

Seksuaalisuuden sanakirja on kirjoitettu nuorille. Siihen on selitetty seksuaalisuuteen liittyviä sanoja, joita kuulemme yleisessä keskustelussa. Sanakirjan voi myös tulostaa PDF-muotoisena. Sanakirjan lopusta löydät PDF-sanakirjaversiot myös saameksi.

Seksuaalisuuteen liittyviä käsitteitä ja määritelmiä on paljon, ja uusia syntyy koko ajan. Sanat ja käytettävät käsitteet ovat vahvasti sidoksissa valitsevaan tietoon, asenteisiin ja käsityksiin. Monissa sanoissa kuuluu myös historia. Sanakirjan määritelmät on pyritty pitämään lyhyinä ja helposti luettavina. Muun muassa tästä syystä sanojen määritelmistä löytyy puutteita, ja tulemme muokkaamaan sanakirjaa edelleen.

Asioita voidaan määritellä myös muista näkökulmista käsin kuin tässä sanakirjassa on tehty. Joitakin asioita olemme selittäneet sukupuolittamalla kehon osia ja kehon toimintoja biologian näkökulmasta käsin, ja tällöin olemme käyttäneet pääosin termiä syntymässä tytöksi/pojaksi määritelty. Toivottavasti voit hyödyntää sanakirjaamme, vaikka et kokisikaan termiä omaksesi tai jos oma kehosi tai kokemuksesi ei vastaa sitä, miten se on syntymässä määritelty.

Olemme jakaneet sanakirjaan pienempiin kokonaisuuksiin sanojen alkukirjainten mukaan. Seksuaalisuuden sanakirjan voi tulostaa tai kopioida omaan käyttöönsä. Tekijänoikeudet Seksuaalisuuden sanakirjaan kuuluvat Väestöliitolle. Seksuaalisuuden sanakirjan kaikenlainen käyttö kaupallisiin tarkoituksiin on kielletty.

Voit myös tulostaa sanakirjan PDF-muotoisena.

Suomenkielinen seksuaalisuuden sanakirja on päivitetty 5.6.2026.

A

Aamuerektio on heräämisen aikaan ajoittuva peniksen erektio.

Abortti eli raskaudenkeskeytys tarkoittaa raskauden keinotekoista päättämistä. Jos haluaa keskeyttää alkaneen raskauden, on otettava mahdollisimman pian yhteyttä lääkäriin. Raskauden keskeytyksen saa raskaana olevan pyynnöstä 12. raskausviikkoon (12+0) asti. Sen jälkeen raskaus voidaan keskeyttää Valviran luvalla 20. raskausviikolle asti ja mikäli on todettu sikiövaurio, 24. raskausviikolle asti.

AIDS (Acquired Immunodeficiency Syndrome) eli immuunikato on hiv-infektion viimeinen vaihe, jossa elimistön immuunijärjestelmä on selvästi heikentynyt. Hiv-lääkkeet estävät AIDS-vaiheen kehittymisen.

Anaaliseksi tarkoittaa peräaukkoon liittyvää hyväilyä ja esimerkiksi anaaliyhdyntää. Anaaliseksiä ei voi tulla raskaaksi, mutta kondomia tulee käyttää erilaisten bakteeritartuntojen ja seksitautien ehkäisemiseksi. Anaaliseksiä on tärkeää käyttää runsaasti liukuvoidetta.

Aromanttinen on henkilö, joka kokee hyvin vähän tai ei lainkaan romanttista vetovoimaa muita ihmisiä kohtaan.

Aseksuaali on henkilö, joka kokee hyvin vähän tai ei lainkaan seksuaalista vetovoimaa muita ihmisiä kohtaan. Aseksuaalinen ihminen voi kuitenkin kokea esimerkiksi emotionaalista tai romanttista vetovoimaa toiseen ihmiseen.

B

Binäärinen tarkoittaa kaksijakoista eli jotain, jolla on vain kaksi (vastakkaista) vaihtoehtoa.

Binäärisellä sukupuoli-jaottelulla tarkoitetaan sukupuolen luokittelua miehiin ja naisiin. Henkilön sukupuoli voi kuitenkin olla myös **ei-binäärinen** eli nais-mies-jaottelun ulkopuolella. Ei-binäärinen henkilö voi olla esimerkiksi intersukupuolinen, muunsukupuolinen tai sukupuoleton.

Biseksuaali on henkilö, jolla on emotionaalisia tai/ja seksuaalisia tunteita miehiä ja naisia kohtaan.

Bondage on englanninkielinen sana, joka tarkoittaa sitomista. Bondage viittaa toimintaan, jossa henkilön liikkumiskykyä rajoitetaan esimerkiksi köydellä, kahleilla, vyöllä tai huivilla. Joissakin yhteyksissä bondage määritellään yhdeksi sadomasokismin muodoksi. Sitominen voi olla seksuaalista ja siihen voi liittyä seksin harrastaminen, mutta joillekin sitominen on rentouttavaa eikä siihen kuulu välttämättä seksuaaliset teot.

C

Chemsex tarkoittaa huumeiden käyttämistä seksin aikana. Huumeiden avulla pyritään parantamaan seksikokemusta. Chemsexin harrastajat eivät välttämättä käytä huumeita muissa tilanteissa. Usein chemsex-ilmio liitetään miesten väliseen seksiin.

Cis-ihminen on henkilö, jonka sukupuoli-identiteetti ja sukupuolen ilmaisu vastaavat hänelle syntymähetkellä määritettyä sukupuolta ja siihen liitettyjä kulttuurisia odotuksia. Cis on vastakohta sanalle trans.

D

Demiseksuaali on henkilö, joka voi kokea seksuaalista vetovoimaa toiseen ihmiseen ainoastaan silloin, kun hän on emotionaalisesti kiintynyt häneen.

Dildo on seksiväline; hieromasauva, jossa ei ole moottoria. Dildoja on erinäköisiä ja kokokoisia.

E

Ehkäisykapseli on hormonaalinen raskauden ehkäisymenetelmä. Kapseli asetetaan paikallispuudutuksessa käsivarren ihon alle. Se ei suojaa seksitaudeilta.

Ehkäisykierukka on pieni, t-kirjaimen muotoinen esine, jonka lääkäri asettaa kohtuun raskauden ehkäisemiseksi. Kierukoita on kahdenlaisia: kuparikierukka ja hormonikierukka. Kumpikaan kierukka ei suojaa seksitaudeilta.

Ehkäisylaastari on ihoon tavallisen laastarin tavoin liimattava hormonaalinen raskauden ehkäisymenetelmä. Ehkäisylaastari ei suojaa seksitaudeilta.

Ehkäisymenetelmä tarkoittaa välinettä tai keinoa, jonka avulla voidaan suojautua seksissä raskaudelta tai seksitaudilta.

Ehkäisypillerit eli e-pillerit ovat päivittäin suun kautta otettava hormonaalinen raskauden ehkäisymenetelmä. Ehkäisypillerit eivät suojaa seksitaudeilta. Ehkäisypillereitä on kahdenlaisia: yhdistelmäehkäisypillerit ja minipillerit.

Ehkäisyrengas on muovinen, emättimeen asetettava hormonaalinen raskauden ehkäisymenetelmä. Ehkäisyrengas ei suojaa seksitaudeilta.

Ehkäisyvahto on kemiallinen raskauden ehkäisymenetelmä. Sen ehkäisyteho on huono, eikä sitä tulisi koskaan käyttää yksinään, vaan aina jonkin muun ehkäisymenetelmän, kuten kondomin kanssa.

Ejakulaatio on usein synonyymi sanalle siemensyöksy. Se tarkoittaa siemennesteen purkautumista peniksestä. Nesteen purkautuminen on kuitenkin mahdollista myös vulvallisissa kehoissa, jolloin puhutaan naisen ejakulaatiosta tai squirttaamisesta.

