

А
Abortion [Аборт]: Медикаментозное или хирургическое прерывание беременности.
Age of consent [Возраст сексуального согласия]: Согласно закону, в Шотландии разрешается давать согласие на половое сношение по наступлении 16-ти летнего возраста. Согласно положениям закона «О преступлениях на сексуальной почве», данное лицо во всех отношениях считается достигшим совершеннолетия. Однако, есть некоторые исключения.
AIDS [СПИД]: Синдром приобретенного иммунодефицита. Это совокупность заболеваний, вызванных приобретенным вирусом, который ослабляет иммунную систему человека. Если ВИЧ-инфекцию оставить без лечения, то она прогрессирует до терминальной или прогрессирующей стадии развития ВИЧ, известной как СПИД. Если регулярно принимать препараты, то ВИЧ не приведет к развитию СПИДа.
Anal Sex [Анальный секс]: Половой акт, во время которого идет проникновение в анальное отверстие. Многим людям нравится заниматься анальным сексом.
Androgyne [Андрогин]: Так называют людей, которым некомфортно относить себя только к одной категории: мужчина или женщина. Им трудно описать свою гендерную идентичность. Некоторые находят в себе объединённые признаки мужского и женского, а некоторые не считают себя ни тем, ни другим.
Antibiotics [Антибиотики]: Препараты, уничтожающие бактерии. Антибиотики способны вылечить от таких бактериальных инфекций, как хламидиоз, гонорея и сифилис.
Antibodies [Антитела]: Белки, синтезируемые вашим организмом для нейтрализации попавших в кровь бактерий и вирусов.
Antiretroviral therapy (ART) [Антиретровирусная терапия (АРТ)]: Препараты, предлагаемые людям с ВИЧ-инфекцией. Ранняя диагностика ВИЧ и соблюдение схемы лечения могут обеспечить долгую здоровую жизнь. ВИЧ-инфекция не передается при проведении антиретровирусной терапии (АРТ) и наличии неопределяемой вирусной нагрузки (ВИЧ).
Anus [Анус]: Анальное отверстие между ягодицами, через которое фекалии выводятся из организма.
Anilingus [Анилингус]: Стимуляция заднепроходной области (ануса) партнера языком или губами. Еще одно название – Римминг .
Asexual [Асексуал]: Человек, не испытывающий полового влечения и не реагирующий на сексуальные позы других.
В
Bacteria [Бактерии]: Микроорганизмы, провоцирующие проявление инфекции. Хламидиоз, сифилис и гонорея относятся к разряду бактериальных инфекций.
Bacterial Vaginosis [Бактериальный вагиноз]: Распространенное инфекционное поражение влагалища, характеризующееся выделениями и болью. Развивается на фоне нарушения баланса бактерий во влагалище. Оно не передается половым путем и не поражает мужчин.
Barrier method [Барьерный метод контрацепции]: Способ защиты от инфекций и нежелательной беременности, с помощью которого сперма мужчины не попадает в тело другого человека. К ним относятся мужские и женские (фемидом) презервативы.
Birth Control [Контроль рождаемости]: Все способы и устройства, используемые для предотвращения беременности. Контрацептивы также являются «методом контроля рождаемости», и при правильном использовании могут защитить от нежелательной беременности.



Bisexual [Бисексуал]: Человек, которого в эмоциональном и сексуальном плане привлекают как мужчины, так и женщины.

Blood Test [Анализ крови]: С помощью шприца из вены берется образец крови, который впоследствии отправляется в лабораторию на исследование.

C

Cap [Противозачаточный колпачок]: Колпачок или влагалищная диафрагма представляют собой латексное или силиконовое изделие в виде чашечки, которое устанавливается на шейку матки и блокирует проникновение сперматозоидов для встречи с яйцеклеткой.

Casual Sex [Случайные половые связи]: Сексуальная активность между малознакомыми или не являющимися постоянными половыми партнерами людьми.

Celibate [Целибат]: В данном контексте – добровольное воздержание от секса на определенный период времени.

Cervical cancer [Рак шейки матки]: Рак шейки матки – опасное для жизни заболевание. Оно поддается лечению, но все зависит от количества и территории распространения раковых клеток.

Cervical smear [Мазок с шейки матки]: Также известен как мазок из влагалища. Необходим для раннего выявления измененных (атипичных) клеток в слизистой шейки матки и предотвращения развития раковой опухоли. Этот мазок не берется с целью определения наличия рака. В Шотландии ГСЗ приглашает всех женщин от 25 до 60 лет сдавать мазок на анализ раз в три года, а женщин от 60 до 64 – раз в пять лет. Эта услуга бесплатная.

Cervix [Шейка матки]: Отверстие, соединяющее тело матки и находящееся под ним влагалище.

Childhood Sexual Abuse [Сексуальное насилие в отношении детей]: Ребенок подвергается сексуальному домогательству, если его привлекают к участию в сексуальной активности, которую он не способен полностью осознать, и которая противоречит рамкам закона или идет в разрез с существующим в обществе табу.

Chlamydia [Хламидиоз]: Бактериальная инфекция, передающаяся половым путём во время секса без использования презервативов. Легко определяется и поддается лечению.

Circumcision [Обрезание]: Мужское обрезание – это удаление крайней плоти полового члена. Женское обрезание считается незаконным на территории СК и называется «нанесением увечий женским гениталиям».

Clitoris [Клитор]: Место совокупности нервных окончаний, которое при стимуляции вызывает чувство удовольствия и возбуждения. Располагается чуть выше входа во влагалище и по размеру напоминает горошину.

Coil [Спираль]: Читайте описание **ВМС/ВГС**.

Cold sore [Герпес на лице/Простуда]: Проявление маленьких пузырьков в основном в районе рта и носа, вызванное вирусом простого герпеса (герпес симплекс).

Colposcopy [Кольпоскопия]: Метод проведения подробной оценки состояния шейки матки.

Combined pill [Комбинированные оральные контрацептивы]: Противозачаточная таблетка, содержащая два вида гормонов: эстроген и прогестерон.

Coming out [Каминг-аут (выход из тени)]: Процесс признания человеком перед другим/другими в том, что он/она идентифицирует себя в качестве лесбиянки, гея, бисексуала или трансгендера.

