

SWASHからのお知らせ

*このパンフレットに載っている情報は、
Webサイトにもあります。見てみてね。

*現在SWASHでは、病気やからだ、
安全に関する質問や疑問、
体験談などを受け付け中。
また、出張講習会もやっていますので、
病気予防講習を受けたい!という人は、
ぜひメールで連絡してね。

*モニター募集!
このパンフの情報を実際に使ってみた感想や、
もっとこんなことを特集してほしい、
などを報告してくれるモニターを募集中。
ぜひぜひ協力してください。
今後のパンフに活かします。

Sex Work and Sexual Health

発行年月:2011年12月

制作・発行:SWASH

イラスト・デザイン:田中課長、エツ子の胃袋

医療協力:西大條文一先生／岩室紳也先生／松田豊先生

SWASH (Sex Work and Sexual Health)

Emaiil: mail.swash@gmail.com

URL: <http://swashweb.sakura.ne.jp/index.html>



この冊子は、厚生労働科学研究費補助金エイズ対策研究事業「個別施策層(とくに性風俗に係る人々・移住労働者)のHIV感染予防対策とその介入効果の評価に関する研究」(研究代表者:大阪府立大学・東優子)の研究費により作成されました。



SWASH



このパンフレットは…

このパンフレット「Sex Work And SexualHealth」は、風俗で働いてる人向けのSTI（性感染症）と安全情報パンフレットです。

仕事の中でうつる可能性のある病気についての解説や、なるべく感染しないで働くための情報、働く上で気をつけることなどが載っています。

パンフを作るにあたって、実際に働いている人に意見を聞いて作っています。

こういう情報がほしい、これはどうなってるの？という質問や希望があれば、ぜひ教えてください。



SWASHとは…

私たちSWASHは、風俗など、性的なサービスを提供する仕事をしている人が、健康に安全に働くことができるようになることを目標に活動しています。風俗で働いている人、昔働いていた人を中心に、パンフ作成や勉強会、現状調査などをしています。メンバー募集中！

→→→mail.swash@gmail.com

→→→<http://swashweb.sakura.ne.jp/index.html>



もくじ

性感染症の基本	… 3
性感染症 一見でわかるものー	… 4
性感染症 一目で確認できないものー	… 7
性感染症 一病気でないものー	… 8
性感染症 一病気かも?と思ったらー	… 9
性感染症ー予防グッズ図鑑ー	… 11
性感染症ーQ & Aー	… 12
New Half Workerリサーチレポート	… 13
SWASH Special サバイバルマニュアル	… 15
コラム「肉の種々」vovobravo	… 19



性感染症の基本

(by松田豊せんせい)

そもそも性感染症とは? セックスによって人から人にうつる病気

どうしてセックスでうつるのか?

1) 粘膜感染: 粘膜が触れ合うことで病原体が相手から自分にうつる

例: 梅毒、淋病、クラミジア、ヘルペスなど

2) 粪口感染: アナルをなめることで便に含まれている病原体が口→消化器に入り込む

例: A型肝炎、アメーバー赤痢など

3) 血液感染: 相手の血液が自分の血管に入り込むことで、血液中の病原体がうつる

例: H I V(エイズ)、B型肝炎、C型肝炎など

?素朴な疑問: どうしてセックスで血液感染するのか?

こすれ合うことで粘膜の表面に目で見えないほどの細かな傷がつき、そこから微量の血液が出て相手の毛細血管に入り込む。

無防備なセックス1回当たりの感染の確率

★粘膜感染(10~50%)>血液感染(0.1~5%)

ただし、血液感染する性感染症は治療困難なものが多い。代表はエイズ。

*注意: 確率0.1%ということの意味

コンドーム無しの無防備なセックスを1000人がやればそのうち1人が感染する。自分がその1人かもしれない! 0.1%というのは粘膜が健康で傷がない場合の数字。淋病やクラミジアにかかって粘膜が荒れていると、血液感染の確率は5~20倍くらい高まる。

二次予防

●定期的に検査を受け、淋病、クラミジアを早期発見、早期治療することでエイズを防ぐ。

カンジダ

●性感染症ではないが、外陰部~膣に感染する。カンジダそのものはどこにでもいる。睡眠不足、過労、不規則な生活、栄養のアンバランス、ストレスなどで免疫力が落ちると、感染を起こす。

