



A
<b>Abortion [Aborcja]:</b> medyczny lub chirurgiczny zabieg usunięcia ciąży
<b>Age of consent [Wiek zgody]:</b> wiek, w którym zwykle można prawnie wyrazić zgodę na stosunek seksualny. w Szkocji jest to 16 lat. W rozumieniu ustawy o przestępstwach na tle seksualnym (Sexual Offences Act), osoby w tym wieku są praktycznie uznane za dorosłe. Istnieje jednak kilka wyjątków.
<b>AIDS [AIDS]:</b> zespół nabytego niedoboru odporności. Jest to zbiór chorób wywołanych przez wirusa, jakim można się zarazić, który osłabia system odpornościowy człowieka. Jeśli wirus HIV nie jest leczony, jego rozwój postępuje etapami aż do zaawansowanego etapu HIV, zwanego również AIDS. Prawdopodobnie leczony wirus HIV nie rozwinie się w chorobę AIDS.
<b>Anal Sex [Seks analny]:</b> stosunek płciowy, w którym dochodzi do penetracji odbytu. Seks analny sprawia przyjemność niektórym ludziom.
<b>Androgyne [Osoba androgeniczna]:</b> termin używany do określenia ludzi, którzy nie lubią myśleć o sobie jedynie w kategoriach mężczyzn lub kobiet. Uważają, że ich tożsamość płciowa jest trudniejsza do określenia. Niektórzy określają swoją płć jako połączenie cech kobiety i mężczyzny, a inni nie utożsamiają się z żadną płcią.
<b>Antibiotics [Antybiotyki]:</b> leki, które niszczą bakterie. Antybiotykami można wyleczyć zakażenie bakteryjne, takie jak chlamydia, rzeżączka i kiła.
<b>Antibodies [Przeciwciała]:</b> białka we krwi wytwarzane przez organizm w celu zwalczania obcych bakterii i wirusów.
<b>Antiretroviral therapy (ART) [Leczenie antyretrowirusowe]:</b> leki podawane osobom, u których wykryto wirusa HIV. Wczesne wykrycie wirusa HIV i przestrzeganie zaleceń w ramach leczenia może zapewnić długie życie w zdrowiu. Wirusa HIV nie da się przekazać innym, jeśli włączono skuteczne leczenie antyretrowirusowe i wirus HIV jest na poziomie niewykrywalnym.
<b>Anus [Odryt]:</b> termin określający otwór między pośladkami, niezbędny do wydalania kału z organizmu.
<b>Anilingus [Anilingus]:</b> dotykanie i stymulowanie ustami i językiem odbytu drugiej osoby. Określane również jako <b>rimming</b> .
<b>Asexual [Osoba aseksualna]:</b> osoba, która nie odczuwa pociągu seksualnego do innych osób lub nie reaguje na bodźce seksualne.
B
<b>Bacteria [Bakterie]:</b> organizmy, które wywołują zakażenia. Chlamydia, kiła i rzeżączka to zakażenia wywołane przez bakterie.
<b>Bacterial Vaginosis [Bakteryjne zapalenie pochwy]:</b> bardzo często występujące zakażenie pochwy objawiające się wydzieliną i bólem. Wywołuje je zachwianie równowagi między rodzajami bakterii w pochwie. Nie jest to choroba przenoszona drogą płciową i nie dotyczy mężczyzn.
<b>Barrier method [Metoda mechaniczna]:</b> forma ochrony przed zakażeniem lub ciążą, która nie dopuszcza przedostawaniu się spermy mężczyzny do ciała drugiej osoby. Jedną z takich metod są prezerwatywy dla mężczyzn i kobiet.
<b>Birth Control [Antykoncepcja]:</b> wszelkie metody zapobiegania ciąży. Nazywana również „kontrolą narodzin”. Przy właściwym zastosowaniu, może zapobiec ciąży.
<b>Bisexual [Osoba biseksualna]:</b> osoba, którą pociągają emocjonalnie i fizycznie zarówno kobiety jak i mężczyźni.
<b>Blood Test [Badanie krwi]:</b> pobranie próbki krwi z żyły za pomocą strzykawki. Krew odsyła się do badania w laboratorium.

C
<p><b>Cap [Kapturek]:</b> kapturek lub diafragma to środek antykoncepcyjny w kształcie krążka wykonany z gumy lub silikonu, umieszczany na szyjce macicy, który blokuje dostęp plemników do komórek jajowych kobiety. Stosuje się go łącznie ze środkiem plemnikobójczym.</p>
<p><b>Casual Sex [Przygodny seks]:</b> seks pomiędzy osobami, które nie pozostają ze sobą w stałym związku lub które nie znają się zbyt dobrze.</p>
<p><b>Celibate [Celibat]:</b> powstrzymanie się od uprawiania seksu.</p>
<p><b>Cervical cancer [Rak szyjki macicy]:</b> rodzaj raka zagrażającego życiu. Można go leczyć, a metoda leczenia zależy od rozmiaru i zaawansowania raka.</p>
<p><b>Cervical smear [Badanie cytologiczne]:</b> zwane również rozmazem z pochwy. Zabieg, który ma na celu zapobieganie rozwojowi raka przez wczesne wykrycie zmian w komórkach szyjki macicy. Rozmaz nie jest badaniem pod kątem raka. W ramach służby zdrowia NHS w Szkocji, kobiety w wieku od 25 do 60 lat otrzymują wezwanie na badanie cytologiczne co trzy lata, kobiety w wieku od 60 do 64 lat, co pięć lat.</p>
<p><b>Cervix [Szyjka macicy]:</b> wejście do macicy, znajdujące się u szczytu pochwy.</p>
<p><b>Childhood Sexual Abuse [Molestowanie seksualne dzieci]:</b> dziecko jest molestowane seksualnie wtedy, gdy bierze udział w czynnościach seksualnych, których nie w pełni rozumie, co narusza prawa lub zakazy kulturowe w społeczeństwie.</p>
<p><b>Chlamydia [Chlamydia]:</b> zakażenie bakteryjne przenoszone drogą płciową z jednej osoby na drugą na skutek uprawiania seksu bez prezerwatywy. Łatwo je wykryć i wyleczyć.</p>
<p><b>Circumcision [Obrzezanie]:</b> u mężczyzn zabieg obrzezania polega na usunięciu napletka penisa. Obrzezanie u kobiet jest nielegalne w Zjednoczonym Królestwie i nosi nazwę okaleczania żeńskich narządów płciowych (Female Genital Mutilation).</p>
<p><b>Clitoris [Łechtaczka]:</b> zbiór końcówek nerwów, które wywołują uczucie przyjemności i podniecenia w trakcie stymulacji. Znajduje się ona nad wejściem do pochwy i jest wielkości grochu.</p>
<p><b>Coil [Spiralka]:</b> patrz <b>wewnątrzmaciczna wkładka antykoncepcyjna</b></p>
<p><b>Cold sore [Opryszczka]:</b> niewielkie pęcherzyki znajdujące się zwykle w okolicy ust i nosa, wywołane przez wirusa opryszczki pospolitej.</p>
<p><b>Colposcopy [Kolposkopia]:</b> badanie polegające na szczegółowym obejrzeniu szyjki macicy.</p>
<p><b>Combined pill [Dwuskładnikowa tabletki antykoncepcyjna]:</b> środek antykoncepcyjny, który zawiera dwa hormony: estrogen i progestagen.</p>
<p><b>Coming out [Ujawnianie orientacji]:</b> oświadczenie komuś po raz pierwszy, że jest się lesbijką, gejem, osobą biseksualną lub trans.</p>
<p><b>Conception [Poczęcie]:</b> gdy komórka jajowa zostaje zapłodniona przez plemnik, po czym zaczyna rozwijać się w macicy.</p>
