

Meer weten?

Algemene website

www.soa aids.nl - informatie over soa, hiv en aids en het werk van Soa Aids Nederland.

www.aidsfonds.nl - informatie over hiv en aids en het werk van het Aids Fonds.

www.soatest.nl - voor een gratis, anoniem en betrouwbaar testadvies.

www.ggd.nl - toets je postcode in en vind een GGD bij jou in de buurt.

Websites speciaal voor jongeren

www.vrijsoavrij.nl - informatie over soa en hiv en handige tips om veilig te vrijen, speciaal voor jongeren.

www.safesex.nl - informatie over soa, hiv en veilig vrijen, speciaal voor jongeren.

Aids Soa Infolijn 0900 204 2040

(24 uur per dag, 10 cent per minuut)

E-mail: infolijn@soa aids.nl

Beantwoording binnen drie werkdagen - geen kosten.

Folders en brochures

- Patiëntenfolders over bacteriële vaginose, candida, chlamydia, genitale wratten, gonorrhoe, hepatitis-B, scabiës, schaamluis, syfilis en trichomonas.
- Brochure 'Herpes genitalis'.
- Patiëntenfolder hiv/aids.

Folders speciaal voor jongeren

- Boekje 'Safesex.nl'.
- Folder 'Beter in bed'.

Al deze folders kun je krijgen bij de GGD. Je kunt ze ook bestellen via de site van Soa Aids Nederland:

www.soa aids.nl/bestellen.

Colofon

Uitgave van Soa Aids Nederland,
Keizersgracht 390, 1016 GB Amsterdam

Tekst: Soa Aids Nederland in samenwerking met Bureau Taal
Vormgeving: studio Beet, Amsterdam
Drukker: De Raat & De Vries

Voor het overnemen van passages uit deze brochure is toestemming van Soa Aids Nederland nodig.

2^{de} druk september 2007

Seksueel

Overdraagbare

Aandoeningen

SOAIDS

Ruimte voor regionale informatie

SOAIDS

Dit is een publicatie van Soa Aids Nederland. Deze publicatie is mede mogelijk gemaakt door financiële ondersteuning van GlaxoSmithKline. Deze folder geeft algemene informatie over soa. Als je op zoek bent naar meer gedetailleerde informatie over een specifieke soa, bestel dan één van onze patiëntenfolders. Met vragen over soa en veilig vrijen kun je 24 uur per dag terecht bij de Aids Soa Infolijn (tel. 0900-2042040 of infolijn@soa aids.nl).

Je kunt ook onze website bezoeken: www.soa aids.nl



GlaxoSmithKline

Do more feel better live longer

Voorkomen – Testen – Behandelen

Inhoud

Seksueel overdraagbare aandoeningen:

- 3. Wat zijn soa's?
- 4. Hoe kun je een soa oplopen?

Voorkomen:

- 5. Hoe voorkom je soa's?
- 7. Condooms

Testen:

- 10. Laat je testen!

Behandelen:

- 18. Ik heb een soa. En nu?
- 22. De verschillende soa's

- 23. Schema sekstechnieken en risico's
- 25. Meer weten?

Waarom deze folder?

Iedereen die seks heeft, kan een soa oplopen. In Nederland raken elk jaar meer dan 100.000 mensen besmet met een soa. Veel mensen schamen zich ervoor.

Een soa is een seksueel overdraagbare aandoening. Een soa is een ziekte die je kunt krijgen als je onveilig vrijt. Er zijn verschillende soa's. Sommige soa's zijn ernstig, andere zijn vooral lastig.

Deze folder geeft informatie over soa's. Er staan veel tips in over hoe je jezelf het beste beschermt tegen een soa, en wat je kunt doen als er toch iets is misgegaan.

Dit staat er in de folder:

- Wat zijn soa's?
- Hoe kun je een soa oplopen?
- Hoe kun je een soa voorkomen?
- Hoe kun je weten of je een soa hebt?
- Hoe kun je je laten testen op soa's?
- Waar kun je je laten testen op soa's?
- Wat moet je doen als je een soa hebt?
- Welke soa's komen het meeste voor in Nederland?