目でわかるもの

クラミジア

【潜伏期間】は、感染してから性器に症状がでてくるまでの期間です。



男性



女性

●尿道から白っぽいウミができる(根元からギューッとしぶると出てくることもある)。かゆみ、おしっこの時に痛む、など。症状は軽い。無症状の場合も多い。

●白いオリモノが増える。自覚症状は軽く、気付かないことが多い。のどにも感染する。

【潜伏期間】1~3週間

【治療】薬を2週間飲む(のどへの感染も飲み薬で治る)

女性の場合、尿道炎ではなく膣内感染なので、始めは無症状で、病気が進行すると骨盤内・腹腔内にクラミジア菌が侵入し腹膜炎や卵管狭窄による不妊症の原因になるという見方がある。

淋病

最近大流行!のSTDのひとつ



男性



女性

●尿道から黄色っぽいウミができる。かなり痛く、尿道口が赤くなる。ただし、最近は無症状の場合も増えている。

●黄色っぽいオリモノができる。生臭いにおいがする。おしっこの時にすっきりしない感じがある場合も。のどにも感染する。

【潜伏期間】2~10日

【治療】薬を1週間飲む。注射だと1日でなおる。最近は抗生素に強い淋菌(耐性菌)も出現しているから早急なしっかりした治療が必要。

性器ヘルペス

男性



最近ナゼか、
高年齢層で増加中!
のSTD



女性

- 性器や性器周辺のヒビに、米つぶ大の水泡(水ぶくれ)や湿疹ができる。激しく痛む。かゆみ、熱い感じもある。つぶれた水泡に触れると感染する。
- 性器周辺や膣の中に米つぶ大の水泡や湿疹ができる。痛い。初めて発症する時は症状は重く、次回からは軽い。感染しても8割の人は症状はない。
【潜伏期間】1~2週間
【治療】飲み薬と塗り薬を1週間ほど続けると症状は治まる。治療しなくとも3~4週間で症状はなくなるが、その間に相手に感染させる。

尖形コンジローム



男性

- 先のとがった水気のない白っぽいイボが、カリ・サオ・タマ・肛門のまわりにできる。大きさはゴマ粒の半分~親指の先くらい。トサカ、カリフラワー、ネコの舌などに似ている。イボにさわると感染する。



女性

- 先のとがった水気のないイボが小陰唇~膣口、肛門の周囲にできる。大きさはゴマ粒の半分~親指の先くらい。
【潜伏期間】1~6ヶ月(たいていは2~3ヶ月)

【治療】レーザーなどでイボをとる。イボをとったあとの患部に塗る抗がん剤などの塗り薬は、きつい薬であるため、塗りすぎるとただれるので気をつけること。患部が元にもどるまでは仕事はお休みした方がよい。

梅毒

(梅毒の初期硬結)



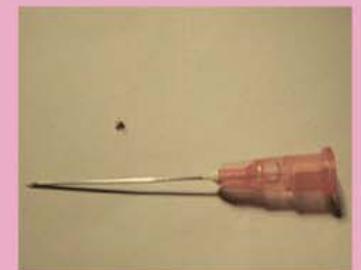
(梅毒の硬性下疳)



男性・女性

- (第一期)性器や股のつけね、肛門、口の中など感染した場所に、直径1cm以内の硬いしこりができる。痛みはない。(第二期)2~3ヶ月後に、全身に赤い斑点状の発疹ができ、髪の毛が抜けたりする。しばらくすると、どの症状も自然に消えるが、治療をしないままだと病気は進行する。
【潜伏期間】10日~3ヶ月(たいていは3週間ほど)
【治療】注射か飲み薬で2~3週間で治る。

毛ジラミ



男性・女性

- 陰毛のはえている辺りに、赤い斑点や、虫にかまれた跡が見える。かゆい。毛ジラミの成虫(約1mm)、陰毛の根元に産みつけられた卵は、目でも確認できる。パンツに毛ジラミのフン(黒や茶色の点々)がつくことも。
【潜伏期間】1日~1ヶ月
【治療】剃毛するか、薬局で売っている「スミスリンパウダー」か「スミスリンシャンプー」を3日おきに10日間つかう(1日目、4日目、7日目、10日目の4回)。働きながら治療したい人は、毎日仕事前に薬をつかえば、人にはうつりません。

目で確認できないもの

肝炎(ウィルス性肝炎、A、B、C型がある)

