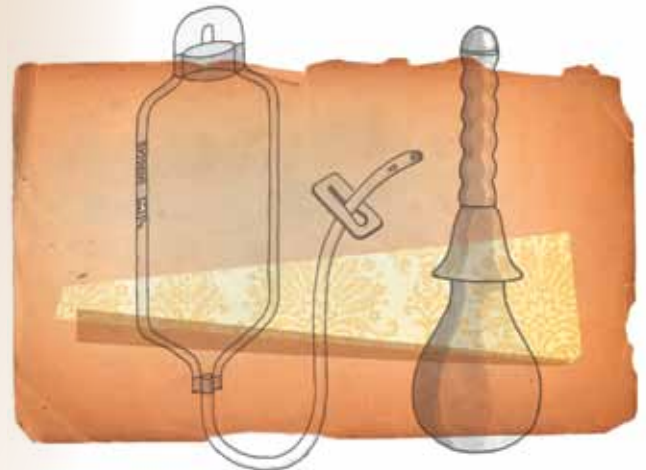
Sommigen nemen een klyisma om te voorkomen dat ze halverwege de seks het gevoel krijgen dat ze moeten poepen. Maar het is maar de vraag of een klyisma nodig is.

Onder normale omstandigheden –als je gezond bent-, gezond eet, een regelmatige stoelgang hebt en hygiënisch bent, hoeft anale seks echt niet uit te draaien op een smeerboel. Als je je kort van te voren goed wast, gebeurt er niets.

Maar als jij je zekerder voelt met een klyisma, ga je gang. Af en toe kan geen kwaad.

Als je met water spoelt, zorg er dan voor dat het schoon is. En gebruik geen desinfecterende middelen.

Het is niet raadzaam om het heel vaak te doen, het kan je slijmvlies in je anus beschadigen.





Seksuele gezondheid

Risico op soa's bij anale seks

In principe is anale seks net zo veilig als alle andere vormen van seks, MITS je een condoom en glijmiddel gebruikt. Bij kontneuken geldt nog het belang van extra glijmiddel, vanwege de droogte van de anus.

Je kunt ook een vrouwencondoom gebruiken, maar vergeet dan niet de binnenste ring er uit te halen. En als je alleen rimt, kun je een beflapje gebruiken.

In plaats hiervan kun je ook een in de lengte opengeknijpt condoom gebruiken of gewone plastic keukenfolie.

De binnenkant van je anus is vatbaar voor infecties en er kunnen gemakkelijk wondjes ontstaan, waardoor je risico loopt op soa's en hiv. Gebruik een nieuw condoom als je van vaginale naar anale seks gaat en vice versa. Doe dat ook met dildo's.

Als je dít in de gaten houdt en na een kwartier neuken een nieuw condoom omdoet, of het nu van vaginaal naar anaal gaat, dan kan jullie niets gebeuren.

Als je iets ongewoons merkt aan je gezondheid is het belangrijk dat je daar aandacht aan besteedt en naar de dokter gaat. Dat geldt dus ook voor je anus.

Het kan niet vaak genoeg gezegd worden: gebruik altijd een condoom, vrouwencondoom en voldoende glijmiddel. En dat geldt niet alleen voor anale seks, maar voor alle seks.

Het risico of jij en je klant een soa oplopen is niet gering.

Zo kun je besmet raken met herpes, genitale wratten, syfilis, gonorrhoe, chlamydia, hepatitis A en B en hiv.

En als je gaat rimmen, gebruik dan een beflapje.

Wat kun je oplopen bij onveilige anale seks?

Rimmen/kontlikken: veilig voor hiv, tenzij je bloed in je mond krijgt door het stuk likken of bijten van aambeien.

Verder kun je via de mond verschillende soa's oplopen, zoals chlamydia, gonorrhoe, hepatitis B of syfilis.

Via virussen, parasieten en bacteriën in poep kun je ook nog andere infecties oplopen zoals hepatitis A en darminfecties.

Mocht je wel eens een koortslip hebben gehad dan kun je bij likken ook een herpesinfectie overdragen.

Het risico kun je verkleinen door een opengeknijpt condoom of een beflapje bij het rimmen te gebruiken.

Anaal vingeren

Vingeren is meestal veilig, behalve als iemand je vingert die net zichzelf heeft gemasturbeerd. Als die persoon een soa heeft, bijvoorbeeld chlamydia, gonorrhoe, herpes of genitale wratten, dan is er een kans dat hij die via de vingers naar jouw anus overdraagt.