Schema Sekstechnieken en Risico's

Handeling	Veilig voor soa?	Veilig voor hiv?	Veilig voor zwangerschap?
De man gaat met zijn penis in de anus van de partner.	Onveilig. Groot risico op soa. Gebruik een condoom met extra veel glijmiddel.	Onveilig. Groot risico. Gebruik een condoom met extra veel glijmiddel.	Veilig. Let op dat sperma niet 'teruglekt' naar de vagina.
Met de mond en tong de vagina stimuleren.	Onveilig voor soa. Gebruik een opengeknipt condoom of beflapje.	Veilig, tenzij contact met (menstruatie)bloed.	Veilig.
Geslachtsdelen/anus raken elkaar maar de penis komt niet in de vagina of anus (geen penetratie).	Onveilig. Als de penis, vagina en/of anus elkaar raken kan er een soa overgedragen worden.	Veilig, tenzij er toch voorvocht of sperma in de vagina/anus komt.	Veilig, tenzij er toch voorvocht of sperma in de vagina komt.
Penis wordt vóór de zaadlozing teruggetrokken uit de vagina.	Onveilig. Door contact tussen de penis en de vagina kunnen soa worden overgedragen. Gebruik een condoom.	Onveilig. Gebruik een condoom.	Onveilig. Er kunnen zaadcellen in het voorvocht zitten. Gebruik anticonceptie zoals (prik)pil, (vrouwen)condoom, spiraaltje, pessarium of ring.
De man gaat met zijn penis in de vagina en komt klaar.	Onveilig. Groot risico op soa. Gebruik een condoom.	Onveilig. Gebruik een condoom.	Onveilig. Gebruik anticonceptie zoals (prik)pil, (vrouwen)condoom, spiraaltje, pessarium of ring.
Jezelf of je partner met de hand bevredigen.	Veilig, tenzij er sperma/vaginaal vocht van de ene persoon op het geslachtsdeel/anus van de andere persoon komt.	Veilig. Klein risico als er sperma/vaginaal vocht van de ene persoon op het geslachtsdeel/anus van de andere persoon komt.	Veilig als er geen sperma of voorvocht aan vingers/handen zit, waardoor het in de vagina komt.
Met mond en tong de penis stimuleren.	Onveilig. Door contact tussen de penis en de mond kunnen soa worden overgedragen. Gebruik een condoom.	Veilig, tenzij degene die pijnigt sperma in de mond krijgt. Veilig voor degene die wordt gepijpt.	Veilig.
Met bijvoorbeeld een vibrator of een dildo je partner bevredigen.	Onveilig als speeltjes worden uitgewisseld. Gebruik een condoom of reinig de speeltjes.	Onveilig als speeltjes worden uitgewisseld. Gebruik een condoom of reinig de speeltjes.	Veilig als er geen sperma of voorvocht aan het speeltje zit, waardoor het in de vagina kan komen.
Met mond en tong de mond en tong van de partner raken.	Veilig. Wanneer bloed te proeven is, klein risico op Hepatitis-B.	Veilig.	Veilig.
Neuken met condoom, pijpen met condoom, beffen met beflapje.	Veilig.	Veilig.	Veilig.

Seksueel overdraagbare aandoeningen

Soa's zijn seksueel overdraagbare aandoeningen. Het zijn ziektes die je kunt krijgen als je onveilig vrijt. Er zijn verschillende soorten soa's. Sommige soa's zijn ernstig, andere zijn vooral lastig.

Virale soa's

Soa's die worden veroorzaakt door een virus noemen we virale soa's. Als je zo'n soa eenmaal hebt opgelopen, dan blijft het virus in je lichaam. Daardoor kunnen de klachten telkens weer terugkomen. Virale soa's zijn: herpes genitalis, hepatitis-B, genitale wratten en hiv. Hiv is het virus dat aids kan veroorzaken.

Bacteriële soa's

Soa's die worden veroorzaakt door bacteriën noemen we bacteriële soa's. Deze soa's kunnen goed genezen. Het is wel belangrijk dat je niet te lang met de soa blijft doorlopen en dat je ermee naar de dokter gaat. Als je dat niet doet, kan de soa nare gevolgen hebben.

Voorbeelden van bacteriële soa's zijn: chlamydia, gonorroe en syfilis.

En er zijn ook soa's die worden veroorzaakt door parasieten, zoals schaamluis.



Op bladzijde 17 kun je meer lezen over de verschillende soa's. Wat kun je ervan merken, welke klachten kun je hebben, en hoe gevaarlijk zijn ze?

Hoe kun je een soa oplopen?

door onveilige seks

Je kunt een soa oplopen als je onveilig vrijt. Onveilig vrijen is neuken zonder condoom, pijpen zonder condoom of beffen zonder beflapje.

- ▶ **Let op:** ook via droogneuken kun je een soa oplopen. Bij droogneuken gaat de penis niet in de vagina of de anus. Ze worden alleen tegen elkaar aan gewreven. Toch kun je op deze manier wél een soa oplopen of doorgeven.

op een andere manier

Hiv en het hepatitis-B virus kun je ook krijgen via bloed. Bijvoorbeeld als je drugs gebruikt en naalden en spuiten deelt met een ander. Of als je een tatoeage of piercing laat zetten en het gereedschap is niet schoon. Een moeder kan hiv of hepatitis-B doorgeven aan haar baby tijdens de geboorte en via de borstvoeding.

▶ **Belangrijk om te onthouden:**

- Vaak merk je niet dat je een soa hebt. Je hebt dan geen klachten, of alleen vage klachten. Zonder dat je het merkt, kan de soa schadelijk zijn voor je lichaam. En je kunt de soa wel doorgeven.
- Je kunt makkelijker hiv krijgen als je al een andere soa hebt. Soa kunnen wondjes veroorzaken. Daardoor kan hiv makkelijker in het lichaam komen als je onveilige seks hebt.
- Je kunt niet aan iemand zien dat hij of zij een soa heeft. Ook als iemand hiv heeft, kun je dat niet zien. Je kunt eigenlijk alleen zeker weten of je een soa of hiv hebt door je te laten testen.

