



ЖИВИ ЗДОРОВО!

Настоящая информация
предназначена для женщин,
предоставляющих сексуальные услуги



От авторов. Цель настоящей брошюры — помочь секс-работницам (СР) жить и работать безопасно и с достоинством. Вместе с тем, мы убеждены, чтобы улучшить свое положение, секс-работницы должны прежде всего сами контролировать свои жизни и судьбы. Ведь только уважая себя, можно уберечь главное — здоровье.

Секс-работа — РАБОТА

Работа, которая не является по своей сути ни угнетающей, ни эксплуатирующей. Это трудоустройство, связанное с продажей сексуальных услуг. Но большинство проблем, от которых страдают секс-работницы, являются результатом социальных систем, пренебрегающих правами своих граждан.

Сегодня в Украине секс-работницы подвергаются различным формам угнетения, основанным на невежестве, бедности, гомофобии, на том, что многие имели конфликт с законом, сидели в тюрьмах или пользуются наркотиками...

«...Мы не преступники, не извращенцы и не жертвы!

Мы — рабочие люди и требуем уважения наших прав, в том числе права — на гигиену и безопасность труда! Мы утверждаем, что секс-работницы профессионально заботятся о безопасности своего труда и возражаем против политики, основанной на стереотипах, которые приводят к преследованию секс-работниц, но не улучшают здравоохранение.

Мы признаем и утверждаем, что повышенный риск заражения СПИДом и другими инфекциями прямо связан с плохими условиями работы, которые создаются в результате криминализации и стигматизации секс-работниц!

Чтобы улучшить свою жизнь, секс-работницы должны взять в свои руки контроль над своими собственными судьбами!») *Из Манифеста Ассоциации секс-работников Торонто (NSWP)*

И ОПАСНА И ТРУДНА

Коммерческий секс является одной из самых опасных сфер бизнеса, и предоставление сексуальных услуг связано с большими рисками, которые, в свою очередь, сопряжены с рядом факторов, влияющих как на результаты работы, так и на все стороны жизни СР.



Факторы риска

- ВИЧ и др. инфекции, передающиеся половым путём (ИППП);
- венерические и др. заболевания;
- домогательства и насилие;
- вымогательство со стороны милиции;
- преследования со стороны криминалитета;
- травмы;
- стрессы и различные депрессивные состояния;
- употребление психоактивных веществ (ПАВ), алкоголя, наркотиков;
- нежелательная беременность.

**НЕВОЗМОЖНО ПРЕДУСМОТРЕТЬ ВСЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА.
ОДНАКО, ЕСЛИ СЛЕДОВАТЬ ОПРЕДЕЛЁННЫМ ПРАВИЛАМ ПОВЕДЕНИЯ И СОВЕТАМ,
ИЗЛОЖЕННЫМ ДАЛЕЕ, У ВАС НЕ ТОЛЬКО УВЕЛИЧАТСЯ ШАНСЫ ОБОЙТИ ИЛИ
ПРЕДОТВРАТИТЬ ОПАСНОСТЬ, НО И СОХРАНИТЬ СОБСТВЕННУЮ ЖИЗНЬ!**

ПРОФЗАБОЛЕВАНИЯ

На протяжении веков секс-работницы сталкивались с негативными последствиями своей деятельности, но даже минув столетия, наиболее проблемными сторонами, секс-работы остаются ИППП и венерические заболевания.

Инфекции, передающиеся половым путём (ИППП)

Сегодня существует более 40 передаваемых половым путем бактерий, вирусов и паразитов. К самым распространенным заболеваниям, передающимся половым путём, относятся: **сифилис, гонорея, герпес, трихомониаз, хламидиоз, кандидоз, лобковые вши, гепатиты В и С, ВИЧ-инфекция.**

ЗАПОМНИ!

- многие ИППП на ранних стадиях не проявляются и заболевания могут протекать скрытно;
- ранняя диагностика играет решающую роль в предотвращении таких последствий как бесплодие, сексуальные нарушения и даже рак;
- многие инфекции передаются не только во время всех видов половых контактов, но и бытовым путём;
- во время одной половой связи без презерватива можно заразиться сразу несколькими инфекционными заболеваниями.

