



# hiv/STI Informationsblad

November 2020

Här kommer årets sista nyhetsbrev från mig. Covid-19 dominerar fortfarande vår vardag sedan början av året. I skrivande stund har smittspridningen tagit rejäl fart igen i Dalarna. Det är utmanande att fånga intresset för hiv/STI-frågor, men livet pågår trots allt ändå. Så här mot årets slut är det frestande att börja kika på statistiken för STI för 2020 för att se trender. Så här långt ser vi en **försiktig nedgång** av klamydiafallen för 2020 men året är ännu inte slut och vi får se om vi haft en reell nedgång när vi sammanfattar året. Så trots restriktioner och uppmaningar till att hålla avstånd så har vi ändå ett antal kullor och masar som ådragit sig en STI under året. Glädjande nog ser vi att beställningarna för **hemtest för klamydia/gonorré har ökat något**. Möjligen kan man koppla det till reducerade möjligheter till testning på mottagning under pandemin.

## Testa sig hos skolsköterskan

Något som jag gärna skulle se en större efterfrågan på är möjligheten för skolor att beställa färdiga testkit för klamydia/gonorré. Som skolsköterska kan du beställa färdigpackade testkit som man kan lämna ut till elever. Meningen är att eleven gör hela test själv och det enda du som skolsköterska behöver göra, är att möjligen hjälpa till att läsa och **gå igenom instruktionerna tillsammans med eleven** för att stötta eleven. Beställ gärna ett par testkit och använd som visningsexemplar. Läs igenom instruktionen och återkoppla gärna till mig om du har synpunkter på texten. Numer särskiljer vi på manliga och kvinnliga test. Beställ därför ex av vardera för att ha som **visningsexemplar**. Syftet med denna service är att man ska kunna erbjuda elever testning som av en eller annan anledning inte vill beställa hem test till sin folkbokföringsadress. Man kan också se det som ett komplement för er som verkar på orter där **tillgänglighet till ungdomsmottagning är begränsade**.



## Kondomer

Jag vill uppmärksamma er som beställer kondomer att det kan vara något **längre leveranstid** på era beställningar. Detta beror till största delen på att jag arbetar större delen av veckorna hemifrån och kommer därför endast att expediera kondombeställningar **cirka 1g/vecka**. Så det är bra om ni har lite framförhållning och beställer i god tid så att ni inte riskerar att få slut på kondomer. Jag passar även på att påminna er om att kika lite extra på utgångsdatum på kondomerna. Jag försöker hålla koll och det har hänt att en del sorter har väldigt **kort utgångsdatum redan vi leverans**. Upphandlingsgruppen har framfört kritik till Apotekstjänst och vi hoppas på förbättring. Så håll lite koll så att det inte ligger kondomer framme som har passerat utgångsdatum. Släng dem och beställ nya.

Som komplement till ökad kondomanvändning har vi nu tagit fram ett **kondommåttband**. De trycks förhoppningsvis för fullt i skrivande stund och kommer att finnas tillgängliga inom kort. Det har framkommit lite delade åsikter om måttband. Därför har vi valt att trycka upp en begränsad upplaga till att börja med. Jag kommer att utvärdera behovet/nyttan av måttbanden, därefter fattas beslut om vi trycker upp flera framöver. Jag kommer att skicka med några exemplar vid varje kondombeställning så får man höra av sig om man har behov av flera.

## Samtal om kondom

Ni som arbetar på ungdomsmottagning har förmodligen god vetskap om utbildningsmaterialet ["Introduktionsutbildning ungdomsmottagning"](#) som finns på region VGR:s webb. För er övriga vill jag tipsa om materialet som är helt fritt att titta på. Det jag speciellt lyfter är en film om kondomsamtal. Filmen är en del i ett helt utbildningspaket som innehåller ett antal moduler som man kan ta del av. Delen om kondomsamtal återfinns i modul 7 – Tips på arbetssätt. [Klicka här för att komma direkt till avsnittet om kondomsamtal](#). Det finns förstås flera avsnitt som kan vara av intresse, även om man inte arbetar på ungdomsmottagning. Klicka runt i menyn för att se vad just du vill lära dig mer om.

## Svartsjuka och våld

Vad är okej och vad är inte okej i en relation? Var går gränsen? Det kan vara svårt att lämna en destruktiv relation helt enkelt för att man inte riktigt märker att man hamnar i den. Polismuseet har tillsammans med polisen **tagit fram filmen "Johan och Eva" om svartsjuka och våld i nära relationer**. Till filmen finns en handledning som du kan använda dig av i samtal med elever. [Klicka här för att läsa mer samt hämta handledarmaterial](#).

## Mötesplatser för unga hbtqi-personer

**MUCF – Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor**, har fått i uppdrag att titta på att stärka förutsättningarna att skapa mötesplatser för unga hbtqi-personer. Bakgrunden är att man ser att cirka en fjärdedel de unga inom hbtqi, avstått från att delta i fritidsaktiviteter pga av rädsla för dåligt bemötande. MUCF vill aktivt samla in goda exempel och få tips på mötesplatser som har en inkluderande verksamhet. Så om du känner till bra verksamhet så passa på att delge detta till MUCF för att bidra till sammanställningen. [Klicka här för att läsa mer samt kontaktuppgifter](#).

