

HIV - 저위험 성적 행동 - 성적 위험, 파트 1



금욕이란 구강, 질 또는 항문 성교를 하지 않는 것을 의미합니다. 금욕은 HIV 및 다른 성매개질환 또는 STD를 예방하기 위한 효과가 100%인 유일한 방법입니다.

정액, 질액 또는 혈액과 같은 체액 접촉이 없는 성행위는 HIV 전파 위험이 없습니다. 하지만 일부 성행위의 경우 다른 STD가 전파될 위험이 여전히 있을 수 있습니다.

이러한 행위는 다음과 같습니다:

- 성관계가 아닌 마사지
- 가벼운 키스 또는 뽀뽀
- 폰섹스, 사이버 섹스, 성적 대화
- 파트너의 체액을 이용하지 않는 자위행위
- "마른 성교(dry humping)" 또는 몸을 서로 비비는 것으로도 알려진 프로타지(Frottage)

성적 접촉(Sexual Touching)

HIV 양성 파트너의 성적 접촉으로부터 HIV에 감염될 위험은 없거나 거의 없습니다. 귀하의 손이나 생식기에 자상 또는 궤양이 없음을 확인한다면 HIV 양성 파트너에 의한 감염 위험을 낮출 수 있습니다. 그래도 여전히 다른 STD에 걸릴 가능성이 있습니다.



성자극 기구(Sex Toys)

성자극 기구는 이를 파트너와 공유하지 않는 한 안전한 방법일 수 있습니다..

일반적으로 구강 성교를 통해 HIV에 감염되거나 HIV가 전파될 위험은 거의 없거나 없습니다. 구강 성교는 다음과 같이 입으로 하는 행위가 포함됩니다:

- 음경의 구강 애무(펠라티오)
- 외음 활기(쿤닐링구스)
- 항문 자극(애닐링구스)

입이나 생식기 궤양, 잇몸출혈 및 다른 STD가 있는 경우 구강 성교로부터 HIV에 감염될 위험이 높아집니다.

최근 HIV 검사 결과가 음성이었다면, PrEP 또는 노출 전 예방요법의 복용으로 HIV에 감염될 위험을 줄일 수 있습니다. PrEP는 HIV를 예방하는 약입니다.

귀하가 HIV 양성이라면, ART 또는 항레트로바이러스 요법이라는 HIV 약을 매일 복용하여 귀하의 파트너에게 HIV가 전파될 위험을 줄일 수 있습니다.



성관계를 할 때마다 콘돔을 사용하고, 자신의 HIV 상태를 알고, 파트너와 함께 성적 행동에 대해 정직하게 이야기하여 위험을 더욱 낮출 수 있습니다.

성관계를 할 때마다 콘돔을 사용하고, 자신의 HIV 상태를 알고, 파트너와 함께 성적 행동에 대해 정직하게 이야기하여 위험을 더욱 낮출 수 있습니다.

Text is from HIV/AIDS sources from the Department of Health and Human Services and adapted by HealthReach and Healthy Roads Media. This project has been funded in whole or in part with Federal funds by the National Library of Medicine award number HHSN2762015000111 awarded to the Center for Public Service Communications. Images from iStock.com.