Conception [Зачатие]: Когда яйцеклетка оплодотворяется сперматозоидом и начинает расти в матке.



Condom [Презерватив]: Мужской презерватив изготавливается из очень тонкого латекса (резины) или полиуретана (пластика) и натягивается на эрегированный член. Он защищает обоих партнеров во время вагинального и анального секса от некоторых передающихся половым путем заболеваний, включая ВИЧ. NHS Greater Glasgow & Clyde раздает презервативы бесплатно (Free Condom).

Condom Female [Женский презерватив]: Изготавливается из очень тонкого полиуретана. Относится к барьерному методу контрацепции и препятствует попаданию сперматозоидов в яйцеклетку. Женский презерватив вставляется во влагалище и может размещаться там до 8 часов до совершения полового акта. Он защищает от некоторых передающихся половым путем заболеваний и ВИЧ.

Confidentiality [Конфиденциальность]: Если информация конфиденциальная, то она не передается огласке. Даже если вы не достигли 16-ти летнего возраста, у вас такие же права на сохранение конфиденциальности со стороны медицинских работников, как и у взрослого. Это означает, что врачи и медсестры не станут делиться информацией о вас за исключением того случая, когда, по их мнению, вам угрожает серьезная опасность. Если они посчитают, что ваше здоровье под угрозой, то для начала обсудят проблему с вами.

Consent [Согласие]: То есть разрешение. Половой контакт с другим человеком без его/ее согласия считается противозаконным. Кроме того, закон запрещает вступать в половую связь с лицом, не достигшим 16-ти летнего возраста. Это возраст сексуального согласия.

Contraception [Контрацепция]: Предотвращение зачатия (беременности) с помощью искусственных средств. Существует множество различных методов контрацепции, и в определенные этапы жизни могут подойти другие противозачаточные средства. Известна также под названием «методы контроля рождаемости».

Contraceptive injections [Противозачаточные уколы]: Уколы, защищающие от нежелательной беременности в течение 13 недель.

Crabs [Площицы (вши)]: Обитают в области лобковой зоны и передаются во время полового контакта и тесного взаимодействия. Легко выводятся.

Cross-dressing [Кроссдрессинг]: Читайте описание в разделе **Трансгендерность**.

Crush [Влюбленность]: Сильное страстное чувство к кому-либо, которое со временем может утихнуть. Оно свойственно периоду взросления, но может случиться на любом этапе жизни.

Cunnilingus [Куннилингус]: Сексуальное возбуждение женщины путём воздействия на ее наружные половые органы ртом и языком. Другое название – **Оральный секс**.

Cyber sex [Киберсекс]: Интимное общение с кем-либо посредством текстового чата, приложений, по интернету, в чат-комнатах или по электронной почте.

Cystitis [Цистит]: Воспаление мочевого пузыря, которое проявляется постоянными позывами в туалет и, возможно, болезненным мочеиспусканием.

D

Date rape [Изнасилование на свидании]: Читайте описание под заголовком **Изнасилование**.

Diagnosis [Диагностика]: Выявление точной причины заболевания (постановка диагноза).

Dildo [Фаллоимитатор (дилдо)]: Изделие в виде возбужденного мужского полового члена, сделанное чаще всего из резины или пластика, которое используется для доставления себе или партнеру сексуального наслаждения.



<p>Discharge [Выделения]: Жидкость, выделяемая из полового члена или влагалища. Выделения из влагалища – естественный процесс для женщин с начала периода полового созревания до наступления климакса. Если выделения стали необычного цвета или начали неприятно пахнуть, то это может оказаться показателем наличия инфекции и необходимости в проведении лечения. Что касается мужчин, то выделения из полового члена (помимо эякуляции) – не нормальный процесс, который может оказаться показателем наличия инфекции.</p>
E
<p>Ectopic pregnancy [Внематочная (эктопическая) беременность]: Когда оплодотворенная яйцеклетка (эмбрион) прикрепляется вне полости матки, обычно в одной из фаллопиевых (маточных) труб. Требуется срочного медицинского вмешательства.</p>
<p>Egg [Яйцеклетка]: Половая клетка женского организма, формирующаяся в яичниках. Если яйцеклетка оплодотворяется сперматозоидом, образуется эмбрион.</p>
<p>Ejaculate [Эякуляция]: Выделение спермы из полового члена мужчины во время оргазма.</p>
<p>Embryo [Эмбрион]: Так называют ребенка в утробе матери на раннем сроке беременности (до конца седьмой недели), после чего он начинает называться плодом (с восьмой недели до родов).</p>
<p>Emergency contraception [Экстренная контрацепция]: Используется для предотвращения нежелательной беременности после совершения незащищенного полового акта. Существует два вида экстренной контрацепции: лекарственные препараты и установка ВМС/внутриматочной спирали. Для предотвращения беременности эти средства используются не позднее 120 часов после совершения незащищенного полового акта. Чем раньше их использовать после секса, тем они более эффективны.</p>
<p>Emotional regulation [Эмоциональная регуляция]: Данный термин в основном используется для описания способности человека соответствующим образом управлять эмоциями и реагировать на эмоциональное воздействие. Способность реагировать на происходящее с таким диапазоном эмоций, который является социально приемлемым и достаточно гибким; это также умение откладывать спонтанные реакции по мере необходимости.</p>
<p>Endometriosis [Эндометриоз]: Женское заболевание, при котором клетки эндометрия (внутреннего слоя стенки матки) разрастаются за пределами этого слоя на других органах. Он может проявляться в виде болей и расстройств детородной функции.</p>
<p>Erection [Эрекция]: В сексуально возбужденном состоянии мужской половой член увеличивается и становится твердым.</p>
<p>Erectile Dysfunction [Эректильная дисфункция]: Читайте раздел Импотенция.</p>
<p>Erogenous zone [Эрогенные зоны]: Участки на теле, воздействие на которые приводит к сексуальному возбуждению, места, приятно отзывающиеся на поцелуи и ласку. Обычные эрогенные зоны у обоих полов: уши, губы, шея, грудь, внутренняя часть бедер и гениталии.</p>
F
<p>Fallopian tubes [Фаллопиевы трубы]: Маточные трубы, соединяющие яичники с маткой. Ежемесячно из яичника выпускается яйцеклетка, которая по фаллопиевой трубе перемещается в полость матки.</p>
<p>Fantasy [Фантазия]: Сексуальные (эротические) фантазии – это мысленные представления и воображаемые сцены эротического содержания, способные вызвать половое возбуждение.</p>
<p>Fellatio [Фелляция (разновидность минета)]: Оральный секс, при котором идет возбуждение полового члена ртом и языком со стороны партнера.</p>