Voorkomen

Hoe voorkom je een soa?

Veilig vrijen

Veilig vrijen biedt de beste bescherming tegen soa's.

Wat is veilig vrijen?

Veilig vrijen is vrijen met een condoom.

Dit zijn de belangrijkste regels voor veilig vrijen:

- Gebruik een condoom bij neuken (penis in de vagina).
- Gebruik een condoom en extra veel glijmiddel bij kontneuken (penis in de anus).
- Gebruik een condoom bij pijpen (penis in de mond).
- Gebruik een beflapje of een opengeknipt condoom bij beffen (de vagina likken).

Let op: Gebruik altijd een goed condoom! Je herkent een goed condoom aan het CE-logo op de verpakking of op het doosje.

Veilig vrijen zonder condoom, kan dat?

- Vrij je altijd met dezelfde persoon, en vrijt hij of zij alleen met jou? En hebben jullie allebei geen soa? Dan is vrijen zonder condoom veilig. Want jullie kunnen elkaar geen soa geven. Maar let wel op: je kunt alleen zeker weten dat je allebei geen soa hebt door je te laten testen. Als je hiv, syfilis of hepatitis-B van iemand krijgt, dan is dat pas na drie maanden te zien in een test. Daarom is het belangrijk dat je in een relatie de eerste drie maanden altijd een condoom gebruikt. Want dan kun je nog niet zeker weten of iemand besmet is;
- Wil je met iemand vrijen, maar hebben jullie allebei geen condooms bij je? Dan zijn er genoeg manieren om te vrijen zonder risico te lopen. Denk aan knuffelen, masseren, zoenen, aftrekken en vingeren.

Er zijn veel verschillende manieren waarop je kunt vrijen. Op de ene manier loop je meer risico op een soa dan op de andere. Achterin deze folder staat een schema met de verschillende manieren van vrijen. Hierin kun je zien welke risico's je loopt bij welke manier van vrijen.

Hoe zeg je dat je veilig wilt vrijen?

Veilig vrijen kan lastig zijn. Je hebt opeens veel zin om te vrijen, maar hebt geen condoom bij je. Je bent dronken en neemt het niet zo nauw. Of je vindt vrijen met een condoom sowieso maar lastig. Er zijn smoezen genoeg om niet veilig te vrijen.


Soms wil je wel veilig vrijen, maar toch gebeurt het niet. Later vind je het vervelend dat je onveilig hebt gevreeën.

Onveilig vrijen kun je vaak voorkomen door met elkaar te praten over het gebruiken van een condoom. Hoe doe je dat? En wanneer begin je erover? Deze tips kunnen je helpen:

- Bedenk vooraf hoe en wanneer je wilt zeggen dat je veilig wilt vrijen. Als je dat al weet voordat je gaat vrijen, is het makkelijker om dat ook écht te doen.
- Zeg eerlijk dat je geen soa wilt oplopen. Dat betekent niet dat je de ander 'niet vertrouwt'. Je zegt gewoon eerlijk wat je denkt.
- Als je zegt 'Ik vrij altijd mét condoom!', dan begrijpt iedereen wat je bedoelt. Je hoeft dan niet eens over soa's te praten.

Ook zonder te praten kun je het jezelf makkelijker maken om altijd veilig te vrijen:

- Pak gewoon een condoom en doe het bij jezelf of bij je partner om.
- Zorg dat je altijd condooms bij je hebt! Seks gebeurt vaak heel spontaan. Meestal weet je van tevoren niet precies wanneer je met iemand gaat vrijen.

 **Let op: doe geen dingen die je zelf niet wilt!**
Geef je grenzen aan.

Condooms

Waar koop je condooms?

Je kunt condooms bijna overal kopen: bij de drogist, de apotheek, de supermarkt, het benzinstation en in de discotheek. Vind je het moeilijk om condooms te kopen?

Deze tips kunnen je helpen:

- Bedenk dat ook de man of de vrouw achter de kassa wel eens vrijt.
- Ga samen met een vriend of vriendin condooms kopen.
- Ga naar een winkel waar je geen bekenden kunt tegenkomen.
- Ook kun je condooms kopen bij een condoomautomaat in de discotheek of in het café, via een postorderbedrijf, of via internet. Adressen van sites waar je condooms kunt kopen, vind je in het onderdeel Veilig Vrijen op www.soa aids.nl.

Welke soorten condooms zijn er?

