SELKO

Nauti seksistä

**Selko-opas välineistä,
joiden avulla voit nauttia seksistä.**

www.selkoseks.fi

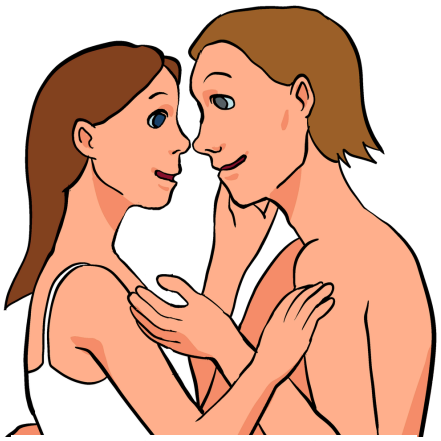
SelkoSeks®

Lukijalle

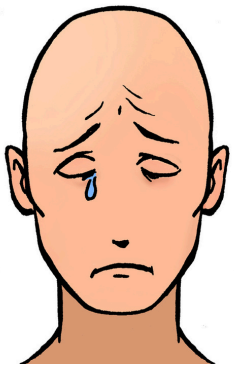
Tämä opas kertoo erilaisista seksivälineistä,
jotka voivat auttaa sinua nauttimaan seksistä.

Seksivälineellä tarkoitetaan välinettä,
jota käytetään seksin aikana.
Seksivälinettä voi käyttää yksin
tai yhdessä kumppanin
tai kumppaneiden kanssa.

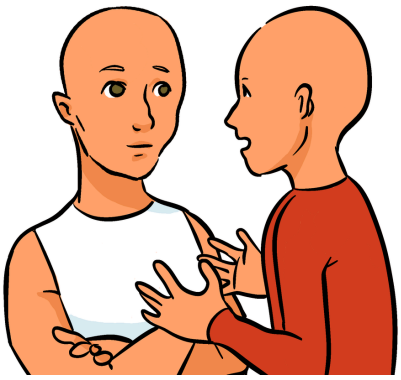
Seksiväline voi auttaa seksissä
monella eri tavalla.
Se voi tehdä seksistä monipuolisempaa.
Seksivälineestä voi olla myös apua,
jos esimerkiksi sinun
tai kumppanisi on vaikea saada
hyvää asentoa seksin aikana.



Joskus seksiin liittyvät asiat
voivat aiheuttaa huolta ja surua.
Erilaiset elämän muutokset,
sairaudet tai vammautuminen
voivat muuttaa seksin tekemistä.
Kaikkiin seksiin liittyviin huoliin
voi kuitenkin saada apua.

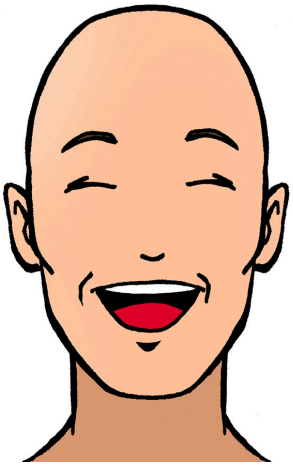


Jos sinulla on seksiin
tai seksivälineisiin liittyviä kysymyksiä,
kysy rohkeasti.
Voit kysyä
tai pyytää apua esimerkiksi ohjaajaltasi,
toimintaterapeutilta
tai seksuaaliterapeutilta.



On tärkeää,
että voit nauttia seksistä
juuri sinulle sopivalla tavalla.
Meillä jokaisella on oikeus
saada hyvää mieltä seksistä yksin
tai yhdessä kumppanin
tai kumppaneiden kanssa.

Toivomme, että tästä oppaasta
on sinulle apua ja iloa!



SELKOMUKAUTUS

Sanna-Leena Knuuttila

SelkoSeks

GRAAFINEN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS: SelkoSeks

Ihmisen sukuelimet

Ihmisen sukuelimet jaetaan ulkoisiin
ja sisäisiin sukuelimiin.
Sukuelimiä kutsutaan myös genitaaleiksi.

Ulkoisia sukuelimiä ovat

- penis
- kivespussit
- klitoris
- häpyhuulet
- emättimen aukko

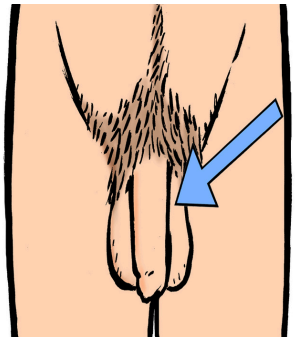
Sisäisiä sukuelimiä ovat

- kivekset
- munasarjat
- munanjohtimet
- emätin
- kohtu

Ihmisen sukupuoli voi olla eri,
kuin mitkä ovat hänen sukuelimensä.
Kaikilta ihmisiltä ei löydy kaikkia yllä
listattuja elimiä.

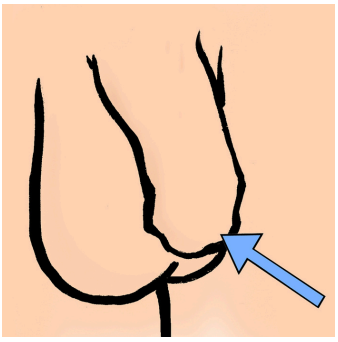
PENIS

Peniksessä on varsi,
jonka sisällä ovat siemenjohdin,
virtsaputki ja paisuvaiskudos.
Peniksen päätä kutsutaan terskaksi.
Terskaa peittää iho,
jota kutsutaan esinahaksi.
Esinahkaa voi vetää taaksepäin niin,
että terska paljastuu.



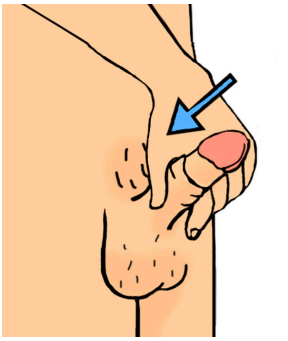
Penis

Esinahka suojelee penistä hankaukselta,
kuivumiselta ja tulehduksilta.



Esinahka

Peniksen päässä on virtsaputken suu,
josta tulee virtsa eli pissa
sekä sperma eli siemenneste.



Esinahkaa voi vetää taaksepäin.

Kun penis jäykistyy,
sitä kutsutaan erektioksi.
Samalla se voi kasvaa ja suoristua.

Peniksellä on monta nimeä,
esimerkiksi pippeli ja muna.



Erektio

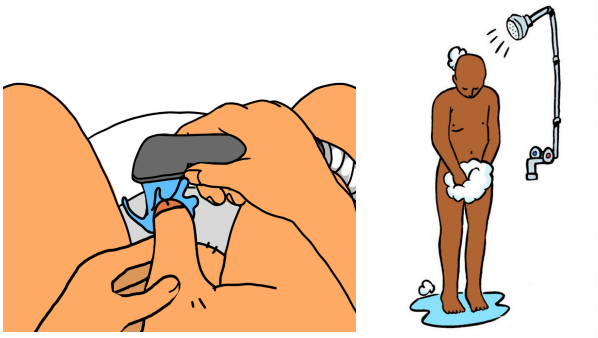
Esinahan sisäpinnalla ja terskassa
on paljon rauhasia.
Rauhasista tulee nestettä,
joka tuntuu talilta.

Talin tarkoituksena
on pitää peniksen iho kosteana.
Jos talia kertyy esinahan alle liikaa,
se voi aiheuttaa infektion
eli tulehduksen.



Infektio eli tulehdus

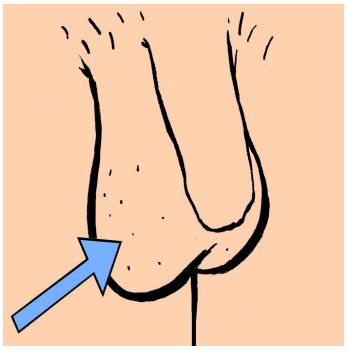
Siksi on tärkeää muistaa
pestä penis huolellisesti.
Pesun yhteydessä on tärkeää
vetää esinahkaa taakse päin.
Silloin myös terska
on helppo puhdistaa.
Peniksen pesussa
ei tarvitse käyttää pesuainetta.



Peseytyminen on tärkeää.

KIVEKSET

Peniksen alla ovat kivespussit,
joiden sisällä ovat kivekset.
Kiveksiä on kaksi.
Siittiöt syntyvät kiveksissä.
Kivekset ovat eri kokoisia
ja muotoisia
eri ihmisillä.



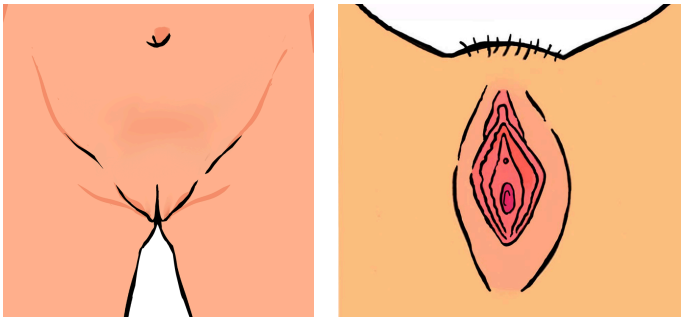
Kivekset

Jos ihmisellä on lämmin,
kivekset roikkuvat alhaalla,
kauempana vartalosta.
Jos ihmisellä on kylmä,
kivespussit roikkuvat
lähempänä vartaloa.

VULVA

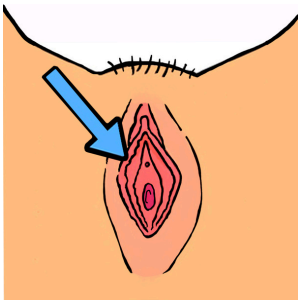
Vulvaa kutsutaan myös pimpiksi.

Vulvaan kuuluvat
- sisemmät häpyhuulet
- ulommat häpyhuulet
- klitoris
- virtsaputken suu
- emättimen aukko ja eteinen

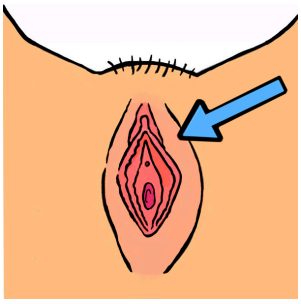


Vulva

Häpyhuulia on kaksi paria:
sisemmät ja ulommat.
Häpyhuulet voivat olla
eri kokoisia, eri näköisiä
ja eri värisiä.