<p>Female condom (Femidom) [Женский презерватив (фемидом)]: Средство защиты от передающихся половым путем инфекционных заболеваний и нежелательной беременности. Подобно мужскому презервативу, это мягкая оболочка, которая размещается во влагалище и не пропускает в него сперму. Изготавливается не из латекса.</p>
<p>Female Genital Mutilation (FGM) [Нанесение увечий женским гениталиям]: Частичное или полное удаление наружных женских половых органов или другое преднамеренное нанесение увечий женским гениталиям. Запрещено законом в СК.</p>
<p>Femidom [Фемидом]: Смотрите раздел Женский презерватив.</p>
<p>Fertilisation [Оплодотворение]: Попавшие во влагалище сперматозоиды могут подняться через шейку в матку и войти в контакт с яйцеклеткой. Если наступает оплодотворение, начинает расти эмбрион. Таким образом женщина беременеет.</p>
<p>Fertility [Фертильность]: Если у женщины или мужчины здоровая репродуктивная система и они способны забеременеть/воспроизводить здоровую сперму, то их считают фертильными.</p>
<p>Fertility problems [Расстройства детородной функции]: Смотрите раздел Бесплодие.</p>
<p>Fetish [Фетиш]: Определенная мысль, действие или предмет, вызывающие у некоторых сексуальное возбуждение.</p>
<p>Fingering [Фингеринг]: Касание или стимуляция пальцами женских гениталий или ее/мужского заднего прохода (ануса).</p>
<p>Fisting [Фистинг]: Введение нескольких пальцев, а затем и всей кисти руки во влагалище или чей-либо задний проход (анус). Фистинг может представлять физическую опасность, если принимающий партнер не расслаблен и было использовано недостаточно смазки. При этом возможна передача некоторых распространяющихся половым путем инфекций.</p>
<p>Foetus / fetus [Плод]: Так в медицине называют ребенка в утробе матери с 8-й недели беременности до его рождения.</p>
<p>Folic acid [Фолиевая кислота]: Принимаемый женщинами витамин, который уменьшает риск рождения ребенка с заболеваниями позвоночника, такими как расщепление позвоночника (спина бифида).</p>
<p>Foreplay [Предварительные ласки (прелюдия)]: Сексуальная активность в виде поцелуев, поглаживаний, орального секса, мастурбации. Они играют важную роль в подготовке тела к половому акту с проникновением – у мужчины наступает эрекция, а у женщин выделяется смазка во влагалище. При этом не обязательно заканчивать все половым контактом с проникновением.</p>
<p>Foreskin [Крайняя плоть]: Складка кожи, покрывающая головку мужского полового члена (кроме того случая, когда она удалена во время обрезания).</p>
<p>Frottage [Фроттаж]: Вид секса, при котором партнеры трутся телами друг о друга (в одежде или без нее) – наступает возбуждение без последующего проникновения.</p>
<p>G</p>
<p>Gay [Гей]: Гомосексуальный мужчина, которого эмоционально и физически влечет к другим мужчинам. Некоторые женщины и девушки предпочитают относить себя к сообществу геев, а не называть себя лесбиянками.</p>
<p>Gay sex [Однополый секс]: Действие, при котором однополые партнеры сексуально стимулируют друг друга.</p>
<p>Gender [Пол]: Пол определяется, главным образом, нормами культуры и регистрируется у человека при рождении.</p>



<p>Gender Dysphoria [Гендерная дисфория]: Половая (гендерная) идентификация проявляется в том, что человек чувствует и думает о себе, как одевается, говорит или двигается. Она может отличаться от установленного при рождении пола. Другими словами, вы можете чувствовать себя женщиной, но иметь половой член, вы можете чувствовать себя мужчиной, но у вас женские половые органы, а может, в вас живут оба начала. Некоторые приходят к мысли о том, что они принадлежат к полу, отличному от зарегистрированного у них при рождении. Таких людей часто называют гендерными личностями с приставкой «транс», трансгендерами или гендерквирами.</p>
<p>Gender fluid [Гендерфлюид]: Гибкая личность в отношении своей гендерной идентичности – они не относят себя к одному из традиционных полов. Некоторые отвергают или не воспринимают бинарную гендерную систему (мужчина/женщина) и при описании себя используют идентичности, выходящие за рамки бинарного гендера, включая гендерфлюидность (от слов «подвижность», «изменчивость»).</p>
<p>Gender Identity [Гендерная идентичность]: Внутреннее самоощущение человека как представителя того или иного гендера, то есть как мужчины, женщины или представителя другой категории (смотрите раздел Небинарная гендерная система), которая совпадает или не совпадает с зарегистрированным при рождении полом.</p>
<p>Genitals [Гениталии]: Половые органы. У женщин это влагалище и наружные половые органы (вульва), а у мужчин половой член и яички.</p>
<p>Genital examination [Осмотр наружных половых органов]: Когда врач или медсестра осматривает вульву, влагалище, половой член или яички.</p>
<p>Genital warts [Генитальные бородавки]: Небольшие кожные новообразования в области гениталий, вызванные вирусом.</p>
<p>GP [Врач общей практики]: Врач-терапевт (по англ. GP), практикующий в приписанном ему районе, который лечит пациентов с острыми или хроническими заболеваниями, а также делает направление к другим специалистам – в основном в больницу для прохождения особого лечения.</p>
<p>Gestation period [Гестационный срок беременности]: Время развития ребенка в утробе матери. Занимает примерно 40 недель.</p>
<p>Gonorrhoea [Гонорея]: Передаваемое половым путем инфекционное заболевание, которое может протекать без симптомов, а может проявляться в виде болезненных или неприятно пахнущих выделений из гениталий. Может поражать горло и прямую кишку. Легко вылечивается антибиотиками, но если его запустить, оно может привести к серьезным последствиям.</p>
<p>G-Spot [Точка G]: Определенный участок внутри женщины на стенке влагалища, который может доставить ей огромное сексуальное удовольствие.</p>
Н
<p>Hepatitis A [Гепатит А]: Инфекционное заболевание печени, чаще всего вызываемое недостаточным уровнем гигиены. Передается половым путем в виде анилингуса или за счет использования зараженных шприцов для введения наркотиков. Существует вакцинация.</p>
<p>Hepatitis B [Гепатит В]: Инфекционное заболевание печени, которое может передаваться во время незащищенного полового контакта или за счет использования зараженных шприцов для введения наркотиков. Существует вакцинация.</p>
<p>Hepatitis C [Гепатит С]: Поражающее печень заболевание, передающееся через кровь. Чаще всего за счет использования зараженных шприцов для введения наркотиков. Реже при половом контакте.</p>