感染しても「だるい」だけで気付かないことが多いです。1~2%の人は急に症状が激しくなる場合も。感染すると将来肝硬変や肝臓ガンになる可能性が高くなります。A型はウンコからうつります。肛門舐めや肛門セックスには注意。B・C型は、血液や精液から感染するので、フェラやホンバン(挿入)で感染します。

【潜伏期間】A型:2~6週、B型:1~6ヶ月、C型:2~16週(発症にもっと時間がかかる人や、まったく発症しない人もいる)

エイズ

精液、血液、膣分泌液、母乳に含まれるHIV(ヒト免疫不全ウイルス)が、粘膜や傷から感染する。感染しても自覚症状はほとんどない。HIVで体の抵抗力が下がり、症状が始めた状態をエイズとよぶ。

【潜伏期間】治療をしない場合、感染から発症まで平均10年。
【治療】ウイルスを完全に取り除く方法はまだ開発されていないが、感染が早くわかれば、薬で病気の進行をかなり遅らせることができる。

無症状のもの

トリコモナス:男性は無症状だけど、女の子に感染すると臭いのキツいオリモノができる(イカやスルメのにおい!)。男性の尿道と、女性の膣に感染する。

【潜伏期間】3日~1ヶ月

【治療】飲み薬と膣に入れる薬(錠剤)で10日ほどでおおる。治療開始から2日ほどすると他人にうつす心配はなくなる。



他にも、クラミジア・淋病は、感染しても症状がないタイプが流行中。のどにも感染するのでケンニや生フェラでもうつります。

病気でないもの

フォアダイス (脂肪のかたまり)

*これらは病気ではないので感染はしません。でも尖圭コンジーロムの初期症状など、見分けがつきにくいモノもあるので、ん?と思ったら直接なめたり触れたりしないよう注意。



光沢苔癬
(こうたくたいせん)

※いずれも性感染症ではない。

フォアダイス

【薬】について

病院で処方された抗生剤は、医師の指示通りに最後まで飲みきること(途中で飲むのをやめないこと)。

のどと性器の性感染症は、同じ抗生剤や薬で治るものもあるので、検査前に飲んでる薬を医師に伝えよう。

【検査】について

【のどの性病検査】のどのクラミジア、淋病検査は、やっている病院とやってない病院があるので、事前に確認して行ってね。のどだけを検査したい場合は、耳鼻咽喉科クリニックでもやっているところがあるよ。

【保健所での検査】クラミジア、淋病、梅毒、B型肝炎は、地域によっては保健所で無料で調べることができるよ。HIV検査は全国どこでも無料検査が行われているよ。

【培養検査】抗生剤にはいろんな種類があり、病院によって処方される抗生剤はさまざまです。そのため、薬が自分に効くかどうかを調べるために、培養菌検査というのがあるよ。

【保険証】について

性感染症の症状があると伝えると保険がきき、ただの検査だと保険がきかないよ。(確かに健康診断も保険使えない!)のどは特に保険がきくかあいまいなので、先に保険が使えるのか聞くといいよ。

保険証を持っていない人や、何科に行ったかを身内(保険一緒に入っている人)にばれたくない人は保険を使わなくても医者にかかる。使わない場合、偽名でも受診できるが、ただし全額負担。

コンドームを使う

風俗店では、病気や包茎のお客さんにはゴムを使えるお店が多いです（女の子がゴムを使うかどうか自由に選べるお店もあります）。あれっ？と思ったときにはフェラにはゴムをつけるのが無難です。でも、なんて言つたらいいかわからない！という場合もありますよね。ここではSWASHが行ったアンケートから、多かったものをあげてみます。

■「お店で決まってるから」

決まりだからと言う。いやなムードにならないように笑顔で対応／私のお店は生のサービスだけど、性病のうたがいがある場合はつけないとダメなの、ごめんね。あなたはいいかもしれないけど、私達にうつるとすぐに症状がないから、次のお客さんにうつしちゃう可能性があるから、つけさせてね。あんまりイヤだったらお店に言ってください。

■「病気が心配」

病気が心配と言う。女の子側にうつるのが心配と言うより、お客様にうつしたら…という言い方をすればだいたいOKです。／お互いに安心するでしょ、私たちも人間だから／「お互いの明るい明日の為に」とか言ってつける。

■「ムードでせまる」

ムードづくり。胸などをせめながら先っぽに少しコンドームを付け、あとで口でかぶせる／了承を得たあと、フェラの時に口でつける／キスしながらつける／ゴムを見せずにフェラチオする時にこっそりつける。しないとフェラチオしない。