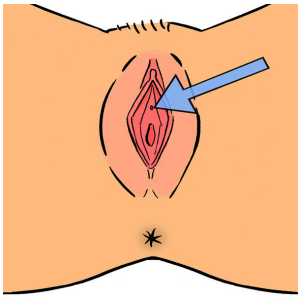


Sisemmät häpyhuulet



Ulommat häpyhuulet

Virtsaputken suusta tulee
virtsa eli pissa.
Emättimestä tulee kuukautisveri.
Myös vauva syntyy
emättimen kautta
alatiesynnytyksessä.

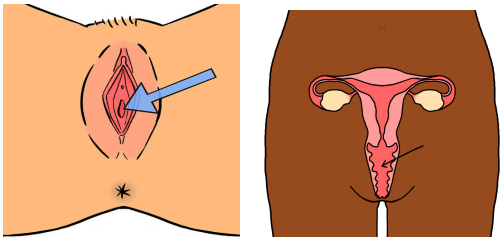


Virtsaputken suu

VAGINA ELI EMÄTIN

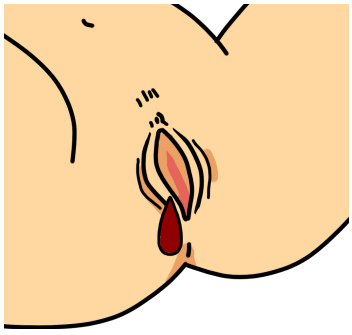
Vagina on toiselta nimeltään emätin.
Se on noin 10 senttimetriä pitkä lihasputki,
joka on kehon sisällä.
Emättimen sisäpinta on limakalvoa.

Emätin on eri kokoinen
ja eri muotoinen eri ihmisillä.
Se kuitenkin toimii kaikilla samalla tavalla.



Vasemmalla näkyy emättimen aukko
ja oikealla emätin kehon sisällä.

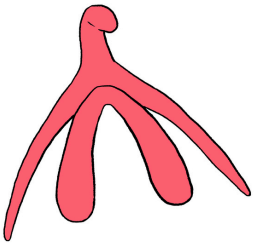
- Kuukautisvuoto poistuu kehosta emättimen kautta.
- Emätin venyy esimerkiksi yhdynnän ja synnytyksen aikana.
- Emätin laajenee ja kostuu, kun ihminen kiihottuu.
- Emättimeen voi työntää sormet, peniksen tai seksivälineen.
- Vauva syntyy emättimen kautta, jos on kyse alatiesynnytyksestä.



Kuukautisvuoto

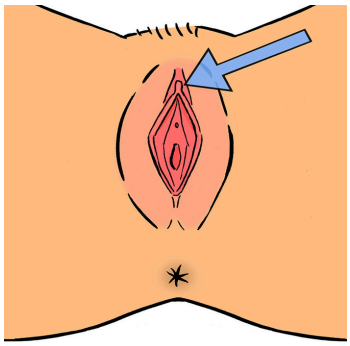
KLITORIS

Klitoris on iso elin,
josta suurin osa
on kehon sisällä.
Silmillä voi nähdä
vain klitoriksen pään.



Klitoris on elin,
josta suurin osa on ihmisen kehon sisällä.

Klitoriksen pää
on erityisen herkkä
kosketukselle.
Siksi se on suojassa
klitoriksen hupun alla.

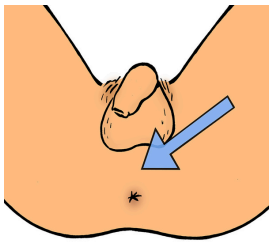


Klitoriksen pää

Klitoriksessa on paisuvaiskudosta,
joka turpoaa,
kun ihminen kiihottuu.

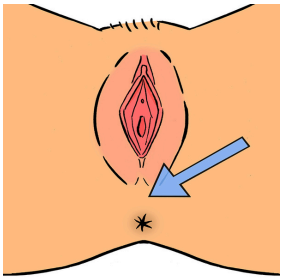
Klitoriksen tehtävä
on tuottaa mielihyvää.
Siksi sen silittäminen tai hierominen
voi tuntua erityisen hyvältä.

VÄLILIHA



Väliliha peräaukon ja kivespussien välissä.

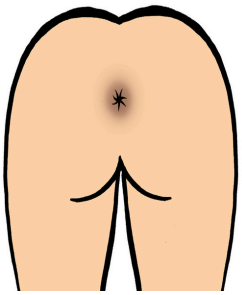
Väliliha on alue,
joka jää peräaukon ja kivespussien
tai peräaukon ja vulvan väliin.
Välilihan alue on erityisen herkkä kosketukselle.
Siksi välilihan aluetta voi kosketella,
jos haluaa kiihottua.



Väliliha peräaukon ja vulvan välissä.

ANUS ELI PERÄAUKKO

Anus on toiselta nimeltään peräaukko.
Se on ruuansulatuselimistön loppu.



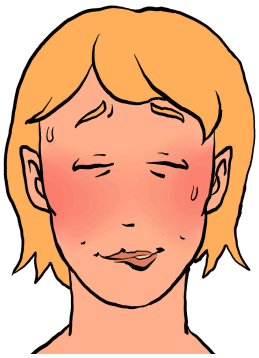
Peräaukko

Peräaukkokanavassa on kaksi
hyvin vahvaa sulkijalihasta.
Lähempänä peräaukkoa on sulkijalihas,
joka on tahdonalainen.
Tämä tarkoittaa sitä,
että ihminen voi itse supistaa
ja rentouttaa sitä.
Kun ihminen supistaa sulkijalihasta,
hän voi esimerkiksi pidättää ulostetta.

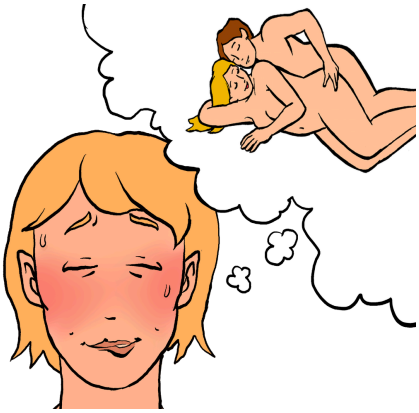
Kauempana peräaukosta on toinen sulkijalihas,
joka ei ole tahdonalainen.
Tämä tarkoittaa sitä,
että ihminen ei voi itse supistaa
ja rentouttaa sitä.

Peräaukon kiihottaminen
voi olla hyvin nautinnollista.
Peräaukkoon voi työntää peniksen, sormet
tai sinne tarkoitetun seksivälineen.

Seksuaalisuus ja seksi

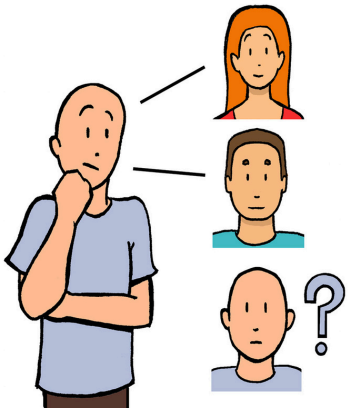


Ihminen on seksuaalinen
koko elämänsä ajan.
Seksuaalisuus ei tarkoita vain seksiä
tai yhdyntää.
Seksuaalisuuteen kuuluu myös paljon muuta.



Seksuaalisuuteen kuuluu muun muassa
ihmisen seksuaalinen suuntautuminen.
Seksuaalinen suuntautuminen tarkoittaa sitä,
mihin ihmisen oma seksuaalinen kiinnostus
ja halu kohdistuu.

Seksuaalinen kiinnostus ja halu
voivat kohdistua mihin sukupuoleen tahansa.
Seksuaalinen suuntautuminen
voi myös muuttua elämän aikana.



Seksuaalisen suuntautumisen lisäksi
seksuaalisuuteen kuuluvat

- sukupuoli
- sukupuoli-identiteetti
- arvot ja roolit, jotka liittyvät sukupuoleen.

Lisäksi seksuaalisuuteen kuuluvat muun muassa

- läheisyys
- rakastaminen
- erotiikka
- mielihyvä
- lisääntyminen.

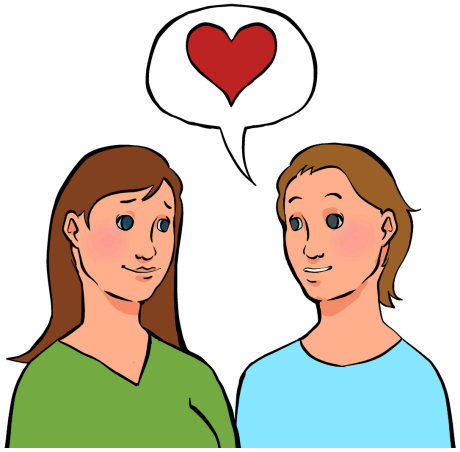
Seksuaalisuuteen kuuluu myös
seksuaalinen hyvinvointi.
Seksuaalinen hyvinvointi tarkoittaa sitä,
että ihminen on tyytyväinen
omaan seksuaalisuuteensa
ja sukupuoleensa.



Lisäksi hän kunnioittaa sekä omaa
että toisten ihmisten seksuaalisuutta.
Hän myös keskustelee itsevarmasti tunteista,
jota liittyvät omaan seksuaalisuuteen.

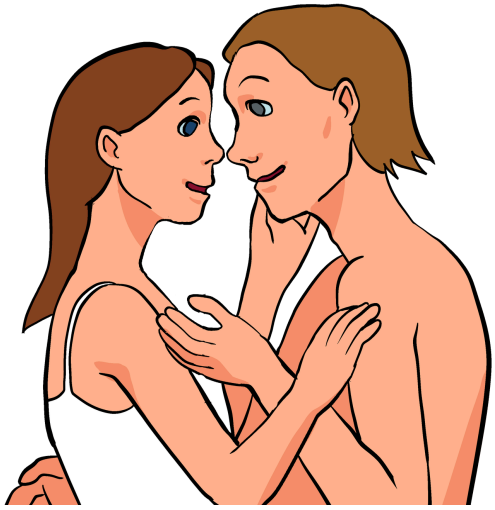
Myös seksi sisältää monenlaisia asioita.
Seksi on ajatusten
ja kehon yhteistyötä.
Siihen kuuluvat eroottiset

- ajatukset
- katseet
- kosketukset
- puheet
- viestit.



Nämä kaikki antavat ihmiselle
seksuaalista nautintoa
eli hyvää oloa.

Seksistä voi nauttia yksin,
yhdessä kumppanin
tai kumppaneiden kanssa.
Seksistä voi nauttia myös
erilaisten seksivälineiden kanssa.



Jokainen päättää itse,
millaista seksiä hän haluaa
ja mistä asioista hän nauttii.

Kaikki ihmiset eivät halua seksiä
tai seksuaalista nautintoa.
Siksi ketään ei saa pakottaa seksiin.

Jokaisella on oikeus sanoa ei,
jos ei halua seksiä
tai kosketusta.