<p>Herpes [Герпес]: Обычная вирусная инфекция (вирус герпес симплекс) на коже в области лица или гениталий. Проявляется в виде мелких болезненных пузырьков. Попадая в организм человека, этот вирус остается и может время от времени проявлять себя.</p>
<p>Heterosexual [Гетеросексуальность]: Чувство, связанное с физическим и эмоциональным влечением к человеку противоположного пола.</p>
<p>HIV [ВИЧ]: Расшифровывается как вирус иммунодефицита человека. ВИЧ поражает некоторые клетки иммунной системы. Если его не лечить, то ВИЧ может стать причиной развития различных заболеваний, способных ослабить организм, и в последствии привести к серьезным нарушениям и даже смерти. ВИЧ не излечивается полностью и против него нет вакцины, однако на данный момент он поддается терапевтическому лечению. Люди, живущие с ВИЧ и принимающие соответствующие препараты, могут рассчитывать на практически нормальный здоровый и продолжительный образ жизни.</p>
<p>Homosexual [Гомосексуал]: Смотрите раздел Гей.</p>
<p>Homophobia [Гомофобия]: Страх или неприязнь к людям, основанная на личном предубеждении или на негативных отношениях, убеждениях или взглядах относительно лесбиянок, геев и бисексуалов. Насилие на почве гомофобии направлено на тех, кто является или воспринимается как лесбиянка, гей или бисексуал, и может проявляться в вербальной, физической форме или дискриминации.</p>
<p>Hormones [Гормоны]: Химические вещества органической природы, управляющие происходящими в нашем теле переменами. Они отвечают за физические и эмоциональные перемены. Гормоны провоцируют половое созревание – начало пубертатного периода у мужчин и половое созревание с наступлением месячных у женщин.</p>
<p>HPV [ВПЧ]: Вирус папилломы человека. Провоцирует развитие генитальных бородавок и изменения в клетках шейки матки или ануса. Существует вакцинация.</p>
<p>Hymen [Девственная плева (гимен)]: Тонкий слой кожи, закрывающий вход во влагалище. Легко разрушается во время полового контакта, при использовании тампонов и различных видах занятий спортом. При этом иногда идет небольшая потеря крови.</p>
I
<p>Implants [Противозачаточные импланты]: Очень надежное средство контрацепции, при котором гормоны размещены в маленькой пластиковой трубке, вводимой врачом или медсестрой под кожу верхней части руки женщины. Срок работы импланта 3 года.</p>
<p>Impotence [Импотенция]: Неспособность мужчины достичь и поддерживать эрекцию на достаточном уровне. Помимо наличия заболеваний и проявления побочных эффектов из-за принятия прописанных препаратов, она может быть вызвана употреблением алкоголя или наркотиков, стрессом, усталостью или тревожностью. Еще одно название – Эректильная дисфункция.</p>
<p>Incest [Инцест]: Половая связь между близкими кровными родственниками – например, между братом и сестрой, отцом и дочерью. Запрещено законом в СК.</p>
<p>Infection [Инфекционное заболевание]: Болезнь, вызванная бактерией или вирусом.</p>
<p>Infertile [Бесплодный (-ая)]: Женщина, неспособная выносить ребенка, или мужчина, неспособный оплодотворить яйцеклетку.</p>
<p>Infertility [Бесплодие]: Когда пара неспособна забеременеть (зачать) несмотря на регулярный незащищенный секс. Существует множество причин бесплодия, и расстройства детородной функции встречаются как у мужчин, так и у женщин.</p>



<p>Intercourse [Совокупление (половой контакт)]: Когда мужской половой член проникает во влагалище или женский/мужской задний проход (анус).</p>
<p>Internal pelvic examination [Гинекологический осмотр внутренних органов]: Осмотр женских внутренних половых органов в поликлинике, больнице или клинике. Медсестра, акушерка или врач надевают перчатки и пальцами прощупывают внутри влагалища, нажимая при этом на живот. Это может вызывать дискомфорт, но процедура безболезненная. Можно попросить врача женского пола. Иногда он/она может использовать небольшой инструмент (зеркало) для осмотра шейки матки, который вставляется во влагалище.</p>
<p>Intersex [Интерсекс]: Термин, охватывающий ряд различных половых признаков при рождении, которые не вписываются в стереотипы системы восприятия мужского и женского тела в сфере репродуктивности и анатомического строения. Интерсексуальные люди разделяются на бинарные (мужской и женский) и небинарные гендеры.</p>
<p>Intimacy [Интимность]: Эмоциональная или физическая близость к другому человеку.</p>
<p>Irregular periods [Нерегулярная менструация]: У вас нерегулярные месячные, если период менструального цикла (между началами месячных) продолжает меняться.</p>
<p>IUD [ВМС]: (Внутриматочная спираль) Небольшое пластиковое и медьсодержащее вводимое в матку устройство. Оно не дает сперматозоидам оплодотворить яйцеклетку, а также не позволяет оплодотворенной яйцеклетке укрепиться в матке. Может использоваться нерожавшими женщинами. В зависимости от вида ВМС, устройство остается в организме от 5 до 10 лет, но его можно удалить и раньше.</p>
<p>IUS [ВГС]: (Внутриматочная гормональная рилизинг-система) В матку вставляется маленькое пластиковое Т-образное устройство, которое выделяет гормон прогестерон. Он истончает внутренний слой стенки матки (эндометрий), не позволяя оплодотворенной яйцеклетке укрепиться, делает более густой слизь, выделяемую шейкой матки, мешая сперматозоидам добраться до яйцеклетки, и может остановить овуляцию. Срок работы ВГС составляет 5 лет, но ее можно удалить и раньше. У большинства женщин месячные проходят намного легче или совсем пропадают. Существует ВГС поменьше (Jaydess). Ее срок годности составляет 3 года, а не 5 лет, но она вряд ли приостановит менструацию.</p>
<p>J</p>
<p>Jaydess [Jaydess]: Смотрите раздел ВГС.</p>
<p>K</p>
<p>Kissing [Поцелуи в губы]: Когда идет контакт губами для получения удовольствия. Это безопасно и приятно. От поцелуев не беременеют.</p>
<p>KY Jelly [Смазка KY Jelly]: Доступная для покупки смазка-лубрикант на водной основе, которая облегчает половой контакт и делает его более приятным. Можно использовать с презервативами.</p>
<p>L</p>
<p>LGBTi [ЛГБТи]: Сообщество лесбиянок, геев, бисексуалов, трансгендеров и интерсекс-людей.</p>
<p>Labia [Половые губы]: Половые губы по обе стороны отверстия влагалища. У каждой женщины свое строение.</p>
<p>Labour [Роды]: Сокращение матки у рожаящих женщин. Схватки раскрывают шейку матки для того, чтобы ребенок опустился во влагалище и смог выйти из тела. Обычный родовой процесс длится от 12 до 24 часов, но может идти быстрее или дольше.</p>
<p>Lesbian [Лесбиянка]: Женщина, которая испытывает эмоциональное, романтическое и/или физическое влечение к другим женщинам.</p>