## Studie om hälsa bland personer som lever med hiv

**Personer som lever med hiv lever längre men inte nödvändigtvis hälsosammare**, enligt en ny studie i USA. Personer som lever med hiv lever längre och har nu en genomsnittlig livslängd som närmar sig de som inte har hiv. Detta enligt en analys av amerikanska hälsodata som publicerades på JAMA Network Open. Från 2016 ökade den totala livslängden för en 21-åring med HIV till 56 år - en 35-årig ökning - från cirka 38 år 2003, enligt forskarna. Den allmänna hälsan är dock fortfarande en utmaning för de ungefär 1,1 miljoner amerikaner som har hiv, enligt studieförfattaren Julia Marcus till UPI. [Klicka här för att läsa mer](#).

## Rapporter från Folkhälsomyndigheten

**Folkhälsomyndigheten har publicerat en rapport om psykisk ohälsa, suicidalitet och självskada bland unga transpersoner**. Rapportens syfte är att ge fördjupad kunskap om unga transpersoners erfarenhet av suicidalitet och självskada, samt att ge förslag på förändringar och insatser som kan minska den psykiska ohälsan bland transpersoner. Rapporten bygger på intervjuer med 29 unga transpersoner 16–26 år. Flera saker kan förbättras för att minska risken för psykisk ohälsa och öka skyddsfaktorerna, och därmed skapa förutsättningar för könskongruens och psykisk hälsa. [Klicka här för att ladda ner och läsa rapporten](#).

**Ett spektrum av sexuella samtycken** är även den en rapport publicerad av Folkhälsomyndigheten. Syftet med den här rapporten är att undersöka hur sexuellt samtycke förstås, praktiseras och upplevs i sexuella relationer bland vuxna i Sverige idag. Rapporten är baserad på en kvalitativ intervjustudie med 31 sexuellt

aktiva personer 23–61 år där de flesta identifierar sig som heterosexuella. Rapporten har sammanfattats med ett antal punkter, listade här nedan.

- Deltagarnas beskriver hur tydlig och lyhörd kommunikation är en nyckel till ett fungerande sexuellt samtycke och samspel. Samtidigt upplever deltagarna att det är svårt att kommunicera om sex och samtycke, och att de därför kan behöva träna på det och finna forum för att förbättra dessa färdigheter.
- Resultatet visar att samtycken kan förändras och fungera olika beroende på situation och utifrån individuella och relationella faktorer. Samtycket är någonting pågående som sker här och nu.
- Deltagarna har också upplevt ett gränsland där de varit osäkra på sitt eget eller andras samtycke, ett slags samtyckets gråzoner. Samtyckets gråzoner beskriver upplevelser där deltagarna har fått sina egna gränser överträdna eller själva överträtt en annan persons gräns.
- Avsaknad av samtycke handlar om erfarenheter av att samtycke inte uppnås utan på olika sätt överträds, exempelvis i form av sexuellt våld. Deltagare med dessa erfarenheter berättar om konsekvenserna av att bära med sig dessa erfarenheter.
- Att navigera och utmana föreställningar och praktiker för sexualitet belyser hur olika föreställningar om och förväntningar på sexuellt beteende påverkar hur deltagarna förstår, kommunicerar och praktiserar sexuellt samtycke.
- Resultatet visar att några deltagare utmanar förväntningar på romantiska och tvåsamma kärleksrelationer.
- Deltagarna i rapporten lyfter behovet av forum och konkreta verktyg för att samtala om samtycke och sex samt främja en positiv syn på sexualitet. Sådana forum saknas till stor del idag, särskilt för män.
- Det skulle kunna utvecklas genom ett starkt hälsofrämjande arbete hos en rad olika aktörer som har möjlighet att öppna för samtal om sex, samtycke och sexuell kommunikation.
- Det är viktigt att aktörer som arbetar hälsofrämjande möjliggör för samtal om sexuell hälsa, sexualitet, kommunikation och samtycke. På så vis kan ett flertal aktörer arbeta förebyggande för att skapa goda förutsättningar för människors möjligheter att förstå, kommunicera, uppnå och uppleva samtycke.
- Genom fler forum för samtal kan fler aktörer utöver det förebyggande arbetet identifiera och fånga upp erfarenheter av våld eller övergrepp och hjälpa människor vidare till rätt insatser.
- Rapportens resultat kan öka förståelsen för hur sexuellt aktiva vuxna kommunicerar, praktiserar och upplever sexuellt samtycke. Detta har både vetenskaplig och samhällslig betydelse.

Hela rapporten finns på Folkhälsomyndighetens webbplats:

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat-material/publikationsarkiv/e/ett-spektrum-av-sexuella-samtycken/>

Det var allt för denna gång. Jag vill **tacka er alla** för gott samarbete under året, trots att alla planerade insatser ställts in pga covid-19. Men alla pandemier går till slut över och jag hoppas att vi får möjlighet att ta igen lite av hiv/STI-arbetet i Dalarna under 2021.