<p><b>Condom [Prezerwatywa]:</b> męski kondom wykonany z bardzo cienkiego lateksu (gumy) lub poliuretanu (plastiku), który zakłada się na penisa w stanie wzwodu. Ochronia on oboje partnerów przed niektórymi chorobami przenoszonymi drogą płciową podczas stosunku dopochwowego lub doodbytowego, w tym przed wirusem HIV. Państwowa służba zdrowia NHS w rejonie Greater Glasgow &amp; Clyde oferuje bezpłatne prezerwatywy.</p>
<p><b>Condom Female [Prezerwatywy dla kobiet]:</b> kondom damski wykonany jest z bardzo cienkiego poliuretanu. Kondomy to środki antykoncepcyjne wchodzące w skład metod mechanicznych i działają na zasadzie niedopuszczenia do połączenia się komórki jajowej z plemnikiem. Kondom damski wkłada się do pochwy i można go założyć na 8 godzin przed stosunkiem. Zapewnia on ochronę przed niektórymi chorobami przenoszonymi drogą płciową i wirusem HIV.</p>

<p><b>Confidentiality [Poufność]:</b> sprawa, która jest poufna jest sprawą prywatną. Osoby poniżej 16 roku życia mają takie samo prawo do zapewnienia im poufności przez służbę zdrowia jak osoby dorosłe. Oznacza to, że lekarze i pielęgniarki nie mogą przekazywać innym żadnych informacji na temat tej osoby, chyba że uważają, iż osoba ta jest w poważnym niebezpieczeństwie. Jeśli istnieje groźba niebezpieczeństwa, sprawa jest najpierw omawiana z tą osobą.</p>
<p><b>Consent [Zgoda]:</b> termin oznaczający pozwolenie. Uprawianie seksu z osobą bez jej zgody jest niezgodne z prawem. Ponadto uprawianie seksu z osobą, która nie ukończyła 16 roku życia jest również niezgodne z prawem. Inaczej mowa tu o wieku zgody.</p>
<p><b>Contraception [Antykoncepcja]:</b> termin określający zapobieganie zapłodnieniu (ciąży) sztucznymi środkami. Istnieje wiele różnych metod antykoncepcji i różne metody odpowiadają ludziom na różnych etapach życia. Nazywana również „kontrolą narodzin”.</p>
<p><b>Contraceptive injections [Zastrzyki antykoncepcyjne]:</b> zastrzyk, który zapobiega ciąży i działa przez 13 tygodni.</p>
<p><b>Crabs [Wszy łonowe]:</b> gatunek wszy, które żyją w owłosieniu łonowym i które przenoszą się z osoby na osobę podczas seksu lub bliskiego kontaktu. Wszy można łatwo się pozbyć.</p>
<p><b>Cross-dressing [Noszenie ubrań płci przeciwnej]:</b> patrz <b>trans</b></p>
<p><b>Crush [Zadurzenie]:</b> silne uczucie do kogoś, które z czasem blednie. Jest to normalne w okresie dojrzewania, choć może się przydarzyć na każdym etapie życia.</p>
<p><b>Cunnilingus [Cunnilingus]:</b> dotykanie i stymulowanie pochwy i łechtaczki kobiety przy użyciu ust i języka. Znane również jako <b>seks oralny</b>.</p>
<p><b>Cyber sex [Seks komputerowy]:</b> rozmowa o seksie za pomocą wiadomości tekstowych, aplikacji lub stron internetowych, na czacie lub przez maile.</p>
<p><b>Cystitis [Zakażenie układu moczowego]:</b> zapalenie pęcherza moczowego. Powoduje ciągłe pragnienie oddania moczu i powoduje ból przy jego wydalaniu.</p>
<p><b>D</b></p>
<p><b>Date rape [Gwałt na randce]:</b> patrz <b>gwałt</b></p>
<p><b>Diagnosis [Diagnoza]:</b> ustalenie dokładnej przyczyny choroby.</p>
<p><b>Dildo [Sztuczny penis]:</b> przedmiot w kształcie penisa w stanie wzwodu, wykonany zwykle z gumy lub plastiku, wykorzystywany do sprawiania sobie lub partnerowi przyjemności seksualnej.</p>
<p><b>Discharge [Wydzielina]:</b> płyn wydzielany z penisa lub pochwy. Wydzielina z pochwy kobiety jest zjawiskiem naturalnym i występuje w okresie od pokwitania do menopauzy. Jeśli wydzielina ma nienaturalny kolor lub nieprzyjemny zapach, może być to objawem zakażenia i wymaga leczenia. Wydzielina z penisa, która pojawia się u mężczyzny nie podczas wytrysku nie jest zwykle zjawiskiem naturalnym i może być oznaką zakażenia.</p>
<p><b>E</b></p>
<p><b>Ectopic pregnancy [Cięża pozamaciczna]:</b> dochodzi do niej wtedy, gdy zapłodniona komórka jajowa (embrion) zagnieżdża się poza macicą, zwykle w jednym z jajowodów. Wymaga to pilnej pomocy medycznej.</p>
<p><b>Egg [Komórka jajowa]:</b> żeńska komórka płciowa wytwarzana przez jajniki. Jeśli komórka jajowa zostaje zapłodniona przez plemnik, rozwija się w embrion.</p>
<p><b>Ejaculate [Wytrysk]:</b> w trakcie orgazmu, z penisa mężczyzny dochodzi do wytrysku płynu zwanego nasieniem.</p>
<p><b>Embryo [Embrion]:</b> termin określający nienarodzone dziecko w najwcześniejszym stadium ciąży (do końca siódmego tygodnia), zanim rozwinie się w płód (od ósmego tygodnia).</p>



<p><b>Emergency contraception [Antykoncepcja awaryjna]:</b> antykoncepcja stosowana po odbyciu stosunku płciowego bez zabezpieczenia. Istnieją dwa rodzaje antykoncepcji awaryjnej: tabletki lub założenie wewnątrzmacicznej wkładki antykoncepcyjnej / spirali. Aby nie dopuścić do ciąży, należy zastosować te środki do 120 godzin od stosunku bez zabezpieczenia. Im wcześniej się je zastosuje, tym większa ich skuteczność.</p>
<p><b>Emotional regulation [Stabilność emocjonalna]:</b> termin stosowany na określenie zdolności skutecznego kontrolowania emocji i reagowania na doświadczenia, w sposób, który jest dostatecznie tolerowany społecznie i pozwalający na reakcje spontaniczne, jak również zdolność opóźnienia spontanicznych reakcji w razie potrzeby.</p>
<p><b>Endometriosis [Endometrioza]:</b> stan u kobiety, w którym błona śluzowa, która zwykle wyściela macicę, pojawia się na innych narządach poza macicę. Powoduje ból i problemy z płodnością.</p>
<p><b>Erection [Wzwód]:</b> gdy mężczyzna jest podniecony seksualnie, jego penis grubieje, staje się twardy i wzwiedziony (w stanie erekcji).</p>
<p><b>Erectile Dysfunction [Niemoc płciowa]:</b> patrz <b>impotencja</b></p>
<p><b>Erogenous zone [Strefa erogenna]:</b> okolice ciała, które są wrażliwe na stymulację seksualną, miejsca, których całowanie i poddawanie pieszczotom sprawia przyjemność. Strefami erogennymi zarówno kobiet jak i mężczyzn są uszy, usta, szyja, piersi, wnętrze ud i genitalia.</p>
<p><b>F</b></p>
<p><b>Fallopian tubes [Jajowody]:</b> przewody, które łączą u kobiety jajniki i macicę. Komórki jajowe uwalniane raz w miesiącu przez jajniki przemieszczają się jajowodami do macicy.</p>
<p><b>Fantasy [Fantazje]:</b> fantazje seksualne to wyobrażenia lub twory wyobraźni natury erotycznej, które powodują podniecenie seksualne.</p>
<p><b>Fellatio [Fellatio]:</b> seks oralny, w trakcie którego dochodzi do stymulacji penisa za pomocą ust i języka.</p>
<p><b>Female condom (Femidom) [Prezerwatywa dla kobiet (femidom)]:</b> środek ochrony przed chorobami przenoszonymi drogą płciową lub zapobiegający ciąży. Podobnie jak kondom męski, jest to miękka osłona, którą wkłada się do pochwy, aby nie dopuścić przedostawaniu się do niej nasienia. Nie zawiera lateksu.</p>