Libido [Либидо]: Сексуальное желание.
Love bite [Засос]: Красный след, остающийся на коже вследствие засасывающего поцелуя или нежного укуса со стороны другого человека.
Lubrication [Смазка]: Жидкость-лубрикант, которая облегчает половой контакт и делает его более приятным. Некоторые смазки на масляной основе могут повредить презерватив. Безопаснее использовать изделия на водной основе.
LGV [ВЛГ]: Венерическая лимфогранулема. Редкая форма наличия бактерии Хламидии , которая поражает лимфатические узлы. Чаще всего встречается у мужчин, имеющих половой контакт с другими мужчинами. Легко поддается лечению.
M
Masturbation [Мастурбация]: Трогание или стимуляция своих или чужих половых органов (гениталий) для получения сексуального удовольствия. Мастурбация – естественный процесс изучения строения своего тела и тела партнера. Когда этим занимаются оба партнера одновременно, это называется взаимной мастурбацией. У гетеросексуальных пар существует небольшой риск забеременеть, если семяизвержение происходит рядом с влагалищем.
Menarche [Менархе]: Так называется первая менструация у девочек.
Menopause [Менопауза (климакс)]: Прекращение менструации у женщин. Обычно наступает в 45-55 лет. В среднем в 52 года.
Menstruation [Менструация]: Еще одно название месячных.
Menstrual Cycle [Менструальный цикл]: Цикл начинается в первый день месячных и заканчивается за день до первого дня следующих месячных. Обычно этот период составляет 28 дней, но может отклоняться от нормы у той или иной женщины.
Mini Pill [Мини-пили]: Таблетки, содержащие только прогестерон. Они предотвращают нежелательную беременность за счет изменения слизистой шейки матки и мешают сперматозоидам добраться до яйцеклетки. Их следует принимать ежедневно в одно и то же время без пропусков.
Miscarriage [Выкидыш]: Когда плод (нерожденный ребенок) самопроизвольным (естественным) путем выводится из матки до того, как он достаточно созрел, чтобы выжить.
Mycoplasma genitalium [Микоплазма гениталиум]: Бактериальная инфекция, передающаяся половым путем, наличие которой мы обычно не проверяем во время проведения анализа, но можем это сделать, если обычное терапевтическое лечение окажется недействительным.
N
Natural Family Planning [Естественное планирование семьи]: Метод определения фертильности, позволяющий выделять признаки и показатели, указывающие на нее в ходе менструального цикла – делается для того, чтобы иметь возможность забеременеть или избежать нежелательной беременности.
Neutrois [Neutrois (внегендерная личность)]: Смотрите раздел Небинарная гендерная система .
Non-binary [Небинарная гендерная система]: Обобщающее понятие сообщества людей, чья гендерная идентичность не входит в рамки традиционной бинарной системы мужчина/женщина. Небинарные идентичности различаются: одни люди принимают некоторые аспекты бинарной системы идентичности, в то время как другие полностью от них отказываются. К небинарным гендерам относятся, помимо прочего: пангендер, полигендер, третий пол, внегендер (Neutrois), гендерфлюид. Некоторые напрочь отказываются от классификаций пола и называют себя внегендерными личностями.

<p>Non-gender [Агендер]: Некоторые люди отрицают концепцию классификации пола/гендера (бинарную /небинарную) и считают себя бесполоыми личностями.</p>
<p>Non-specific urethritis [Неспецифический уретрит]: Вызванное инфекцией заболевание, которое встречается только у мужчин. Сопровождается болью, чувством жжения в половом члене или болезненными ощущениями в яичках. Многие бактерии могут стать причиной его проявления, но мы обычно проводим лечение без анализа на выявление таковых.</p>
<p>Non-penetrative sex [Половой акт без проникновения]: Секс, при котором мужской половой член или секс-игрушка не проникает во влагалище или задний проход (анус) партнера.</p>
<p>О</p>
<p>Oestrogen [Эстроген]: Один из женских гормонов, контролирующих репродуктивный процесс. Благодаря ему ежемесячно идет созревание яйцеклетки в яичниках.</p>
<p>One-night stand [Случайный секс]: Разовый сексуальный контакт без намерения завести отношения.</p>
<p>Oral Contraception [Оральная контрацепция]: Гормональный вид контрацепции в виде проглатывания таблеток.</p>
<p>Oral sex [Оральный секс]: Половой акт, в котором половое возбуждение и удовлетворение достигаются ласками полового члена или вагины губами, зубами, языком. Он не приводит к беременности, однако существует риск подхватить некоторые виды передаваемых половым путем инфекций.</p>
<p>Orgasm [Оргазм]: Пик сексуального наслаждения для мужчин и женщин. Проявляется в виде серии мышечных спазмов и последующей релаксацией, а у мужчин обычно заканчивается эякуляцией (семяизвержением). Каждый по-своему испытывает оргазм, и не каждый половой акт обязательно им заканчивается.</p>
<p>Ovaries [Яичники]: Женские репродуктивные железы – парный орган в женском теле, в котором хранятся и созревают яйцеклетки. При рождении в женском организме находится более миллиона незрелых яйцеклеток. После наступления пубертатного периода некоторые из них созревают и выпускаются.</p>
<p>Ovulation [Овуляция]: Выход яйцеклеток из яичников примерно за 10-16 дней до начала менструации. Однако у каждой женщины свои сроки.</p>
<p>Р</p>
<p>Paedophilia [Педофилия]: Половое влечение именно к детям. Занятие педофилией запрещено законом в СК.</p>
<p>Pan-gender [Пангендер]: Читайте в разделе Небинарная гендерная система.</p>
<p>Partner Notification [Оповещение партнеров]: Когда ставится диагноз о наличии передаваемой половым путем инфекции, человек должен оповестить всех половых партнеров, с которыми он/она имел/имела контакт за последние полгода. Обычно этим занимается пациент с диагнозом, если он/она в состоянии это сделать. Если нет, то центр может предложить это сделать за них анонимно, чтобы оповещаемый человек не знал, у кого диагностировали заболевание.</p>
<p>Peer Pressure [Давление со стороны сверстников]: Когда вы испытываете давление сделать что-либо (например, заняться сексом), потому что сверстники говорят, что уже это сделали, или вам просто хочется произвести на них впечатление.</p>