Goede condooms herken je aan het CE-logo op de verpakking. Voorbeelden van goede condoommerken zijn Durex, Concep en Hot Rubber. De Hema en het Kruidvat verkopen goedgekeurde condooms van hun huismerk. Het merk Jippy verkoopt goedgekeurde condooms tegen een lage prijs. Er zijn veel verschillende soorten condooms:

condooms voor kontneuken

Voor anale seks (kontneuken) kun je ieder goed condoom gebruiken. Maar gebruik wel extra veel glijmiddel, op basis van water of siliconen.

vrouwencondoom

Er is ook een condoom voor vrouwen, het bekendste merk is Femidom. Dit condoom doe je in de vagina. Het voordeel is dat je het condoom al kunt inbrengen voordat je gaat vrijen.

speciale condooms

Condooms beschermen niet alleen tegen soa's en zwangerschap, ze kunnen seks ook leuker maken. Zo zijn er bijvoorbeeld condooms met een smaakje. En condooms met ribbels en noppen waardoor je extra veel voelt. Ook bestaan er condooms met een speciale gel die ervoor zorgt dat de man minder snel klaarkomt. Al deze condooms beschermen ook tegen soa's en zwangerschap.

funcondooms

Er bestaan ook zogenaamde funcondooms. Dit zijn condooms in de vorm van bijvoorbeeld een poppetje. Funcondooms kun je niet gebruiken om een soa of zwangerschap te voorkomen. Ze zijn vooral voor de grap bedoeld.

▶ In het onderdeel **Veilig Vrijen** op www.soa aids.nl vind je een uitgebreid overzicht van de verschillende soorten condooms.

Hoe gebruik je een condoom?

Als je een condoom goed gebruikt, is de kans klein dat het knapt, scheurt of afglijdt. Hieronder lees je stap voor stap hoe je een condoom gebruikt.

stap 1: verpakking openmaken

Scheur de verpakking voorzichtig open. Pak het condoom bij het topje. Pas op met scherpe of gescheurde nagels. Zorg dat de penis de vagina of de anus niet raakt voordat het condoom erom zit.

stap 2: condoom omdoen

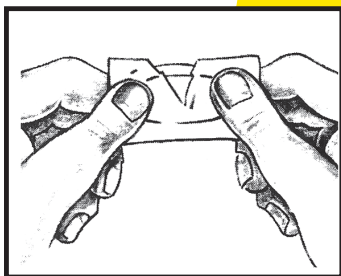
Doe het condoom pas om als de penis helemaal stijf is. Let op: de condoomrand moet aan de buitenkant zitten. Anders kun je hem niet afrollen. Knijp met één hand het topje van het condoom dicht. Zo komt er geen lucht in. En zo verklein je de kans dat het condoom scheurt tijdens het vrijen. Rol met de andere hand het condoom zo ver mogelijk af. Als het condoom om de penis zit, moet er in het topje genoeg ruimte over zijn voor het sperma. Ongeveer één of twee centimeter is genoeg.

stap 3: condoom afdoen

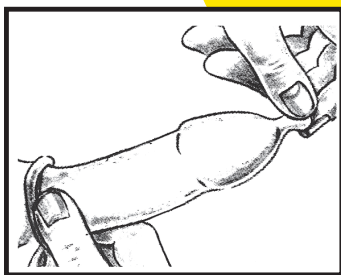
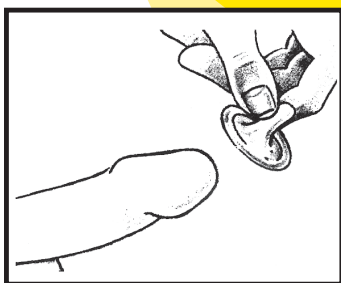
Trek na het klaarkomen de penis terug uit de vagina of de anus. Doe dit voordat de penis slap wordt. Houd tijdens het terugtrekken het condoom bij de rand vast. Zo voorkom je dat het condoom afglijdt. Schuif het condoom van de penis. Leg er een knoop in. Pas op dat je geen sperma aan je handen krijgt. Want ook hiermee kun je jezelf of je partner besmetten.

▶ In het onderdeel **Veilig Vrijen** op www.soa aids.nl is in een filmpje te zien hoe je een condoom omdoet.

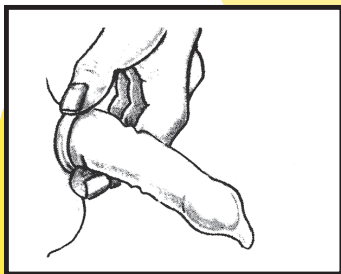
1



2



3



Tips:

- Voorkom verrassingen: zorg dat je altijd een condoom bij je hebt.
- Gebruik een condoom maar één keer.
- Gebruik een condoom **nóóit** na de uiterste gebruiksdatum.
- Gebruik een goed condoom; goede condooms herken je aan het CE-logo.
- Oefen het omdoen van een condoom.
- Gebruik bij anale seks condooms met extra veel glijmiddel.
- Gebruik geen glijmiddel dat olie of vet bevat. De condooms kunnen daarvan kapot gaan. Gebruik een glijmiddel dat water of siliconen bevat.
- Gooi een gebruikt condoom nooit in het toilet. Het toilet kan erdoor verstopt raken. Gooi het condoom in de vuilnisbak.

Bescherming tegen zwangerschap

Het condoom geeft de beste bescherming tegen soa's. Wil je ook zwangerschap voorkomen? Dan kun je het beste én een condoom, én de pil gebruiken. Want de pil is de beste bescherming tegen zwangerschap. Tijdens het vrijen zou er iets mis kunnen gaan met het condoom. Het condoom kan afglijden of scheuren. Ook kan er tijdens het voorspel voorvocht in de vagina komen. Als je dan ook de pil slikt, geeft dat extra zekerheid. Want als er dan iets misgaat met het condoom, ben je wel gewoon beschermd tegen zwangerschap.

