

## 1. Am bi e nàireil/tàmalteach no cliobach/cearbail?

Tha teansa gum bi. Ach tha e ceart gu leòr gàire a dhèanamh còmhla, gabhaibh air ur socair gus am bi sibh ann an triom. Tha a h-uile neach nearbhasach an toiseach. Tha nearbhasach agus air bhioran ceart gu leòr. Mura h-eil thu cinnteach no ma tha iomagain ort na tèid nas fhaide, fuirich.

## 3. Am bi e cliobach a bhith a' cleachdadh condom?

Tha teansa gum bi. Fhireannaich, dèanaibh cinnteach gu bheil sibh air practas a dhèanamh ro-làimh. Co-dhiù a tha do chèile fireann no boireann faodaidh iad cuideachadh leis a' phractas cuideachd. Sa mhòmaid tha e ceart gu leòr gabhail air ur socair gus fhaighinn ceart.

## 2. An e feise steachail an aon seòrsa feise?

Chan e idir. Gu dearbh ma tha sibh an dùil a bhith ri feise steachail airson a' chiad turas gabhaibh air ur socair. Tha na rudan feiseil a bhios sibh a' dèanamh, a bharrachd air feise steachail, glè chudromach, tha sin a' ciallachadh rudan mar feise beòil, cleachdadh chorrangan agus suathadh. Faodaidh sibh na rudan seo a dhèanamh cho fad 's a thogras sibh, mus tòisich sibh air a bhith ri feise steachail.

## 4. A bhèil feise steachail goirt?

Do bhoireannach òga 's dòcha gum bi e mì-chofhurtail an toiseach. Bidh cuid de bhoireannaich ag ràdh gu bheil beagan cràdh ann an toiseach, ach cha bu chòir dha a bhith ro ghoirt. 'S dòcha gum bi spotan fala ann. Tha e nas coltaiche nach bi e mì-chofhurtail nuair a tha cuideigin aig fois agus cinnteach gu bheil i airson a bhith a bhith ri feise. Faodaidh cleachdadh lube cuideachadh (an-còmhnaidh le stèidh uisge airson 's nach bi an condom air a mhilleadh). 'S e deagh bheachd a th' ann diofar rudan fheuchainn gus faighinn a-mach dè as cofhurtaile dhuibhse. Stadaibh, gluaisibh, gabhaibh air ur socair. Ma tha sibh ri feise-tòine, co-dhiù a tha sibh fireann no boireann, 's e a' chomhairle a th' ann gu ìre mhòr - cleachdaibh condoman 's lube, gabhaibh air ur socair, stadaibh ma tha sibh airson stad. Tha e daonnan ceart gu leòr stad.

5. Am bi orgasam agam a' chiad turas?

Tha barrachd teansa gun sìolaich fireannach, agus mas e a' chiad turas a th' ann 's dòcha gun tachair sin nas luaithe na dh'iarradh e. Do bhoireannach òg 's dòcha nach bi orgasam aice a' chiad turas. Mar a bhios boireannach a' fàs nas cofhurtaile agus a' fàs eòlach air na tha a' còrdadh riutha rè feise, fàsaidh e nas cumanta gum bi orgasam aca.

6. An urrainn do nighean fàs trom le pàiste a' chiad thuras a tha i ri feise steachail?

'S urrainn. Sin carson a dh'fheumas sibh condoman a chleachdadh agus casg-gin a chur air dòigh.

7. Dè thachras ma tha sinn ri feise steachail gun chondom no ma dh'fhalbhas an condom dheth/dhìom no ma shracas e?

Mas e nighean a th' annad, agus ma shracas condom a' bhalaich no ma thig e dheth agus mura h-eil thu a' cleachdadh casg-gin eile, thèid gu clionaig no bùth ceimigeir airson casg-gin èiginneach fhaighinn. 'S urrainn do bhùth ceimigeir casg-gin èiginneach a thoirt dhut/dhuibh suas ri trì latha às dèidh a bhith ri feise, clionaig suas ri 5 latha às dèidh, thathar a' moladh gun dèan sibh seo cho luath 's as urrainn dhuibh. Ma bha thu ri feise tòine 's mura do chleachd sibh condom, dh'fhaodadh tu bhith ann an cunnart bho HIV, faodaidh tu a dhol gu clionaig slàinte feise no roinn A&E 's PEP iarraidh (Post Exposure Prophylaxis). Bu chòir dhut seo a dhèanamh an taobh a-staigh do 24 uairean mas urrainn dhut agus gun fhàgail nas fhaide na 3 latha às dèidh trioblaid leis a' chondom.

## 8. Càit an dèan sinn e? Ciamar a bhios sinn a' cur chùisean air dòigh?

Mas e a' chiad turas agad a th' ann, tha thu airson gum bi sibh an àiteigin far am faod sibh gabhail air ur socair, far am bi prìobhaideachd, far nach cuir neach eile dragh oirbh. Mar sin bidh planadh a dhìth. Na dèanaibh a-muigh e, san fhuachd, nuair a tha daoine eile timcheall. Na dèanaibh e ag partaidh.

## 9. An cuidich deoch-làidir sinn gus a bhith nas cofhurtaile?

Uill, 's dòcha gun saoiladh sibh gum biodh seo fìor, ach tha barrachd teansa ma tha thu/sibh nearbhasach gun òl sibh cus, no nach bi e comasach co-dhùnaidhean a ruighinn mu na tha thu/sibh ag iarraidh. Bu chòir smachd a bhith agad/agaibh air na tha thu/sibh ris a' chiad turas.

## 10. An inns mo chèile do dhaoin' eile?

Ma tha iomagain ort mun seo na dèan idir e. Tha feise còmhla ri do chèile eadar an dithis agaibhse, 's e rud prìobhaideach, dlùth-eòlach a th' ann 's cha bu chòir a bhith a' dèanamh bruidhinn gun fheum mu dheidhinn.