■「口内炎＆歯医者」

口内炎になっているからと言い訳をして使用する／今日歯医者行ったからゴムつけさせてね。

■「お店に協力してもらう」

カドがたたないようにやさしく、だけど、はっきり理由を言います。それでもイヤがる人は、料金を返すからといって帰ってもらいます／はっきり理由を話す。それで納得しなければ、ボーイに連絡をしてボーイの口から説明してもらう。

お客様には納得してもらやすいです。
フェラ専用のコンドームもあります。
ちょっと高いけど、



ゴムが使えない場合…

●ツツツツや赤くなってるところ、イボ、傷口などは、なめたり触ったりしない。

●なるべくサオ・タマを中心になめる

特に、尿道周辺や先走り液（射精より前にでる透明の液体）はなめない。淋病やクラミジアの病原体は先走り液の中にたくさんいます。

●フェラの時は、つばをたくさんだす。

病原体を口中から洗い流すようにフェラをする。気持ちよさも増す。

●射精は外で。

口の中、特にのど（扁桃腺）に精液がふれると感染する可能性が高くなります。口内発射のときは喉の部分に精液があたらないように、舌の裏面で受け止め。あるいは、手や髪の毛で隠して、口の横（ほっぺた）のあたりで受けとめる。

●口内炎のとき

「口内炎パッチ大正A」や「アフタッヂ」という口内炎用シールを患部に貼る。

●素またのときは、太ももの付け根のあたりを使う。

なるべく性器どうしが接触しないように性器の横、太ももの付け根あたりで素またする。

●サービスが終わるごとに、性器周辺をあらう。

あまりゴシゴシあらうと傷付いて逆効果なので注意。ぬるめのお湯でやさしく洗い流してあげてね。使うならコラーゲンパックとか入ってる石鹼や赤ちゃん用ボディソープのもので。おしつこをすると、尿道から病原体が洗い流されるのもっとよい。

●その他

■キス：虫歯があるときは歯周病のお客さんから感染しやすい。においがあるからわかる。

■肛門系：なるべく肛門周辺を刺激。指サックやコンドームを使う。どうしても肛門舐めをしなきゃいけないときは、舌にコンドームを被せて舐めるか、デンタルダム（→11p）を使う。

予防グッズ図鑑

* コンドーム



女性用コンドーム(右)は、男性用コンドームよりも幅広く性器周辺を保護できるので、正しく使えばあらゆる性病予防に効果的と言われている。フェラチオに合うゴムは、低タンパクと書いてあるもの(ゴム臭が少ない)、サガミオリジナル(ポリウレタン製なのでゴム臭くない)、など。

【値段】500円～2000円

【売っている場所】たくさん買うなら安売り店。コンビニ、薬局、通販も。

女性用コンドームは最近手に入りづらくなっているので、サンプルが欲しい人は、SWASHまで問い合わせてね。

* デンタルダム



うすいラップみたいなシート。ケニヤや肛門なめの時につかうと感染をふせげる。

【値段】500円～

【売っている場所】通販(ない場合は、SWASHまでお問い合わせください)

* トリップスキン



これはオーラルセックス用に開発されたゴム。薄いのと、中にゼリーがたくさん入つてるので気持ちいいらしい。

【値段】2000円前後(6個)

【売っている場所】通販、大人のおもちゃ屋など。

Q & A

Q. 粘膜が弱い、カンジダになりやすいのだけど…

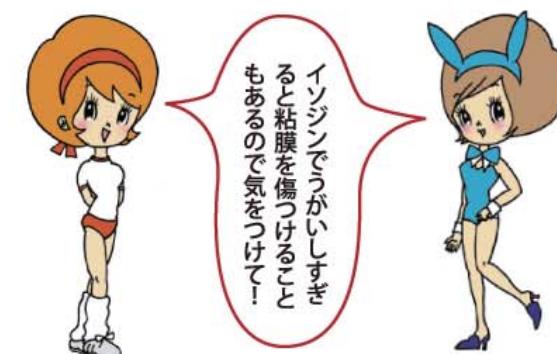
A. 性器は湿気に弱いので、乾燥させることをこころがけて。粘膜弱い人は、オロナイン軟膏がいい。これに使われる基剤というのがいいから。でも塗りすぎると菌が発生することもあるから気をつけてね。