<p>Pelvic inflammatory disease [Воспалительные заболевания органов малого таза]: Женская болезнь, сопровождающаяся болью внизу живота. Повышен риск приведения к эктопической (внематочной) беременности и бесплодию. Его причиной могут стать невылеченный хламидиоз и гонорея.</p>
<p>Penetrative sex [Половой акт с проникновением]: Когда во влагалище или анус проникает мужской член или вставляется объект (например, секс-игрушка).</p>
<p>Penis [Половой член/пенис]: Половой член или пенис – мужской половой орган, который нужен для мочеиспускания и полового сношения. Во время полового контакта из него выделяется семенная жидкость (сперма).</p>
<p>PEP [ПКП]: Постконтактная профилактика. ПКП – это прием антриретровирусных препаратов, способных снизить риск заражения ВИЧ, если у человека состоялся незащищенный половой контакт с ВИЧ-инфицированным партнером или у него самого есть высокая вероятность стать ВИЧ-положительным. Если препарат ПКП принять в течение 72 часов после рискованного события (лучше в течение 24 часов), то риск заражения ВИЧ-инфекцией может уменьшиться.</p>
<p>PEPSE [ПКПСПК]: Постконтактная профилактика ввиду состоявшегося полового контакта (иногда просто ПКП): Читайте в разделе ПКП.</p>
<p>Pre-Exposure Prophylaxis (PrEP) [Предэкспозиционная профилактика ВИЧ (ПрЭП)]: Доконтактная профилактика ВИЧ подразумевает прием препаратов людьми, не имеющими ВИЧ, с целью снижения риска возможного заражения этим вирусом. ПрЭП не оберегает от других передающихся половым путем инфекций и защищает только принимающего препараты ПрЭП человека. От данных инфекций лучше всего защищают презервативы. ПрЭП подходит всем, у кого нет ВИЧ и у кого высокий риск заражения этим вирусом.</p>
<p>Period [Месячные]: По наступлении полового созревания у женщин ежемесячно проходят месячные (менструальное кровотечение). Это происходит, когда яйцеклетка не оплодотворяется и выводится сквозь влагалище. Первая менструация наступает в период с 8 до 16 лет, однако чаще всего случается в 12-13 лет.</p>
<p>Petting [Петтинг]: Еще одно описание ласок. Читайте в разделе Предварительные ласки (прелюдия).</p>
<p>Pharmacist [Фармацевт]: Специалист, обученный готовить лекарственные средства и препараты, а также давать советы медицинского характера. Многие фармацевты района Greater Glasgow and Clyde также раздают бесплатные презервативы в рамках работы Службы NHS Greater Glasgow & Clyde Free Condoms.</p>
<p>The Pill [Противозачаточная таблетка]: Оральная контрацепция в виде приема таблеток. Смотрите раздел Оральная контрацепция.</p>
<p>Poly-gender [Полигендер]: Читайте в разделе Небинарная гендерная система.</p>
<p>Polyamorous [Полиамория]: Образ жизни, включающий существование серьезных романтических или сексуальных отношений у одного человека с несколькими людьми одновременно с согласия и одобрения всех участников этих отношений.</p>
<p>Pornography [Порнография]: Отображение сексуального поведения в литературе, изображениях, скульптурах, фильмах и других СМИ с целью вызвать сексуальное возбуждение. Также известна как порно.</p>

<p>PMS / PMT [ПМС / ПМН]: Аббревиатура для предменструального синдрома / синдрома предменструального напряжения, вызванного гормональными переменами в теле за несколько дней до начала месячных. Некоторые женщины страдают перепадами настроения, чувствуют печаль, раздражение или усталость. Могут проявляться другие симптомы в виде вздутости живота, набухания и болезненной чувствительности груди, а также высыпаний на коже.</p>
<p>Pre-cum [Предэякулянт (предсемя)]: Небольшое количество семенной жидкости, выделяемое из полового члена до эякуляции (семяизвержения).</p>
<p>Pregnancy [Беременность]: Если в теле женщины растёт и развивается плод, то она беременная.</p>
<p>Pregnancy test [Тест на беременность]: Анализ образца мочи или крови, который показывает наличие или отсутствие беременности. Он определяет наличие гормона беременности.</p>
<p>Premature ejaculation [Преждевременная эякуляция]: Когда мужчина эякулирует (кончает) слишком рано или раньше, чем ему хочется. Причины бывают разные и включают в себя перевозбуждение, страх перед возможной неудачей, неопытность и т.д. Это может случиться в любом возрасте.</p>
<p>Progesterone [Прогестерон]: Один из женских гормонов, контролирующих репродуктивный процесс.</p>
<p>Prostate gland [Предстательная железа (простата)]: Железа размером с грецкий орех прямо под мочевым пузырем мужчины. В ней вырабатывается семенная жидкость/сперма.</p>
<p>Puberty [Пубертат]: Период, когда в организме мальчиков и девочек происходят быстротекущие физические и психические изменения и они достигают половой зрелости. Пубертатный период обычно начинается в 9-13 лет, но может наступить позже. Половое созревание длится долгое время – его стимулируют вырабатываемые организмом гормоны и химические элементы определенного типа.</p>
<p>Pubic hair [Лобковые волосы]: Волосы, которые начинают расти у мальчиков и девочек в области гениталий во время полового созревания (пубертата).</p>
<p>Pubic lice [Лобковые вши]: В простонародье известны как «площицы». Это мелкие насекомые, обитающие на волосяном покрове гениталий. Передаются во время полового или тесного физического контакта.</p>
<p>R</p>
<p>Rape [Изнасилование]: Когда мужчина с помощью полового члена (пениса) проникает во влагалище, задний проход (анус) или рот без согласия принимающей стороны (если другой человек не дал своего согласия). Жертвой преступления может оказаться как женщина, так и мужчина.</p>
<p>Rhythm method [Календарный метод контрацепции]: Метод естественного планирования семьи с расчётом наиболее фертильных дней у женщины и последующего воздержания в эти дни от незащищенного полового контакта в целях предотвратить беременность.</p>
<p>Rimming [Анилингус]: Стимуляция заднепроходной области (ануса) партнера языком или губами с целью возбуждения или доставки удовольствия.</p>