САМИ ПО СЕБЕ ЭТИ БОЛЕЗНИ НЕ ПРОХОДЯТ!

ИППП: СИМПТОМЫ И ПРИЗНАКИ

Наиболее частые симптомы и признаки того, что вы заразились болезнью, передающейся половым путём

- необычные выделения и запах из влагалища, язвы, покраснения, ссадины, высыпания, бородавки, пузырьки или узелки возле половых органов;
- жжение, зуд и боль при мочеиспускании;
- частое мочеиспускание;
- отечность в области половых органов;
- жжение, зуд, боль или выделения из прямой кишки;
- отёчность или краснота в горле;
- боль во время половых контактов;
- лихорадка, озноб и боли различной локализации.

Некоторые ИППП протекают без симптомов. Так, например, до 70% женщин и значительная часть мужчин с гонококковой и/или хламидийной инфекцией вообще не испытывают каких-либо симптомов. Как симптоматические, так и бессимптомные инфекции могут приводить к развитию серьезных осложнений.

ЗНАЙ!



СИФИЛИС

Возбудитель заболевания — бледная спирохета. Так как возбудитель есть всегда в крови, сперме, слюне больного, заражение происходит при незащищенном вагинальном, оральном или анальном сексе.

СИМПТОМЫ

С момента заражения до первого проявления заболевания проходит 3-5 недель. В месте попадания спирохеты (в зависимости от вида сексуальной активности) на половых органах или коже, на языке, слизистых полости рта, губах появляется язвочка (шанкр). Через некоторое время увеличиваются лимфоузлы, а месяц спустя, язвочка заживает и наступает вторичный период для которого характерны обильные кожные высыпания на половых органах, на теле, голове, ладонях. Появляется осиплость голоса, выпадают волосы. При отсутствии лечения может наступить третичный период сифилиса, заканчивающийся смертью.

ЗАПОМНИ!

- диагноз «сифилис» ставится на основании анализа крови;
- о процессе выздоровления можно судить только по результатам лабораторных тестов;
- стойкого иммунитета к сифилису нет, поэтому возможно повторное заражение;
- человек, переболевший сифилисом не может быть донором;
- для профилактики сифилиса всегда нужно использовать презерватив!

ПРИ НАЛИЧИИ ПОВРЕЖДЕНИЙ НА КОЖЕ КЛИЕНТА ЛУЧШЕ ОТКАЗАТЬСЯ ОТ ПОЛОВОГО КОНТАКТА!

ГОНОРЕЯ

Триппер – одна из самых частых инфекций в мире

Возбудитель — гонококк. У женщин поражает слизистую оболочку шейки матки, влагалища и половых органов. Через 3-5 дней после полового контакта с больным гонореей появляются гнойные выделения из влагалища, небольшая резь и жжение при мочеиспускании. Нарушается менструальный цикл, повышается температура.

При оральном сексе возможно поражение дыхательных путей. Наблюдается боль в горле, как при ангине. Сегодня все чаще встречаются случаи заболевания, когда вышеописанные признаки «свежей» гонореи выражены очень слабо. Заболевшие не обращают на них внимания, заражают при половых контактах других и подвергают себя опасности развития хронической гонореи и осложнений.



ЗНАЙ!

Гонорея может передаваться бытовым путём при пользовании общими предметами гигиены. Рациональное лечение у специалиста ведет к полному выздоровлению.
Важно помнить: недолеченная гонорея может привести к бесплодию!

ГЕРПЕС



Возбудителем герпеса является вирус, у которого есть подвиды. Самые распространенные, а потому и опасные — герпес 1-го и 2-го типов. Один из них проявляется на губах, а второй на половых органах. «Благодаря» оральному сексу герпес переносится с губ на половые органы.

СИМПТОМЫ

- Появляется зудящее пятнышко.
- Затем — маленькие, быстро лопающиеся, пузырьки, на месте которых возникают язвочки, покрываемые быстропроходящей корочкой.
- Высыпания сопровождаются повышением температуры, увеличением лимфоузлов.
- Высыпания могут повторяться снова и снова.
- Герпес может привести к воспалительным заболеваниям половых органов.

ЗАПОМНИ!