Q. 赤くて、てかてかぱんぱんのおちんちんて?

A. 水虫、雑菌(ブドウきゅう菌)、腸きゅう菌が考えられます。

Q. 仕事の前や普段の生活でできることは?

A. 仕事の前は、歯磨きのしすぎて歯茎を傷めないようにする。かみそりによる脱毛は前日に。(かみそりによる脱毛後は血管が露出した状態になっているから危険) 普段の生活では、しっかり野菜を食べて睡眠もちゃんととって健康管理に気をつけること。



New Half Worker Research Report

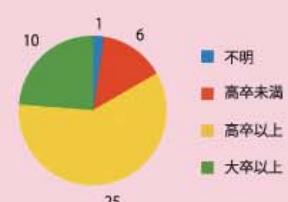
●ニューハーフセックスワーカー調査結果報告

イラスト&文:小山ケイ

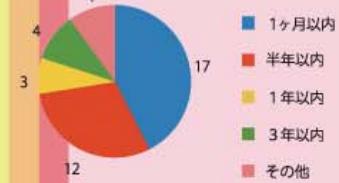
Q1.じぶんのことをどう思ってるの? (複数回答可)



Q2.あなたの学歴は?



Q3. HIV検査にはいつ行ったの?



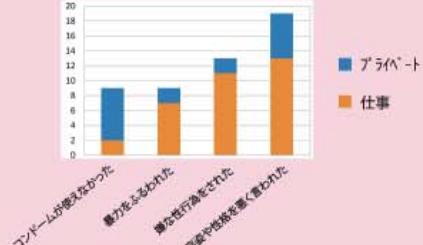
Q4. HIV検査はどこで受けたの?



Q5. どんなサービスの時にコンドームを使うの?



Q6. 仕事とプライベートで、SEXはどう違う?



調査:『トランスジェンダーSWの性行動・意識に関する調査』厚生労働省エイズ対策研究班東班(2011年)
期間:2010年12月～2011年2月

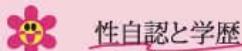
対象:主にニューハーフヘルス嬢として働くひとたち。

方法:アンケート調査(43名 ※この内、37名にはインタビュー調査も行いました。)

※グラフの数字の単位はすべて(人)です。また、未回答の場合は、グラフに反映していません。



調査からみえた、ニューハーフ・セックスワーカーのウソ、ホント!?



性自認と学歴

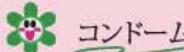
今回の調査では、ニューハーフ・セックスワーカーとして働くひとたちの性自認は多様(Q1)であり、また、大半が高卒以上学歴(Q2)でした。



HIV検査

今回の調査では、回答者の過半数が、「HIV検査を半年以内に受けた(Q3.)」と答えています。また、「1ヵ月以内に受けた。」と答えたひとたちの大半は、現在働いている店舗から、毎月1回HIV検査を受けることが義務付けられていました。

次に、HIV検査を受ける場所については、匿名・無料で受けられる保健所やHIV検査施設よりも、何千円もかかる病院やクリニックで受けるひとたちの数が上回りました(Q4.)。この背景として、インタビュー調査からは、「検査の時間帯や曜日が限られている。」「検査結果が分かるまでに日数がかかる。」「仕事やプライベートに関することで説教をされた。」「対応の仕方がマニュアル的だった。」「働いているお店に提出するための検査結果用紙をもらえなかった。」など、保健所やHIV検査施設の利用のしづらさや、対応の仕方に対する不満などがみられました。



コンドーム

仕事でのコンドームの使用については、 anal sexにおけるコンドームの使用率が非常に高いことがわかりました。また、逆に他のサービスでは、ほとんどコンドームを使用していないことも分かりました。インタビュー調査からは、「anal sex以外でも、性感染症に罹る可能性があることを知らない。」というよりも、「anal sexの時は、コンドームを着けるようお客様をうまく誘導したり、強く言っている。」という状況がみられました。



SWASH Special

セックス
ワーカーにはいろんな人たちがいる。
だから性感染症の予防の仕方もいろいろ。

このページには、セックスワーカーの人たちが、長くエロく、自分の体と付き合ってもらうための情報が書いてあるわ。明日から使える性感染症の予防の仕方を一人と紹介しちゃうわね。自分ができそうなことに是非チャレンジしてみてね。