Ekshibitionismi tarkoittaa voimakasta (joillakin pakonomaista) halua näyttää muille julkisesti alastonta kehoaan tai sukuelimiään. Ekshibitionismi voi olla laitonta erityisesti, jos kohdeyleisö ei ole antanut suostumustaan toimintaan.

Emätin on naistyyppisten sukuelinten putkimainen elin, joka yhdistää ulkoiset sukuelimet ja kohdun.

Emättimen limakalvo on emättimen päällimmäinen solukerros.

Emätinyhdyntä on seksiä, jossa penistä tai seksivälinettä liikutellaan emättimessä.

Emätinpieruksi kutsutaan pierun kaltaista ääntä, joka syntyy, kun emättimeen joutunut ilma purkautuu seksin, kuten yhdynnän aikana ulos. Nimestään huolimatta se ei sisällä hajua tai suolistokaasuja.

Endometrioosi on sairaus, jossa kohdun limakalvoa sijaitsee muuallakin kuin kohdussa. Se voi oireilla esimerkiksi kuukautiskipuina tai yhdyntäkipuina. Sitä voidaan hoitaa.

Ennenaikainen tai herkkä siemensyöksy on tilanne, jossa seksissä siemensyöksy tulee useimmiten tai aina ennen kuin itse tai kumppani sitä toivoo. Ajoittainen herkkä siemensyöksy on tavallinen ilmiö. Jos siitä muodostuu ongelma, asiaa voidaan hoitaa esimerkiksi seksuaalineuvojan tai lääkärin kanssa.

Erektio tarkoittaa peniksen jäykistymistä. Erektiossa peniksen paisuvaiskudos täyttyy verellä, jolloin penis nousee pystyyn ja paisuu.

Erektiohäiriö on lääkärin toteama peniksen toimintahäiriö, joka johtuu usein esimerkiksi sairaudesta. Erektiohäiriö on yleensä iäkkäiden miesten vaiva.

Erektiovaikeus tarkoittaa tilannetta, jossa erektio ei tule toivotusti. Erektio voi esimerkiksi olla liian heikko seksiin tai kondomin rullaamiseen peniksen päälle. Tilanne voi olla toistuva. Nuorilla erektiovaikeus johtuu monesti suorituspainesta, päihteistä tai stressistä, hyvin harvoin sairaudesta.

Erogeeniset alueet ovat kehon kohtia, joissa on paljon hermopäätteitä, ja joiden kosketus tai hyväily voi tuottaa seksuaalista mielihyvää ja kiihottumista. Mielihyvää tuottavat alueet vaihtelevat eri ihmisillä.

Erotiikka voidaan määritellä usealla tavalla. Se käsitetään eri kulttuureissa ja ajassa eri tavoin. Sitä voidaan kuvata esimerkiksi seksuaalisesti virittävänä tai kiihottavana tunnelmana.

Esileikki on seksuaalista toimintaa, joka lisää kiihottumista ja halua. Esileikki voi olla muun muassa puhetta, katseita, eleitä, hyväilyä tai suudelmia. Kiihottuminen on tärkeää seksuaalisen mielihyvän ja nautinnon kannalta. Esileikki voi olla osa seksiä tai se voi kuvata seksikertaa kokonaisuudessaan.

Esinahka on peniksen päällimmäinen ja liikkuva osa, joka peittää kokonaan tai osittain terskan.

Eturauhanen on lisäsukupuolirauhanen, joka sijaitsee syntymässä pojaksi määritellyissä kehoissa virtsarakon alapuolella. Eturauhanen tuottaa siemenesteeseen ravintoa siittiöille. Monet saavat seksuaalista mielihyvää eturauhasen hyväilystä.

F

Fantasia tarkoittaa yleisesti kaikkea mielikuvituksen tuotetta. Seksuaali- tai seksifantasioilla tarkoitetaan yleisesti seksiin ja seksuaalisuuteen liittyviä mielikuvia. Ne auttavat usein seksuaalisen

mielihyvän kokemisessa ja kiihottumisessa. Fantasiat saa pitää yksityisasiana, eikä niitä aina tarvitse, pysty tai pidäkään toteuttaa.

Fetisismi tarkoittaa seksuaalisuuteen liittyvää kykyä, tapaa tai voimakasta tarvetta saada seksuaalista mielihyvää esimerkiksi kehonosista, eritteistä, asusteista, materiaaleista tai tietynlaisista esineistä.

Fetissi tarkoittaa yleensä seksuaalisen halun, tai kiihottumisen ja mielihyvän kohdistumista asiaan tai esineeseen.

Fritsu on slangia ja viittaa mustelmaan, joka syntyy voimakkaasta tai pitkittyneestä ihon suutelemisesta tai imemisestä. Fritsu voi kadota muutamassa päivässä tai sen paranemiseen voi mennä jopa viikko.

G

Genitaalialueeksi käsitetään sukuelimet, väliliha ja peräaukko.

Genitaalit eli sukuelimet ovat kehon osia, jotka usein liitetään seksuaalisuuteen tai lisääntymiseen. Sukuelimiä ovat esimerkiksi emätin eli vagina, klitoris, häpyhuulet, kohtu, penis ja kivekset.

G-pisteeksi kutsutaan emättimessä sijaitsevaa aluetta, jonka koskettaminen tai hyväily voi tuntua seksuaalisesti erityisen hyvältä. Alue sijaitsee usein emättimen etuseinämässä muutaman sentin syvyydessä, mutta sen koko, sijainti ja tuntoherkkyys ovat yksilöllisiä.

Gynekologi on naistentautien ja synnytysten erikoislääkäri.

Gynekologinen tutkimus tarkoittaa tutkimusta, jossa lääkäri tarkistaa katsomalla ja tunnustelemalla vulvan, emättimen, kohdun ja munasarjat. Gynekologiseen tutkimukseen tarvitaan asiakkaan suostumus.

Gynekomastia tarkoittaa hormoneista johtuvaa, syntymässä pojaksi määritellyn kehon rintarauhasen turpoamista murrosiässä.

Grooming tarkoittaa lapsen houkuttelua seksuaalisiin tarkoituksiin. Se on toimintaa, jossa yleensä aikuinen henkilö valmistelee lapsen tai nuoren seksuaalista hyväksikäyttöä tutustumalla lapseen ja luomalla kiintymyssuhteen. Groomingia voi tapahtua esimerkiksi sosiaalisessa mediassa. Grooming on rikos.

H

Haluttomuus tarkoittaa sellaista seksuaalisen halun vähäisyyttä tai puutetta, joka koetaan ongelmaksi. Se on yleinen pulma, johon kannattaa etsiä ratkaisua tutkimalla omaa seksuaalisuuttaan itse tai kumppanin kanssa. Jos siitä ei ole apua, kannattaa hakea apua seksuaalineuvojalta, -terapeutilta tai lääkäriltä.

Hepatiitti on hepatiittiviruksen aiheuttama maksatulehdus. Hepatiittiviruksia on viisi, jotka aiheuttavat hyvin samankaltaisia oireita, mutta niiden tartuntatavat vaihtelevat.

Herpes on viruksen aiheuttama rakkulainen tulehdus, joka esiintyy yleisimmin sukuelimissä tai huulissa. Herpes tarttuu helpoiten rakkulavaiheessa. Se voi tarttua suudellessa, yhdynnässä, käsiseksissä ja suuseksissä. Herpes voi tarttua huulesta sukuelinten alueelle ja päinvastoin. Herpestartunta on usein oireeton.

Hetero on henkilö, jonka eroottiset, emotionaaliset tai/ja seksuaaliset halut kohdistuvat henkilöihin, jotka ovat eri sukupuolta kuin hän itse; esimerkiksi mies on kiinnostunut naisista ja nainen miehistä.

