

# GIGI SEHAT

# *berdaya*

Panduan Seks Oral Aman



JILID 04

*@brgdea*



# PESAN DOKTER GIGI

Selamat!

Kamu sudah mau belajar cara  
bersenang-senang dengan sehat!

Zine ini ada untuk menghindari dan meminimalisir resiko  
penyakit mulut akibat infeksi menular seksual.

Sudah saatnya kita mempelajari penyakit apa saja yang dapat  
muncul di dalam mulut kita akibat seks oral yang tidak aman  
karena semua orang harus tahu resikonya.

Jadi tunggu apalagi?  
Balik halamannya dan yuk mulai membaca.

Salam Senyum Sehat,  
@drgdea



**KENALAN DENGAN SEKS ORAL**

**1**

**INFEKSI MENULAR SEKSUAL MELALUI SEKS ORAL**

**2**

**HARUS KAH BERHENTI SEKS ORAL?**

**15**

**DETEKSI DINI MULUT SECARA MANDIRI**

**17**

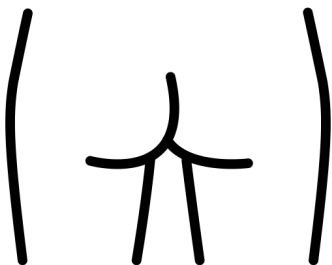
**SEKS ORAL AMAN DAN SEHAT**

**19**



# KENALAN DENGAN SEKS ORAL

Seks oral adalah pemberian rangsangan seksual yang dilakukan oleh mulut, bibir, atau lidah, baik terhadap vulva/vagina (cunnilingus), terhadap penis (fellatio), dan terhadap anal (analingus).



Dalam hubungan seksual yang konsensual, setiap individu dapat memberikan dan menerima seks oral dari individu lain yang terlibat dalam hubungan seksual yang sedang berlangsung.

Namun sayangnya, pengetahuan mengenai infeksi menular seksual yang tertular melalui seks oral tidak pernah dibahas dalam edukasi seks. Selain itu alat pengaman seperti kondom oral dan *dental dam* tidak terkenal, serta tidak dipasarkan secara masif. Bahkan kondom internal yang diletakkan dalam vagina atau anus pun kesulitan mendapatkan persetujuan untuk dapat diproduksi secara masal.



Selain itu kenikmatan seks masih berpusat pada lelaki. Kenikmatan seks perempuan jarang sekali dibahas dan mendapatkan perhatian sehingga sulit untuk membahas mengenai seks oral yang aman.

Kesehatan individu yang memberikan seks oral menjadi terabaikan demi menunjangnya kenikmatan terhadap penis saja, namun pada kenyataannya hal ini dapat merugikan kedua belah pihak baik yang memberikan maupun yang menerima seks oral.

# INFEKSI MENULAR SEKSUAL MELALUI SEKS ORAL

Terdapat berbagai penyakit yang dapat muncul dalam mulut akibat infeksi menular seksual. Infeksi ini disebabkan oleh transmisi virus, dan bakteri yang didapatkan melalui seks oral termasuk kanker dalam mulut. Anggapan bahwa seks oral tidak berisiko adalah kesalahan informasi dan dapat berdampak buruk pada kesehatan gigi dan mulutmu. Oleh karena itu kita perlu mengetahui bentuknya apa saja dan dapat disebabkan oleh apa saja.

## VIRUS

Virus yang ada pada daerah kelamin dapat berpindah ke mulut melalui seks oral, begitu pula sebaliknya. Hal ini perlu menjadi perhatian jika salah satunya sedang terjangkiti virus. Virus dapat diam dalam tubuh, namun jika tubuh sedang tidak sehat dan dalam kondisi lemah, virus akan bermanifestasi dalam mulut bahkan di daerah kelamin. Terdapat virus HPV, Herpes Simpleks dan HIV yang dapat berpengaruh pada keadaan di dalam mulut.

## BAKTERI


Dalam tubuh kita ada 39 triliun bakteri. Bakteri ini tersebar dan memiliki peranannya masing-masing. Ada bakteri yang baik dan yang jahat. Tentunya rongga mulut dan vagina, penis dan anus juga punya koloni bakterinya masing-masing. Namun apa yang terjadi jika bakteri dari penis, vagina atau anus berpindah ke mulut kita atau sebaliknya? Bakteri seperti Gonorrhea dan Chlamydia memang bisa berdampak pada tubuh kita dan bisa sembuh dengan sendirinya. Namun tak jarang mereka menimbulkan komplikasi tersendiri jika tidak diberikan pengobatan hingga membahayakan tubuh kita. Sama halnya dengan bakteri *Treponema pallidum*, bakteri yang menyebabkan syphilis ini dapat menimbulkan kelainan dalam mulut jika tak segera diobati.