お仕事前の基礎知識

- ①「セックスワーカって悪いことかも。」「セクシャルマイノリティなんだからリスクは引き受けなくちゃ。」とか思つてると、相手が何か理不尽なことをしてても、自分が悪いからしようがないって思っちゃったり、絶対できなかつたりするかも。そして、そんな状況があたりまえだと思っていると、自分のパワーが奪われちゃう。普段ならできることも自信がなくなって失敗したりするかもしれないわ。自分の要求を相手に強く言ったり、やんわりかわいく拒絶する方法を身につけて、自分のことを守ってあげないとね。参考P9
- ②風邪をひいたり、性感染症にかかっていると、体の免疫力が落ちて、他の病気にもかかりやすくなるわ。体調が悪い時には特に気をつけてプレイしてね。定期的に検査を受けて、病気を早く発見することも大切なことよ。
- ③カミソリ、歯ブラシ、ボディーピアス、注射針などの使いまわしからウイルスが感染する可能性があるわ。また、風呂場の縁や椅子も清潔にしておくといいわ。
- ④普段から自分の体調、性器の形、色やニオイなどを確認するといいわ。そうしておくと、病気で身体に変化が起こった時にすぐ気づけるからね。
- ⑤仕事でお客様の部屋に入らなくちゃいけない場合は、まず部屋に入る前に脱出ルート(扉は使用料はからないと開かないのか、階段はどこかなど)をチェックしておくといいわ。風呂場やクローゼットを使用するふりをして、他に人が隠れてないかチェックするっていうワザもあるわ。盗撮対策には、パソコンや携帯のレンズが

自分の方を向いてないか、かばんの中からレンズが覗いてないか、お客様の視線が同じ方向ばかり向いてないかをチェックしましょう。ペン型ビデオレコーダーみたいな、巧妙なカメラもあるから気をつけてね。

⑥お茶やコーヒーなどは自分で入れてあげるといいわね。睡眠薬や薬物を入れられていないか飲み物には特に気をつけてね。

⑦ローションは自分で作るといいわ。ローションは水で薄めて使うことが多いけど、長く置いておくと腐ったり菌が繁殖するので、いつも使う分だけ小分けにして使い切るのがベター。

⑧接客中にお客さんの動きから目を離すのは危険だわ。特に、貴重品を盗もうとしてないか、コンドームを勝手に外そうとしてないかに注意してね。貴重品を盗まれないためには、貴重品を自分の服と一緒に折りたたんで隠すとか、ブーツに入れておくとか、かばんと別の場所におくというワザがあるわ。コンドームに関しては、挿入したままの状態で体位を変えると取り外す隙が無くなる。いろんな体位にチャレンジしてみるといいわ。

⑨コンドームが破けたり中出しされた場合、ビル緊急避妊法(モーニングアフターピル)で妊娠を防げる可能性があるわ。プレイした後、72時間以内に服用するの。いつもビルを持ち歩いておくと、いざという時に慌てなくてすむわよ。ただし、ビルは性感染症の予防としての効果がないこと、副作用もあることを忘れないようにね。たとえば、副作用で吐いてしまったら、飲んだ意味がなくなるわ。どの種類のビルを何粒飲むかも下調べしてね。



Worker's Survival Guide



オーラルセックス(フェラやクンニ)

性器を舐める人も舐められる人も、性感染症にかかる可能性があるわよ。

①コンドームしてオーラルセックスをするときは、リップクリームや口紅になるべくぬぐってからにしてね。油分はコンドームに小さな穴をあける恐れがあるわ。エロくキスするふりをして、相手の背中や太ももで口紅をぬぐうっていうワザもあるわよ。ローションの代わりにハンドクリームとかチョコレートを使ったりするのもダメ。

②歯茎が出血している時や、口内炎がある時などは、ディープキスを避け、コンドームを付けてのプレイがオススメよ。

③口の中には雑菌が多くて、歯周病菌、虫歯菌などが感染するので、プレイを始める前にウガイするといいわ。マウスウォッシュは20~30秒くらいしないと効果が無いみたい。お客様にもしっかりうがいしてもらいましょう。

④コンドーム無しでお客様の性器を舐めたり、口内で射精された時は、精液がのど(扁桃腺)に触れないように、口の中の精液ができるだけ早く外に出てね。クラミジアや淋病は、口内で射精された時に感染しやすいと言われ

ているわ。リスクを減らすためには、性器や精液をのど(扁桃腺)に触らせない、飲まない、早く口の外に出す、が大切。さらに、射精する前の先走り液も、淋病やクラミジアなどの病原体がいるので、つばをたくさん出しながらどんどん外に流してね。これは、自分の健康を守りつつ、相手をより気持ち良くしたり、よりエロい音を出せるワザよ。