Kontneuken

Door kontneuken kun je allerlei soa's oplopen, net als bij vaginaal neuken.

Alle soa's die je in de vagina kunt krijgen, kun je namelijk ook in de anus krijgen. Een infectie in de anus zorgt wel voor andere klachten. Soms zijn er helemaal geen klachten, maar soms ook hevige, met bloed en slijm bij de ontlasting. Ook herpes en genitale wratten kun je in en om de anus krijgen.

Klachten bij anale soa's

Chlamydia en gonorrhoe:

Pijn, jeuk en irritatie. Er komt een slijmerige afscheiding uit de anus, meestal te zien bij de ontlasting.

Herpes

Rondom en in de anus ontstaan pijnlijke en branderige blaasjes en zweertjes.

Genitale wratten

Dit zijn een of meer wratjes rondom en in de anus. Het uiterlijk van de wratten kan verschillen

Syfilis

In het eerste stadium van syfilis heb je een pijnloze, harde zweer rondom en in de anus.

Geklapt condoom

Als je een klapper hebt gehad kun je een PEP-behandeling krijgen. Dit is een behandeling van vier weken met hiv-remmende medicijnen waarvan wordt aangenomen dat deze de kans op een hiv-infectie kunnen verlagen.

Zo'n PEP-kuur moet binnen 48 tot maximaal 72 uur worden gestart nadat je risico hebt gelopen.

Voorwaarden om PEP te krijgen zijn onder andere:

- je bent degene die anaal geneukt is,
- degene die jou mogelijk besmet heeft is hiv-positief

Meer informatie over PEP op www.prostitutie.nl en bij de Aids Soa Infolijn: www.soa aids.nl



Standjes en speeltjes

Alles over standjes

Een favoriet standje bestaat niet, dat is heel persoonlijk. Voor de een is het geen enkel probleem om een tijdje met de benen omhoog te liggen, een ander vindt het lekkerder op zijn/haar zij te liggen.

In feite kun je alle standjes die je kunt doen bij vaginale seks ook doen bij anale seks. Het is maar wat je lekker vindt en waar je van kunt genieten.

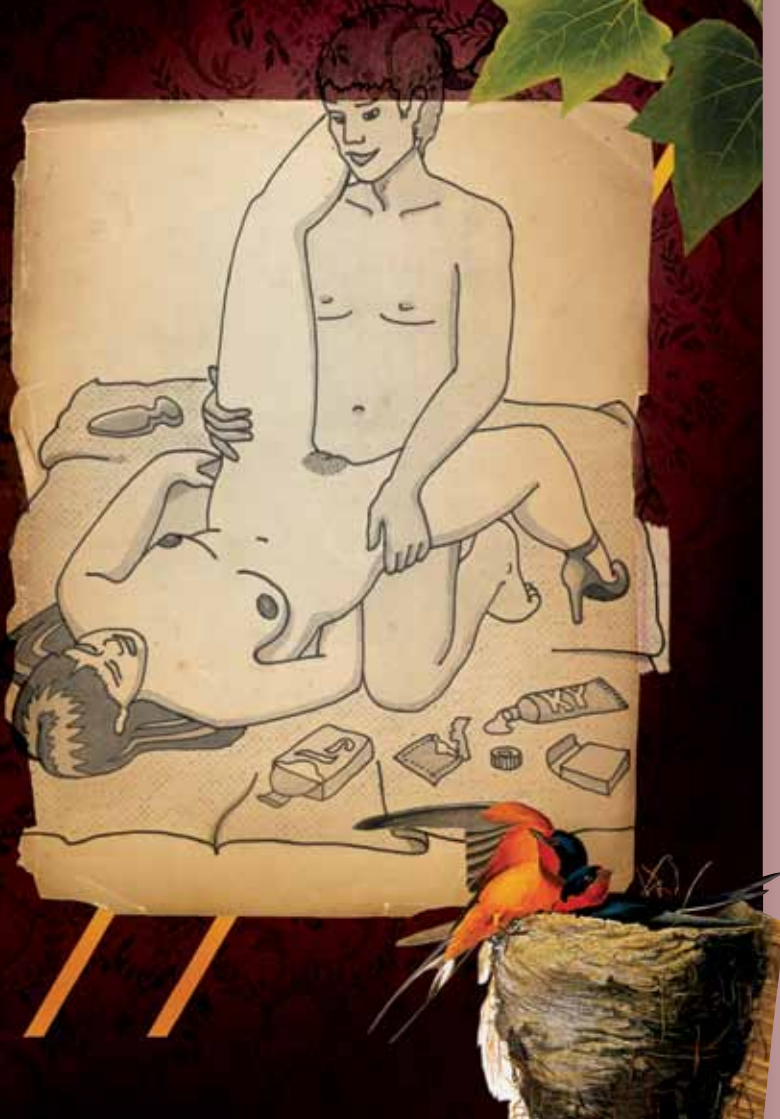
Missionarishouding

In deze houding ligt de ontvanger op haar/zijn rug en degene die neukt zit op zijn/haar knieën.