<p><b>Female Genital Mutilation (FGM) [Okaleczanie żeńskich narządów płciowych]:</b> częściowe lub całkowite usunięcie zewnętrznych narządów płciowych kobiety lub inne celowe okaleczenie narządów płciowych. Jest nielegalne w Zjednoczonym Królestwie.</p>
<p><b>Femidom [Femidom]:</b> patrz <b>prezerwatywa dla kobiet</b></p>
<p><b>Fertilisation [Zapłodnienie]:</b> gdy plemniki mężczyzny dostaną się do pochwy, mogą one dotrzeć do szyjki macicy i połączyć się z komórką jajową. Jeśli dojdzie do zapłodnienia komórki jajowej przez plemnik, zaczyna rozwijać się embriion. W takim przypadku kobieta zachodzi w ciążę.</p>
<p><b>Fertility [Płodność]:</b> gdy kobieta lub mężczyzna ma zdrowy system rozrodczy i jest w stanie zajść w ciążę lub wytworzyć zdrowe plemniki, mówi się że są płodni.</p>
<p><b>Fertility problems [Problemy z płodnością]:</b> patrz <b>bezpłodność</b></p>
<p><b>Fetish [Fetysz]:</b> szczególna myśl, czynność lub przedmiot, które podniecają daną osobę.</p>
<p><b>Fingering [Palcówka]:</b> oznacza dotykanie i badanie narządów płciowych kobiety lub odbytu mężczyzny palcami.</p>
<p><b>Fisting [Fisting]:</b> polega na włożeniu do pochwy kobiety lub odbytu mężczyzny kilku palców a następnie całej ręki. Fisting może być niebezpieczny, chyba że osoby biorące w tym udział są w pełni rozluźnione i stosują odpowiednie nawilżenie. Może też dojść do zakażenia pewnymi chorobami przenoszonymi drogą płciową.</p>



<p><b>Foetus / fetus [Płód]:</b> termin medyczny oznaczający dziecko w łonie matki od 8 tygodnia ciąży aż do porodu.</p>
<p><b>Folic acid [Kwas foliowy]:</b> witamina, którą mogą przyjmować kobiety, aby zmniejszyć ryzyko pojawienia się u noworodka defektów kręgosłupa, np. rozszczep kręgosłupa.</p>
<p><b>Foreplay [Gra wstępna]:</b> czynności seksualne takie jak całowanie, gładzenie, seks oralny, masturbacja. Odgrywa istotną rolę w przygotowaniu ciała na penetracyjny stosunek płciowy – u mężczyzny pojawia się wzwód, a u kobiety dochodzi do zwilżenia pochwy. Nie musi koniecznie dojść do stosunku penetracyjnego.</p>
<p><b>Foreskin [Napletek]:</b> fałd skóry, który pokrywa końcówkę penisa (o ile mężczyzna nie został obrzezany i nie usunięto mu napletka).</p>
<p><b>Frottage [Frot]:</b> forma seksu polegająca na pocieraniu wzajemnie ciał (w ubraniu lub bez), co podnieca, ale nie dochodzi do penetracji.</p>
<p><b>G</b></p>
<p><b>Gay [Gej]:</b> mężczyzna, którego emocjonalnie i fizycznie pociągają mężczyźni. Niektóre kobiety i dziewczęta wolą określać się mianem gej niż lesbijki.</p>
<p><b>Gay sex [Seks gejowski]:</b> stymulacja seksualna między ludźmi tej samej płci.</p>
<p><b>Gender [Płeć kulturowa]:</b> płeć jest przeważnie uwarunkowana kulturowo i przyjęta zgodnie z płcią ustaloną przy porodzie.</p>
<p><b>Gender Dysphoria [Dysforia płciowa]:</b> płeć kulturowa odnosi się do sposobu, w jaki ktoś o sobie myśli, ubiera się, mówi i porusza się. Zachowania te mogą się różnić od tych typowych dla płci przydzielonej przy urodzeniu. Inaczej mówiąc, można się czuć kobietą, ale mieć penisa, można się czuć mężczyzną, ale mieć pochwę, lub czuć się jak połączenie tych dwóch płci. Niektóre osoby czują, że nie należą do płci przypisanej im od urodzenia, zgodności z którą wszyscy od nich oczekują. O takich osobach często mówi się, że są trans, transpłciowe lub genderqueer.</p>
<p><b>Gender fluid [Zmienna tożsamość płciowa]:</b> mowa o osobach, które nie utożsamiają się z jedną stałą tożsamością. Niektórzy odrzucają binarny podział płci lub nie utożsamiają się z takim podziałem (mężczyzna / kobieta) i określają się używając innych, niebinarnych zwrotów, w tym tożsamość zmienna.</p>
<p><b>Gender Identity [Tożsamość płciowa]:</b> osobiste poczucie własnej płci, męskiej, żeńskiej lub innej (patrz <b>niebinarność</b>), które może, choć nie musi, być zgodne z płcią przypisaną w chwili urodzenia.</p>
<p><b>Genitals [Genitalia]:</b> narządy płciowe. U kobiety to pochwa i srom; u mężczyzny to prącie (penis) i jądra.</p>
<p><b>Genital examination [Badanie narządów płciowych]:</b> czynność, gdy lekarz lub pielęgniarka bada srom, pochwę, prącie lub jądra.</p>
<p><b>Genital warts [Kłykciny kończyste (brodawki płciowe)]:</b> niewielkie narośle skórne w okolicach narządów płciowych wywołane wirusem.</p>
<p><b>GP [Lekarz pierwszego kontaktu]:</b> lekarz zwykle przyjmujący w poradni rejonowej, który leczy pacjentów z nagłymi lub przewlekłymi chorobami i który kieruje ich do dalszego leczenia, zazwyczaj w szpitalu lub w przychodni specjalistycznej.</p>
<p><b>Gestation period [Czas ciąży]:</b> okres potrzebny na to, by dziecko rozwinęło się w macicy. Zwykle trwa około 40 tygodni.</p>
<p><b>Gonorrhoea [Rzeżączka]:</b> zakażenie przenoszone drogą płciową, które może nie mieć żadnych objawów, choć mogą pojawić się upławy z narządów płciowych o nieprzyjemnym zapachu. Zakażenie może wystąpić w gardle i w odbycie. Można je łatwo wyleczyć antybiotykami, a gdy pozostanie nieleczone może mieć poważne skutki.</p>

<p><b>G-Spot [Punkt G]:</b> obszar wewnątrz pochwy, którego stymulacja może wywoływać u kobiety intensywną przyjemność seksualną.</p>
<p><b>H</b></p>
<p><b>Hepatitis A [Zapalenie wątroby typu A]:</b> zakażenie, które obejmuje wątrobę, zwykle związane z brakiem higieny. Może do niego dojść w trakcie uprawiania praktyk seksualnych takich jak rimming lub poprzez korzystanie ze wspólnych strzykawek przy zażywaniu narkotyków. Dostępna jest szczepionka.</p>
<p><b>Hepatitis B [Zapalenie wątroby typu B]:</b> zakażenie, które obejmuje wątrobę, do którego może dojść w trakcie uprawiania seksu bez zabezpieczenia lub poprzez korzystanie ze wspólnych strzykawek przy zażywaniu narkotyków. Dostępna jest szczepionka.</p>
<p><b>Hepatitis C [Zapalenie wątroby typu C]:</b> choroba, która obejmuje wątrobę, przenoszona za pomocą krwi. Do zakażenia najczęściej dochodzi poprzez korzystanie ze wspólnych strzykawek przy zażywaniu narkotyków. Do zakażenia drogą płciową dochodzi rzadziej.</p>
<p><b>Herpes [Opryszczka]:</b> powszechne zakażenie wirusowe (herpes simplex virus) występujące na skórze twarzy lub narządów płciowych. Wywołuje ono niewielkie bolesne ranki. Gdy raz dojdzie do zakażenia, wirus pozostaje w organizmie i objawy nawracają co jakiś czas.</p>