⑤イボや傷口、膿はなめたり触ったりしないでね。尿道以外のサオやタマだけ舐めたり、まったく口でしないで胸や太ももで刺激したり、他のより安全な行為に誘惑するのもひとつの手だわ。

⑥プレイが終わった後のうがいはすごく重要よ。射精や潮吹きが目や鼻に入ったら、こすらず水でゆすいでね。

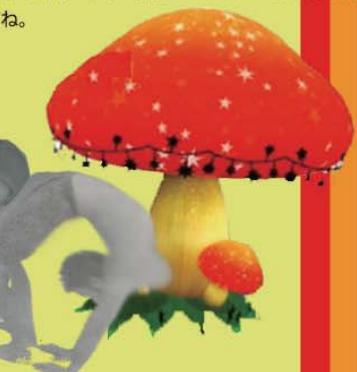
⑦舐められた側の人は、プレイが終わった後に洗ったり、おしつこをして尿道の病原体を流すといいわよ。石鹼で腔の中まで洗いすぎると自浄作用が失われる所以、粘膜の部分は避けて、小陰唇のびらびらを洗うといいわ。

⑧生で舐めたり舐められる場合は、すぐ洗えるからお風呂場するのがオススメよ。お風呂場だと、つばをたくさん出してもばれないしね。

ディルド、指入れ、フィストファック

指を挿入することはプレーのためだけじゃなく、準備のために穴をほぐしたり広げておくメリットもあるわ。ポイントは、無理せずゆっくり傷つけないように。指なら一本から、ディルドなら細いものから慣らすといいわ。爪を切る時は、プレイの直前はさけてね。とがらないように切ることもポイントよ。付け爪や指輪は外しておいてね。もし付け爪をしたままだったり、爪が長いままの場合は、指先にティッシュを巻いてコンドームを使うか、フィンガードームを巻くと刺激がソフトになるわよ。フェミドーム(コンドームより4倍程大きく穴側に装着)や手術用グローブなども便利よ。

オーラルセックスの後、舐めた性器を自分の下半身に入れる場合、自分の口から自分の性器に間接的に感



SWASH Special

アナルセックス

- ①洗浄の種類はたくさんあるわ。浣腸(グリセリン)、セペ(精製水)、シャワー浣腸、ウォシュレットとかね。洗浄する時は、水やグリセリンを入れすぎないように注意してね。水圧も強すぎずゆっくり入れるようにしましょう。
- ②先走り液が出る前からコンドームをスタンバイしてね。
- ③直腸は傷つきやすいから、ローションをつけて、コンドームが摩擦で破けないようにゆっくりと入れてね。生挿入や中出しは性感染症にかかるリスクが高いから避け

た方がいいわ。痔や炎症があるとそのリスクはさらに増えれるわよ。

- ④中出しされた場合は早急に便をするように力を入れて外に出してね。やさしく浣腸をして強制的に出してしまって効果的だわ。挿入したペニスの方も、尿を出したり洗い流したりしましょう。尿道炎や性感染症にかかるといればより感染しやすくなるわ。出血や腸粘液、他人の精液が残っている場合は感染の可能性があるわよ。
- ⑤痔になったら血が出やすいから、痛みを感じるなら身体と相談して休んだ方がいいかも。今行動して、早期発見＆治療したら時間もお金もあまりかからないですむわ。

造瘍の術後

半年ほどは、激しい挿入を回避した方がいいわ。浸出液の量、におい、色、出血が無いかなど、体調の変化を見極めてセックスを始めましょう。内部を洗浄する時は傷つけないように柔らかいネラトンカテーテルで水が透明になるまで洗って。ダイレーシヨンはローションを付けてね。



災害時、逮捕時など、急にHIVの服薬が難しくなった時

逮捕された時でも、弁護士(誰が来るかは選べない当番制の国選弁護士)や主治医に連絡する権利が認められているわ。出来ないって言われても権利は主張出来るわ。薬が手に入らない状況では一時的な中断をする場合もあるので、前もって通院している主治医に聞いておくといいわね。(公式には認められていないけど、1ヶ月分の薬を余分に持つておくことを勧めている医者もいるみたい。)服薬をキチンと続けている人が治療を中断するのは勇気がいること。緊急時で主治医や拠点病院と連絡が取れない場合は、いつも通りの量で内服を続け、原則「すべての抗HIV薬」を、「同時に」に、「内服中止」しましょう。やってはいけないのは「薬がすぐなくなるよう数日おきに飲む。」、「AART療法のうち1種類だけ飲む。」、「ARRT療法のうち1