Heteronormatiivisuus tarkoittaa ajattelutapaa, jonka mukaan on olemassa vain kaksi keskenään vastakkaista sukupuolta (miehet ja naiset) sekä oletusta, että kaikki ovat heteroseksuaaleja.

Hiivatulehdus tarkoittaa hiivasienen aiheuttamaa tulehdusta, joka on melko yleinen emättimen vaiva. Hiivatulehdusta voi esiintyä myös terskassa ja esinahan alueella, mutta se on emättimen hiivatulehdusta harvinaisempaa. Hiivatulehdus ei ole seksitauti.

Himo tarkoittaa voimakasta halua jotakin kohtaan.

Hiv (Human immunodeficiency virus) on virus, joka aiheuttaa ihmisen immuunipuolustusjärjestelmään vaikuttavan, parantumattoman sairauden. HI-virus voi tarttua suojaamattomien seksikontaktien kautta ja verestä esimerkiksi huumeneulojen välityksellä. Hiv-tulehduksen lääkehoito hidastaa viruksen lisääntymistä ja taudin eteneminen voidaan pysäyttää. Toimiva hiv-lääkitys estää hivin tarttumisen suojaamattomassa seksissä.

HLBTIQA+ on kirjainyhdistelmä, joka viittaa seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin: homoihin, lesboihin, biseksuaaleihin, transihmisiin, intersukupuolisiin, queer-ihmisiin ja aseksuaaleihin. Symboli + kirjainyhdistelmän perässä viittaa myös muihin sateenkaari-ihmisiä kuvaaviin määritelmiin. HLBTIQA+ on suomenkielinen versio englanninkielisestä lyhenteestä LGBTIQA+.

Homo on henkilö, jolla on eroottisia, emotionaalisia tai/ja seksuaalisia tunteita samaan sukupuoleen, mies on kiinnostunut miehistä ja nainen naisista.

Homofobia tarkoittaa voimakasta pelkoa tai kielteistä, torjuvaa tunnereaktiota homoseksuaalisuutta ja homoiksi oletettuja henkilöitä kohtaan.

Hormonikierukka on pieni t-kirjaimen muotoinen raskauden ehkäisyväline, jonka lääkäri asentaa kohtuun. Kierukka ei suojaa seksitaudeilta.

HPV (human papilloma virus) on yleinen limakalvo- ja ihokosketuksen kautta tarttuva virus. Yli 80 % ihmisistä saa papilloomaviruksen elämänsä aikana. HPV-infektio on usein oireeton, mutta se voi aiheuttaa visvasyyliä eli kondyloomia. Osalla HPV-virustyypeistä on yhteys kohdunkaulan, peniksen, ulkosynnyttimien, peräaukon, sekä pään ja kaulan alueen syöpiin. Kondomi ja suuseksisuoja suojaavat HPV-tartunnalta osittain. HPV-rokote suojaa valtaosalta pahanlaatuisia muutoksia aiheuttavista HPV-viruksista.

Hyväilyseksi voi olla kehon koskettelua eri tavoin. Sen tarkoituksena on seksuaalisen nautinnon antaminen ja kokeminen. Kosketus voi tapahtua esimerkiksi käsillä tai koko keholla.

Häpyhuulet ovat osa naistyyppillisen kehon sukuelimiä. Häpyhuulia on kaksi paria: ulommat ja sisemmät häpyhuulet.

Häpykarvat tarkoittavat sukuelinten ihokarvoja. Ne alkavat kasvaa murrosiässä. Häpykarvojen tehtävä on suojata sukuelinten ihoa ja limakalvoa.

I

Ihastuminen on tunne, joka voi herätä, kun joku henkilö vaikuttaa kiinnostavalta ja vetoavalta.

Immenkalvo eli hymen on rengasmainen tai kuunsirppimäinen sidekudospoimu emättimen aukon sisäpuolella.

Impotentti on vanhentunut termi, jolla on yleensä tarkoitettu miestä, joka on kyvytön saamaan erektion.

Insesti on seksuaalinen kontakti perheenjäsenten (vanhemman ja lapsen, tai sisarusten) kesken. Insesti on Suomessa laitonta. Perheen alaikäisiin lapsiin kohdistuva insesti on lapsiin kohdistuvaa seksuaaliväkivaltaa, jossa aikuinen syyllistyy seksuaalirikokseen.

Intersukupuolisuus tarkoittaa kehollisten piirteiden vaihtelua, jossa sukupuolitettut piirteet, kuten kromosomit, sukuelimet tai hormonitoiminta eivät ole yksiselitteisesti tyttö- tai poikatyypilliset. Monesti intersukupuolisuus käy ilmi vasta murrosiässä tai aikuisena, eli se ei usein ole ulkoisista ominaisuuksista pääteltävissä.

Intiimiys tarkoittaa henkilökohtaista, läheistä ja yksityistä.

Itsensäpaljastelu tarkoittaa voimakasta (joillakin pakonomaista) halua näyttää muille julkisesti esimerkiksi alastonta kehoaan tai sukuelimiään. Jos paljastelun kohdeyleisö ei ole antanut suostumusta, itsensäpaljastelu on rikos.

Itsetunto tarkoittaa omaa arvioita ja käsitystä itsestä, omasta arvosta ja pystyvyydestä. Se millainen itsetunto on, vaihtelee sekä hyvien että ikävien kokemusten myötä. Itsetunto ei ole samanlainen aina.

Itsetyydytys on seksuaalisen nautinnon tuottamista itselle omaa kehoa ja sukuelimiä koskettelemalla.

J

Jälkiehkäisypilleri on lääkevalmiste, joka siirtää munasolun irtoamista, mutta ei keskeytä jo alkanutta raskautta. Se on tarkoitettu käytettäväksi, jos raskaus ei ole toivottu ja muu ehkäisy on epäonnistunut, esimerkiksi kondomin rikkoutuessa. Jälkiehkäisypillerin ehkäisyteho ei vastaa oikein käytettyä kondomia tai säännöllistä hormonaalista ehkäisyä. Jälkiehkäisypilleri ei suojaa myöskään seksitaudeilta.

K

Kasvupyrähdys tarkoittaa nopean pituuskasvun aikaa. Poikien kasvupyrähdys tapahtuu murrosiän loppupuolella. Tytöillä kasvupyrähdys tapahtuu usein aikaisemmin murrosiässä.

Katumuspilleri on puhekielinen ilmaisu jälkiehkäisypillerille. Se on lääkevalmiste, joka siirtää munasolun irtoamista, mutta ei keskeytä jo alkanutta raskautta. Se on tarkoitettu käytettäväksi, jos raskaus ei ole toivottu ja muu ehkäisy on epäonnistunut, esimerkiksi kondomi rikkoutunut. Jälkiehkäisypillerin ehkäisyteho ei vastaa oikein käytettyä kondomia tai säännöllistä hormonaalista ehkäisyä. Jälkiehkäisypilleri ei suojaa myöskään seksitaudeilta.

Keskenmeno tarkoittaa raskauden keskeytymistä itsestään. Keskenmenot ovat yleisiä, ja johtuvat monesti sikiön kromosomipuutteista. Yksittäisen keskenmenon syy jää usein tuntemattomaksi.

Keskeytetty yhdyntä tarkoittaa penis-emätinyhdyntän lopettamista ennen siemensyöksyä. Keskeytetyssä emätinyhdyntässä on mahdollista tulla raskaaksi ja saada seksitauti.

Ketjuorgasmi/sarjaorgasmi tarkoittaa peräkkäin tulevia useita orgasmeja.

Kierukka on pieni, t-kirjaimen muotoinen esine, jonka lääkäri asettaa kohtuun raskauden ehkäisemiseksi. Kierukka ei suojaa seksitaudeilta.

Kiihottuminen/seksuaalinen kiihottuminen tarkoittaa kehon ja mielen reaktiota seksuaalisesti miellyttävään ja kiihottavaan asiaan. Kiihottuminen voi herätä esimerkiksi näköhavainnosta, kosketuksesta, mielikuvasta tai fantasiasta.