<p><b>Heterosexual [Heteroseksualność]:</b> uczucia pociągu seksualnego i emocjonalnego do osób płci przeciwnej.</p>
<p><b>HIV [HIV]:</b> skrótowiec od angielskiego zwrotu: Human Immunodeficiency Virus, czyli ludzki wirus niedoboru odporności. Wirus HIV niszczy część systemu odpornościowego. Nieleczony, wirus HIV może doprowadzić do wielu różnych chorób, które osłabiają organizm, wywołują powikłania a w końcu śmierć. Nie ma szczepionki przeciwko wirusowi HIV i nie da się go wyleczyć, choć dostępne są obecnie bardzo skuteczne metody leczenia. Ludzie zarażeni wirusem HIV, którzy przyjmują leki na to schorzenie mogą oczekiwać prawie normalnej długości życia.</p>
<p><b>Homosexual [Homoseksualność]:</b> patrz <b>gej</b></p>
<p><b>Homophobia [Homofobia]:</b> uczucie strachu lub niechęci wobec kogoś, oparte na uprzedzeniach lub negatywnych nastawieniach, przekonaniach lub poglądach wobec lesbijek, gejów lub osób biseksualnych. Przejawy homofobii obejmują znęcanie się wobec osób, które są lub wydają się być lesbijkami, gejami lub biseksualne. Może przyjmować formę przemocy słownej lub fizycznej albo dyskryminacji.</p>
<p><b>Hormones [Hormony]:</b> naturalnie występujące związki chemiczne, które regulują zmiany zachodzące w organizmie. Powodują zmiany fizyczne i emocjonalne. Hormony wywierają wpływ na dojrzewanie płciowe, czyli pokwitanie u mężczyzn i kobiet i pojawienie się miesiączki u kobiet.</p>
<p><b>HPV [HPV]:</b> wirus brodawczaka ludzkiego, który wywołuje brodawki w okolicach narządów płciowych i może doprowadzić do zmian w komórkach szyjki macicy lub odbytu. Dostępna jest szczepionka.</p>
<p><b>Hymen [Błona dziewicza]:</b> cienka warstwa skóry, która częściowo zasłania wejście do pochwy. Pęka podczas stosunku, przy stosowaniu tamponów lub uprawianiu różnych dyscyplin sportowych. Niekiedy wtedy pojawia się niewielka ilość krwi.</p>
<p><b>I</b></p>
<p><b>Implants [Implant antykoncepcyjny]:</b> bardzo skuteczna metoda antykoncepcyjna polegająca na wszczepieniu przez lekarza lub pielęgniarkę niewielkiej, plastikowej rurki z hormonem pod skórę na ramieniu kobiety. Implant jest skuteczny przez 3 lata.</p>
<p><b>Impotence [Impotencja]:</b> termin określający problem z uzyskaniem lub utrzymaniem wzwodu u mężczyzny. Oprócz chorób fizycznych i przepisanych leków, impotencję może również powodować alkohol, narkotyki, zmęczenie i stany lękowe. Inaczej zwana <b>niemocą płciową</b>.</p>

<p><b>Incest [Kazirodztwo]:</b> stosunki seksualne między osobami, które są ze sobą spokrewnione, jak na przykład bracia i siostry lub ojcowie i córki. W Zjednoczonym Królestwie jest to nielegalne.</p>
<p><b>Infection [Zakażenie (infekcja)]:</b> choroba wywołana przez bakterie lub wirusa.</p>
<p><b>Infertile [Bezpłodny/a]:</b> kobieta, która nie może mieć dzieci lub mężczyzna, który nie może zapłodnić komórki jajowej kobiety.</p>
<p><b>Infertility [Bezplodność]:</b> sytuacja, gdy para nie może zajść w ciążę (brak zapłodnienia), pomimo iż regularnie uprawia seks bez zabezpieczenia. Istnieje wiele różnych przyczyn bezplodności i problemy z zapłodnieniem mogą dotyczyć zarówno mężczyzny jak i kobiety.</p>
<p><b>Intercourse [Stosunek płciowy]:</b> penetracja pochwy kobiety lub odbytu mężczyzny przez członek mężczyzny w trakcie uprawiania seksu.</p>
<p><b>Internal pelvic examination [Badanie ginekologiczne]:</b> badanie wewnętrznych narządów płciowych kobiety, zwykle w gabinecie lekarskim, szpitalu lub poradni. Przeprowadza je pielęgniarka, położna lub lekarz. Zakłada się do tego rękawiczki i wprowadza palce do pochwy przy jednoczesnym naciskaniu brzucha. Może to być dość nieprzyjemne, ale nie sprawia bólu. Pacjentka może sobie zażyczyć lekarza płci żeńskiej. Niekiedy konieczne jest użycie niewielkiego plastikowego przyrządu zwanego wziernikiem, który wprowadza się do pochwy, aby obejrzeć szyjkę macicy.</p>
<p><b>Intersex [Interpłciowość]:</b> szerokie pojęcie używane dla określenia przypadków, gdy anatomia rozrodcza lub płciowa człowieka przy urodzeniu nie da się określić przy użyciu typowych definicji męskości lub żeńskości. Osoby interpłciowe mogą się utożsamiać jako płci męskiej, żeńskiej lub niebinarnej.</p>
<p><b>Intimacy [Intymność]:</b> poczucie bliskości fizycznej lub uczuciowej wobec kogoś.</p>
<p><b>Irregular periods [Nieregularna miesiączka]:</b> występuje wtedy, gdy długość cyklu miesięczkowego (przerwa między miesiączkami) zmienia się.</p>
<p><b>IUD [Wkładka wewnątrzmaciczna (spiralka)]:</b> niewielki przyrząd z plastiku i miedzi, który wprowadza się do macicy, aby nie dopuścić do zapłodnienia komórek jajowych przez plemniki. Zapobiega ona również osadzeniu się zapłodnionej komórki jajowej w macicy. Mogą je stosować kobiety, które nie były w ciąży. Wkładka może pozostać w macicy od 5 do 10 lat, w zależności od jej rodzaju, choć można ją wyjąć wcześniej.</p>
<p><b>IUS [Hormonalna wkładka domaciczna]:</b> niewielki, plastikowy przyrząd w kształcie litery T, który po wprowadzeniu do macicy uwalnia hormon progestagen. Powoduje to, że błona śluzowa macicy staje się cienka, przez co zapłodniona komórka jajowa nie może się osadzić, śluz szyjkowy gęstnieje, co nie pozwala plemnikom dotrzeć do komórki jajowej, jak również może powstrzymać owulację. Wkładka działa przez 5 lat, ale można ją wyjąć wcześniej. U większości kobiet miesiączka albo zanika, albo jest bardzo skąpa. Obecnie dostępne są mniejsze formy tej wkładki, tzw. Jaydess. Działa przez 3 lata, zamiast 5, ale jest mniejsze prawdopodobieństwo zaniknięcia miesiączki.</p>
<p><b>J</b></p>
<p><b>Jaydess [Jaydess]:</b> patrz <b>Hormonalna wkładka domaciczna</b></p>
<p><b>K</b></p>
<p><b>Kissing [Całowanie]:</b> zetknięcie się ust dwóch osób w celu doznania przyjemności. Jest to bezpieczna, przyjemna czynność. Nie można zajść w ciążę od całowania.</p>
<p><b>KY Jelly [KY Jelly]:</b> nawilżający żel intymny na bazie wody, który ułatwia i uprzyjemnia seks. Można go stosować z prezerwatywami.</p>

L
<b>LGBTi [LGBTi]:</b> skrótowiec z języka angielskiego oznaczający: lesbijka, gej, biseksualny, trans, interplciowy
<b>Labia [Wargi sromowe]:</b> fałdy skórne po obu stronach szpary sromowej. U każdej kobiety wyglądają inaczej.
