

# Сексуальные отношения в дискордантных парах

# Сексуальные отношения

Для многих дискордантных пар наиболее проблематичным является вопрос сексуальных отношений.

Несколько конкретных рекомендаций,  
которые помогут партнерам с разным ВИЧ-  
статусом

- Говорить, говорить и еще раз говорить друг другу о самом важном, о том, что имеет особое значение в вашей жизни.
- Между вами есть различия и с ними нужно считаться. Тот факт, что вы дискордантная пара - лишь часть вашей жизни, но очень важная часть.

## Несколько конкретных рекомендаций, которые помогут партнерам с разным ВИЧ- статусом

- Некоторые пары не пользуются презервативами.
- Они считают, что презервативы мешают получать удовольствие от секса, постоянно напоминают о ВИЧ-инфекции у одного из партнеров, не дают почувствовать истинную близость.
- Однако дискордантной паре совершенно необходимо найти способы получать удовольствие от секса, избегая при этом риска передачи ВИЧ.

## Несколько конкретных рекомендаций, которые помогут партнерам с разным ВИЧ- статусом

- Сделайте презерватив частью своей жизни.
- Выработайте привычку использовать презерватив каждый раз, когда вы вступаете в интимные отношения.
- Пусть презерватив будет для вас символом любви, доверия и безопасности.
- Дайте волю фантазии и превратите использование презерватива в сексуальную игру.

## Несколько конкретных рекомендаций, которые помогут партнерам с разным ВИЧ- статусом

- Не бойтесь говорить о ВИЧ-инфекции.
- Поделитесь своими страхами и тревогами по поводу передачи вируса.
- Обсудите, что произойдет, если отрицательный партнер все-таки заразится.
- Как каждый из вас будет себя при этом чувствовать?

Несколько конкретных рекомендаций,  
которые помогут партнерам с разным ВИЧ-  
статусом

Ищите поддержку.

Осознайте, что вы не одиноки и есть  
люди, которые могут вас понять

Счастья и любви!!!!