Kiihottumisreaktio on kehollinen reaktio, johon ei välttämättä liity mielen sisäistä kokemusta seksuaalisesta kiihottumisesta. Kiihottumisreaktioita ovat esimerkiksi peniksen jäykistyminen, klitoriksen paisuminen ja emättimen kostuminen.

Kivekset ja kivespussi ovat sukuelimiä. Kivespussissa sijaitsevat kivekset ja lisäkivekset. Kivesten tehtävä on tuottaa siittiöitä ja testosteronia.

Klamydia on bakteerin aiheuttama seksitauti, joka voi tarttua seksissä ilman kondomia tai suuseksisuojaa. Klamydia voi tarttua nieluun, sukuelimiin ja peräsuoleen. Klamydiatartunnan selvittämiseksi otetaan yleensä virtsanäyte, lisäksi näytteitä tulee ottaa sen mukaan, millaista seksiä on ollut (nielu, peräaukko). Klamydia hoidetaan antibiooteilla.

Klitoris sijaitsee vulvan alueella. Klitoris on erittäin tuntoherkkä, ja sen ainoa tunnettu tehtävä on nautinnon tuottaminen. Klitoris on paisuvaiskudosta, joka levittäytyy laajalle lantioon, emättimen aukon ympärille saakka. Klitoriksen pää on esillä ja sormin tunnettavissa. Se sijaitsee virtsaputken aukon yläpuolella sisempien häpyhuulten yhtymäkohdassa.

Kohtu on syntymässä naiseksi määritellyn kehon sukuelinten osa. Hedelmöittynyt munasolu kiinnittyy kohdunseinään ja kasvaa vauvaksi.

Kondomi on raskauden ja seksitautien ehkäisyväline. Kondomit valmistetaan usein lateksista, mutta niitä löytyy myös lateksittomina. Kondomi on ainoa ehkäisyväline, joka suojaa seksitaudeilta. Kondomi rullataan jäykistyneen peniksen tai seksilelun päälle. Lisäksi on olemassa sisäisiä kondomeja, jotka asetetaan emättimeen/peräsuoleen. Sisäisiä kondomeja kutsutaan usein naisten kondomiksi.

Kondylooma on papilloomaviruksen aiheuttama seksitauti, joka aiheuttaa syyliä sukuelimissä. Virus voi tarttua suojaamattomassa yhdynnässä, suuseksissä ja käsien välityksellä. Kondomi ei välttämättä suojaa tartunnalta.

Kuparikierukka on pieni t-kirjaimen muotoinen raskauden ehkäisyväline, jonka lääkäri asettaa kohtuun.

Kuppa on bakteerin aiheuttama, Suomessa harvinainen seksitauti. Kuppa voi tarttua suojaamattomassa yhdynnässä ja suuseksissä. Kuppa todetaan verinäytteestä, ja sitä voidaan hoitaa antibiooteilla.

Kuukautiset tarkoittavat kohdun limakalvon uusiutumisesta johtuvaa verenvuotoa, joka kestää 2–8 päivää. Kuukautiset alkavat murrosiässä yleensä 10–16-vuotiaana.

Kuukautiskierto on jakso, joka alkaa ensimmäisestä kuukautisvuotopäivästä ja päättyy seuraavan kuukautisvuodon alkamispäivään. Kuukautiskierron pituus on yksilöllinen, yleensä 24–38 päivää.

Kuukautiskipu tarkoittaa kuukautisista johtuvia kipuja. Kivut johtuvat usein kohdun supistelemisesta. Kuukautiskipuja voi hoitaa.

Kuukautisten siirto tarkoittaa kuukautisten ajankohdan siirtämistä. Kuukautisia voidaan siirtää lääkärin määräämällä reseptilääkkeellä (kuukautisten siirtopillereillä) tai hormonaalisella ehkäisyvalmisteella, kuten ehkäisytableteilla.

Kuukautisvuoto tarkoittaa kohdun vanhan limakalvon poistumista ja siihen liittyvää veristä vuotoa emättimen kautta kuukautisten aikana.

Kuukuppi/kuukautiskuppi on silikonista tai luonnonkumista valmistettu kuukautissuoja, joka asetetaan emättimeen.

Käteen vetäminen on synonyymi itsetyydytykselle. Se on seksuaalisen nautinnon tuottamista itselle esimerkiksi kehoa ja sukuelimiä koskettelemalla.

L

Lantionpohjan lihakset ympäröivät lantion elimiä, kuten virtsaputkea, peräsuolta ja emätintä. Niiden avulla pidätetään virtsaa ja ulostetta sekä ylläpidetään kehon hyvää asentoa ja ryhtiä. Lantionpohjan lihaksilla on merkitystä myös seksuaalisen mielihyvän kannalta.

LGBTIQA+ on englanninkielinen lyhenne, joka viittaa seksuaali- ja sukupuolivähemmistöihin: lesboihin, homoihin, biseksuaaleihin, transihmisiin, intersukupuolisiin, queer-ihmisiin ja aseksuaaleihin. Symboli + kirjainyhdistelmän perässä viittaa myös muihin sateenkaari-ihmisiä kuvaaviin määritelmiin. Suomenkielinen versio on HLBTIQA+.

Lesbo on nainen, jonka on eroottiset, emotionaaliset tai/ja seksuaaliset tunteet kohdistuvat samaan sukupuoleen; nainen, joka on kiinnostunut naisista.

Limakalvo tarkoittaa useiden elinten ja onteloiden sisäpintaa verhoavaa kudosterrosta. Sitä on muun muassa nenässä, silmissä, suussa, peräaukossa, emättimessä ja terskassa.

Lisäkivekset ovat kivesten pinnalla, ja ne ovat tunnusteltavissa sormin. Kivesten tuottamat siittiöt varastoituvat lisäkiveksiin.

Liukuvoide tarkoittaa valmistetta, joka vähentää kitkaa esimerkiksi limakalvoilta. Liukuvoide on suositeltava lisä yhdyntään ja itsetyydytykseen. Anaaliyhdyntässä liukuvoide on välttämätön. Liukuvoidetta voi ostaa apteekista ja ruokakaupoista. Liukuvoiteita on vesi-, silikon- ja öljypohjaisia.

M

Masturbointi on synonyymi itsetyydytykselle. Se on seksuaalisen nautinnon tuottamista itselle esimerkiksi omaa kehoa ja sukuelimiä koskettelemalla.

Menkat, mensut, moonikset ovat synonyymejä kuukautisille. Ne tarkoittavat kohdun limakalvon uusiutumisesta johtuvaa verenvuotoa, joka kestää 2–8 päivää. Kuukautiset alkavat murrosiässä yleensä 10–16-vuotiaana.

Minipillerit ovat päivittäin suun kautta otettava hormonaalinen raskauden ehkäisy menetelmä. Ne sisältävät pelkästään keltarauhashormonia. Minipillerit eivät suojaa seksitaudeilta.

Monogamia tarkoittaa yksiavioisuutta tai parisuhdetta, jossa henkilöllä on kerrallaan yksi kumppani.

Munanjohdin eli munatorvi on lisääntymiselimiin kuuluva kehonosa. Se toimii munasarjasta irronneen munasolun kulkureittinä kohtuun.

Munasarjat ovat osa syntymässä tytöksi määritellyn kehon sukuelimiä. Munasarjojen tehtävä on tuottaa munasoluja ja estrogeeneja.

Munasolu on sukusolu, joka irtoaa munasarjoista kerran kuukaudessa, kun kuukautiset ovat alkaneet. Mikäli siittiö hedelmöittää munasolun, alkaa raskaus.

Munasolun hedelmöityminen tarkoittaa tapahtumaa, jossa siittiösolu kohtaa munasolun ja hedelmöittää sen.