Больной герпесом может заразить своего полового партнера даже когда сыпь у него отсутствует.

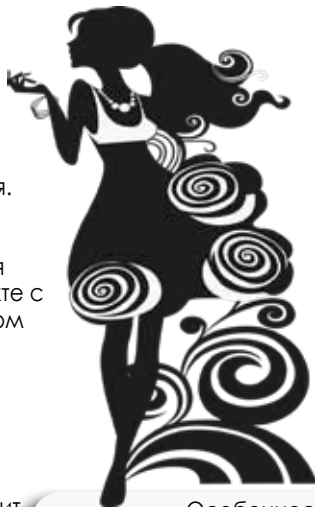
БОЛЬНОМУ ГЕНИТАЛЬНЫМ ГЕРПЕСОМ НЕОБХОДИМО ВСЕГДА ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ПРЕЗЕРВАТИВОМ!

ХЛАМИДИОЗ

Одна из распространенных инфекций, передающихся половым путем. Возбудителем инфекции является необычный внутриклеточный микроорганизм — хламидия.

Хламидиозом мочеполовых органов обычно заражаются при первом половом контакте с инфицированным партнером или через постельное белье и полотенце, загрязненное выделениями.

Воспаление мочеполовых органов при хламидиозе самостоятельно не проходит и становится хроническим. Более того, хламидиоз подрывает иммунитет, делая больного восприимчивым к различным инфекциям.



ТРИХОМОНИАЗ

У женщин заболевание протекает с более выраженными симптомами.

Возникают жжение и зуд в области влагалища, наружных половых органов. Из влагалища появляются жидкие серовато-желтоватого цвета пенистые выделения с неприятным запахом.

Без своевременного лечения трихомониаз из острой переходит в хроническую форму болезни мочеподлового системы с периодическими обострениями.

ЗНАЙ и ПОМНИ!

Особенность этих заболеваний в том, что половина инфицированных женщин не обнаруживает у себя какие-либо признаки инфекции до того момента, когда болезнь вызывает необратимые поражения.

Восходящее распространение инфекции приводит к тяжелому воспалению матки и ее придатков!

ВИЧ/СПИД

Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ) — ретровирус, инфицирующий клетки иммунной системы человека, разрушающий или ослабляющий их функцию. Если при ВИЧ - инфекции лечения не проводится, он почти всегда истощает иммунную систему. В результате организм становится уязвимым к одному или нескольким опасным для жизни заболеваниям, которые обычно не воздействуют на здоровых людей. Эта стадия ВИЧ-инфекции называется СПИДом или синдромом приобретенного иммунодефицита.

ЗНАЙ и ПОМНИ!

- Заразиться ВИЧ можно даже при однократном половом контакте, причем, в вследствие более обширной области слизистых половых органов у женщины, риск заражения гораздо выше, чем у мужчин
- ВИЧ-инфекция внешне никак не проявляется, поэтому ВИЧ-инфицированного человека определить визуально невозможно, а только проведя анализ крови
- После каждого нового полового контакта без презерватива необходимо проводить полное обследование для исключения всех ИППП, в том числе и ВИЧ.

ВИЧ не передается через объятия, рукопожатия, ласки и поцелуи. Но при оральном сексе существует риск передачи ВИЧ, если на слизистой оболочке рта (языка, дёсен) имеются микротравмы.

ГЕПАТИТЫ В и С



Гепатиты В и С также легко передаются сексуальным путём через сперму и выделения из влагалища и через кровь. Часть инфицированных остается постоянным носителем вирусов и, со временем, у некоторых из них развивается хронический гепатит и цирроз печени.

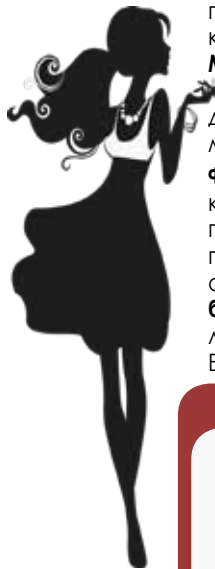
Физиологически женщины уязвимее для любых инфекций, особенно для ВИЧ и гепатитов, поскольку у них чаще возникают микроповреждения при половом акте. В то же время лабораторные тесты показывают, что в мужской сперме концентрация вирусов более высокая, чем в женских секретах.