De pil wordt het meest gebruikt als bescherming tegen zwangerschap. Maar er zijn ook andere mogelijkheden. Op de website www.anticonceptiemethoden.nl vind je meer informatie over de verschillende manieren om een zwangerschap te voorkomen. Je kunt op deze website bijvoorbeeld informatie vinden over de anticonceptiering, het spiraaltje, de prikpil en de anticonceptiepleister.

Testen

Laat je testen!

Soa's kunnen ernstige gevolgen hebben. Heb je onveilig gevreeën, en heb je daardoor misschien een soa opgelopen? Laat je testen! Ten eerste omdat de dokter de meeste soa's goed kan behandelen als je er op tijd bij bent. Als je langere tijd met een soa blijft rondlopen, dan kunnen de gevolgen erger worden. Ten tweede kun je ook anderen besmetten. Daarom is het belangrijk dat je naar een dokter of de GGD gaat en je laat onderzoeken. Zeg dat je onveilig hebt gevreeën, dan weet de dokter dat hij je moet controleren op soa's.

Waarom een soa-test?

Er kunnen veel redenen zijn om een soa-test te laten doen:

- **Je hebt een vaste vriend of vriendin en je wilt zonder condooms vrijen**
Het is het beste om de eerste drie maanden met condoom te vrijen. Daarna laat je je allebei testen. Als je besmet bent met hiv, syfilis of hepatitis-B is dat namelijk pas na drie maanden in een test te zien. Tot die tijd kun je het dus nooit helemaal zeker weten.
- **Je wilt zeker weten of je gezond bent**
Je kunt een soa hebben zonder dat je klachten hebt. Heb je vaak onveilig gevreeën of heb je de laatste tijd met een aantal verschillende mensen seks gehad? En ben je bang dat je een soa hebt? Laat je dan testen.
- **Misschien heb je lichamelijke klachten**
Voorbeelden van klachten bij een soa zijn:
 - meer afscheiding uit vagina of penis;
 - andere afscheiding uit vagina of penis dan normaal;
 - blaasjes, wondjes of wratjes op of rond de vagina, penis of anus;
 - pijn bij het plassen.
- **Het condoom is gescheurd tijdens het vrijen**
Daardoor ben je bang dat je een soa hebt opgelopen.
- **Misschien ben je gewaarschuwd door je vriend, vriendin of ex die een soa heeft**
Deze persoon heeft de soa misschien aan jou gegeven.
- **Je bent zwanger en je wilt voorkomen dat je een soa aan je kind geeft.**

Wel of geen hiv-test?

Hiv is een belangrijke soa. Het is een goed idee om je op alle belangrijke soa's te laten testen. Dus bij een soa-onderzoek hoort eigenlijk een hiv-test en bij een hiv-test hoort een controle op de andere soa's. Je kunt pas drie maanden nadat je onveilig hebt gevreeën een betrouwbare hiv-test laten doen. Dit is omdat het drie maanden duurt voordat het virus te zien is in je bloed. Een dokter mag je alleen op hiv testen als je duidelijk zegt dat je dat goedvindt.

Er bestaat ook een hiv-zelftest. Dat is een hiv-test die je zelf kunt kopen. Je kunt dan zelf testen of je hiv hebt. Maar we raden je aan om deze zelftest niet te gebruiken. Je kunt je het beste bij een dokter of verpleegkundige laten testen. Want stel dat je hiv hebt. Dan kan de dokter of de verpleegkundige je goed helpen en advies geven.

Heeft iedereen evenveel kans op een soa?

Uit onderzoek blijkt dat soa's in Nederland bij sommige mensen vaker voorkomen dan bij andere mensen. Het is voor deze mensen extra belangrijk om zich op soa's te laten testen. Hoor je bij een van de volgende groepen mensen? Dan raden we je aan om regelmatig een soa-test te laten doen.

Het gaat om de volgende groepen mensen:

- Mensen die seks hebben met veel verschillende mensen.
- Mannen die met mannen vrijen.
- Mensen die uit gebieden komen waar soa en hiv vaker voorkomen. Zoals mensen uit Afrika ten zuiden van de Sahara, het Caribisch gebied (waaronder de Nederlandse Antillen), Latijns Amerika (waaronder Suriname) en Zuid-Oost Azië.
- Partners van mensen uit de groepen hierboven.

Hoor je niet bij de groepen hierboven? Dan kun je nog steeds risico lopen! Iedere keer dat je onveilig vrijt, is er een kans dat je een soa oploopt. Veilig vrijen blijft daarom het belangrijkste advies.

Een persoonlijk testadvies via www.soatest.nl

Wil je weten of het voor jou verstandig is om een soa-test of een hiv-test te doen? Kijk dan op www.soatest.nl. Hier staan vragen over je seksleven. Over hoe jij vrijt. Als je alle vragen hebt beantwoord, krijg je een advies. Hierin staat of het verstandig is om je te laten testen.