Als je op je rug ligt kun je je benen recht houden en laten leunen tegen de schouders van degene die jou penetreert, maar je kunt ook je knieën optrekken. Hierdoor wordt je anus minder samengeknepen.

Je kunt ook genomen worden terwijl je op de rand van je bed/tafel ligt en degene die jou neukt op de grond staat.

Het voordeel van de missionarishouding is dat jullie elkaar aan kunnen kijken en ook non-verbale signalen kunnen zien. Daarnaast heb je gelegenheid om ook andere lichaamsdelen aan te raken en te aaien, zoals tepels, buik, bovenbenen en ballen.



Jij bovenop

Je partner of klant ligt op zijn rug en jij zit boven op, met je gezicht naar hem toe en je laat je door hem neuken. Het voordeel is dat jij degene bent die het ritme en de diepte bepaalt, dat je elkaar aan kunt kijken en dat je hem kunt zoenen en likken en bovendien je handen vrij hebt om hem te aaien.

En nog een keer bovenop, maar dan met je rug naar zijn gezicht toe, cowgirl/boy. Je hebt onbeperkt gelegenheid om de ballen en anus van je partner te aaien.

Doggie-style

Van achteren. Degene die wordt geneukt zit op zijn/haar knieën en degene die penetreert erachter.

Dit kan liggend op bed, leunend op meubilair, bedenk het zelf maar.

Het is een goede houding als je net begint met anale seks. Je anus is in een goede rechte positie waardoor de penis er relatief gemakkelijk in kan glijden. Daarnaast kun je vanuit deze houding zonder moeite elkaar strelen.

Lepeltje-lepeltje

Je ligt gezellig met je rug tegen zijn of haar buik.



Doggystyle is voor als je net begint een goede houding omdat de penis er recht in kan glijden.

Alles over speeltjes

Er zijn heel veel speeltjes te koop die speciaal zijn ontworpen voor anale seks. Maar ook speeltjes die je kunt gebruiken voor vaginale seks zijn anaal te gebruiken.

Ze kunnen heel handig en lekker zijn, zeker als je er niets voor voelt om door een penis gepenetreerd te worden, maar wel in bent voor iets kleins.

De keuze voor speeltjes hangt van verschillende dingen af. Wat wil je er mee, voor welke kick ga je, moet het vibreren, of ronddraaien, of opblazen?

Wil je iets met veren, rubber, of met kraaltjes?

En wat mag het kosten?

Butt plug, dildo's en vibrators

Een butt plug is een stomp voorwerp waarmee je de anus kunt penetreren. De top is nauw, in het midden dik en onder aan iets nauwer. Plugs hebben geen vibrerende eigenschappen en geen extra's. Ze zijn er in verschillende materialen zoals siliconen, acryl en rubber.

Let er bij een butt plug op dat het een goede pasvorm heeft. Het einde van een butt plug moet rond zijn en breder dan de rest, zodat hij niet in zijn geheel naar binnen kan glijden.

Dat is anders bij vibrators; deze kunnen vibreren en roteren, licht geven en geluid maken.

Ook dildo's heb je in verschillende soorten en maten en kleuren. Ze zien er uit als penissen, maar kunnen ook het uiterlijk van torpedo's hebben. Heel geschikt voor simpele penetratie.

Dildo's die je voor kunt binden zijn geschikt als je partner geneukt wil worden en jij geen penis hebt.

Beads (kraaltjes)

Beads kun je in verschillende groottes kopen en van verschillend materiaal. Welke je ook kiest, het is aan te raden ze in een condoom te doen als je ze gebruikt. Soms zijn de materialen waarvan ze gemaakt zijn niet heel goed schoon te houden. Dat geldt in ieder geval voor het touwtje waarmee ze aan elkaar geregen zijn.

Je kunt zowel anaal als vaginaal van beads genieten. En de mate waarop is afhankelijk van hoe snel of hoe langzaam je ze inbrengt en/of verwijdert, een voor een of allemaal tegelijk en hoe de geslachtsdelen worden gestimuleerd.