Murrosikä on kasvu- ja kehitysvaihe nuoruudessa. Hormonaaliset muutokset käynnistävät murrosiän. Se alkaa eri nuorilla hyvin eri iässä.

Muunsukupuolinen tarkoittaa ihmistä, joka voi kokea itsensä sukupuoli-identiteettiä ei ole yksiselitteisesti miehen tai naisen, vaan niiden yhdistelmä tai jaon ulkopuolella. Jokaisella on oikeus itse määritellä tai olla määrittelemättä sukupuoltaan.

Mykoplasma genitalium on seksissä limakalvokosketuksessa tarttuva bakteeri. Se voi aiheuttaa virtsaputken ja kohdunkaulan tulehdusta. Tulehdusta voi hoitaa antibiooteilla. Tartuntaa voi ehkäistä käyttämällä kondomia tai suuseksisuoja.

N

Naisen ejakulaatiolla viitataan nesteen erittymiseen virtsaputken ympärillä olevista Skenen rauhasista seksin yhteydessä. Neste on usein vaaleaa, ja sen määrä on yleensä pieni, muutamasta tipasta millilitroihin. Neste ei sisällä sukusoluja. Se voi tapahtua orgasmin yhteydessä, mutta sitä ei voida pitää merkinä orgasmin voimakkuudesta tai edes siitä, onko orgasmi ylipäänsä tapahtunut.

Naisten kondomi eli sisäinen kondomi on ehkäisyväline, joka asetetaan emättimeen. Sen voi myös asettaa peräaukkoon sukupuoleen katsomatta. Naisten kondomi suojaa seksitaudeilta ja raskaudelta.

Neitsyys-käsitettä käytetään henkilöstä, joka ei ole kokenut seksiä toisen ihmisen kanssa. Jokainen määrittelee itse, mitä seksi itselle tarkoittaa. Käsite on vanhahtava.

Nänni on rinnan keskellä oleva, usein hieman ulkoneva osa. Nänniä ympäröivää ihoaluetta kutsutaan nännipihaksi.

O

Oraaliseksi eli suuseksi tarkoittaa sukuelinten tai peräaukon hyväilyä suulla. Siitä ei voi tulla raskaaksi, mutta seksitaudit voivat tarttua suuseksissä.

Orgasmi eli laukeaminen on nautinnon ja hyvän olon tunne, jonka voi kokea esimerkiksi itsetyydytyksen, suuseksin, käsiseksin tai yhdynnän aikana.

Ovulaatio tarkoittaa munasolun irtoamista munasarjoista. Ovulaatio tapahtuu noin kerran kuukaudessa.

P

Panseksuaali on henkilö, joka tuntee seksuaalista ja/tai emotionaalista vetoa kaikkia sukupuolia olevia ihmisiä kohtaan. Panseksuaalille kiinnostuksen kohteen sukupuolella ei ole merkitystä.

PAPA-koe on emättimen pohjasta ja kohdun suulta otettava solunäyte. Näytteenotto voi tuntua pienenä nipistykseenä alavatsalla. PAPA-näytettä ei yleensä tarvitse ottaa alle 20-vuotiaalta.

Parisuhde on kiintymykseen ja seksuaalisuuteen perustuva kahdenvälinen suhde.

Pedofiili on yli 16-vuotias henkilö, jonka seksuaalinen kiinnostus kohdistuu pysyväisluonteisesti alle murrosikäisiin lapsiin.

Penetraatio tarkoittaa yleisesti sisään työntymistä, läpäisemistä. Usein penetraatiolla viitataan emätinyhdyntään, mutta sillä voidaan yhtälailla tarkoittaa anaaliyhdyntää.

Penis eli siitin on syntymässä pojaksi määritellyn kehon sukuelin. Penis koostuu varresta ja peniksen päästä eli terskasta, joka voi olla osittain tai kokonaan esinahan alla piilossa.

PMS-oireet (premenstruaalinen oireyhtymä) tarkoittaa ennen kuukautisia tulevia oireita. Näitä oireita voivat olla esimerkiksi turvotus, väsymys, ärtyneisyys, alavatsa- ja ristiselkäkivut, päänsärky, iho-ongelmat ja rintojen arkuus.

Poikuus-käsitettä käytetään henkilöstä, joka ei ole kokenut seksiä toisen ihmisen kanssa. Jokainen määrittelee itse, mitä seksi itselle tarkoittaa. Käsite on vanhahtava.

Polyamoria on yhdessä sovittu ja yhteisymmärrykseen perustuva tapa olla romanttisissa, intiimeissä ja/tai seksuaalisissa suhteissa useiden ihmisten kanssa yhtä aikaa.

Polygamia tarkoittaa moniavioisuutta. Joissakin kulttuureissa ja maissa on perinteenä ja laillista olla useampia aviopuolisoita.

Porno/pornografia esittää näyteltyä seksiä ja alastomuutta. Pornon tarkoituksena on kiihottaa katsojaansa.

Prostituutio eli seksuaalipalvelujen myynti ja ostaminen tarkoittaa erilaisten seksuaalisten tekojen myymistä ja saamista korvausta vastaan. Seksipalvelujen myyminen ja ostaminen aikuisten välillä ei ole Suomessa rikosoikeudellisesti rangaistava teko. Seksin osto tai sen yrittäminen alle 18-vuotiaalta on rikos. Vastuu on aina henkilöllä, joka ostaa tai yrittää ostaa alaikäiseltä seksiä. Myös seksipalvelujen ostaminen parituksen tai ihmiskaupan kohteena olevalta on rikos.

Puberteetti on synonyymi sanalle murrosikä. Se on kasvu- ja kehitysvaihe nuoruudessa. Hormonaaliset muutokset käynnistävät murrosiän. Se alkaa eri nuorilla hyvin eri iässä.

Q

Queer on erityisesti tutkimuksissa ja aktivismissa käytetty ajattelutapa, jossa kyseenalaistetaan seksuaalisuutta ja sukupuolta koskevia normatiivisia näkemyksiä. Joillekin queer voi olla myös tapa kuvata omaa seksuaali- ja sukupuoli-identiteettiä.

R

Raiskaus on teko, jossa henkilö on sukupuoliyhteydessä toisen kanssa, joka ei osallistu siihen vapaaehtoisesti eli ei ole antanut tekoon suostumusta. Sukupuoliyhteydellä tarkoitetaan sukuelimen työntämistä johonkin ruumiinaukkoon ja myös jonkin esineen työntämistä emättimeen tai peräaukkoon. Raiskaus on vakava seksuaalirikos.

Rakkaus on syvä kiintymyksen tunne, joka voi kohdistua erilaisiin asioihin tai ihmisiin.

Raskaudenkeskeytys eli abortti tarkoittaa raskauden keinotekoista päättämistä. Jos haluaa keskeyttää alkaneen raskauden, on otettava mahdollisimman pian yhteyttä lääkäriin. Raskauden keskeytyksen saa raskaana olevan pyynnöstä 12. raskausviikkoon (12+0) asti. Sen jälkeen raskaus voidaan keskeyttää Valviran luvalla 20. raskausviikolle asti ja mikäli on todettu sikiövaurio, 24. raskausviikolle asti.

Raskaus on kehon tila, jossa hedelmöittyneestä munasolusta kehittyy sikiö kohdussa. Raskaus kestää kaikkiaan keskimäärin 40 viikkoa ja päättyy lapsen syntymään.

Raskaustesti on menetelmä, jolla selvitetään onko raskaus alkanut vai ei.

Rimming tarkoittaa peräaukon nuolemista seksitilanteessa.

Rinnat ovat kehonosa. Rinnat koostuvat pääosin rauhaskudoksesta, rasvakudoksesta ja sidekudoksesta.

Rintaliivit ovat rintoja tukeva ja muotoileva alusvaate.