Waar kun je een soa-test laten doen?

Je kunt naar je eigen dokter gaan voor een soa-test of een hiv-test. Vind je het moeilijk om naar je eigen dokter te gaan? Dan kun je je laten testen bij de GGD. Je hoeft bij de GGD je naam niet te zeggen. En het is gratis.

Kijk voor de adressen en telefoonnummers van GGD's op www.soa aids.nl/soacentra.html. Of ga naar www.ggd.nl. Daar kun je de GGD bij jou in de buurt vinden.

De meeste GGD's hebben een eigen website. Hier kun je bijvoorbeeld informatie vinden over tijden waarop je je kunt laten testen. Veel GGD's hebben namelijk een speciaal soaspreekuur. Al deze informatie staat meestal onder één van deze twee kopjes op de GGD-site: 'Infectieziekten' of 'soa'.

 **Goed om te weten: dokters en verpleegkundigen mogen geen informatie over jou doorgeven aan anderen.**

Hoe gaat een soa-test of hiv-test?

Eerst praat je met de dokter of verpleegkundige over welke onveilige seks je hebt gehad. En over je klachten, als je die hebt. Dan wordt er besloten op welke soa je onderzocht wordt. En op welke manier dat zal gebeuren. Want er zijn verschillende manieren van onderzoek. Namelijk urineonderzoek (onderzoek van je plas), bloedonderzoek en lichamelijk onderzoek.

urineonderzoek

Veel soa kunnen aangetoond worden door je plas te onderzoeken.

bloedonderzoek

Een bloedonderzoek is nodig om syfilis, hepatitis-B en hiv aan te tonen. De dokter of de verpleegkundige haalt dan met een naald wat bloed uit je ader.

lichamelijk onderzoek

Als je blaasjes, zweertjes of wratjes hebt rond de vagina, penis of anus, dan worden deze onderzocht. Als je een vrouw bent, dan neemt de dokter of verpleegkundige vaak een uitstrijkje. Dat betekent dat er wat slijm uit de vagina gehaald wordt. Dit slijm wordt onderzocht. Voorheen moest er bij mannen vaak een uitstrijkje uit de plasbuis genomen worden. Tegenwoordig kan ook urine worden gebruikt voor dit onderzoek.

Wanneer krijg je de uitslag van een soa-test of hiv-test?

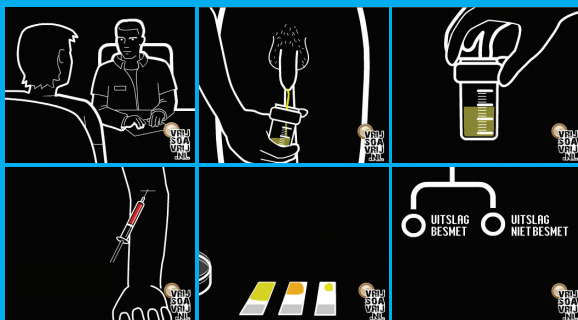
In de meeste gevallen duurt het ongeveer één week voor je de uitslag krijgt van een soa-test of hiv-test. Sommige poliklinieken kunnen een deel van het onderzoek meteen uitvoeren, dan heb je de uitslag sneller. Je kunt voor de uitslag bellen, of je kunt de uitslag ophalen.

Heb je je laten testen op hiv? Dan kun je het beste een afspraak maken om de uitslag op te halen. De dokter of verpleegkundige bespreekt de uitslag dan persoonlijk met je. Het is verstandig om iemand mee te nemen. Want als blijkt dat je besmet bent met het hiv-virus, dan heeft dat grote gevolgen voor je verdere leven. En voor het leven van de mensen om je heen. Daarom is het fijn als er iemand bij je is als je de uitslag krijgt.

▶ Let op: een 'positieve' uitslag van een hiv-test betekent dat je hiv-positief bent. Je bent dan besmet met het hiv-virus.



De soatest voor vrouwen in beeld. Bekijk de hele animatie op www.vrijsoavrij.nl



De soatest voor mannen in beeld. Bekijk de hele animatie op www.vrijsoavrij.nl

Behandelen

Ik heb een soa. En nu?

Als je een soa hebt, zijn twee dingen heel belangrijk:

- Je moet je laten behandelen door een dokter;
- Je moet mensen waarschuwen met wie je onveilig hebt gevreeën.

Hieronder leggen we daarover meer uit.

Laat je behandelen

De behandeling is bij iedere soa verschillend.

Er zijn behandelingen met tabletten, zalf of injecties.

Bacteriële soa (chlamydia, gonorrhoe) zijn te behandelen met antibiotica.

Virale soa (herpes, genitale wratten) zijn niet te genezen. Maar de verschijnselen (de wratten of blaasjes) kunnen wel worden behandeld met zalf of medicijnen. Wel blijft de kans dat de blaasjes of wratten terugkomen altijd bestaan.