S
<p>Safer Sex [Безопасный секс]: Виды полового контакта, уменьшающие риск наступления беременности и получения инфекций, передаваемых половым путем (ИППП). Презервативы защищают от ИППП во время вагинального и анального секса. Секс более безопасен, если происходит не под влиянием наркотиков, включая новые психотропные вещества, и алкоголя. Оральный секс представляет меньше опасности в плане передачи ИППП по сравнению с незащищенным вагинальным или анальным сексом, однако некоторые ИППП могут передаваться орально.</p>
<p>Sanitary towels [Гигиенические прокладки]: Используются женщиной во время менструации. Это изготовленные из поглощающего жидкость материала прокладки, которые размещаются в трусиках и впитывают кровь. Их следует менять каждые несколько часов.</p>
<p>Scabies [Чесотка]: Заразное заболевание кожи, выраженное зудом, которое передается как во время полового, так и обычного контакта с человеком, включая пожатие рук.</p>
<p>Scrotum [Мошонка]: Мягкий кожаный мешочек, в котором размещаются яички.</p>
<p>Semen [Сперма]: Жидкость, состоящая из смеси, выделяемой секретными железами репродуктивных желез, и сперматозоидов. Сперма выделяется из мужского полового члена во время эякуляции.</p>
<p>Sero-conversion [Сероконверсия]: Период вскоре после заражения ВИЧ, когда вирус начинает размножаться и инфекция закрепляется в теле. В это время человек может недолгое время испытывать симптомы гриппа, которые проходят через несколько дней.</p>
<p>Sexual activity [Половая активность]: Занятие сексом или иные действия сексуального характера с другим человеком.</p>
<p>Sexual arousal [Половое возбуждение]: Изменения в организме человека, происходящие под воздействием сексуальных стимулов. Оно наступает как наедине, так и в присутствии партнера. Также подходят термины «заводиться» и «пылать страстью».</p>
<p>Sexual assault [Насильственные действия сексуального характера]: Когда кто-то каким бы то ни было образом и в той или иной мере проникает во влагалище, анус или рот другого человека без согласия принимающей стороны или обоснованного предположения, что согласие было получено, дотрагивается до другого человека с сексуальными намерениями, проявляет половую активность любого вида, физически соприкасается с частями тела другого человека либо поверх одежды, либо под ней, поливает человека спермой во время эякуляции или забрызгивает мочой или слюной с сексуальными намерениями.</p>
<p>Sexual development [Половое созревание]: Читайте в разделе Пубертат.</p>
<p>Sexual history [История половых отношений]: Люди, с которыми вы состояли в половых отношениях и виды сексуальной активности в вашей жизни.</p>
<p>Sexual intercourse [Половой акт]: Введение возбужденного полового члена во влагалище или задний проход (анус). Также известно как проникновение.</p>
<p>Sexuality [Сексуальное восприятие]: Как мы чувствуем себя в рамках сексуальности и как другие люди воспринимают нас. Эмоции, чувства, поведение и культура формируют наше сексуальное восприятие, продолжающее развиваться в течение всей жизни.</p>
<p>Sexual orientation [Сексуальная ориентация]: Показатель того, кто вам нравится и к кому вас влечет в романтическом, психическом и сексуальном плане.</p>
<p>Smear [Мазок из влагалища]: Диагностический анализ на определение изменений в шейке матки. Читайте также раздел Мазок с шейки матки.</p>