<b>Labour [Poród]:</b> skurcze macicy występujące u kobiety podczas porodu. Skurcze otwierają szyjkę macicy, aby dziecko mogło zostać wypchnięte przez pochwę. Poród zwykle trwa od 12 do 24 godzin, choć zdarzają się porody krótsze i dłuższe.
<b>Lesbian [Lesbijka]:</b> kobieta, która odczuwa pociąg emocjonalny, romantyczny lub seksualny do innych kobiet.
<b>Libido [Libido]:</b> pociąg seksualny
<b>Love bite [‘Malinka’]:</b> czerwony ślad, jaki pozostaje na skórze, gdy ktoś delikatnie ją ssie lub gryzie.
<b>Lubrication [Nawilżanie]:</b> stosowanie śliskiego płynu, aby ułatwić i uprzyjemnić seks. Niektóre lubrykatory na bazie oleju mogą uszkodzić prezerwatywy. Bezpieczniejsze są te na bazie wody.
<b>LGV [Ziarnica weneryczna pachwin]:</b> rzadka forma bakterii <b>chlamydiei</b> , które atakują węzły chłonne. Najczęściej występuje u mężczyzn uprawiających seks z innymi mężczyznami. Łatwa do wyleczenia.
M
<b>Masturbation [Masturbacja]:</b> dotykanie i pobudzanie własnych lub cudzych narządów płciowych w celu osiągnięcia przyjemności seksualnej. Masturbacja to naturalny i normalny sposób odkrywania swojego ciała, jak i ciała swojego/jej partnera/ki. Gdy oboje partnerzy robią to razem mówimy o wzajemnej masturbacji. Wśród par heteroseksualnych zachodzi niewielkie ryzyko ciąży, jeśli dojdzie do wytrysku nasienia w okolicy pochwy kobiety.
<b>Menarche [Menarche]:</b> określenie oznaczające wystąpienie u kobiety pierwszej miesiączki.
<b>Menopause [Menopauza]:</b> etap, na którym kobieta przestaje miesiączkować. Występuje zwykle między 45 a 55 rokiem życia. Średnia wiekowa to 52 lata.
<b>Menstruation [Menstruacja]:</b> inne określenie miesiączki.
<b>Menstrual Cycle [Cykl miesięczkowy]:</b> cykl rozpoczyna się w pierwszym dniu miesiączki i trwa do ostatniego dnia przed pojawieniem się kolejnej miesiączki. Cykl ten zwykle trwa 28 dni, ale jest różny u różnych kobiet.
<b>Mini Pill [Pigułka mini]:</b> inaczej pigułka progestagenowa. Zapobiega ciąży zmieniając śluz, przez co plemniki nie mogą dotrzeć do komórki jajowej. Pigułkę tę należy brać codziennie o tej samej porze bez żadnych przerw.
<b>Miscarriage [Poronienie]:</b> przedwczesne naturalne zakończenie ciąży, zanim płód osiągnie wiek, w którym może przeżyć.
<b>Mycoplasma genitalium [Mikoplazma]:</b> zakażenie bakteryjne drogą płciową, w kierunku którego nie prowadzi się rutynowych badań, chyba że zwykle środki lecznicze są nieskuteczne.
N
<b>Natural Family Planning [Naturalne planowanie rodziny]:</b> metoda polegająca na rozpoznawaniu oznak i objawów płodności w okresie cyklu miesięczkowego, aby mieć świadomość, kiedy planować, a kiedy unikać ciąży.