# INFEKSI MENULAR SEKSUAL MELALUI SEKS ORAL

## HUMAN PAPILOMA VIRUS

*Human Papilloma Virus* yang muncul di daerah kelamin dapat berupa kutil kelamin, nama lainnya adalah *genital warts*. Jika kita melakukan seks oral kepada kelamin pasangan yang sedang memiliki kutil kelamin, mulut kita dapat terkena kutil. Kutil dalam mulut disebut *oral warts*. Begitu pula jika kita memiliki kutil dalam mulut, kemudian kita melakukan seks oral pada kelamin pasangan kita, pasangan kita dapat terkena kutil kelamin juga.

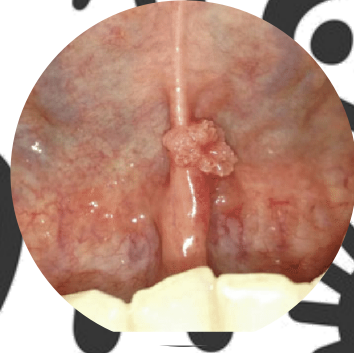
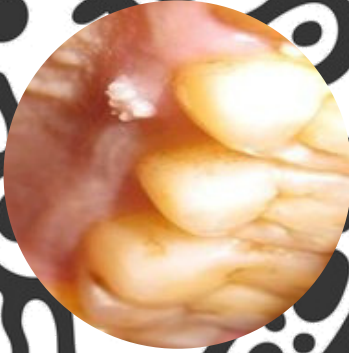
Kutil pada mulut dapat menyerang tenggorokan, lidah, gusi dan pipi bagian dalam. Pasien dapat mengalami berbagai hambatan menelan karena adanya benjolan yang tumbuh sehingga pasien akan mengalami penurunan berat badan. Selain itu virus ini dapat menumbuhkan benjolan di dalam mulut yang jika terkena gesekan dapat terasa sakit karena teriritasi. Benjolan yang dapat tumbuh ditenggorokan dapat membuat suara terdengar serak.



Ternyata virus ini  
bisa pindah-pindah  
ya...

# INFEKSI MENULAR SEKSUAL MELALUI SEKS ORAL

## HUMAN PAPILOMA VIRUS



Kutil yang tumbuh baik di mulut, kelamin maupun di kulit dapat dihilangkan dengan cara kauterisasi.

Ini adalah operasi minor yang tidak membahayakan dan dapat dilakukan dengan cepat.

Oleh karena itu segera kunjungi dokter gigi jika kamu mendapati pertumbuhan yang tidak wajar di rongga mulutmu!

Ada baiknya kamu melakukan vaksinasi HPV sesegera mungkin baik kamu yang belum atau sudah aktif secara seksual.

Namun perlu kamu inget, vaksin HPV yang tersedia hari ini hanya dapat melawan HPV dengan sub tipe tertentu terutama HPV yang menyebabkan kanker.

Sumber:

<https://www.cdc.gov/std/healthcomm/stdfact-stdriskandoralsex.htm>

<https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/15010-orpharyngeal-human-papilloma-virus-hpv-infection>

<https://www.healthline.com/health/hpv-in-the-mouth>

<http://howtogetridofwartshome.com/warts-pictures-images-symptoms/>

[https://www.researchgate.net/publication/282002347\\_Oral\\_Verruca\\_Vulgaris\\_Report\\_Of\\_Two\\_Rare\\_Cases\\_And\\_Review](https://www.researchgate.net/publication/282002347_Oral_Verruca_Vulgaris_Report_Of_Two_Rare_Cases_And_Review)

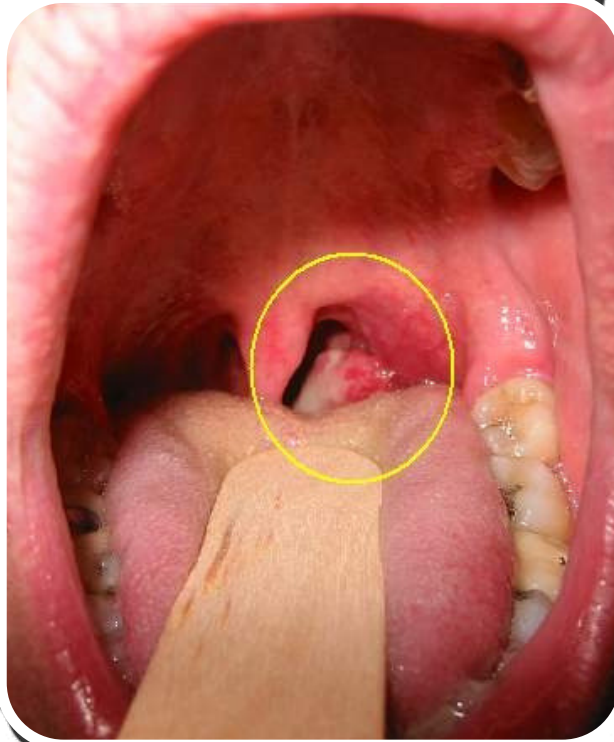
[https://www.researchgate.net/figure/Wart-like-lesion-condylomata-acuminatum-on-the-lingual-frenulum-and-related-to-sharp\\_fig1\\_321882134](https://www.researchgate.net/figure/Wart-like-lesion-condylomata-acuminatum-on-the-lingual-frenulum-and-related-to-sharp_fig1_321882134)