ЗНАЙ и ПОМНИ!

Если вы подозреваете наличие у себя ИППП, не занимайтесь самолечением! Проконсультируйтесь с врачом, поскольку только врач сможет подтвердить диагноз и начать лечение. Не пытайтесь лечиться сами, это может привести к осложнениям заболевания!

Даже если симптомы пропали, закончите назначенный вам врачом курс лечения, т.к. инфекция в организме всё ещё может присутствовать. Откажитесь на время лечения от половых контактов. Пользуйтесь презервативами!

ПРЕЗЕРВАТИВЫ



Предоставляя даже единственную секс услугу без презерватива вы как-бы предоставляете её сразу всем половым партнерам, которые были у вашего клиента, занимая свое место в нескончаемой цепочке.

Мужской презерватив (КОНДОМ) — это Ваше «орудие труда» № 1 !!!

Кроме того, что латекс мужского презерватива непроницаем для ВИЧ и возбудителей венерических болезней, кондом является многофункциональным средством в обиходе секс-работниц.

ФЕМИДОМ — женский презерватив. Этот сравнительно новый вид контрацепции набирает популярности и тому есть причины. Женский презерватив существенно отличается от мужского и имеет свои преимущества. Он сделан из более прочного материала — полиуретана, а значит и **защищает более надежно! Это очень важный показатель для безопасной работы.** Не вызывает аллергии и его можно использовать с любыми смазками. **Не имеет противопоказаний к применению.** Его можно одеть за несколько часов до начала полового акта.

ЗНАЙ И ПОМНИ!

Фемидом можно использовать даже если у мужчин не бывает полной эрекции. И при такой ситуации можно предоставлять секс-услуги. Очень удобно использовать фемидомы в рискованных ситуациях, когда клиент требует секса без использования презерватива.

ФЕМИДОМ — это эффективное и надежное средство защиты от ВИЧ, ИППП, гепатитов и нежелательной беременности.

МЕТОДЫ КОНТРАЦЕПЦИИ

Современные средства контрацепции должны быть:

- **Эффективными**
- **Безвредными**
- **Доступными**
- **Удобными в применении**



Сегодня существует столько различных методов контрацепции (химические, барьерные, гормональные, внутриматочные и пр.), что каждый может, попробовав некоторые из них, выбрать наиболее подходящий для себя. Но только врач может определить индивидуально целесообразность вашего выбора. Кроме того, следует иметь в виду, что из всех перечисленных методов контрацепции только презервативы мужские или женские дополнительно защищают от заболеваний, передающихся половым путем.

Не существует универсального метода контрацепции для всех. Каждая женщина выбирая метод для себя, должна учитывать следующие факторы:

- **Общее состояние здоровья**
- **Частота сексуальных контактов**
- **Количество сексуальных партнеров**
- **Возможные побочные эффекты**

ВОЗЬМИ за ПРАВИЛО!

**Пользоваться презервативами при всех видах половых контактов!
Каждые 3 месяца обследоваться у врача и всегда говорить врачу правду!
Только так можно свести к минимуму вред своему здоровью!**

СОВЕТЫ ПО БЕЗОПАСНОСТИ ДЛЯ СР

Внешний вид

- Носите обувь, в которой вы можете бежать
- Старайтесь не носить шарфы, ожерелья и сумки, которые могут использоваться, чтобы схватить или удушить вас
- Носите одежду, которую можно оставить во время секса, если вам надо бежать

Переговоры

- Придерживайтесь цены и временного ограничения
- Выберите себе сами парковку или отель
- Имейте набор презервативов и лубрикантов
- Забирайте деньги заранее, по возможности отдайте кому-нибудь
- Не вступайте в споры с клиентом, лучше отказаться от него
- Отказывайте сильно пьяным клиентам

Машина

- Подходите со стороны водителя
- Договоритесь об услуге и месте, не садясь в машину
- Осмотрите машину на наличие других пассажиров
- Запишите регистрационный номер автомобиля (или сделайте вид)

ЗНАЙ и ПОМНИ!