<p>Smegma [Смегма]: Мазеобразное вещество со специфическим запахом, скапливающееся на внутреннем листке крайней плоти, когда мужчина не подмывается.</p>
<p>Sperm [Сперматозоид]: Мужская репродуктивная клетка, оплодотворяющая яйцеклетку. В сперме мужчин содержатся миллионы сперматозоидов.</p>
<p>Spermicide [Спермицид]: Гель, используемый с влагилицной диафрагмой (противозачаточным колпачком) для уничтожения сперматозоидов.</p>
<p>Sterilisation [Стерилизация]: Операция на женских или мужских половых органах с целью предотвращения беременности. Это необратимый метод контроля рождаемости. У мужчин он называется вазэктомией.</p>
<p>STI [ИППП]: Инфекции, передающиеся половым путем.</p>
<p>Swab [Соскоб]: Безболезненный скребок с кожи для определения наличия признаков инфекции или изменений на клеточном уровне.</p>
<p>Syphilis [Сифилис]: Передаваемая половым путем инфекция, проявляющаяся в виде безболезненных язв. Он может не проявлять признаков и распространяться без ведома партнера. Передается половым путем или во время других видов сексуальной активности. Без медицинского вмешательства может нанести серьезный вред здоровью и стать причиной смерти. Легко поддается лечению.</p>
<p>T</p>
<p>Tampon [Тампон]: Масса абсорбирующего материала цилиндрической формы, которая вводится во влагалище женщины с целью впитывания менструальной крови.</p>
<p>Termination of pregnancy [Прерывание беременности]: Еще один термин слова «аборт». Операция или процедура, проводимая с целью прервать беременность.</p>
<p>Testicles [Яички (тестикулы)]: Располагаются за половым членом в кожном мешочке, называемом мошонкой. В них образуются и хранятся сперматозоиды.</p>
<p>Testosterone [Тестостерон]: Мужской гормон.</p>
<p>Third gender [Третий пол]: Читайте в разделе Небинарная гендерная система.</p>
<p>Thrush [Кандидоз (молочница)]: Грибковая инфекция области гениталий. Страдают как женщины, так и мужчины. Вызывает болезненные ощущения и зуд в области половых органов.</p>
<p>Throat swab [Мазок изо рта]: Безболезненный забор биоматериала из ротовой полости, который отправляется в лабораторию с целью выявления признаков наличия инфекции.</p>
<p>Toxic Shock Syndrome [Синдром токсического шока]: Сокращенно СТШ. Возможен при использовании гигиенических тампонов, когда женщина забывает о вставленном тампоне и не вынимает его. СТШ встречается редко, но имеет серьезные последствия. Вызывает жар, обморочное состояние и проблемы с мышечной тканью.</p>
<p>Trichomoniasis [Трихомониаз]: Передаваемая половым путем инфекция (также известная как Т.В.). Симптомы: пенистые выделения зеленоватого оттенка у женщин и зеленоватые/желтоватые выделения у мужчин. Легко поддается лечению.</p>
<p>Trans [Трансгендерность]: Обобщающее понятие сообщества людей, чья гендерная идентичность не отражает зарегистрированный при рождении пол (или создает им неудобства). Гендерные личности с приставкой «транс» используют один или несколько терминов для выражения себя, включая (кроме прочих) такие, как трансгендер, гендерквир, гендерфлюид и кроссдрессер (устаревший термин – трансвестит).</p>

<p>Transgender man [Транс-мужчина]: Человек, которому при рождении приписан женский пол, но который идентифицирует себя с мужским гендером и живет как мужчина. Это сокращённый и более приемлемый вариант термина «трансгендерный мужчина». Еще один термин – FtM (female-to-male — «из женщины в мужчину»).</p>
<p>Transgender woman [Транс-женщина]: Человек, которому при рождении приписан мужской пол, но который идентифицирует себя с женским гендером и живет как женщина. Это сокращённый и более приемлемый вариант термина «трансгендерная женщина». Еще один термин – MtF (male-to-female — «из мужчины в женщину»).</p>
<p>Transitioning [Трансгендерный переход]: Процесс приведения гендерной роли и тела человека в соответствие с его внутренним самоощущением. Он может включать хирургическую коррекцию пола и/или гормональную терапию, однако не все трансгендеры желают этого или имеют средства на данное вмешательство.</p>
<p>Transphobia [Трансфобия]: Термин, обозначающий глубокое отвращение или предубеждения по отношению к трансгендерным личностям. Такие люди испытывают аналогичную неприязнь к транссексуалам, интерсексуальным личностям и андрогинам.</p>
<p>Transsexual [Транссексуал]: Читайте разделы Трансгендерность и Транс-мужчина / Транс-женщина.</p>
<p>Trimester [Триместр]: Беременность делится на триместры. Весь процесс беременности занимает 3 триместра – первый, второй и третий. Каждый длится около 3 месяцев и имеет свои отличия.</p>
<p>U</p>
<p>Unplanned pregnancy [Незапланированная беременность]: Беременность, которую не планировали.</p>
<p>Unprotected sex [Незащищенный половой контакт]: Секс без презерватива, ПрЭП или противозачаточных средств. После него можно забеременеть или заразиться ИППП.</p>
<p>Urethra [Уретра]: Трубчатый орган, выводящий мочу из мочевого пузыря у обоих полов. У мужчин по ней также проходит сперма.</p>
<p>Urine sample [Образец мочи]: Когда собираешь мочу в баночку и отдаешь медсестре или врачу на анализ для проверки наличия инфекции.</p>
<p>Uterus [Матка]: Синоним слова «утроба». В ней развивается ребенок во время беременности.</p>
<p>V</p>
<p>Vagina [Влагалище (вагина)]: Канал, соединяющий наружные половые органы женщины с маткой. Во время полового контакта в него проникает мужской половой член.</p>
<p>Vaginismus [Вагинизм]: Состояние, при котором напрягаются вагинальные мышцы и проникновение при половом контакте становится болезненным или невозможным. Причины могут быть разные, но чаще всего связаны с состоянием психики.</p>
<p>Vanilla sex [Классический секс]: Половой акт, не включающий такие элементы, как БДСМ, извращения и фетиш.</p>
<p>Vasectomy [Вазэктомия]: Мужская стерилизация.</p>
<p>Vibrator [Вибратор]: Средство сексуальной стимуляции, работающее на батарейках, которое иногда напоминает форму полового члена. Помогает достичь оргазма за счет вибрирования при соприкосновении с клитором или простатой, во влагалище или заднем проходе (анусе).</p>
<p>Viral load [Вирусная нагрузка]: Концентрация ВИЧ-инфекции в крови пациента – показатель работы антиретровирусной терапии.</p>

Virgin [Девственница/Девственник]: Человек, у которого не было полового контакта / проникновения.
Vulva [Вульва]: Так называются в совокупности женские наружные половые органы. Это участок вокруг влагалищного отверстия с малыми и большими половыми губами и клитором.
W
Wanking [Онанизм]: Так в простонародье называют мастурбацию.
Warts [Бородавки]: Небольшие кожные новообразования в области гениталий, вызванные вирусной инфекцией.
Wet dreams [Ночная поллюция]: Семяизвержение у парней во сне. Чаще всего начинается в пубертатный период. Вы можете не вспомнить, как это произошло.
Window Period [Период окна]: Время между заражением и моментом, когда инфекционное заболевание проявляется в лабораторных тестах. Для определения ВИЧ должно пройти четыре недели.
Withdrawal method [Прерванный половой акт]: Ненадежный метод защиты, при котором мужчина вынимает свой член из влагалища или ануса женщины или ануса мужчины перед тем, как кончает (начинается семяизвержение).
Womb [Утроба]: Еще одно название матки.