Hepatitis-B behandelt men tegenwoordig met een speciaal medicijn. Het medicijn onderdrukt het hepatitis-B-virus. Hierdoor kan de lever genezen.

Hiv is niet te genezen. Maar er zijn wel medicijnen die het virus onderdrukken. De medicijnen hebben veel vervelende bijwerkingen. En je moet ze waarschijnlijk je leven lang blijven slikken.

Waarschuw de mensen met wie je onveilige seks hebt gehad

Weet je dat je een soa hebt? Waarschuw dan zo snel mogelijk de mensen met wie je onveilige seks hebt gehad in het afgelopen half jaar. Vanaf het moment dat je de soa kreeg, kon je de soa doorgeven. Ook al had je zelf geen klachten.

Vind je het moeilijk om mensen te waarschuwen? Dan kan de verpleegkundige van de GGD dit voor je doen. De verpleegkundige waarschuwt dan de mensen die je opgeeft. Hij of zij vertelt er niet bij dat het bericht van jou komt.

De mensen die je waarschuwt kunnen zich dan laten testen en snel laten behandelen. Ook voorkom je hierdoor dat de ziekte zich verder verspreidt.

En verder...

Blijkt na een controle dat je geen soa's hebt? Of heb je na een behandeling geen soa meer? Gefeliciteerd!

Natuurlijk wil je dat graag zo houden. Als je altijd veilig vrijt, is de kans klein dat je (weer) een soa oploopt.

De verschillende soa

Hieronder vind je een overzicht van de soa die het meest voorkomen in Nederland.

Chlamydia

Chlamydia is de soa die het meest voorkomt in Nederland.

Wat merkt een vrouw ervan?

Veel vrouwen merken niet dat ze chlamydia hebben. Van alle vrouwen die chlamydia hebben, heeft 70% geen klachten.

De andere 30% krijgt na 1 tot 3 weken klachten.

Dit zijn de klachten:

- Pijn of een branderig gevoel bij het plassen.
- Meer of andere afscheiding uit de vagina.
- Bloed uit de vagina als je niet ongesteld bent.
- Pijn of bloed tijdens het vrijen of na het vrijen.
- Pijn in de onderbuik.
- Pijn rechtsboven in je buik.

Wat kunnen de gevolgen zijn voor een vrouw?

Laat je je niet behandelen voor chlamydia? Dan kun je een ontsteking krijgen aan je baarmoeder of eileider. Daardoor kan het moeilijker worden om zwanger te worden.

Soms lukt het zelfs helemaal niet meer. En er is meer kans dat het misgaat als je zwanger bent: je kunt een buitenbaarmoederlijke zwangerschap krijgen. Chlamydia is makkelijk te genezen als je het op tijd ontdekt.

Wat merkt een man ervan?

Ook veel mannen merken niet dat ze chlamydia hebben. Soms hebben ze pijn bij het plassen of wat afscheiding uit de penis.

Wat kunnen de gevolgen zijn voor een man?

Soms krijgen mannen een ontsteking in een van de bijballen. Maar meestal merken ze er niet veel van. Ook als mannen geen klachten hebben, kunnen ze chlamydia doorgeven. Je moet er dus wel mee naar de dokter!

Genitale wratten

Genitale wratten zijn wratten op en rond de vagina, de penis of de anus. Je ziet ze niet altijd, omdat ze soms binnen in je vagina of je anus zitten. Genitale wratten komen veel voor. Ze kunnen jeuken. Genitale wratten worden veroorzaakt door een virus. Dit virus blijft altijd in je lichaam. Daardoor kunnen de wratten blijven terugkomen.

Herpes genitalis

Herpes genitalis kun je herkennen aan blaasjes op of rond de vagina, penis of anus. Vaak jeukt het. Of je hebt een branderig gevoel. Herpes genitalis wordt veroorzaakt door een virus. Dit virus blijft altijd in je lichaam. Daardoor kunnen de blaasjes blijven terugkomen.

Koortslip

Een koortslip komt ook door het herpesvirus. Dit virus kan ook op de penis of vagina over gaan door pijpen of beffen. Het kan ook andersom gebeuren: door pijpen of beffen kan de herpes in je mond komen.

Gonorrhoe (druiper)

Wat merkt een vrouw ervan?

Vrouwen hebben vaak geen klachten. Of ze hebben vage klachten. Zoals wat pijn bij het plassen. Of iets meer afscheiding uit de vagina dan normaal. Je kunt een gonorrhoe infectie ook in je keel of anus krijgen. Deze vorm geeft vaak geen klachten.

Wat kunnen de gevolgen zijn voor een vrouw?

Laat je je niet behandelen voor gonorrhoe? Dan kun je een ontsteking krijgen aan je baarmoeder of eileider. Daardoor kan het moeilijker worden om zwanger te worden. Soms lukt het zelfs helemaal niet meer. En er is meer kans dat het misgaat als je zwanger bent: je kunt een buitenbaarmoederlijke zwangerschap krijgen. Je kunt helemaal genezen van gonorrhoe. Het is wel belangrijk dat je ermee naar de dokter gaat.

Wat merkt een man ervan?