Оценивайте и контролируйте риски!
Присматривайтесь, изучайте, определяйте вероятность опасности и при малейших подозрениях потенциального вреда отказывайте клиентам в услугах!

РЕКОМЕНДАЦИИ

Оральный секс

- Научитесь надевать презерватив с помощью рта, такие манипуляции снижают сопротивления клиента использовать кондом
- Во время эякуляции надавливайте губами на презерватив, чтобы предотвратить его соскальзывание
- Прополощите после этого рот, но не чистите зубы

Вагинальный секс

- Используйте контрацептивные средства
- Поддерживайте хороший уровень смазки с помощью лубрикантов
- Займите позицию сверху, чтобы видеть клиента
- Сжимайте пальцами основание члена, чтобы поддерживать эрекцию и избежать разбрызгивания спермы
- После эякуляции сразу выньте половой член из влагалища

Анальный секс

- Постарайтесь отказаться от него
- Запросите больше денег
- Используйте больше лубриканта
- Используйте женские презервативы

Самозащита

- Не носите оружие. Это может спровоцировать встречное насилие
- Полезно иметь при себе свисток



КАК ИЗБЕЖАТЬ НАСИЛИЯ

Старайтесь не потерять головы. Оцените правильно ситуацию и собственные возможности для оказания сопротивления. Вам может помочь крик, визг, ссылки на болезнь, имитация тошноты и, наконец, активное физическое сопротивление. Постарайтесь привлечь внимание людей, если это возможно. Если привлечь внимание не представляется возможным, постарайтесь вступить с преступником в переговоры, притупить его бдительность, для того, чтобы убежать, воззвать к его чувствам и т.п. Попытайтесь завязать разговор с насильником и создать у него уверенность, что он обязательно получит желаемое без всякого насилия. Чуть позже. А пока что он может вас даже обнять. Вот только вам надо выпить глоток воды (сока, пива, водки), сходить в туалет, принять ванну, положить вещи — что угодно. И, пока противник не расстался с иллюзией «взаимного согласия», найдите способ чем-нибудь вооружиться: осколком стекла, острой щепкой, камнем, бутылкой, зазубренной жестянкой, палкой. Даже если ничего нет под рукой, вы сможете психологически подготовиться к схватке.

ЗНАЙ И ПОМНИ!

- **Кричите!** Но не «Помогите!», а «Позвоните в милицию!». Сейчас у многих людей при себе мобильные телефоны, и люди, боящиеся вмешиваться физически, из желания помочь могут набрать «102». Ещё кричите не банальное «Помогите», а «Пожар!», «Горим!».
- Постарайтесь воспользоваться одним из средств, стараясь попасть в глаза, особенно хорошо, если у вас есть при себе лак для волос или дезодорант.
- Иногда может сработать такой прием: если есть время, рассказывайте насильнику о себе и спрашивайте о нем. Насильник-незнакомец часто может действовать только в ситуации анонимности, то есть если жертва не является для него личностью. Но если насильник «познакомится» с жертвой поближе, он может отказаться от своих намерений.
- Хорошее правило – пусть хотя бы один человек знает, где вы находитесь.

ЭКСТРИМАЛЬНАЯ ПРОФИЛАКТИКА

Как быть, если вдруг случилось непредвиденное – все-таки произошёл сексуальный контакт с клиентом без презерватива? Или презерватив прорвался. Не стоит паниковать, а следует как можно скорее обратиться в СПИД-центр и к врачу-дерматовенерологу.

Но сразу после случившегося сделай следующее:

- помочись;
- влажной салфеткой вытри половые органы снаружи;
- если возможно, но не позже, чем через 2 часа после полового акта, введи во влагалище антисептик местного применения (мирамистин, цидипол, гибитан или хлоргексидин), который можно приобрести в любой аптеке).



НЕТ НАРКОТИКАМ !

Если ты принимаешь наркотики или алкоголь, старайся оставлять эту проблему дома и никогда не бери её с собой на работу. При тебе не должно быть ничего, что может определить твою причастность к употреблению наркотиков. Кроме того, что настоящий факт отпугнёт от тебя клиентов, за наличие наркотиков светит уголовная ответственность. Наркотическое опьянение категорически недопустимо, так как сильно снижает самоконтроль и увеличивает практически все риски, связанные с секс-работой!