つの薬がなくなったので残っている薬だけ飲む。」という方法。これをすると、薬剤耐性獲得の恐れがあるのでダメよ。しばらく経って、治療再開時に再び良好な治療効果を得るには大切な手段だわ。例外としては、ストックリン錠(エファビレンツ)、ピラミュン錠(ネビラビン)、インテレンス錠(エトラビリソ)を含む治療を受けている場合には、これらの薬を他の抗HIV薬よりも(2~7日前から)中止しましょう(薬が決定した時点での主治医と相談しておくのがオススメ)。他の薬よりも半減期(体の中の薬の成分が半減するまでの時間)が長く、他の薬剤と一緒に中止すると体の中にこの薬剤だけが残ってしまって1種類だけを飲んでいる状態とかわらないわ。薬を中断した日時や方法を記録して、お医者さんに連絡してね。

Worker's Survival Guide



薬の飲みあわせ

主に女性ホルモンや抗男性ホルモン、HIVの薬、ドラッグ(麻薬や覚せい剤など)、精力剤(レビトラ・シリス・バイアグラなど)、躁鬱の薬などの飲みあわせで副作用が出るものもあるわ。お酒やお茶と一緒に飲まないほうがいいっていう情報も聞くわよね。

女性ホルモンとの相性が悪いと考えられるのは、抗HIV薬のプロテアーゼ阻害剤と非核酸系逆転写酵素阻害剤。つまり避妊薬/ピルを使っている人がプロテアーゼ阻害剤を使う場合も同様で、他の避妊薬に変更したほうが良い場合もあるの。ニューハーフだけじゃなくて、同様の薬を飲んでいる人も注意してね。女性ホルモンを使う人(若返るために、豊胸などペルエラリーサプリメント含有のものと同じことがあてはまるわよ。また、ホルモン剤は精力剤(レビトラ・シリス・バイアグラなど)の作用に影響(強める、弱める)はあるものの、副作用が出ることはなさそう。ただし、射精という行動とホルモン剤がどういう負担があるのか詳しい調査はないので、心身共に変化がないか気

を配りましょう。糖尿病の人も使うのが難しいので注意が必要だわ。

トランクの人たちに対する調査では、日本に無い薬や安い薬を、海外から個人輸入して接種した人とか、服用を始めてから一度も医者に診てもらっていない人もいるって分かったわ。

薬でホルモンバランスを変えたり、突然薬をやめたり、手術後にホルモン治療をうけないでいると、更年期障害のような症状(精神的に不安定&骨粗鬆症など)が出たり、FTMなら月経がくる人もいるみたい。

女性ホルモン投与やその他の薬は、肝臓に負担がかかりやすいって言われているの。女性ホルモンによる副作用が出て、病院で相談した後、プラセンタの注射・サプリメントにかえた人もいるわ。プラセンタ(胎盤エキス)は、美白化粧品や美白サプリのイメージもあるけど、肝機能障害を持つ人にも処方されている医薬品なのよ。

緊急時のホルモン

海外に出るとき、災害時、緊急薬が手に入りにくい状況ではどうしたらいいか?

長期徐放製剤(抗男性ホルモン:3ヶ月)とか女性ホルモンなら内服を変えたり、貼るタイプもあるわ。(針が入手困難な状況が考えられるため、注射でないものに変えることを想定。また、逮捕された場合は、針は没収されるわ。)それぞれのお薬やホルモン剤には、様々なデメリットが

あるわ。個人の状況や体調もいろいろだし、誰にでも100%勧められるものなんて無いわ。

お医者さんに相談したり、ホルモンの量が自分に合っているかを検査(年に一度くらい、手術前後ならまめに)するのをオススメするわ。少しでもより健康でいるために。また、そのための情報の充実をはかることも大切よ。

講習実施中★

情報が本当か迷ったり、分かっていても行動できない人のためにSWASHでは講習会をしているわ。情報交換をしたり、ロールプレイングをしたり、自信を身につけてお仕事できるのを目指しましょう。「個人でもお店でも講習やってほしい。」という方は連絡してね。(連絡先は1P参照)

医療監修(敬称略) :

丹羽幸司、林しげる(京都)

岩室鉢也(公益社団法人地域医療振興協会 / ヘルスプロモーション研究センター長)