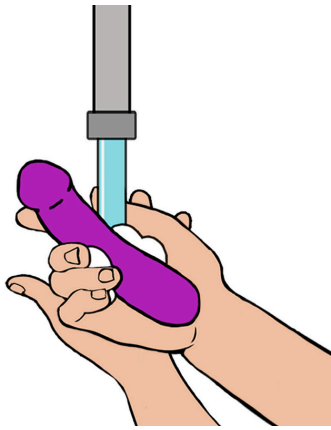


Seksivälineiden pintamateriaalit

Pintamateriaali on ainetta,
jota on seksivälineen pinnassa.

Ennen kuin ostat seksivälineen,
tarkista aina mistä pintamateriaalista se on tehty.
Silloin et vahingossa osta sellaista välinettä,
jonka pintamateriaalille olet esimerkiksi allerginen.

Välineitä voi puhdistaa
saippualla ja vedellä.
Seksuaaliterveyskaupoissa myydään myös puhdistusaineita.
Niillä voi pestä silikoni-
tai öljypohjaisen liukuvoiteen välineestä helposti pois.
Kannattaa aina tarkistaa huolellisesti,
miten väline puhdistetaan.



SILIKONI

Silikoni on turvallinen
ja miellyttävä pintamateriaali,
koska se on pehmeää.
Silikoni on myös hygieenistä
eli siitä tehty seksiväline
on helppo pitää puhtaana.

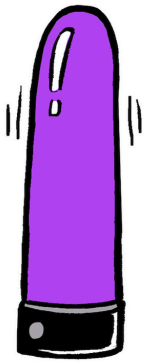
Silikonista tehty väline
sopii yleensä myös kumiallergiselle.

JELLY

Jelly on pehmeä
ja joustava pintamateriaali.
Jellystä tehty seksiväline ei sovi kumiallergiselle.
Ennen kuin hankit jellystä tehdyn seksivälineen,
keskustele esimerkiksi
seksuaaliterveyskaupan myyjän kanssa.
Hän kertoo sinulle välineen turvallisesta käytöstä.

KOVAMUOVI

Kovamuovista tehty seksiväline
on jäykkä, sileä ja kevyt.
Se on helppo pitää puhtaana.
Jos kovamuovista tehdyssä välineessä
on vibraattori eli väline värisee,
värinä voi tuntua voimakkaalta.



SYNTEETTINEN KUMI JA CYBERSKIN-MATERIAALI

Seksivälineet,
joiden pinta on synteettistä kumia
ja Cyberskin-materiaalia ovat pehmeitä.
Niiden pinta tuntuu
melkein kuin oikealta iholta.
Jos väline on tehty synteettisestä kumista,
sen kanssa voi käyttää vain vesipohjaista liukuvoidetta.

Synteettisestä kumista
ja Cyberskin-materiaalista tehdyt seksivälineet
täytyy pestä erityisen hyvin.
Pesun jälkeen kannattaa käyttää välinetalkkia.
Se imee kosteuden pois välineen päältä.

LATEKSI ELI LUONNONKUMI

Luonnonkumista tehdään
kondomeja ja vaatteita.
Näiden tuotteiden kanssa käytetään
vain vesipohjaisia liukuvoiteita.
Lateksista tehdyt tuotteet
kannattaa pitää erillään toisistaan.
Se pidentää tuotteiden käyttöikää.
Lateksista tehty tuote
ei sovi kumiallergiselle.

LASI

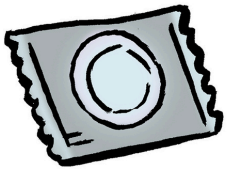
Lasista tehty seksiväline on kova
ja usein melko painava.
Se on helppo pitää puhtaana
ja sitä on turvallista käyttää.
Lasista tehty väline kestää hyvin lämmönvaihteluita.
Siksi sitä voi viilentää
tai lämmittää.
Viileä väline tuntuu erilaiselta
kuin lämmin.

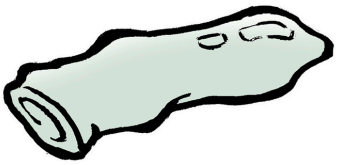
METALLI

Metallista tehty seksiväline on kova.
Se ei taivu.
Metallinen väline kestää hyvin lämmönvaihteluita.
Se ei mene helposti rikki.
Siksi sitä voi viilentää
tai lämmittää.
Viileä väline tuntuu erilaiselta
kuin lämmin.

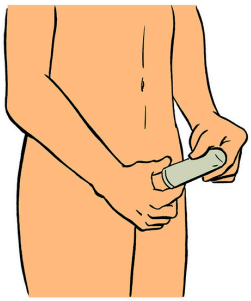
Kondomit, suuseksisuojat ja liukuvoiteet

KONDOMIT

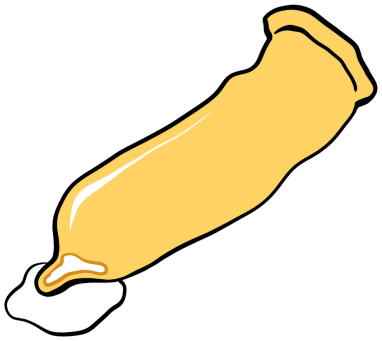




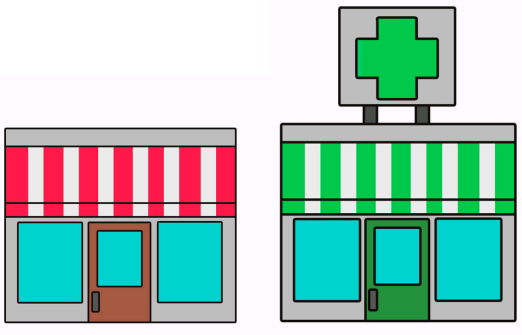
Kondomi on suoja,
joka vedetään peniksen
tai seksivälineen päälle.
Kondomi suojaa raskaudelta
ja seksitaudilta.



Kondomin kanssa voi käyttää liukuvoidetta.
Kannattaa aina tarkistaa,
millainen liukuvoide sopii kondomin kanssa.
Jos kondomi on esimerkiksi valmistettu lateksista,
sen kanssa täytyy käyttää vesipohjaista liukuvoidetta.



Kondomia täytyy käsitellä varovasti,
jotta se ei mene rikki.
Kondomi voi mennä rikki myös,
jos se on vanha.
Kondomit kannattaa säilyttää
kuivassa ja pimeässä paikassa.



Kondomeja voi ostaa tavallisista kaupoista
ja seksuaaliterveyskaupoista.
Kondomeja on eri kokoisia.
On tärkeää valita oikean kokoinen kondomi,
jolloin se suojaa parhaiten.
Lisäksi oikean kokoinen kondomi tekee
seksistä miellyttävää itselle ja kumppanille.

On myös tärkeää valita kondomi,
jonka materiaali sopii itselle
ja kumppanille.
Esimerkiksi kondomit,
joissa ei ole lateksia,
sopivat kumiallergiselle.

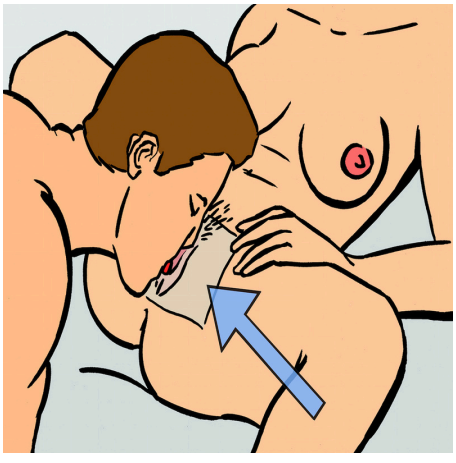


**Seksivälineen päälle täytyy vetää kondomi,
jos useampi ihminen käyttää samaa välinettä.**

Kondomi täytyy vaihtaa aina uuteen,
kun seksivälineen käyttäjä vaihtuu.
Kondomi täytyy vaihtaa myös silloin,
kun välinettä käytetään vuorotellen
sekä emättimessä
että peräaukossa.

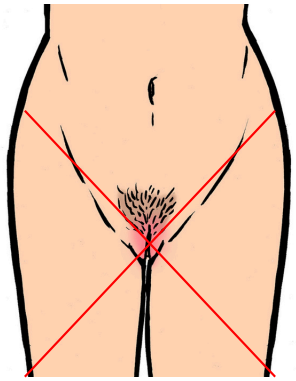
On tärkeää käyttää kondomia seksivälineen päällä,
koska silloin seksitaudit eivät siirry ihmisestä toiseen.

SUUSEKSISUOJAT



Suuseksisuoja on liina,
joka laitetaan emättimen
tai peräaukon päälle
ennen kuin suuseksi aloitetaan.

Suuseksisuoja suojaa seksitaudeilta
ja bakteereilta.
Seksitaudit
ja bakteerit voivat tarttua,
kun limakalvot koskettavat toisiaan.
Limakalvoa on suussa,
peräaukossa, emättimessä
ja peniksessä.



Suuseksisuojan kanssa kannattaa käyttää
vesipohjaista liukuvoidetta.
Liukuvoidetta laitetaan sukuelinten
ja suuseksisuojan väliin.
Näin suoja pysyy paremmin paikoillaan.



Suuseksisuojia voi ostaa apteekista
tai seksuaaliterveyskaupoista.

Suuseksisuojan voi tehdä myös itse.

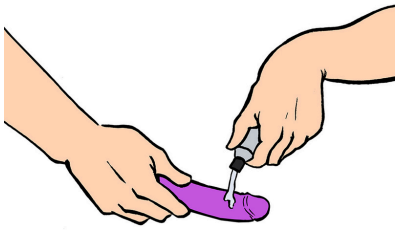
- Leikkaa ensin uudesta kondomista kärki pois.
- Halkaise kondomi eli leikkaa sen pitkä sivu auki.
- Nyt itsetehty suuseksisuoja on valmis.

LIUKUVOITEET

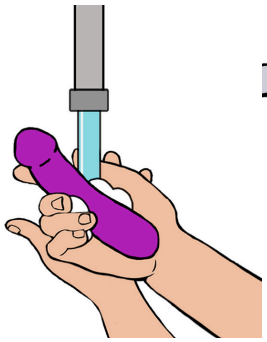


Liukuvoiteen tarkoitus on
suojata vulvan, peniksen
ja peräaukon limakalvoja.
Liukuvoide tekee limakalvot liukkaiksi,
jolloin seksi on miellyttävämpää.

Liukuvoidetta kannattaa käyttää
erityisesti silloin,
jos yhdyntä kestää kauan.
Liukuvoidetta kannattaa käyttää myös,
jos limakalvot ovat kuivat.