<b>Neutrois [Neutrois; patrz niebinarność ]:</b>



<p><b>Non-binary [Niebinarność]:</b> zbiorcze określenie osób, których tożsamości płciowej nie da się łatwo umieścić w kategoriach 'mężczyzna' lub 'kobieta'. Tożsamości niebinarne są zróżnicowane i mogą obejmować ludzi, którzy utożsamiają się z pewnymi aspektami tożsamości niebinarnych, jak również tych, którzy je w całości odrzucają. Niebinarność obejmuje również zwroty takie jak pangender, polygender, trzecia płeć, neutrois, agenderyzm. Niektórzy zupełnie odrzucają pojęcie płci i uważają się za osoby bez płci.</p>
<p><b>Non-gender [Osoba nieokreślona płciowo]:</b> człowiek, który odrzuca pojęcie płci kulturowej (binarnej / niebinarnej) i uważa się za osobę bez płci.</p>
<p><b>Non-specific urethritis [Nieswoiste zapalenie cewki moczowej]:</b> zakażenie, które dotyka jedynie mężczyzn. Może objawiać się bólem lub uczuciem pieczenia prącia lub bolesnością jąder. Wiele bakterii może wywołać to zakażenie, ale zwykle wdrażamy leczenie bez testowania na rodzaj bakterii.</p>
<p><b>Non-penetrative sex [Seks bez penetracji]:</b> seks, podczas którego nie dochodzi do wprowadzania penisa ani akcesoriów do pochwy lub odbytu partnera/ki</p>
<p><b>O</b></p>
<p><b>Oestrogen [Estrogen]:</b> jeden z hormonów kobiety, który reguluje rozmnażanie. Kontroluje on wytwarzanie komórek jajowych w jajnikach kobiety.</p>
<p><b>One-night stand [Przygoda na jedną noc]:</b> uprawianie seksu z kimś, z kim nie wchodzi się później w związek.</p>
<p><b>Oral Contraception [Antykoncepcja doustna]:</b> hormonalne środki antykoncepcyjne przyjmowane doustnie w formie tabletki.</p>
<p><b>Oral sex [Seks oralny]:</b> pobudzanie pochwy kobiety i penisa mężczyzny przy użyciu ust i języka dla zadania przyjemności. Nie można w ten sposób zająć w ciąży, ale istnieje ryzyko zakażenia niektórymi chorobami wenerycznymi.</p>
<p><b>Orgasm [Orgazm]:</b> szczytowy moment przyjemności seksualnej u kobiet i mężczyzn, któremu towarzyszą skurcze mięśniowe, po których następuje odprężenie, a u mężczyzn zwykle dochodzi do wytrysku nasienia. Każdy przeżywa orgazm inaczej i nie występuje on u każdego za każdym razem podczas uprawiania seksu.</p>
<p><b>Ovaries [Jajniki]:</b> gruczoły rozrodcze kobiet – podwójny organ w ciele kobiety, który produkuje i przechowuje komórki jajowe. W chwili urodzenia, kobiety mają ponad milion niedojrzałych komórek jajowych. Po okresie pokwitania, niektóre z tych komórek dojrzewają i są wydzielane do organizmu.</p>
<p><b>Ovulation [Owulacja (jajczkowanie)]:</b> uwalnianie komórek jajowych z jajników, zwykle na 10-16 dni przez rozpoczęciem miesiączki. Proces ten jednak jest różny u różnych kobiet.</p>
<p><b>P</b></p>
<p><b>Paedophilia [Pedofilia]:</b> odczuwanie pociągu seksualnego do dzieci. Wprowadzanie tych pragnień w czyn w Zjednoczonym Królestwie jest nielegalne.</p>
<p><b>Pan-gender [Pan-gender]:</b> patrz <b>niebinarność</b></p>
<p><b>Partner Notification [Informowanie partnera]:</b> gdy stwierdza się u kogoś zakażenie przenoszone drogą płciową, stosuje się proces informowania partnerów seksualnych tej osoby w okresie uprzednich 6 miesięcy. Zazwyczaj informacji udziela osoba zdiagnozowana, jeśli czuje się na siłach to zrobić. W przeciwnym wypadku, poradnia może przekazać te informacje zupełnie anonimowo, tak że osoba informowana nie wie, kim jest osoba zdiagnozowana.</p>
<p><b>Peer Pressure [Presja rówieśnicza]:</b> poczucie nacisku wywieranego w określonym celu (np. żeby uprawiać seks) tylko dlatego, że rówieśnicy mówią, że to robią albo po to, aby im zaimponować.</p>



<p><b>Pelvic inflammatory disease [Zapalenie narządów miednicy mniejszej]:</b> choroba dotycząca kobiety, która powoduje ból w dolnej części brzucha. Może stanowić zwiększone ryzyko ciąży pozamacicznej i bezpłodności. Przyczyną może być nieleczona chlamydia lub rzeżączka.</p>
<p><b>Penetrative sex [Seks z penetracją]:</b> seks, podczas którego dochodzi do wprowadzania penisa lub akcesoriów do pochwy lub odbytu partnera/ki</p>
<p><b>Penis [Penis]:</b> część ciała mężczyzny używana do oddawania moczu lub uprawiania seksu. W czasie stosunku z penisa wydostaje się nasienie.</p>
<p><b>PEP [Profilaktyka poekspozycyjna (PEP)]:</b> jest to zestaw leków w leczeniu wirusa HIV (leczenie antyretrowirusowe), które mogą ograniczyć ryzyko zakażenia się wirusem HIV w trakcie uprawiania seksu z osobą z wirusem HIV lub gdy istnieje duże ryzyko, że osoba ta ma HIV. Jeśli leki profilaktyczne poda się w ciągu 72 godzin od wystąpienia ryzyka (najlepiej w ciągu 24 godzin), mogą one zmniejszyć ryzyko zarażenia się wirusem HIV.</p>
<p><b>PEPSE [Profilaktyka poekspozycyjna po odbyciu seksu (PEPSE)]:</b> patrz <b>Profilaktyka poekspozycyjna PEP</b></p>
<p><b>Pre-Exposure Prophylaxis (PrEP) [Profilaktyka przedekspozycyjna (PrEP)]:</b> zestaw leków podawanych osobom, które nie mają wirusa HIV, aby obniżyć ryzyko zarażenia wirusem HIV. Profilaktyka ta nie chroni przed innymi zakażeniami przenoszonymi drogą płciową i chroni jedynie osobę, która przyjmuje leki. Prezerwatywa to nadal najlepsza metoda zapobiegania zakażeniom przenoszonym drogą płciową. Profilaktyka PrEP nadaje się dla każdego, kto nie jest zarażony wirusem HIV, ale jest narażony na wysokie ryzyko zakażenia.</p>
<p><b>Period [Okres]:</b> kiedy kobieta osiąga wiek pokwitania, pojawia się u niej raz w miesiącu krwawienie miesięczne, zwane też okresem. Krwawienie występuje wtedy, gdy komórka jajowa nie została zapłodniona i zostaje wydalona przez pochwę. Pierwszy okres może się pojawić w wieku między 8 a 16 rokiem życia, choć zwykle zaczyna się w wieku 12-13 lat.</p>
<p><b>Petting [Petting]:</b> inne określenie gry wstępnej. Patrz <b>gry wstępna</b></p>
<p><b>Pharmacist [Farmaceuta]:</b> osoba upoważniona do wydawania leków i udzielania pewnych porad medycznych. Wiele aptek w rejonie Greater Glasgow and Clyde oferuje bezpłatne prezerwatywy w ramach usług państwowej służby zdrowia NHS Greater Glasgow &amp; Clyde.</p>
<p><b>The Pill [Pigułka]:</b> środek antykoncepcyjny przyjmowany doustnie w formie tabletki. Patrz: <b>Antykoncepcja doustna</b></p>
<p><b>Poly-gender [Poly-gender]:</b> patrz: <b>Niebinowość</b></p>
<p><b>Polyamorous [Poliamoria]:</b> jednoczesne uczestnictwo w więcej niż jednym poważnym związku romantycznym lub seksualnym za pełną wiedzą i przyzwoleniem wszystkich partnerów.</p>
<p><b>Pornography [Pornografia]:</b> przedstawianie zachowań seksualnych w książkach, obrazach, rzeźbach, filmach i innych środkach przekazu, z zamiarem wywołania podniecenia seksualnego. Zwana też porno.</p>
<p><b>PMS / PMT [Zespół napięcia przedmiesiączkowego]:</b> wywołują je zmiany hormonalne w organizmie w okresie poprzedzającym pojawienie się miesiączki. Niektóre kobiety są wtedy w złym nastroju, odczuwają smutek, poirytowanie i zmęczenie. Niekiedy też występują inne objawy, takie jak wzdęcie brzucha, nabrzmiałe piersi i wypryski.</p>
<p><b>Pre-cum [Preejakulat]:</b> niewielka ilość płynu ejakulacyjnego pojawia się na końcu penisa zanim dojdzie do wytrysku.</p>
<p><b>Pregnancy [Ciąża]:</b> kobieta jest w ciąży, gdy w jej macicy rozwija się płód.</p>