НЕСТАНДАРТНЫЕ ПРИЁМЫ

Часто от насилия спасают своеобразные “нестандартные действия”. Когда потенциальная жертва демонстрирует непредсказуемое (с точки зрения логики нападающего) поведение, что сбивает насильника с толку и увеличивает шансы на спасение.

Пример: Одна девушка, оказавшаяся в машине с насильником, закричала «Ура-аа!», чем ввела его в такой психологический ступор, что он поспешил высадить её.

Еще одна девушка, которую насильник завез в лесополосу, сказала «Вперёд!» и закинула скрещенные ноги на приборную доску. Этого было достаточно, чтобы насильник, ожидавший слез, мольбы, страха, но встретившийся со спокойной и уверенной реакцией, отказался от дальнейших действий. Чем уверенней вы себя покажете в ситуации «общения» с насильником, тем меньше вероятность того, что акт насилия произойдет, ведь насильник только и ждет проявления вашей слабости. Ему только этого и надо, чтобы почувствовать себя сильным и властным (собственно, за этим он и пришел). Выполнение данных рекомендаций, естественно, не дает полной гарантии безопасности. Но соблюдение этих правил уменьшает вероятность насилия!

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ!

Постоянные мысли об осторожности и о том, что нечто подобное всегда может случиться, не даст вам расслабиться, если вы отработаете известные только вам и вашим подругам условные «сигналы опасности». А домашняя проработка ситуации поможет вам быстро действовать в сложной ситуации, так как у вас уже будет готовая схема действий!



ПОЛЕЗНЫЕ АДРЕСА И ТЕЛЕФОНЫ

Обратившись в БФ «Дроп ин Центр» и получив карточку клиента, у Вас появится возможность:

- получить консультацию по вопросам профилактики, диагностики и лечения ВИЧ/СПИДа, инфекций, передающихся половым путём, вирусных гепатитов В, С;
- пройти экспресс-диагностику ВИЧ-инфекции, вирусных гепатитов В, С, сифилиса, гонореи, хламидиоза;
- проконсультироваться у специалистов (врач-дерматовенеролог, психолог, юрист);
- получить презервативы, лубриканты, тематические информационно-образовательные материалы;
- принять участие в информационных занятиях и мини-тренингах по вопросам формирования безопасного сексуального поведения, предотвращения насилия и стигматизации.

Постоянные клиенты Проекта могут получить дополнительные бонусы (на выбор): салфетки для интимной гигиены, гели для душа, гигиенические прокладки, гигиенические тампоны и др. Все услуги предоставляются анонимно и бесплатно!

За дополнительной информацией обращайтесь:

г. Киев, ул. В. Забилы, 3, тел./факс: 258-88-96 (офис организации)

e-mail: dropincenter@mail.ru

тел.: 067 110-92-57; 066 745-77-30 (Андрей);

093 921-97-38 (Владимир); 063 963-72-10 (Ольга)

**Национальная линия телефона доверия по проблеме ВИЧ/СПИД
0-800-500-451 (анонимно, бесплатно)**

Данное издание подготовлено к печати
БО «Благотворительный фонд «Дроп ин Центр»
в рамках проекта: «Равенство – Профилактика – Здоровье»

Продукция издана при финансовой поддержке
МБФ «Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине»
в рамках реализации программы «Построение устойчивой системы
предоставления комплексных услуг по профилактике ВИЧ, лечению, уходу и
поддержке для групп риска и ЛЖВ в Украине»

Изложенные здесь мнения и точки зрения являются мнениями и точками зрения
организации, издавшей данную продукцию, и не могут рассматриваться как
мнения или точки зрения МБФ «Международный Альянс по ВИЧ/СПИД в Украине»

Автор-составитель: Я. Куцева
Рецензенты: О. Гришина - психолог,
Н. Горбасенко – врач-дерматовенеролог, к. мед. н.
Дизайн/верстка: М. Куцев
БО «БФ «Дроп ин Центр»: г. Киев, ул. В. Забилы, 3
Для писем: 03126, г. Киев, а/я 50,
e-mail: dropincenter@mail.ru
Тираж: 3000 экз.