Liukuvoide kannattaa pestä pois
iholta ja seksivälineistä
heti seksin jälkeen.
Silloin liukuvoide ei ärsytä ihoa
tai se ei kuivu välineen pintaan.





Liukuvoide valitaan käyttötarkoituksen mukaan
Liukuvoiteita on erilaisia.
Niitä valmistetaan vesi-,
silikoni- ja öljypohjaisina.
Jotkut liukuvoiteet ovat näiden sekoituksia.

Eri liukuvoiteita voi käyttää eri tarkoituksiin.
Siksi on tärkeää valita oikeanlainen liukuvoide.
Jos liukuvoidetta käytetään seksivälineen kanssa,
on hyvä ottaa huomioon myös välineen pintamateriaali.

On tärkeää käyttää
välineen pintamateriaalille sopivaa liukuvoidetta.
Silloin välinettä voi käyttää turvallisesti
ja sen käyttöikä pitenee.

Liukuvoide voi myös tuoksua
tai maistua hyvältä.
Kannattaa tarkistaa aina ennen käyttöä,
että liukuvoiteen sisältämät aineet sopivat kaikille,
jotka osallistuvat seksiin.

Jotkut liukuvoiteet sisältävät aineita,
jotka puuduttavat tai lämmittävät kehoa.
Puuduttava liukuvoide voi
esimerkiksi pidentää nautintoa.
Puuduttavaa liukuvoidetta
ei saa kuitenkaan käyttää hoitokeinona yhdyntäkipuihin
ilman lääkärin lupaa.

VESIPOHJAINEN LIUKUVOIDE

Vesipohjainen liukuvoide haihtuu pois
limakalvolta seksin ja koskettelun aikana.
Siksi sitä voi joutua välillä lisäämään.
Vesipohjaista liukuvoidetta voi käyttää kondomin
ja kaikkien seksivälineiden kanssa.
Se sopii myös suuseksiin.

Vesipohjainen liukuvoide on helppo
huuhdella pois iholta ja välineestä.
Vesipohjaiset liukuvoiteet
voivat joskus ärsyttää ihoa.
Niissä voi olla myös aineita,
jota aiheuttavat joillekin allergiaa.

SILIKONIPOHJAINEN LIUKUVOIDE

Silikonipohjainen liukuvoide pysyy iholla
ja limakalvoilla pitkään.
Sitä ei tarvitse lisätä seksin
tai koskettelun aikana.
Silikonipohjainen liukuvoide
on turvallinen myös silloin,
jos käyttäjällä on allergioita.

Silikonipohjaista liukuvoidetta voi käyttää kondomin
ja useimpien seksivälineiden kanssa.
Sitä voi käyttää myös vedessä.

ÖLJYPOHJAINEN LIUKUVOIDE

Öljypohjainen liukuvoide pysyy iholla kauan.
Se pitää limakalvot
ja seksivälineen liukkaana pitkään.

Öljypohjaista liukuvoidetta
voi olla vaikea pestä pois.
Siksi se voi tahrata vaatteita tai lakanoita.

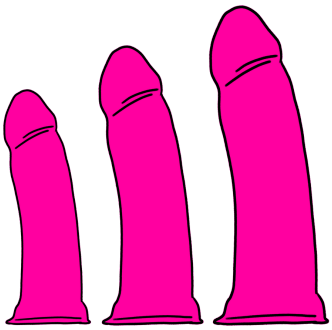
Öljypohjaisia liukuvoiteita ei voi käyttää

- lateksikondomin
- kumituotteiden
- muovituotteiden
- silikonituotteiden kanssa.

Öljypohjaisia liukuvoiteita voi käyttää
hieronnassa ja hyväilyssä.

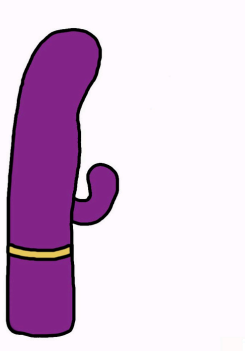
Dildot

Dildoja on monia erilaisia
Dildot ovat seksivälineitä,
jotka voivat näyttää penikseltä.
Jotkut dildot ovat luodin muotoisia.

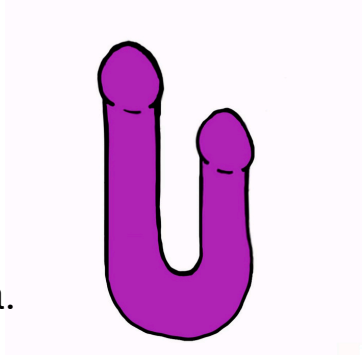


Dildoja on erikokoisia,
eripituisia ja eripaksuisia.
Niiden pinta voi olla
sileä tai juomuinen.

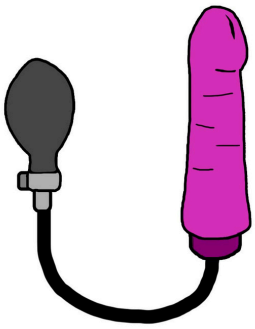
Joissain dildoissa on kaksi haaraa.
Toisen haaran voi työntää
esimerkiksi emättimeen
ja toisen haaran peräaukkoon yhtä aikaa.



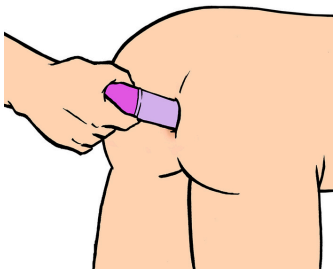
On myös olemassa dildoja,
joihin voi pumpata ilmaa sisään.
Mitä enemmän dildoon pumppaa ilmaa,
sitä paksumpi siitä tulee.
Tällainen dildo on erityisen hyvä silloin,
jos käyttäjä haluaa venyttää lantiopohjan lihaksia.

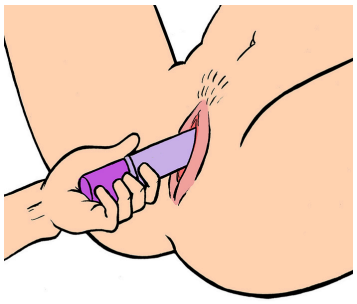


Lasiset ja metalliset dildot
kestävät viilentämistä ja lämmittämistä.
Jos ihmisellä on kipua emättimessä,
viileä tai lämmin dildo
voi helpottaa seksistä nauttimista.

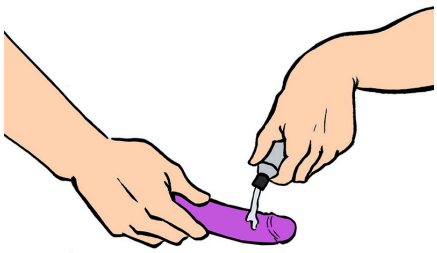


Dildoja voi käyttää
monessa eri tilanteessa.
Dildoja voi käyttää yksin
ja yhdessä.
Niitä voi työntää
esimerkiksi emättimeen
ja peräaukkoon.





Dildoilla voi kiihottaa
klitoriksen, emättimen,
peräaukon ja välilihan aluetta.
Niillä voi kiihottaa myös penistä.



Dildojen kanssa täytyy käyttää aina liukuvoidetta.

Erilaiset kiinnitysvälineet helpottavat
dildon käyttöä.
Dildon pituus
tai imukuppikiinnitys
voivat helpottaa sen käyttöä.

Jos käyttäjän on vaikea ylettyä omaan jalkoväliin,
silloin voi olla helpompi käyttää pitkää dildoa.
Jos dildosta on vaikea pitää kiinni,
silloin voi käyttää dildoa,
jossa on imukuppi.
Dildon voi kiinnittää imukupilla tuoliin,
seinään tai lattiaan.

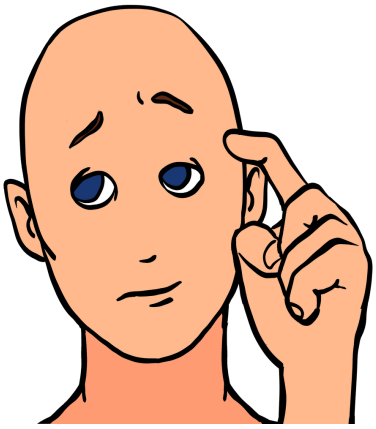
Myös vyödildo helpottaa dildon käyttöä silloin,
jos dildoa on vaikea pitää kädessä.
Vyödildo kiinnitetään vyötärölle.
Sitä käytetään seksissä kumppanin
tai kumppaneiden kanssa.



Dildoja voi kiinnittää
käteen, leukaan,
otsaan tai reiteen.
Myös monitoimiremmejä voi muuttaa niin,
että niihin voi kiinnittää seksivälineen.



Mitä kannattaa miettiä,
ennen kuin ostaa dildon
Ennen kuin ostaa dildon,
kannattaa miettiä,
mihin tarkoitukseen sitä haluaa käyttää.



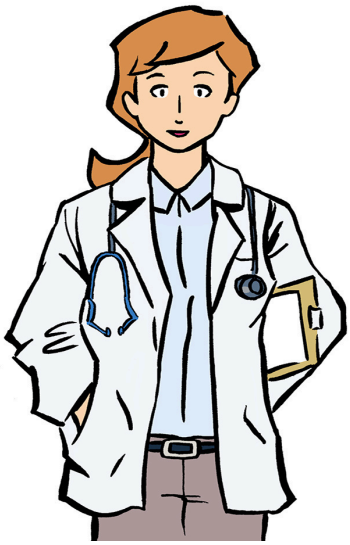
Kannattaa miettiä myös
käyttäjän mahdolliset rajoitteet
ja allergiat.

Kannattaa valita sellainen dildo,
jota on mukava käyttää.

DILATOINTI ELI EMÄTTIMEN TAI VIRTSAPUTKEN AUKON LAAJENTAMINEN

Dilatoinnilla tarkoitetaan sitä,
että dilatointisauvalla
tai dilatointipuikolla suurennetaan
emättimen tai virtsaputken aukkoa.

Dilatoinnilla voi myös hoitaa sellaista emätintä,
jonka lääkäri on tehnyt leikkauksessa.
Emätin voidaan tehdä ihmiselle,
joka on syntynyt ilman sitä.
Emätin voidaan tehdä myös silloin,
jos ihminen haluaa korjata sukupuolta
miehestä naiseksi.
Keskustele aina ensin lääkärin kanssa
sinulle sopivista hoitomuodoista.