Runkkaaminen eli itsetyydytys on seksuaalisen nautinnon tuottamista itselle omaa kehoa ja sukuelimiä koskettelemalla.

S

Sadomasokismi (SM/S&M) on seksuaalista toimintaa, johon voi liittyä esimerkiksi roolileikkejä, alistamista, alistumista, sitomista ja kivusta nauttimista. Toiminnan tulee perustua aina suostumukseen, yhteiseen haluun ja sopimukseen, ja sen tulee tuottaa nautintoa kaikille osapuolille.

Sateenkaari-ihminen tarkoittaa henkilöä, joka kuuluu seksuaali- ja/tai sukupuolivähemmistöön.

Seksi tarkoittaa erilaisia asioita eri ihmisille. Se voi olla seksuaalista mielihyvää, nautintoa ja kiihottumista tuottavaa toimintaa (esimerkiksi itsetyydytystä, koskettelua, suutelemista, yhdyntää, hyväilyseksiä, suuseksiä, anaaliseksiä), ajatuksia ja tunteita.

Seksiapuväline on väline, jota käytetään seksissä nautinnon tuottamiseksi. Seksin apuvälineet auttavat myös silloin, jos oman seksuaalisuuden toteuttaminen on estynyt esimerkiksi jostakin toimintakyvyn rajoitteesta johtuen. Seksivälineellä ja seksin apuvälineellä ei usein ole eroa, vaan kyse on samoista tuotteista.

Seksilelut ovat erilaisia välineitä ja laitteita, joiden tarkoituksena on seksuaalisen nautinnon tuottaminen itsetyydytyksessä tai seksissä kumppanin kanssa. Seksivälineitä ovat esimerkiksi klitorisiihottimet, dildot, vibraattorit ja tekovaginat.

Seksitaudit ovat bakteerien, virusten tai loisten aiheuttamia sairauksia. Ne voivat tarttua suojaamattomassa seksissä, mikäli itsellä tai seksikumppanilla on tartunta. Seksitaudeilta voi suojautua käyttämällä kondomia ja/tai suuseksisuojaajaa.

Seksitautitesti tarkoittaa virtsa-, veri- tai vanupuikkonäytettä ja sen tutkimista laboratoriossa seksitautien osalta. Testejä tehdään terveysasemilla, seksitautien poliklinikoilla ja yksityisillä lääkäriasemilla. Joissakin tilanteissa myös kotitestaus on mahdollinen. Julkisissa terveydenhuollon palveluissa seksitautien testaus on maksutonta.

Seksivälineet ovat erilaisia välineitä ja laitteita, joiden tarkoituksena on seksuaalisen nautinnon tuottaminen itsetyydytyksessä tai seksissä kumppanin kanssa. Seksivälineitä ovat esimerkiksi klitorisiihottimet, dildot, vibraattorit ja tekovaginat.

Seksuaali-identiteetiksi kutsutaan yksilön kokemusta omasta seksuaalisuudestaan. Seksuaali-identiteetti kehittyy ja muotoutuu koko elämän ajan.

Seksuaalinen aktiivisuus kuvaa yksilön seksuaalisia ajatuksia, tunteita ja seksuaalista käyttäytymistä. Aktiivisuus-sanalla voidaan tarkoittaa näiden asioiden määrää tai toistuvuutta sillä hetkellä ihmisen elämässä. Seksuaalinen aktiivisuus on yksilöllistä ja se vaihtelee elämän aikana.

Seksuaalinen halu tarkoittaa halua kokea seksuaalista mielihyvää ja nautintoa.

Seksuaalinen haluttomuus tarkoittaa sellaista seksuaalisen halun vähäisyyttä tai puutetta, joka koetaan ongelmaksi. Se on yleinen pulma, johon voi etsiä ratkaisua seksuaalineuvonnassa ja -terapiassa tai lääkärin vastaanotolla.

Seksuaalinen hyvinvointi on tärkeä osa ihmisen hyvinvointia ja se tarkoittaa tyytyväisyyttä omaan sukupuoleen ja seksuaalisuuteen. Seksuaalista hyvinvointia on se, että ihminen pystyy toteuttamaan seksuaalisuuttaan itselleen sopivalta tuntuvalta tavalla, omia ja muiden ihmisten seksuaalioikeuksia kunnioittaen.

Seksuaalinen hyväksikäyttö on rikosoikeudellinen termi. Seksuaalisesta hyväksikäytöstä on kyse, jos tekijä omaa asemaansa hyväksikäyttäen taivuttelee alle 18-vuotiaan, tekijän määräysvallan alla olevan, seksuaaliseen tekoon. Myös tilanteissa, joissa tekijä kohdistaa tekonsa henkilöön, joka on esimerkiksi sairauden, vamman, tiedottomuuden tai ikäeron vuoksi alisteisessa asemassa tekijään, on kyse seksuaalisesta hyväksikäytöstä. Arkikielessä seksuaalista hyväksikäyttöä käytetään usein synonyyminä kaikenlaiselle lapseen ja nuoreen kohdistuvalle seksuaaliväkivallalle.

Seksuaalinen häirintä on teko, joka loukkaa teon kohteeksi joutuneen henkilön itsemääräämis- ja seksuaalioikeuksia. Teon kohteeksi voi joutua lapsi, nuori, aikuinen tai iäkäs henkilö sukupuolesta riippumatta. Seksuaalinen häirintä ei välttämättä täytä rikoksen tunnusmerkkejä. Teon kohteeksi joutunut voi silti kokea käytöksen hyvin ahdistavana, loukkaavana ja/tai haavoittavana.

Seksuaalinen kaltoinkohtelu tarkoittaa kaikkia sellaisia tekoja, jotka loukkaavat toisen ihmisen seksuaalista itsemääräämisoikeutta. Kaltoinkohtelu voi olla esimerkiksi pakottamista tai painostamista seksuaalisiin tekoihin, luvaton koskettelua tai seksiviestien tai nudejen lähettämistä ilman lupaa. Kaltoinkohtelu voi tapahtua kasvotusten, puhelimen tai internetin välityksellä. Kaltoinkohtelu ei aina sisällä uhrin ja tekijän fyysistä kohtaamista.

Seksuaalinen kanssakäyminen tarkoittaa yhdessä yhden tai useamman henkilön kanssa koettua ja toteutettua seksiä.

Seksuaalinen suuntautuminen kuvaa sitä, mistä sukupuolesta/sukupuolista henkilö on kiinnostunut eroottisesti, emotionaalisesti ja/tai seksuaalisesti. Ihminen ei voi halutessaan muuttaa seksuaalista suuntautumistaan, mutta kokemus seksuaalisesta suuntautumisesta voi muuttua elämän varrella. Jokainen voi itse määritellä tai olla määrittelemättä omaa seksuaalista suuntautumistaan.

Seksuaalineuvonta on ohjausta ja neuvontaa seksiin, seksuaalisuuteen ja ihmissuhteisiin liittyvissä asioissa. Seksuaalineuvonta sisältää yleensä 1-5 keskustelukertaa.

Seksuaalioikeudet tarkoittavat yksilöiden oikeuksia päättää tietoisesti ja itsenäisesti omaan seksuaalisuuteensa liittyvistä asioista. Ne sisältävät myös velvollisuuden kunnioittaa muiden oikeuksia toteuttaessaan omia seksuaalioikeuksiaan. Seksuaalioikeudet kuuluvat kaikille.

Seksuaalirikos tarkoittaa seksuaalista itsemääräämisoikeutta loukkaavaa tekoa, joka on luokiteltu rangaistavaksi Suomen laissa. Seksuaalirikokset määritellään rikoslain 20. luvussa.

Seksuaalisuus on ihmisen perusominaisuus, jota ei voi erottaa muusta ihmisenä olemisesta. Seksuaalisuutta ovat muun muassa halut ja fantasiat, mielihyvä, seksuaalinen suuntautuminen, kokemus omasta kehosta ja sukupuoliesta ja lisääntyminen.