Mannen krijgen meestal na een paar dagen of een paar weken de eerste klachten. Zoals afscheiding uit de penis, of pijn bij het plassen. Je kan een gonorrhoe-infectie ook in je keel of anus krijgen. Deze vorm geeft vaak geen klachten.

Wat kunnen de gevolgen zijn voor een man?

Soms krijgen mannen een ontsteking in een van de bijballen. Maar meestal merken ze er niet veel van. Ook als mannen geen klachten hebben, kunnen ze gonorrhoe doorgeven. Je moet er dus wel mee naar de dokter!

Hepatitis-B

Het hepatitis-B-virus veroorzaakt een ontsteking in de lever. Sommige mensen worden daar erg ziek van. Ze zijn moe, misselijk en hebben buikpijn. Anderen merken niets. Meestal gaat de ziekte over door veel te rusten. Het virus verdwijnt dan uit je lichaam, en je kunt het niet meer aan iemand anders door geven.

Als het virus niet verdwijnt

Bij 10% van de mensen die hepatitis-B krijgen, blijft het virus in het lichaam. Je hebt dan een chronische hepatitis-B. Sommige mensen merken daar niets van, en anderen zijn erg ziek. Ongeveer één derde van de mensen met chronische hepatitis-B krijgt een blijvende ontsteking aan de lever. Dit maakt je erg ziek, en je kunt er dood aan gaan.

Hepatitis krijgen en doorgeven

Zolang je het hepatitis-B-virus in je lichaam hebt, kun je het doorgeven als je onveilig vrijt. Heeft je vaste partner hepatitis-B? Of heb je een groot risico om hepatitis-B te krijgen? Spuit je bijvoorbeeld drugs? Of heb je seks met veel verschillende mensen? Dan kun je je laten inenten tegen hepatitis-B. Vraag hiernaar bij de GGD.

Syfilis (lues, harde sjanker)

Syfilis is een gevaarlijke soa als je het niet op tijd laat behandelen. Deze soa komt in Nederland bijna alleen voor bij mannen die seks hebben met mannen. Syfilis begint vaak met een klein zweertje in de mond, op de penis, op de vagina of op de anus. Via het bloed kan de ziekte zich verspreiden door het hele lichaam. Verschillende organen kunnen beschadigd raken, zoals het hart en de hersenen. Je kunt goed van syfilis genezen als je op tijd naar de dokter gaat.

Hiv

Hiv is het virus dat aids veroorzaakt. Het hiv-virus beschadigt je afweersysteem. Dat betekent dat je lichaam zich steeds minder goed kan beschermen tegen allerlei ziektes. Je wordt dus sneller ziek.

Iemand die besmet is met hiv, noemen we hiv-positief. Als je seropositief bent, hoef je nog niet ziek te zijn. Maar intussen is het hiv-virus wel bezig om het afweersysteem te beschadigen. Pas als het virus je afweersysteem erg heeft beschadigd, kun je ziek worden. Dan kan de dokter zien dat je aids hebt. Soms ben je wel acht tot tien jaar seropositief, en merk je nergens iets van. En word je daarna pas ziek.

Medicijnen

Er zijn medicijnen die zorgen dat het hiv-virus minder actief wordt. Je kunt deze medicijnen gebruiken voordat je echt aids krijgt. Maar er bestaat geen medicijn dat ervoor zorgt dat het virus uit je lichaam verdwijnt. Ook kun je nog niet ingeënt worden tegen hiv.

Andere soa:

De volgende soa's zijn niet gevaarlijk. Maar ze kunnen wel lastig zijn. Je krijgt bijvoorbeeld jeuk of afscheiding uit de penis of vagina.

Bacteriële vaginose en candida zijn geen echte soa's. Want je kunt ze krijgen door medicijnen als antibiotica, of door te veel wassen met zeep. Maar je kunt ze wel doorgeven door onveilige seks.

Trichomonas is wel een echte soa. Als een vrouw het heeft, heeft ze last van veel afscheiding uit de vagina. En de vagina is rood en doet pijn. Mannen hebben meestal geen klachten als ze trichomonas hebben.

Schaamluis (platjes) zijn kleine diertjes die in het schaamhaar leven. De diertjes geven veel jeuk. Je kunt schaamluis oplopen door seksueel contact maar ook door alleen dicht tegen elkaar aan te liggen. Of door elkaars kleding te dragen.

Scabies (schurft) wordt veroorzaakt door een mijt. Deze mijt geeft veel jeuk. Je kunt scabies oplopen door seksueel contact maar ook door alleen dicht tegen elkaar aan te liggen.

Van deze soa's kun je gemakkelijk afkomen. De dokter kan je helpen.

Seksueel contact

Anale seks
(kontneuken, Grieks)

Beffen

Contact tussen geslachtsdelen, droogneuken

Voor het zingen de kerk uit
(coïtus interruptus)

Neuken
(coïtus)

Masturberen

Pijpen

Speeltjes

Tongzoenen, kussen

Veilig vrijen
((kont)neuken met condoom, pijpen met condoom,
beffen met een beflapje)