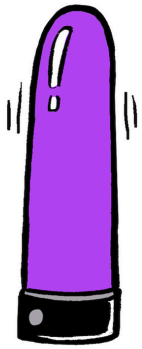
Dilatoinnissa käytetään liukuvoidetta.
Dilatointia voi tehdä yksin tai kumppanin kanssa.
Dilatointi tehdään dilatointisauvalla,
dilatointipuikolla tai sormilla.
On tärkeää laittaa paljon liukuvoidetta sauvaan,
puikkoon tai sormiin.
Silloin dilatointi ei tee kipeää.

Dilatointi aloitetaan niin,
että sopivan kokoinen puikko
tai sauva työnnetään emättimeen tai virtsarakkoon.
Tämän jälkeen sauva tai puikko vaihdetaan
vähitellen suurempaan.

Sauvoja ja puikkoja on eri muotoisia.
Oikea muoto valitaan hoidon tarpeen
tai lääkärin ohjeen mukaan.

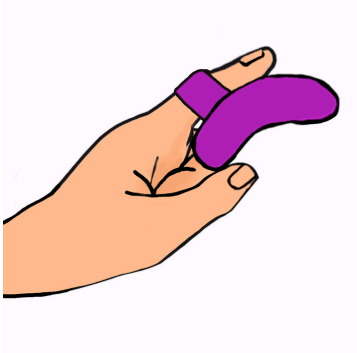
Vibraattori eli laite, joka värisee

Vibraattorin sisällä on patterit
tai akku, jota voi ladata.
Vibraattori värisee pattereiden
tai akun avulla.



Vibraattoreita on erikokoisia
ja erimuotoisia.
Jotkut voivat näyttää penikseltä.

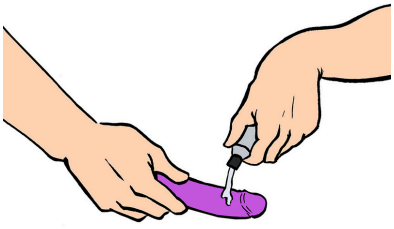
Vibraattoreita voi käyttää erilaisissa tilanteissa.
Niillä voi esimerkiksi kiihottaa rintoja,
klitorista, penistä ja peräaukkoa.
Niillä voi myös vähentää kipua ennen seksiä
tai hieroa lihaksia ilman seksiä.
Jos vibraattori on vesitiivis,
sitä voi käyttää suihkussa tai kylvyssä.



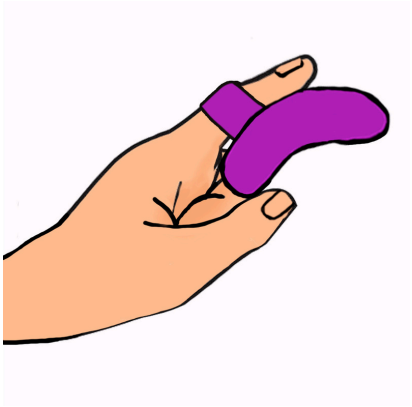
Vibraattorissa voi olla myös kaukosäädin
tai kännykkäsovellus.
Silloin käyttäjän ei tarvitse koskea vibraattoriin,
jos hän haluaa säätää sen tehoa.

Vibraattorin kanssa täytyy käyttää aina liukuvoidetta.

Vibraattorin voi kiinnittää
monella eri tavalla.
Vibraattoria voi käyttää,
vaikka käyttäjän käsissä ei ole paljon voimaa.
Vibraattoria voi käyttää myös silloin,
jos käyttäjän on hankala ylettyä omaan jalkoväliin.

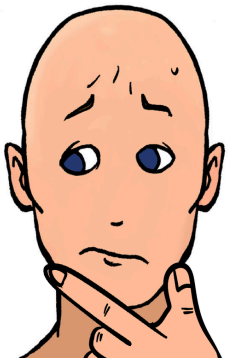


Sormivibraattori kiinnitetään sormeen.
Perhosvibraattori laitetaan klitoriksen päälle.
Se kiinnitetään nauhoilla lantion
ja reisien ympärille.
Peniksen päälle voi laittaa lisävibraattorin.
Kumppanin kanssa voi käyttää myös vibraattoria,
joka kiihottaa molempia yhdynnän aikana.
Suuseksissä voidaan käyttää vibraattoreita,
jotka laitetaan kiinni poskeen.



Mitä kannattaa miettiä,
ennen kuin ostaa vibraattorin?

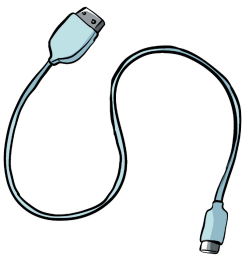
Ennen kuin ostaa vibraattorin,
kannattaa miettiä mihin sitä käyttää.
Kannattaa miettiä myös
minkä muotoisen vibraattorin haluaa,
ja miten vibraattorin värinän nopeutta voi säätää.



On tärkeää valita sellainen vibraattori,
josta voi pitää hyvin kiinni.
Jos vibraattorista on hankala pitää kiinni,
kannattaa valita vibraattori,
jonka voi kiinnittää esimerkiksi käteen
tai vyötärölle.

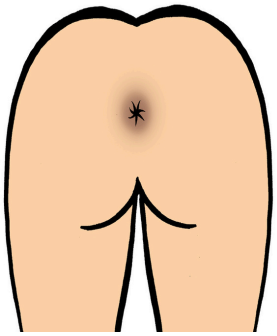
On tärkeää,
että vibraattoria on mahdollisimman helppo käyttää.
Siksi kannattaa testata sen paino
ja painikkeet ennen ostamista.
Kannattaa testata myös vibraattorin latausjohdon
kiinnittäminen
ja irrottaminen.
Jos vibraattorissa on patterit,
kokeile myös niiden vaihtamista





Seksivälineet, jotka kiihottavat peräaukon aluetta

Peräaukon aluetta voi kiihottaa
sormilla, suulla, peniksellä
tai seksivälineillä.
Tätä kutsutaan anaaliseksiksi.

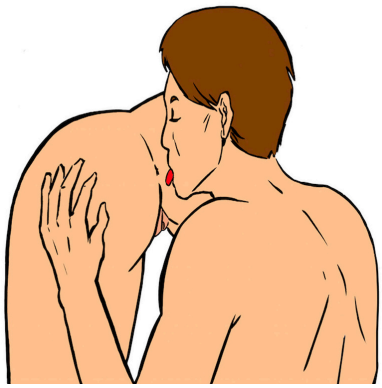


Anaaliseksissä on tärkeää,
että peräaukon sulkijalihakset ovat rentoina.
Silloin anaaliseksistä voi nauttia paremmin.

Sulkijalihaksia voi rentouttaa ennen anaaliseksiä.
Lihaksia voi rentouttaa esimerkiksi niin,
että hieroo välilihaa tai
työntää sormia hitaasti peräaukkoon.

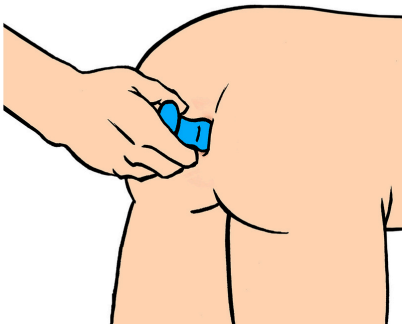


Anaaliseksissä kannattaa käyttää liukuvoidetta.
Koska peräaukon alue ei ole kostea,
liukuvoide tekee peräaukon kosteaksi.
Tällöin anaaliseksi on miellyttävämpää.



Anaaliseksissä peräaukkoon työnnetään
sormi, penis
tai seksiväline.
Anaaliseksiä on myös
peräaukon hyväily tai nuoleminen.

Anaaliseksi on yleensä miellyttävämpää
ulostamisen jälkeen.



Anaaliseksistä voi nauttia yksin
tai yhdessä kumppanin
tai kumppaneiden kanssa.

Omaan peräaukon alueeseen kannattaa tutustua
ennen kuin aloittaa anaaliseksin.
Kannattaa tutustua omaan peräaukon alueeseen rauhassa,
ennen kuin aloittaa anaaliseksin.
Kun keho on tuttu,
se auttaa rentoutumaan paremmin
anaaliseksin aikana.



Omaan peräaukon alueeseen voi tutustua
esimerkiksi käsipeilin,
liukuvoiteen ja sormien avulla.
Liukuvoidetta täytyy käyttää paljon.

Tutustumista voi jatkaa myöhemmin
erikokoisilla seksivälineillä.
Tutustumista voi jatkaa yksin
tai yhdessä kumppanin kanssa.

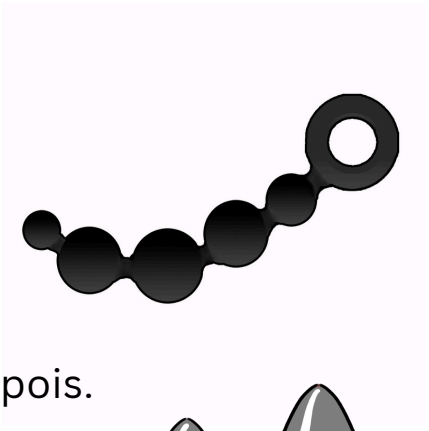
On tärkeää löytää omalle keholle sopiva asento.
Sopiva asento voi lisätä nautintoa,
jonka anaaliseksistä saa.

Anaaliseksi onnistuu parhaiten silloin,
kun ei ole kiirettä,
ja mieli on rentoutunut.

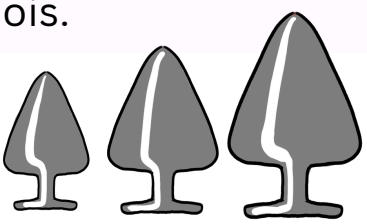
SEKSIVÄLINEET, JOTKA SOPIVAT ANAALISEKSIIN



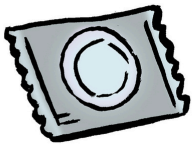
Anaaliseksiin tarkoitetut seksivälineet
sopivat kaikille sukupuolille.
Anaaliseksissä saa käyttää vain sellaista seksivälinettä,
jonka toisessa päässä on leveä osa.
Kun väline työnnetään peräaukkoon,
leveä osa ei mahdu aukkoon.
Se jää peräaukon ulkopuolelle.
Tällöin väline ei mene vahingossa
peräaukosta sisälle peräsuoleen.



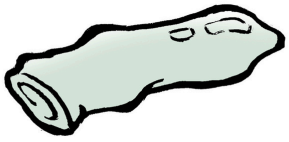
Seksiväline ei saa mennä peräsuoleen,
koska sitä on erittäin vaikea ottaa peräsuolesta pois.