Seksuaaliterapia on keskusteluapua seksiin, seksuaalisuuteen ja ihmissuhteisiin liittyvissä asioissa. Seksuaaliterapia voi sisältää useita terapiakäyntejä. Terapiaan voi hakeutua itsenäisesti tai sinne voidaan ohjata esimerkiksi lääkärin vastaanotolta.

Seksuaaliterveys on se osa-alue ihmisen terveydestä, joka liittyy seksuaalisuuteen ja seksiin. Se on kasvua ja kehitystä sukupuoliseksi olennoiksi sekä itsensä ja toisen arvostamista ja suojaamista. Maailman terveysjärjestö WHO määrittelee seksuaaliterveyden seksuaalisuuteen liittyväksi kehollisen, tunteellisen, henkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tilaksi. Seksuaaliterveyden kannalta on tärkeää ymmärtää esimerkiksi se, milloin tulee hakea apua murrosikään tai seksiin liittyvien ongelmien vuoksi tai kuinka suojautua seksitaudeilta.

Seksuaaliväkivalta tarkoittaa henkilön pakottamista seksuaalisiin tekoihin ilman tämän suostumusta. Pakottaminen voi olla pelottelua, kiristystä, uhkaamista tai fyysistä vallankäyttöä. Pakottaminen voi tapahtua missä tahansa ympäristössä, kuten kotona, koulussa tai harrastuksissa. Pakottaminen voi tapahtua myös tilanteissa, joissa vastapuoli ei pysty antamaan suostumusta seksuaalisille teoille, esimerkiksi jos hän on humalassa, nukkuu tai ei muuten ymmärrä, mitä tilanteessa tapahtuu. Seksuaaliväkivalta loukkaa yksilön seksuaalista itsemääräämisoikeutta ja koskemattomuutta, ja se on aina rikos.

Selibaatti tarkoittaa tilannetta, jossa ihminen kieltäytyy erilaisista seksuaalisista teoista. Selibaatti voi kestää eripituisia aikoja.

Sexting tarkoittaa seksuaalisten kuvien, videoiden ja viestien lähettämistä ja vastaanottamista molempinpuolisella suostumuksella.

Siemensyöksy tarkoittaa siemennesteen purkautumista peniksestä. Siemenneste sisältää siittiöitä. Siittiöt voivat hedelmöittää munasolun, jolloin raskaus voi alkaa.

Siittiöt ovat sukusoluja. Mikäli siittiö hedelmöittää munasolun, joka kiinnittyy kohdun limakalvolle, alkaa raskaus.

Sinkku on henkilö, joka ei ole avioliitossa, avoliitossa tai muussa vakituksessa pari- tai muussa intiimisuhteessa.

Sooloseks on synonyymi itsetyydytykselle. Se on seksuaalisen nautinnon tuottamista itselle omaa kehoa ja sukuelimiä koskettelemalla.

Sormettaminen tarkoittaa sukuelinten hyväilemistä ja kiihottamista sormilla, kuten sormen tai sormien viemistä emättimeen tai peräaukkoon.

Spanking on ihon läimäyttelyä kämmenellä tai jollakin välineellä seksuaalisen nautinnon tai kiihottumisen lisäämiseksi. Siihen tulee olla kaikkien osapuolten suostumus ja yhteisesti sovitut säännöt.

Sperma eli siemenneste on siittiöitä sisältävää eritettä, joka purkautuu siemensyöksyn yhteydessä peniksen virtsaputkesta. Sperma koostuu sekä siittiöstä että rakkularauhasen ja eturauhasen erittämistä aineista.

Spermisidi on kemiallinen raskauden ehkäisymenetelmä. Sen ehkäisyteho on huono, eikä sitä tulisi koskaan käyttää yksinään, vaan aina jonkin muun ehkäisymenetelmän, kuten kondomin kanssa.

Squirttaaminen tarkoittaa nesteen purkautumista vulvallisen henkilön sukuelimistä voimakkaan kiihottumisen ja joskus orgasmin yhteydessä. Neste on enimmäkseen vettä ja tulee virtsarakosta, mutta se ei ole varsinaista virtsaa. Squirttaamisesta puhutaan joskus myös suihkuorgasmina.

Sterilisaatio on pysyvä raskauden ehkäisymenetelmä, jossa munanjohtimet suljetaan tai poistetaan tai siemenjohtimet katkaistaan. Sterilisaatio voidaan siis tehdä sukupuolesta riippumatta. Sterilisaatio ei vaikuta hormonituotantoon, seksuaaliseen haluun tai seksin tekemiseen.

Sukuelimet ovat elimiä, jotka usein liitetään seksuaalisuuteen tai lisääntymiseen. Sukuelimiä ovat esimerkiksi emätin eli vagina, klitoris, häpyhuulet, munasarjat, kohtu, penis ja kivekset.

Sukupuolen korjaus tarkoittaa, että ihminen korjaa syntymässä hänelle määritettyä, vääräksi koettua sukupuolta vastaamaan omaa sukupuoli-identiteettiä. Tähän voi kuulua nimen muutos, juridisen sukupuolen korjaaminen sekä erilaiset kehoon liittyvät lääketieteelliset hoidot.

Sukupuolen korjaushoito tarkoittaa sitä, että ihminen saa lääketieteellistä apua syntymässään määritetyn sukupuolen korjaamiseen, jotta se vastaa yksilön omaa kokemusta sukupuoli-identiteetistään.

Sukupuoleton tarkoittaa henkilöä, jolla ei ole sukupuoli-identiteettiä tai joka määrittelee sukupuoli-identiteettinsä sukupuolettomaksi. Jotkut sukupuolettomaksi itsensä määrittelevät käyttävät termiä agender kuvatessaan sukupuolen kokemustaan.

Sukupuoli on ominaisuus ihmisessä. Sukupuoli koostuu muun muassa geneettisistä, fysiologisista, psykologisista, sosiaalisista ja kulttuurisista ominaisuuksista. Sukupuoleen liittyvät käsitteet ja määritelmät ovat muuttuvia. Jokainen kokee sukupuolensa omalla tavallaan.

Sukupuolidysforia tarkoittaa sukupuoliristiriidan aiheuttamaa pahan olon tunnetta.

Sukupuoli-identiteetti on henkilön kokemus omasta sukupuolestaan tai sukupuolettomuudestaan. Sukupuoli-identiteetti on yksilöllinen.

Sukupuolitaudit on vanhahtava termi seksitaudeille. Seksitaudit ovat bakteerien, virusten tai loisten aiheuttamia sairauksia, jotka tarttuvat suojaamattomassa seksissä. Sen vuoksi näitä sairauksia tulisi kutsua seksitaudeiksi. Seksitaudeilta voi suojautua käyttämällä kondomia ja/tai suuseksisuoja.

Sukusolu tarkoittaa lisääntymiseen erikoistuneita soluja. Ihmisillä sukusolut ovat munasolu ja siittiö.

Suojaikärajan tarkoitus on suojata lapsia ja nuoria aikuisten tai selvästi vanhempien nuorten heihin kohdistamilta seksuaalisilta teoilta. Laissa suojaikärajoja on kaksi: 16 ja 18 vuotta. Alle 16-vuotiaalle ei saa tehdä seksuaalisia tekoja, sillä heidän ei katsota voivan antaa pätevää suostumusta seksuaaliseen tekoon itseään selkeästi vanhemman nuoren tai aikuisen kanssa. Jos aikuinen on auktoriteettiasemassa nuoreen nähden (esimerkiksi opettaja, valmentaja, perheenjäsen), suojaikäraja on 18 vuotta. Suojaikäraja ei estä nuorten keskinäisiä, suostumuksellisia suhteita.