Swings and slings

Als je werkruimte groot genoeg is en het plafond het houdt, kun je een swing of een sling ophangen. Het zijn een soort schommels waar je relatief gemakkelijk op kunt zitten in allerlei standjes en gepenetreerd kunt worden. Het is een leuke variatie op het bed, waar je waarschijnlijk veel tijd van je werk op door brengt.

Tips bij speeltjes

Zorg dat ze goed schoon te houden zijn (zie www.indeprostitutie) en lees de gebruiksvorschriften.



Het is belangrijk dat ze van zacht materiaal gemaakt zijn en er geen scherpe randen aan zitten, zodat de anus niet beschadigd kan worden. Om die reden is glas niet aan te raden.

Gebruik ook bij speeltjes voldoende glijmiddel, wees hier niet zuinig mee.

Warm de speeltjes eerst een beetje op voordat je ze inbrengt. Een ijskoude dildo is niet echt prettig.

En heel belangrijk: zorg dat de speeltjes toelopen van smal naar breed. Je moet er toch niet aan denken dat je vrijpartij eindigt op de eerste hulp, omdat je opeens een dildo kwijt bent!

Speeltjes en hygiëne

Seksspeeltjes zoals dildo's, vibrators die je gebruikt bij jezelf of anderen: ook via speeltjes kun je soa's overdragen.

Het is het veiligst als ieder zijn eigen speeltje, dildo of butt plug gebruikt. Als dit niet kan, doe er dan een condoom omheen.

Je moet ze goed schoonmaken en desinfecteren met alcohol (70%, te verkrijgen bij de apotheek) of een chlooroplossing.

Meeestal kan niet het hele speeltje hier tegen, dompel dus alleen het gedeelte dat hier tegen kan in deze oplossing.

Gebruik voldoende glijmiddel!

Speeltjes zijn veilig voor zwangerschap.



En tot slot...

De eerste keer

Je moet het natuurlijk zelf weten, maar als ik jou was zou ik de eerste keren niet uitproberen met een klant, maar met iemand die je kent en vertrouwt, zoals een partner of een vriend. Je moet namelijk de tijd nemen om het uit te proberen en te oefenen.

*Als jij anaal geneukt wordt, zorg dan dat je de baas blijft:
'stop is stop.'*

Ik vind anale seks echt niet lekker, ook niet na een paar keer proberen

Sommige mensen vinden anale seks fijn en sommige juist helemaal niet.

Als jij dat niet vindt en er geen zin in hebt, weerstand voelt als iemand je dit vraagt of het geprobeerd hebt en er niets aan vindt, doe het dan niet.

Gewoon niet aan beginnen of gewoon mee stoppen. Je hoeft echt niet alles te doen, dingen lekker te vinden en aan iemands seksuele behoeften voldoen als die de jouwe niet zijn.

Het feit dat mensen anale seks fijn vinden, zegt niets over jou. Je hoeft dingen niet lekker te vinden en te doen. Dat bepaal alleen jijzelf. Jij bent de enige die beslissingen mag nemen over wat je met je lijf wilt doen en met wie. Niemand mag iets van je eisen waar je niets voor voelt.

Mythe

Er wordt wel beweerd dat je anus uit gaat zakken als je heel veel aan anale seks doet. Dat is gewoon niet waar. Als je voorzichtig bent en goed oefent, gebeurt er niets schadelijks.

Meer weten

Voor meer vragen over soa's en veilige seks, bel de Aids Soa Infolijn:

telefoonnummer: 0900 204 204 0 (0,10ct pm)

openingstijden:

ma t/m wo 10.00 - 20.00u

do en vrij 14.00 - 20.00u

mail: naar infolijn@soa aids.nl

Chat:

Iedere werkdag van 16:00 - 18:00u live chat

Als je internet explorer 7 (of hoger) hebt en msn kan je de infolijn toevoegen.

www.soa aids.nl/persoonlijk_advies#chatten

Handige websites

www.prostitutie.nl

www.soa aids.nl



Colofon

Datum: Juni 2011

Editie: eerste druk

Grafisch Ontwerp: ECHT-Johan-Manschot.nl

Illustratie: Wilna Dorst

Drukkerij: Verweij Printing

Uitgave: Soa Aids Nederland

Niets uit deze uitgave mag worden overgenomen zonder uitdrukkelijke toestemming van Soa Aids Nederland.