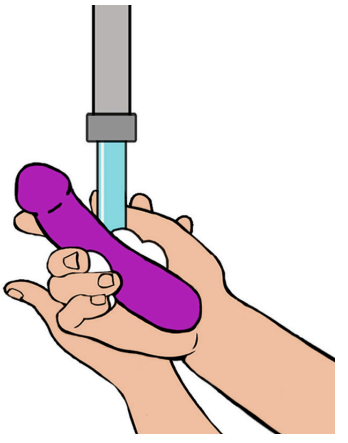
Puhtaus on erityisen tärkeää anaaliseksissä.
Jos anaaliseksissä käytetään seksivälineitä,
niiden päälle täytyy vetää kondomi.
Kondomi täytyy vaihtaa aina uuteen,
kun seksivälineen käyttäjä vaihtuu.



Kondomi täytyy vaihtaa myös silloin,
kun välinettä käytetään vuorotellen
sekä emättimessä
että peräaukossa.



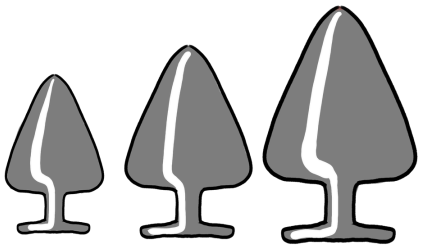
Jos anaaliseksissä käytetään sormia tai penistä,
niitä ei saa viedä emättimen alueelle,
ennen kuin ne on pesty huolellisesti.



Peräaukon bakteerit ovat erilaisia
kuin emättimen bakteerit.
Jos peräaukon bakteerit pääsevät emättimeen,
emätin voi tulehtua.

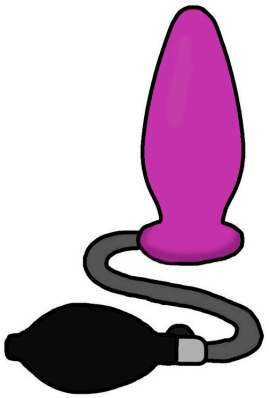
ANUSTAPPI

Anustappi on seksiväline,
jolla voidaan hyväillä peräaukon aluetta.
Se voidaan myös työntää peräaukkoon,
jolloin anustappi antaa seksuaalista mielihyvää.
Anustapilla voidaan myös rentouttaa
peräaukon lihasta ennen anaaliyhdyntää.



Anustappeja on erikokoisia.
Pienet anustapit sopivat heille,
jotka kokeilevat anustappia ensimmäistä kertaa.
Suurempien anustappien käyttöä
kannattaa opetella vähitellen.

Anustappeja valmistetaan
monista eri materiaaleista.
Joissain anustapeissa on sisällä vibraattori,
jolloin anustappi värisee.
Tällaista anustappia voi ohjata kaukosäätimellä.



Joihinkin anustappeihin voi pumpata ilmaa sisään.
Mitä enemmän anustappiin pumppaa ilmaa,
sitä paksumpi siitä tulee.
Joissain anustapeissa on mukana penisrengas,
joka tukee ja voimistaa erektiota.

ETURAUHASKIIHOTIN

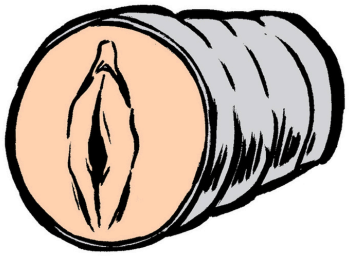
Eturauhaskiihotin on tarkoitettu ihmisille,
joilla on penis.
Se työnnetään peräaukkoon,
jolloin se hieroo eturauhasta.
Hierominen antaa seksuaalista mielihyvää.



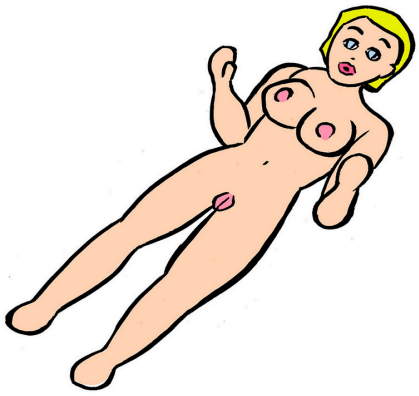
Eturauhaskiihottimia on erimuotoisia ja erikokoisia.
Joissain eturauhaskiihottimissa on vibraattori,
jolloin eturauhaskiihotin värisee.

Tekoemättimet ja tekoperäaukot

Tekoemättimiä ja tekoperäaukkoja voi käyttää
itsetyydytykseen
tai yhdessä kumppanin kanssa.



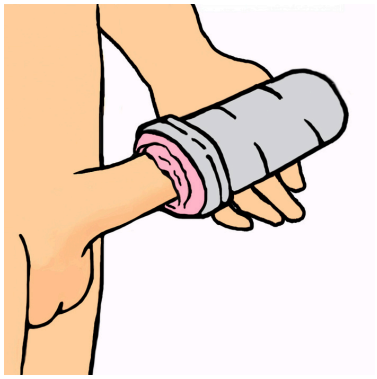
Jotkut tekoemättimet
ja tekoperäaukot näyttävät aidolta emättimeltä
ja peräaukolta.
Toiset taas eivät näytä niiltä ollenkaan.
Ne on tehty yleensä pehmeästä materiaalista.
Niitä on olemassa erikokoisia
ja eri muotoisia.



Joissain tekoemättimissä
ja tekoperäaukoissa on moottorit.
Jotkut myös imevät penistä,
ja jotkut puristavat sitä.

Ennen kuin hankkii tekoemättimen
tai tekoperäaukon,
kannattaa miettiä,
millaista apua niistä voi saada.

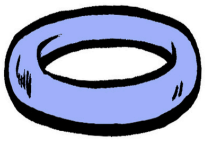
Jos niissä ei ole moottoria,
silloin niiden käytössä tarvitaan omaa aktiivisuutta.
Lisäksi tarvitaan lihasten käyttöä
ja lihasten hallintaa.



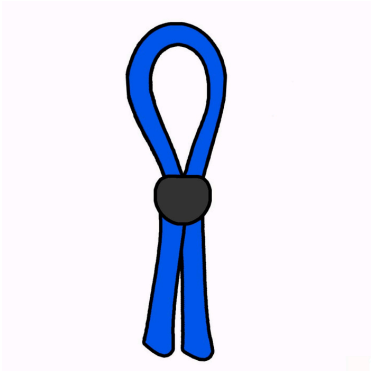
Jos tekoemättimessä
tai tekoperäaukossa on moottori,
silloin seksi vaatii vähemmän
omaa aktiivisuutta.

Erektion tukivälineet

Penisrengas, tyhjiöpumppu ja penistuki
ovat välineitä,
joilla voi parantaa erektiota
eli peniksen jäykistymistä.

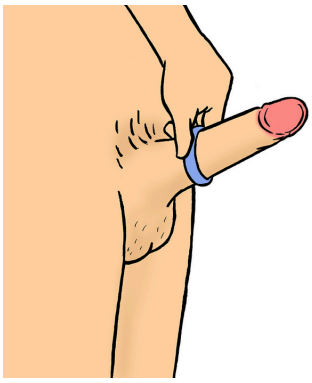


PENISRENGAS
Penisrengas on pieni rengas.
Sen tarkoitus on voimistaa
ja ylläpitää peniksen erektiota pidempään.
Penisrengas laitetaan peniksen juureen.
Se hidastaa veren virtaamista pois peniksestä.
Silloin erektio pysyy pidempään.



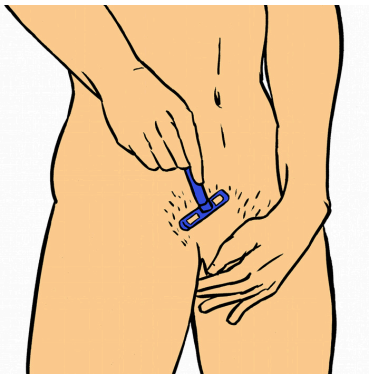
Penisrenkaita on erikokoisia
ja eri paksuisia.
Niitä tehdään eri materiaaleista,
kuten silikonista ja metallista.

Joissain penisrenkaissa on erilaisia ulokkeita
ja jotkut värisevät.
Joitain penisrenkaita voi myös kiristää.



Ennen kuin käyttää penisrengasta,
kannattaa poistaa karvat
peniksen ja kivesten ympäriltä.
Silloin karvat eivät jää penisrenkaan väliin.

Penisrenkaita ei saa kiristää liian kireälle.
Kannattaa kokeilla varovasti,
mikä on itselle sopia kireys.

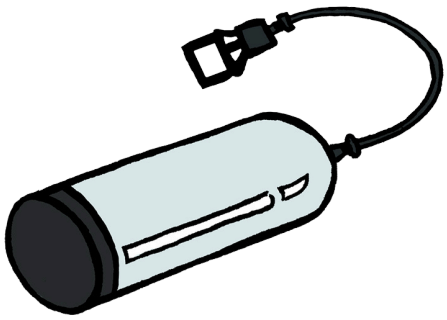


Joillain penisrenkailla saa puristusta
sekä penikseen juureen
että kivesten juureen tai ympärille.
Tällaista penisrengasta kutsutaan
yhdistelmärenkaaksi.

Yhdistelmärengas pysyy hyvin paikoillaan.
Lisäksi se antaa erilaista seksuaalista mielihyvää
kuin muut penisrenkaat.

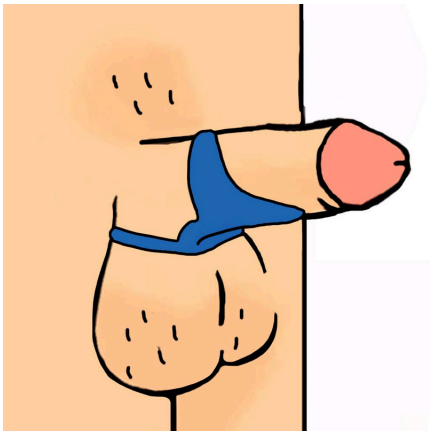
TYHJIÖPUMPPU
Penisrenkaan kanssa voi käyttää tyhjiöpumppua
eli penispumppua.
Penisrengas kannattaa laittaa peniksen juureen
ennen tyhjiöpumpun käyttöä.

Tyhjiöpumpulla parannetaan peniksen jäykistymistä.
Pumpussa on putki,
johon penis laitetaan.
Putkeen pumpataan painetta,
joka pumppaa verta penikseen.
Lopputuloksena on peniksen jäykistyminen.



Tyhjiöpumppuja on erilaisia.
Joitain pumpataan käsin,
jolloin käyttäjän täytyy pystyä käyttämään käsiään hyvin.
Joissain pumpuissa on moottori.
Silloin laite toimii,
kun painetaan nappia.
Joissain tyhjiöpumpuissa on myös vibraattori
eli se värisee.