Suostumus seksiin tarkoittaa halukkuutta osallistua seksuaaliseen tekoon, ja kykyä ilmaista tämä halukkuus omatoimisesti. Suostumus on asia, jota tarvitaan jokaisessa seksiteossa toisen henkilön kanssa. Erilaisten seksitekojen suostumuksellisuus on kommunikaatiota siitä, mitä haluaa ja mitä ei.

Suuseksi tarkoittaa sukuelinten tai peräaukon kiihottamista ja hyväilyä suulla. Suuseksistä ei voi tulla raskaaksi, mutta seksitaudit voivat tarttua siinä.

Suuseksisuoja on seksitautien ehkäisymenetelmä, jota voidaan käyttää peräaukon, vulvan tai emättimen suojana suuseksin yhteydessä. Suuseksisuojan voi tehdä kondomista, mutta niitä voi myös ostaa apteekeista tai seksivälinekaupoista.

T

Terska tarkoittaa peniksen päätä. Keskellä terskaa on virtsaputken aukko, josta virtsa ja siemenneste tulevat ulos. Terska on usein tuntoherkkä alue.

Tippuri on bakteerin aiheuttama seksitauti, joka voi tarttua suojaamattomassa yhdynnässä, suuseksissä ja seksivälineiden kautta. Tippuri todetaan seksitautitestin perusteella, ja se hoidetaan antibiooteilla.

Tiputteluvuoto tarkoittaa veristä vuotoa emättimestä muulloin kuin kuukautisten aikaan. Tällaista vuotoa kutsutaan myös välivuodoksi.

Touhutipat eli esiliukaste tarkoittaa kiihottumisen yhteydessä peniksen päästä, virtsaputken aukosta tulevaa kirkasta eritettä. Touhutippojen tarkoituksena on toimia liukasteena yhdynnässä. Touhutipat voivat sisältää siittiöitä.

Transihminen on yleiskäsite henkilölle, jonka sukupuoli-identiteetti tai sukupuolen ilmaisu eroaa siihen sukupuoleen liitetystä odotuksista, johon hänet on syntymähetkellä määritelty.

Transsukupuolisuudessa on kyse sukupuolen kokemisesta siten, että syntymähetkellä määritelty sukupuoli ei tunnu omalta. Transsukupuolisen ihmisen sukupuoli-identiteetti voi olla mies, nainen tai jotain muuta.

Transvestisuus tarkoittaa tarvetta ilmaista toistakin sukupuolta kuin mikä henkilölle on syntymässä määritelty. Transvestiitilla on mahdollisuus sisäisesti eläytyä kumpaankin sukupuoleen ja tarve ilmentää naisellista ja miehistä puolta itsessään vaihdellen, esimerkiksi käyttäytymisellä ja vaatteilla. Transvestiitti on yleensä pääosin tyytyväinen syntymässä määritettyyn sukupuoleen.

Trikomoniaasi on loisen aiheuttama seksitauti, joka voi tarttua suojaamattomassa seksissä. Se on maailmalla hyvin yleinen, mutta Suomessa nykyään harvinainen. Trikomoniaasia voidaan hoitaa antibiooteilla. Kondomi ja suuseksisuoja suojaavat tartunnalta osittain.

Tumputtaminen on synonyymi sanoille itsetyydytys ja masturbointi. Se on seksuaalisen nautinnon tuottamista itselle omaa kehoa ja sukuelimiä koskettelemalla.

Turvasana tarkoittaa sanaa tai lausetta, jota henkilö voi käyttää halutessaan keskeyttää seksitilanteen. Turvasana liittyy tyypillisesti sadomasokismiin, jossa toinen henkilö on sovitusti alistetussa asemassa ja toinen alistajan roolissa. Turvasana on etukäteen sovittu ja sen käyttö tarkoittaa, että meneillään oleva toiminta täytyy keskeyttää.

Turvaseksi on toimintaa ja tekoja, jonka seurauksena vältetään seksitaudeilta ja ei-suunnitellulta raskaudelta.

U

Urologi on lääkäri, joka on erikoistunut virtsaelinten (munuaisten ja virtsateiden) sekä miestyypillisten sukuelinten sairauksien tutkimiseen ja hoitoon.

V

Vagina on synonyymi emättimelle. Se on syntymässä tytöksi määriteltyjen sukuelinten putkimainen elin, joka yhdistää ulkoiset sukuelimet ja kohdun.

Vaginismi on emätinkouristus, jossa syntymässä naiseksi määritellyn lantionpohjanlihakset ja emätin kouristelevat tahattomasti, ja tämä tuottaa kipua. Emätinkouristus voi ilmetä esimerkiksi yhdynnässä, itsetyydytyksessä tai gynekologisessa tutkimuksessa.

Valkovuoto on vaaleaa nestettä, jota erittyy emättimen limakalvosta ja kohdunkaulan rauhasista. Se auttaa pitämään emättimen limakalvon kunnossa ja terveenä.

Varmat päivät tarkoittavat niitä kuukautiskierron päiviä, jolloin naisen ei ole teoriassa mahdollista tulla raskaaksi. Varmat päivät eivät ole luotettava raskaudenehkäisymenetelmä, sillä varsinkin nuorena ovulaatio voi tapahtua missä kuukautiskierron vaiheessa tahansa, ja siittiöt voivat elää muutamia päiviä hedelmöittämiskykyisinä munanjohtimissa.

Vastikkeellinen seksi on erilaisten seksuaalisten tekojen vaihtamista rahaan tai muuhun etuun, esimerkiksi vaatteisiin tai päihteisiin. Seksin ostaminen tai sen yritys alle 18-vuotiaalta on rikos.

Vibraattori on värisevä seksiväline. Vibraattoreja on erilaisia.

Viivästynyt siemensyöksy tarkoittaa sitä, että on jatkuvasti tai usein vaikeuksia saada siemensyöksy. Erilaiset sairaudet, psykologiset syyt, lääkitys tai päihteet voivat vaikuttaa siemensyöksyn tulemiseen. Viivästynyt siemensyöksy on ongelma silloin, kun se haittaa itseä. Asiaa kannattaa käsitellä lääkärin kanssa tai seksuaalineuvonnassa.

Vulva on nimitys syntymässä tytöksi määriteltujen ulkoisille sukuelimille. Niitä ovat häpykukkula, klitoris, sisemmät ja ulommat häpyhuulet sekä virtsaputken ja emättimen aukot.

Vulvodynia on vulvan alueella oleva kiputila. Se voi tuntua esimerkiksi pistelynä, kirvelynä ja arkuuden tunteena.

Vuorovaikutus seksissä tarkoittaa sanallista ja sanatonta kommunikaatiota seksitilanteen aikana. Vuorovaikutus on tärkeää, jotta voidaan varmistua osapuolten suostumuksesta osallistua seksiin. Vuorovaikutus myös auttaa tunnistamaan osapuolten halut, tarpeet ja toiveet seksille.

Y

Yhdistelmäehkäisytabletti on päivittäin suun kautta otettava hormonaalinen raskaudenehkäisymenetelmä. Se sisältää kahta erilaista hormonia. Yhdistelmäehkäisytabletit eivät suojaa seksitaudeilta.

Yhdynnässä penistä tai seksivälinettä liikutellaan emättimessä tai peräaukossa.

Ympärileikkaus on Suomessa lääketieteellinen toimenpide, jolla tavallisesti hoidetaan poikien kireää esinahkaa poistamalla esinahka osittain tai kokonaan. Tyttöjen ympärileikkauksille parempi termi on tyttöjen sukuelinten silpominen. Sille ei ole lääketieteellistä perustetta, ja se on Suomen laissa kielletty.

Ä

Äänenmurros tarkoittaa murrosiän vaihetta, jolloin äänessä tapahtuu muutoksia. Silloin ääni madaltuu ja muuttuu kurkunpään ja äänihuulten kasvaessa.