Prolite – HIV/AIDS masih belum memiliki obat yang menyembuhkan, dan salah satu cara utama penularannya adalah melalui hubungan intim yang tidak aman.

Oleh karena itu, menjaga hubungan intim yang aman sangat penting untuk melindungi diri sendiri dan pasangan.

Dalam artikel ini, kita akan membahas beberapa tips praktis dan mudah yang bisa kamu terapkan untuk memastikan hubungan intim tetap aman dan bebas risiko.

Baca Juga:Primebiz Hotel Cikarang dan Tipsy Runner Hadirkan “Pace & Vibes”, Satukan Semangat Lari, Kesehatan, dan Kreativitas

Yuk, simak dan terapkan tips-tips ini demi kesehatan dan keselamatan bersama!

7 Tips Berhubungan Intim Aman

Ilustrasi pasangan – Freepik

1. Setia pada Pasangan

Setia pada satu pasangan dan hanya melakukan hubungan intim dengannya adalah cara terbaik untuk mencegah penularan HIV/AIDS dan penyakit menular seksual lainnya.

2. Jujur dengan Pasangan

Jujurlah dengan pasanganmu tentang riwayat kehidupan seksmu. Hal ini penting untuk memastikan bahwa kamu dan pasangan tidak berisiko tertular HIV/AIDS.

Baca Juga:Jerome Bruner dan Cara Belajar yang Membuat Siswa Berpikir, Bukan

Sekadar Menghafal

3. Gunakan Kondom

Gunakan kondom lateks setiap kali berhubungan intim. Kondom dapat membantu mencegah penularan HIV/AIDS dan penyakit menular seksual lainnya.

4. Gunakan Kondom dengan Benar

Pastikan kamu menggunakan kondom dengan benar sesuai petunjuk pada kemasan. Simpan kondom di tempat yang sejuk dan kering, dan periksa tanggal kedaluwarsanya sebelum dipakai.

5. Gunakan Pelumas

Gunakan pelumas berbahan dasar air untuk membantu mengurangi gesekan dan mencegah kondom robek. Hindari pelumas berbahan dasar minyak karena dapat merusak karet lateks kondom.

6. Lakukan Pemeriksaan *Pap Smear* Secara Rutin

Wanita yang aktif secara seksual dianjurkan untuk melakukan pemeriksaan *pap smear* secara rutin untuk mendeteksi dini kanker serviks dan penyakit menular seksual lainnya.

7. Konsultasikan dengan Dokter

Jika kamu memiliki pertanyaan atau concerns tentang seks aman, konsultasikan dengan dokter. Dokter dapat memberikan informasi dan saran yang tepat untukmu.

7 Tips Berhubungan Intim Aman: Lindungi Diri dan Psangan dari HIV/AIDS!

Baca Selanjutnya
Ayu Ting Ting Diminta Kembalikan 14 Kotak Seserahan oleh Lettu Fardhana