<p><b>Pregnancy test [Test ciążowy]:</b> badanie moczu lub krwi w celu wykrycia, czy kobieta jest w ciąży. Badanie polega na stwierdzeniu obecności hormonu ciążowego.</p>

<p><b>Premature ejaculation [Przedwczesny wytrysk]:</b> gdy u mężczyzny dochodzi do wytrysku zanim tego chce. Jest to spowodowane wieloma czynnikami, w tym nadpobudliwość, obawy o wzwód, brak doświadczenia, itp. Może do tego dojść w każdym wieku.</p>
<p><b>Progesterone [Progesteron]:</b> jeden z hormonów żeńskich, który kontroluje rozmnażanie.</p>
<p><b>Prostate gland [Gruczoł krokowy]:</b> gruczoł wielkości orzecha włoskiego znajdujący się tuż nad pęcherzem moczowym u mężczyzny. Wytwarza on płyn zwany nasieniem.</p>
<p><b>Puberty [Pokwitanie]:</b> okres dojrzewania seksualnego w życiu chłopców i dziewcząt, kiedy ich ciała przechodzą szybkie zmiany fizyczne i emocjonalne. Pokwitanie zwykle przypada na okres od 9 do 13 roku życia, ale może wystąpić też później. Pokwitanie trwa długo i wywołują je specyficzne hormony i związki chemiczne w organizmie.</p>
<p><b>Pubic hair [Owłosienie łonowe]:</b> włosy, które wyrastają w okolicy narządów płciowych u chłopców i dziewcząt w okresie pokwitania.</p>
<p><b>Pubic lice [Wszy łonowe]:</b> małe insekty, które żyją w owłosieniu łonowym. Przenoszą się podczas seksu lub bliskiego kontaktu.</p>
<p><b>R</b></p>
<p><b>Rape [Gwałt]:</b> do gwałtu dochodzi wtedy, gdy mężczyzna wprowadza swojego penisa do pochwy, odbytu lub ust drugiej osoby bez jej pozwolenia (to znaczy, osoba ta nie zgodziła się na to). Ofiarą tego przestępstwa może być zarówno kobieta jak i mężczyzna.</p>
<p><b>Rhythm method [Kalendarzyk]:</b> znany również jako naturalna metoda planowania rodziny, to metoda polegająca na rozpoznaniu płodności u kobiety i unikaniu w tym okresie seksu bez zabezpieczenia, aby nie dopuścić do ciąży.</p>
<p><b>Rimming [Rimming]:</b> dotykanie ustami i językiem odbytu drugiej osoby w celu osiągnięcia przyjemności.</p>
<p><b>S</b></p>
<p><b>Safer Sex [Bezpieczny seks]:</b> sposoby uprawiania seksu, które obniżają ryzyko zajścia w ciążę i zakażenia się chorobą weneryczną. Prezerwatywy zapobiegają przenoszeniu zakażeń drogą płciową podczas stosunków pochwowych i analnych. Uprawianie seksu jest bezpieczniejsze nie będąc pod wpływem narkotyków, w tym nowych substancji psychoaktywnych, czy alkoholu. Seks oralny jest mniej ryzykowny niż stosunek pochwowy lub analny bez zabezpieczenia, choć niektórymi chorobami przenoszonymi drogą płciową można zarazić się drogą oralną.</p>
<p><b>Sanitary towels [Podpaski]:</b> podpaski higieniczne używane przez kobietę podczas miesiączki. Są one wykonane z chłonnego materiału, wkłada się je do majtek, aby pochłaniały krew i zmienia się je co kilka godzin.</p>
<p><b>Scabies [Świerzb]:</b> zakaźna infekcja skóry objawiająca się swędzeniem, którą można się zarazić przez kontakt seksualny lub nie seksualny, również przez dotyk rąk.</p>
<p><b>Scrotum [Mozna]:</b> worek skóry, w którym znajdują się jądra mężczyzny.</p>
<p><b>Semen [Nasienie]:</b> płyn zawierający mieszankę wydzieliny z gruczołu rozrodczego mężczyzny i plemników. Nasienie wydostaje się z penisa mężczyzny podczas wytrysku.</p>
<p><b>Sero-conversion [Serokonwersja]:</b> okres rozwoju wirusa HIV tuż po zakażeniu, gdy wirus zaczyna się rozmnażać i infekcja zagnieżdża się w organizmie. Towarzyszy temu zwykle krótki okres objawów podobnych do grypy, które ustępują po kilku dniach.</p>
<p><b>Sexual activity [Aktywność seksualna]:</b> uprawianie seksu lub podejmowanie czynności natury seksualnej z inną osobą.</p>

<p><b>Sexual arousal [Podniecenie seksualne]:</b> dotyczy fizjologicznej reakcji na podniety seksualne. Inne określenia to czuć pożądanie lub być napalonym/a.</p>
<p><b>Sexual assault [Napaść seksualna]:</b> napaść seksualna ma miejsce wtedy, gdy ktoś dopuszcza się penetracji, w jakikolwiek sposób i w jakimkolwiek zakresie, pochwy, odbytu lub ust drugiej osoby bez jej zgody lub bez uzasadnionego przekonania, że osoba ta wyraziła zgodę, dotyka kogoś w sposób erotyczny, bierze udział w czynnościach natury seksualnej, ma kontakt fizyczny z ciałem innej osoby za pomocą przedmiotu, przez ubranie lub pod ubraniami, dopuszcza do wytrysku nasienia na drugą osobę lub oddaje na tę osobę mocz lub ślinę w sposób erotyczny.</p>
<p><b>Sexual development [Rozwój płciowy]:</b> patrz <b>pokwitanie</b>.</p>
<p><b>Sexual history [Wywiad dot. pożycia]:</b> osoby, z którymi utrzymywano stosunki seksualne w ciągu życia oraz rodzaj aktywności seksualnej.</p>
<p><b>Sexual intercourse [Stosunek płciowy]:</b> wprowadzenie do pochwy lub odbytu penisa w stanie wzwodu. Inaczej zwany penetracją.</p>
<p><b>Sexuality [Seksualność]:</b> sposób postrzegania siebie jako osoby odczuwającej bodźce seksualne i jak inni nas postrzegają. Emocje, uczucia, zachowanie i kultura mają wpływ na naszą seksualność, która kształtuje się przez całe życie.</p>
<p><b>Sexual orientation [Orientacja seksualna]:</b> oznacza pociąg do określonych osób, które nas przyciągają romantycznie, emocjonalnie i seksualnie.</p>
<p><b>Smear [Rozmaz]:</b> badanie medyczne, które ma na celu wykrycie zmian w komórkach szyjki macicy. Patrz <b>Badanie cytologiczne</b>.</p>
<p><b>Smegma [Mastka]:</b> serowata substancja o nieprzyjemnym zapachu gromadząca się pod napletkiem mężczyzny, jeśli się nie myje.</p>
<p><b>Sperm [Plemniki]:</b> męska komórka rozrodcza, która zapładnia komórkę jajową kobiety. Mężczyźni zwykle mają miliony plemników w nasieniu.</p>
<p><b>Spermicide [Środki plemnikobójcze]:</b> substancje zabijające plemniki stosowane w połączeniu z kapturkiem.</p>
<p><b>Sterilisation [Sterylizacja]:</b> operacja u mężczyzny lub kobiety, aby zapobiec zapłodnieniu. Jest to trwała metoda antykoncepcyjna. Sterylizacja u mężczyzny nazywa się wazektomią.</p>
<p><b>STI [Choroby przenoszone drogą płciową (weneryczne)]:</b> choroby zakaźne</p>
<p><b>Swab [Wymaz]:</b> bezbolesne pobranie ze skóry próbki do badań pod kątem zakażenia lub zmian komórkowych.</p>
<p><b>Syphilis [Kiła]:</b> zakażenie przenoszone drogą płciową, które wywołuje bezbolesną ranę. Łatwo jej nie zauważyć i zakażenie może się rozwijać bez świadomości obu partnerów. Do zakażenia dochodzi podczas uprawiania seksu. Choroba ta może mieć poważne skutki dla zdrowia, a nie leczona może doprowadzić do śmierci. Jest łatwa do wyleczenia.</p>
<p><b>T</b></p>
<p><b>Tampon [Tampon]:</b> korek wykonany z chłonnego materiału, który wprowadza się do pochwy w celu pochłaniania krwi kobiety w okresie miesiączki.</p>
<p><b>Termination of pregnancy [Przerwanie (usunięcie) ciąży]:</b> inny zwrot określający aborcję. Operacja lub zabieg celowego zakończenia ciąży.</p>
<p><b>Testicles [Jądra]:</b> jądra znajdują się za prąciem w worku skórnyim zwanym moszną. Wytwarzają one i przechowują plemniki.</p>



<b>Testosterone [Testosteron]:</b> hormon męski
<b>Third gender [Trzecia płeć]:</b> patrz <b>niebinarność</b>
<b>Thrush [Grzybica]:</b> zwana także drożdżycą lub kandydozą – grzybicze zakażenie narządów płciowych. Powoduje ból i świąd w okolicach intymnych zarówno u mężczyzn jak i kobiet.