PENISTUKI



Penistuki on väline,
joka tukee penistä
tai sen jäykistymistä.

Penistuki antaa penikselle paksuutta
ja mittaa.
Se antaa myös tukea,
jos jäykistyminen
tai jäykistymisen ylläpito on hankalaa.

Penistukia on erilaisia.
Jotkut niistä puetaan peniksen päälle
kuten sukka.
Penistuki voi olla pehmeä
tai muhkea ja kova.
Joitain penistukia voi myös leikata
sopivan mittaisiksi.

Jotkut penistuet ovat peniksen varresta
ja päästä avoimia.
Silloin peniksen herkkä tuntoaisti
toimii normaalisti.

Penistuen käyttö ei estä luonnollista kiihottumista
ja jäykistymistä.
Penistuen kanssa kannattaa käyttää liukuvoidetta.

Lantionpohjan terveys

Lantionpohjan terveys on tärkeää kaikille sukupuolille
On tärkeää,
että lantionpohjan lihakset ovat hyvässä kunnossa.
Silloin myös ryhti on hyvä,
ja ihmisen on helppo hallita
muun muassa erilaisia asentoja.

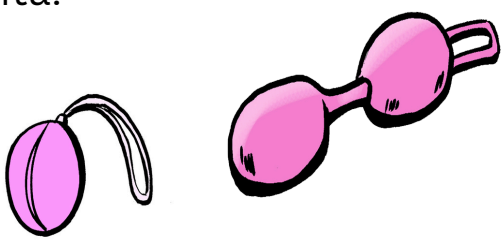
Jos lantiopohjan lihakset ovat heikossa kunnossa,
silloin ihmisellä saattaa olla ongelmia
virtsaamisessa ja ulostamisessa.

Hänellä voi olla myös muun muassa
vaikeuksia peniksen jäykistymisessä.
Lisäksi heikot lantiopohjan lihakset
voivat aiheuttaa kipua emättimen
tai peräaukon alueella.

Lantionpohjan ongelmiin voi saada apua fysioterapeutilta.
Hän antaa ohjeita harjoitteluun.
Lisäksi hän neuvoo millaisia välineitä
harjoittelussa voi käyttää.

Yksi hyvä väline on harjoituskuulat.

HARJOITUSKUULAT
Harjoituskuulat ovat pallon muotoisia välineitä.
Niitä voi laittaa emättimeen
tai peräaukkoon.



Peräaukkoon saa työntää vain sellaisen välineen,
jonka toisessa päässä on leveä osa.
Väline ei saa mennä kokonaan peräsuoleen,
koska sitä on erittäin vaikea ottaa peräsuolesta pois.

Harjoituskuulia on eri kokoisia
ja eri painoisia.
Niitä on tehty eri materiaaleista,
kuten muovista, silikonista,
metallista ja lasista.

Harjoituskuulat voivat olla yksittäisiä palloja.
Jotkut harjoituskuulat ovat kiinni toisissaan
esimerkiksi narulla.

HARJOITUSKUULILLA HARJOITTELU

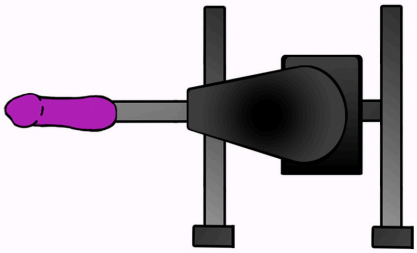
Harjoituskuulilla harjoittelu kannattaa aloittaa
isolla ja kevyellä kuulalla.
Silloin kuulaa on helppo hallita.

Säännöllinen harjoittelu vahvistaa lantionpohjan lihaksia.
Silloin voi vähitellen siirtyä käyttämään
pienempiä
ja painavampia kuulia.

Joskus lantionpohjan lihasten ongelmat voivat johtua siitä,
että lihakset ovat liian kireät.
Siksi on tärkeää rentouttaa lantionpohjan lihakset,
kun harjoittelee.
Jos lihakset eivät ole rentona harjoittelun aikana,
ne kiristyvät lisää.
Tämä voi vain lisätä lantionpohjan ongelmia.

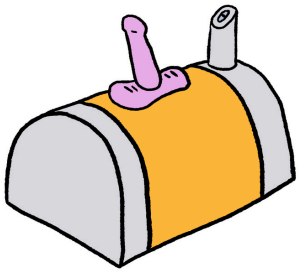
Seksivälineet, joissa on moottori eli panokoneet

Tällaisia välineitä kutsutaan myös panokoneiksi.



Panokoneeseen kiinnitetään dildo
tai tekoemätin.
Kone liikuttaa dildoa
tai tekoemätintä edestakaisin.
Se siis matkii yhdynnän liikettä.
Panokonetta voi käyttää yksin
tai yhdessä kumppanin kanssa.

Panokone sopii erityisesti liikuntarajoitteisille
Panokonetta voi käyttää sohvalla,
lattialla tai sängyssä.
Yleensä panokoneet on suunniteltu niin,
että niiden tukijalan voi laittaa sohvan
tai sängyn alle.
Tästä syystä panokoneet sopivat
erityisen hyvin heille,
joilla on liikuntarajoitteita.

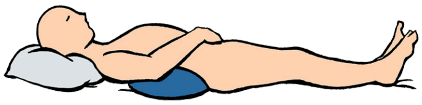


Panokonetta voi säätää monella eri tavalla.
Siitä voi säätää välineen kulmaa ja nopeutta
sekä liikkeen syvyyttä.

Joidenkin panokoneiden päällä voi istua
kuin satulassa.
Toiset panokoneet seisovat omilla jaloillaan.
Sellaisia panokoneita,
jotka seisovat omilla jaloillaan
voi säätää useampiin asentoihin
kuin muita panokoneita.

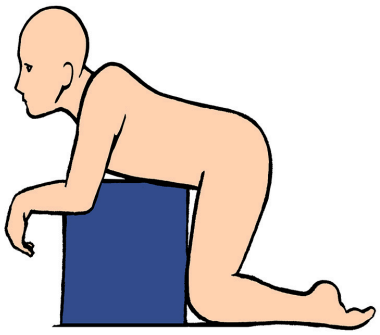
Välineet, joilla voi tukea asentoa seksin aikana

TUKITYYNYT
Tyynyillä on helppo tukea asentoa seksin aikana.
Tyyny voi olla tavallinen tyyny
tai asentohoitoon tarkoitettu tyyny.



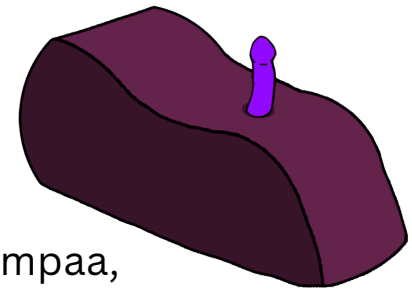
On olemassa myös tyynyjä,
jotka on suunniteltu tukityynyksi seksiin.
Seksiin osallistuvat voivat kokeilla erilaisia asentoja
tukityynyjen avulla.

Joihinkin tukityynyihin saa kiinnitettyä dildon
tai vibraattorin.
Tyynyssä voi olla valmiina aukko,
johon dildon voi työntää.
Näin dildo pysyy paikoillaan.



Tukityynyjä voi käyttää myös ilman dildoa
tai vibraattoria.

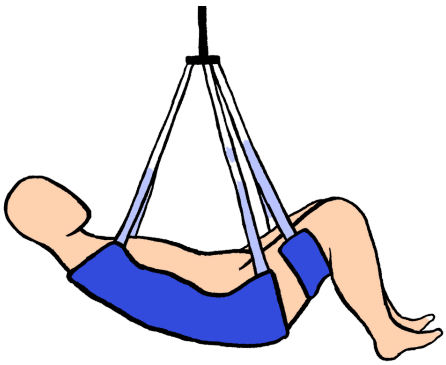
TUOLIT
Seksiin suunniteltua tuolia
voi käyttää monella eri tavalla.
Käyttäjä voi olla tuolissa mahallaan
tai kontallaan.
Tuolissa voi myös istua.
Tällöin esimerkiksi kumppanin hyväily on helpompaa,
jos nivelissä on kipuja.



Joissain tuoleissa istuinosa on avonainen.
Tämä helpottaa esimerkiksi hyväilyä.
Myös tavallista suihkutuolia voi käyttää seksissä.
Suihkutuoleissa istuinosa voi olla edestä avoin
tai siinä voi olla reikä.

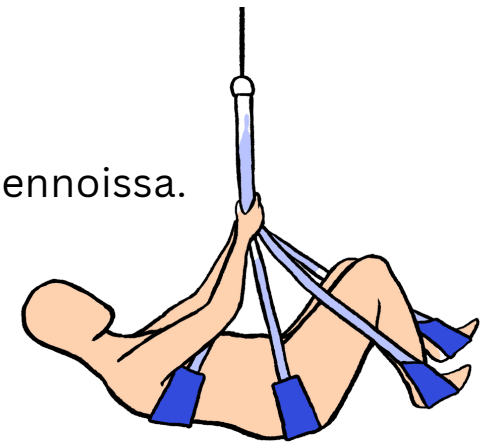
SEKSIKEINUT

Seksikeinun voi kiinnittää kattoon,
tai se voi roikkua omassa telineessään.
Jos seksikeinun kiinnittää kattoon,
täytyy ensin tarkastaa,
miten paljon katto kestää painoa.



Käyttäjä on yleensä keinussa selällään.
Hän on keinussa remmien varassa
tai liinan päällä.
Liina antaa käyttäjälle laajemman tuen.

Lisää tukea voi saada
esimerkiksi jalkalenkeistä
ja käsilenkeistä.
Lenkkien avulla käyttäjä voi olla myös eri asennoissa.



Keinun korkeutta voi myös säätää.
Tällöin erilaiset kehot
pääsevät lähelle toisiaan paremmin.

Esimerkiksi pyörätuolissa oleva kumppani
pääsee lähelle keinussa olevaa kumppania
monella eri tavalla.

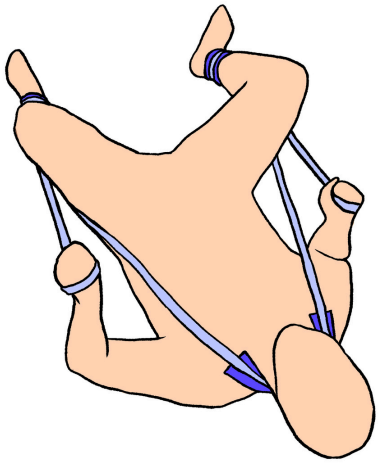
Keinu sopii myös niihin tilanteisiin,
joissa halutaan välttyä kumppanin kehon painolta.
Myös suuseksi onnistuu keinussa,
vaikka se ei ehkä muuten onnistu.

REMMIT JA KÖYDET



Remmeillä ja köysillä voidaan sitoa kehoa seksin aikana.
Kehon sitomisesta voi olla apua silloin,
jos lihakset väsyvät muuten.
Sitomisesta voi olla apua myös,
jos käyttäjä haluaa pysyä tietyssä asennossa
tai hallita liikeratoja.

Sitominen voi helpottaa kehon hallintaa
ja tasapainoa.
Lisäksi se voi parantaa turvallisuuden
ja hallinnan tunnetta omaa kehoa kohtaan.



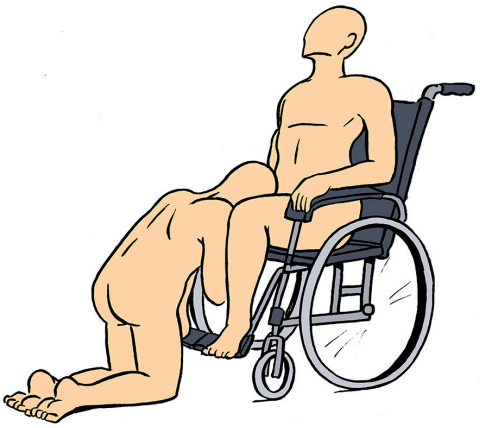
Joskus sitominen voi tuntua epämiellyttävältä,
tai se voi lisätä tahattomia liikkeitä.
On tärkeää kuunnella omia rajojaan.
Sitominen ei sovi kaikille.

Ketään ei saa sitoa ilman hänen lupaansa.
Kumppani täytyy vapauttaa remmeistä
ja köysistä heti,
kun hän sitä toivoo.

Sidontaa täytyy löysätä,
jos sidonnasta tulee ihoon mustelmia,
keho puutuu
tai jos kehossa tuntuu kipua.
Sidonnan voi myös purkaa kokonaan
esimerkiksi turvasaksilla.

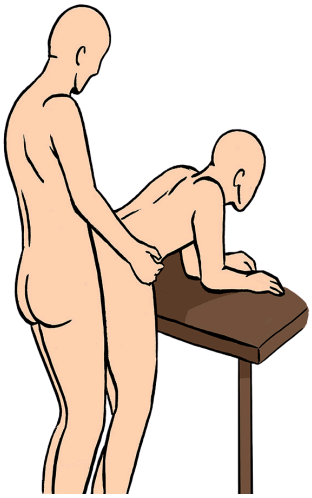
MUUT VÄLINEET, JOTKA TUKEVAT ASENTOA

Seksissä voidaan käyttää myös
arkielämästä tuttuja apuvälineitä.



Nostolaitetta voidaan käyttää
samalla tavalla kuin keinua.
Nostolaitteen liinat voivat antaa
enemmän tukea käyttäjän selälle
ja päähän kuin keinun remmit.

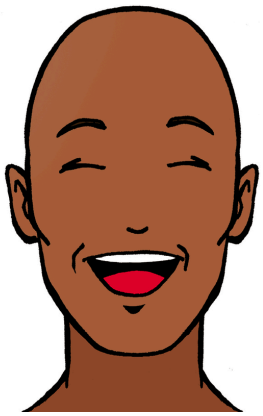
Käyttäjä voidaan siirtää nostolaitteella
kumppanin syliin tai sänkyyn.
Myös pyörätuolissa oleva
pääsee paremmin lähelle kumppaniaan,
jos tämä on nostolaitteessa.



Myös kävelypöydät,
kävelytelineet
ja rollaattorit helpottavat asentoja seksin aikana.
Näihin apuvälineisiin on helppo nojata,
ja se tekee seisomisesta tukevampaa.

Myös erilaiset siirtovyöt
ja nostovyöt helpottavat asentoja seksin aikana.
Ne muun muassa auttavat kumppania
pysymään paikallaan
ja hallitsemaan asentoaan.

Välineet,
jotka lisäävät aistien herkkyyttä



Keho nauttii seksistä yleensä parhaiten silloin,
kun se on rauhallinen
ja rentoutunut.

Painon ja paineen tunne
voi auttaa nauttimaan seksistä.
Joskus ihmisen voi olla vaikea
hahmottaa omaa kehoaan.
Tällöin myös rauhoittuminen
ja rentoutuminen voi olla vaikeaa.
Myös kosketus voi tuntua epämiellyttävältä.



Jotta seksi tuntuu mahdollisimman hyvältä,
on tärkeää,
että ihminen hahmottaa kehonsa.
On myös tärkeää olla rauhallinen
ja rento.

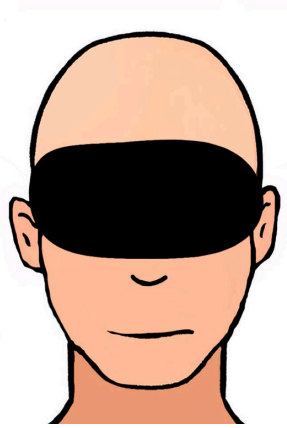
Painopeitto tai painoliivi
voi auttaa rauhoittumaan.
Ne tuntuvat kehossa painon
ja paineen tunteena.

Painon ja paineen tunnetta
voi lisätä myös niin,
että kehoa sidotaan köysillä tai remmeillä.
Sitominen voi lisätä myös aistien herkkyyttä,
mikä lisää seksuaalista nautintoa.

Kun tuntoaisti on yliherkkä
tai tuntoa ei ole joka puolella kehoa.
Tuntoaisti voi joskus olla yliherkkä.
Tuntoaistissa voi olla myös puutoksia
eli ihmisellä ei ole tuntoa joka puolella kehoa.
Esimerkiksi jotkut sairaudet tai ulkoiset vammat
voivat muuttaa tuntoaistia.

Jos tuntoaisti ei toimi kunnolla
esimerkiksi vulvan
tai peniksen alueella,
silloin myös kevyt kosketus
voi tuntua liian voimakkaalta.
Tämä kaikki vaikuttaa siihen,
miten paljon seksistä voi nauttia.

On tärkeää,
että seksiväline ei tunnu ikävältä silloin,
jos tuntoaisti ei toimi kunnolla.
Siksi välineisiin kannattaa tutustua huolellisesti
ennen kuin niitä hankkii.
Paras tapa tutustua välineisiin
on mennä esimerkiksi seksuaaliterveyskauppaan.

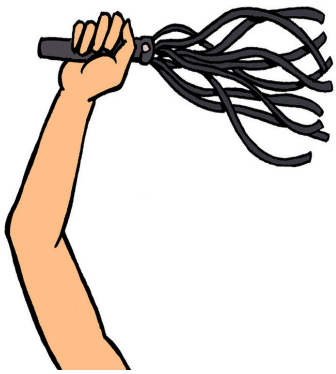


Aisteja voidaan rajoittaa seksin aikana
Aistien rajoittaminen seksin aikana
tarkoittaa sitä,
että jokin aisti
tai aisteja suljetaan pois.

Kumppani voi käyttää esimerkiksi silmälappuja,
jolloin hän ei näe mitään.
Tai hän voi käyttää korvatulppia,
jolloin hän ei kuule mitään.
Aisteja voidaan rajoittaa myös maskeilla,
naamioilla tai kuulokkeilla.

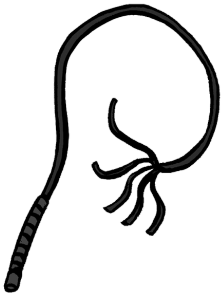


Ennen kuin aisteja rajoitetaan,
on erittäin tärkeää,
että siitä sovitaan yhdessä kumppanin
tai kumppaneiden kanssa.
Ketään ei saa pakottaa sellaiseen seksiin,
jossa aisteja rajoitetaan.
Ketään ei myöskään saa jättää yksin silloin,
kun hänen aistejaan on rajoitettu.
Yksin jääminen voi pelottaa.

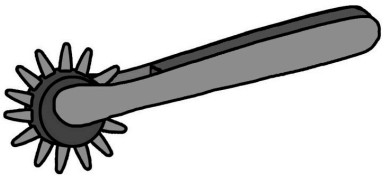


KIPU JA KIVUSTA NAUTTIMINEN SEKSIN AIKANA

Kipu on tunne,
jota jotkut ihmiset haluavat tuntea seksin aikana.
Kipua voi saada aikaan
erilaisilla seksivälineillä,
kuten piiskoilla, ruoskilla
ja raipoilla.
Niillä voi kutittaa
tai taputtaa kumppania kevyesti.
Niillä voi myös lyödä kovempaa,
jos kumppani niin haluaa.



Kipua voi saada aikaan myös piikkipyörillä,
jotka on tehty teräksestä.



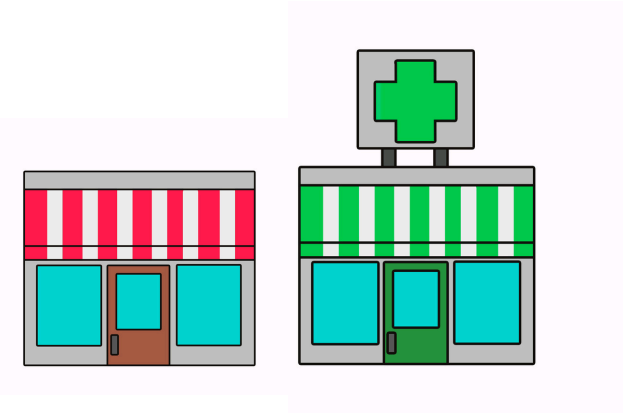
Myös kynttilöistä,
jotka on tarkoitettu seksiin
eli BDSM-kynttilöistä voi pudottaa sulaa vahaa keholle.
BDSM-kynttilöiden vaha on kuumaa,
mutta se ei polta ihoa.

On tärkeää muistaa,
että ketään ei saa pakottaa sellaiseen seksiin,
joka tekee kipeää.
Jokainen päättää itse,
haluaako hän tuntea kipua seksin aikana vai ei.



Mistä seksivälineitä voi ostaa

Seksivälineitä voi ostaa
esimerkiksi apteekista
tai tavaratalosta.
Välineet ovat yleensä
kosmetiikka-
ja hygieniahyllyllä.



Välineitä voi ostaa myös verkkokaupoista
sekä seksuaaliterveyskaupoista.

Koska seksivälineitä
on monia erilaisia,
voi verkkokaupasta tilaaminen tuntua vaikealta.
Siksi kannattaa tutustua välineisiin
esimerkiksi seksuaaliterveyskaupassa.
Kaupassa palvelu on henkilökohtaista,
jolloin on helppoa löytää itselle sopiva väline.