<b>Throat swab [Wymaz z gardła]:</b> bezbolesne pobranie tkanki z gardła, którą odsyła się do laboratorium w celu wykrycia zakażenia.
<b>Toxic Shock Syndrome [Zespół wstrząsu toksycznego]:</b> wstrząs toksyczny związany z używaniem tamponów, do którego może dojść, gdy kobieta zapomni o zmianie tamponu. Występuje rzadko, ale może być poważny w skutkach, wywołując wysoką gorączkę, osłabienie i problemy układu mięśniowego.
<b>Trichomoniasis [Rzęsistkowica (trychomonadoza):</b> zakażenie przenoszone drogą płciową, które może powodować zielonkawę, pieniste upławy w kobiet i żółto-zieloną wydzielinę u mężczyzn. Łatwe do wyleczenia.
<b>Trans [Transpłciowość]:</b> zbiorcze określenie osób, których tożsamość płciowa różni się od tej przypisanej w chwili urodzenia, lub też nie pasuje do niej. Osoby transpłciowe mogą używać wielu zwrotów, aby określić swą tożsamość, w tym (choć nie tylko) genderqueer, agender i transwestyta.
<b>Transgender man [Transpłciowy mężczyzna]:</b> termin określający osobę, której przypisano płeć żeńską w chwili urodzenia, a która uważa się za mężczyznę i prowadzi życie jako mężczyzna. Termin ten może być skrócony do transmężczyzna.
<b>Transgender woman [Transpłciowa kobieta]:</b> termin określający osobę, której przypisano płeć męską w chwili urodzenia, a która uważa się za kobietę i prowadzi życie jako kobieta. Termin ten może być skrócony do transkobieta.
<b>Transitioning [Tranzycja płciowa]:</b> proces, jaki przechodzi osoba w trakcie zmiany sposobu wyrażania swojej płci w celu odzwierciedlenia wewnętrznego poczucia swej tożsamości. Może to dotyczyć zabiegu korekty płci albo terapii hormonalnej, choć nie wszystkie osoby trans chcą lub mogą przejść przez ten proces.
<b>Transphobia [Transfobia]:</b> termin określający silną niechęć lub uprzedzenie do osób trans. Obejmuje to również niechęć do osób transseksualnych, interpłciowych i androgenicznych.
<b>Transsexual [Transseksualność]:</b> patrz <b>Trans i Transpłciowy mężczyzna / Transpłciowa kobieta</b>
<b>Trimester [Trymestr]:</b> ciąża podzielona jest na trymestry. Na pełną ciążę składają się 3 trymestry – pierwszy, drugi i trzeci. Każdy trwa mniej więcej 3 miesiące, i każdy jest inny.
<b>U</b>
<b>Unplanned pregnancy [Ciąża nieplanowana]:</b> ciąża, której nie planowano.
<b>Unprotected sex [Seks bez zabezpieczenia]:</b> seks bez prezerwatywy, profilaktyki PrEP lub środków antykoncepcyjnych. Niesie ze sobą ryzyko zajścia w ciążę i zarażenia się chorobami przenoszonymi drogą płciową.
<b>Urethra [Cewka moczowa]:</b> przewód u mężczyzny i kobiety, który wyprowadza mocz z pęcherza moczowego. U mężczyzn przenosi również nasienie.
<b>Urine sample [Próbka moczu]:</b> mocz oddaje się do pojemnika i przekazuje pielęgniarce lub lekarzowi w celu zbadania go pod kątem zakażenia.
<b>Uterus [Macica]:</b> inny zwrot na określenie łona, w którym rozwija się dziecko podczas ciąży.

V
<b>Vagina [Pochwa]:</b> kanał, który biegnie od narządów płciowych kobiety do macicy. Tam wprowadza się penisa podczas stosunku płciowego.
<b>Vaginismus [Pochwica]:</b> dysfunkcja, która wywołuje skurcz mięśni pochwy, przez co seks z penetracją jest bolesny, lub nawet niemożliwy. Przyczyny się różnią, ale zwykle mają podłoże psychologiczne.
<b>Vanilla sex [Seks konwencjonalny]:</b> termin dotyczy sposobu uprawiania seksu bez elementów takich jak BDSM (sadyzm/masochizm), Kink (odchylenia) lub fetyszyzm.
<b>Vasectomy [Wazektomia]:</b> sterylizacja u mężczyzn
<b>Vibrator [Wibrator]:</b> urządzenie erotyczne na baterie, często w kształcie penisa, które może wywołać orgazm poprzez wibracje przy łechtaczce lub gruczole krokowym, albo w pochwie lub w odbyciu.
<b>Viral load [Wiemia wirusa]:</b> ilość wirusa HIV wykrytego we krwi pacjenta – wskazuje na skuteczność leczenia antyretrowirusowego.
<b>Virgin [Dziewica]:</b> osoba, która nigdy nie odbyła stosunku płciowego.
<b>Vulva [Srom]:</b> termin określający kobiece części intymne znajdujące się na zewnątrz ciała. Są to okolice wokół wejścia do pochwy i zalicza się do tego wewnętrzne i zewnętrzne wargi sromowe oraz łechtaczkę.
W
<b>Wanking [Onanizować się]:</b> powszechne określenie masturbacji
<b>Warts [Brodawki]:</b> niewielkie narośle skórne w okolicach narządów płciowych wywołane wirusem.
<b>Wet dreams [Polucja]:</b> mimowolny wytrysk u chłopców podczas snu. Pojawia się zwykle w okresie pokwitania i chłopiec może nawet tego nie pamiętać.
<b>Window Period [Okienko serologiczne]:</b> przedział czasu od chwili zakażenia do możliwości jego wykrycia w testach laboratoryjnych. W przypadku wirusa HIV jest to zwykle przedział czterech tygodni.
<b>Withdrawal method [Stosunek przerywany]:</b> niedająca pewności metoda zapobiegania ciąży, polegająca na szybkim wycofaniu penisa z pochwy lub odbytu kobiety lub z odbytu mężczyzny zanim dojdzie do wytrysku.
<b>Womb [Łono]:</b> inne określenie macicy.