# INFEKSI MENULAR SEKSUAL MELALUI SEKS ORAL

## KANKER MULUT AKIBAT HPV

Terdapat banyak tipe HPV yang dapat menginfeksi jaringan di dalam mulut, dari yang jinak hingga ganas. Tipe HPV yang ganas dapat menjadi penyebab kanker orofaring atau tenggorokan. Dua per tiga dari jumlah kasus kanker ini memiliki DNA HPV di dalamnya. HPV subtipe 16 adalah tipe yang memiliki resiko tinggi yang menyebabkan kanker tenggorokan.

Perokok terutama perokok berat memiliki resiko yang lebih besar untuk terkena infeksi HPV di dalam mulut. Selain itu, kenaikan infeksi HPV yang terjadi pada daerah *tonsil* juga seringkali dibarengi dengan kenaikan infeksi HPV yang menyebabkan kanker walaupun keduanya tidak saling berhubungan.



Sumber:

<https://www.cdc.gov/std/healthcomm/stdfact-stdriskandoralsex.htm>

<https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/15010-orpharyngeal-human-papilloma-virus-hpv-infection>



# INFEKSI MENULAR SEKSUAL MELALUI SEKS ORAL

Gejala awal kanker mulut yang positif dengan HPV:

- Kesulitan menelan
- Batuk darah
- Pembengkakan di leher atau pipi
- Suara serak yang tak kunjung hilang

Ada pula gejala yang muncul jika sudah memasuki stadium kanker mulut yang lebih lanjut:

- Sakit tenggorokan
- Ada warna kemerahan atau keputihan yang tidak hilang di tonsil
- Adanya rasa sakit atau pembengkakan pada leher
- Kesulitan menelan

Gejala ini tidak selalu berarti kamu memiliki kanker mulut. Jika gejala yang disebutkan tidak hilang dalam waktu 2 minggu, segera periksakan ke dokter gigi.



Sumber:

<https://www.cdc.gov/std/healthcomm/stdfact-stdriskandoralsex.htm>

<https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/15010-orpharyngeal-human-papilloma-virus-hpv-infection>

# INFEKSI MENULAR SEKSUAL MELALUI SEKS ORAL

## HERPES SIMPLEX VIRUS

Terdapat dua tipe Herpes Simplex Virus (HSV), yaitu tipe 1 yang muncul pada daerah bibir dan tipe 2 yang muncul pada daerah kelamin. Namun akhir-akhir ini HSV tipe 1 dapat ditemukan pada daerah kelamin. Sama seperti HPV, HSV dapat berpindah melalui seks oral. Kita dapat tertular virus ini jika pasangan kita memiliki HSV di daerah kelaminnya yang berpindah melalui seks oral. Begitu pula sebaliknya, jika kita sedang terjangkiti aktif oleh virus ini di mulut maka kita memiliki potensi besar untuk menularkan HSV baik ke daerah kelamin melalui seks oral maupun ke mulut melalui ciuman dan berbagai aktifitas lainnya yang melibatkan mulut kita.

Umumnya ketika seseorang sedang terjangkiti virus ini maka tak jarang ia akan mengalami demam, kemudian muncul dengan rasa gatal dan benjolan di daerah atau tepi bibir yang dapat pecah dan membentuk luka.



Sumber:

<https://www.cdc.gov/std/healthcomm/stdfact-stdriskandoralsex.htm>

# INFEKSI MENULAR SEKSUAL MELALUI SEKS ORAL

## HERPES SIMPLEX VIRUS

Tentu benjolan yang muncul akibat virus ini akan hilang dengan sendirinya dan dapat diberikan salep untuk meringankan rasa sakit, namun bukan berarti virus ini sepenuhnya hilang dari tubuh. Virus ini menginfeksi kembali jika keadaan tubuh tidak dalam keadaan sehat.

Tanpa sadar kita bisa saja memiliki virus ini di dalam mulut atau di kelamin kita ataupun menularkannya kepada pasangan kita, karena ketika kita terinfeksi virus ini, gejala tidak langsung muncul keesokan harinya namun butuh waktu berbulan-bulan untuk akhirnya muncul di mulut kita.

Gejala akan muncul ketika kekebalan tubuh kita sedang memburuk, dan tak jarang hal ini dibarengi dengan kesehatan mental yang tidak baik.

Selain seks oral, virus ini dapat tertular melalui alat makan dan minum yang dipakai dengan bersamaan, atau kontak langsung dengan daerah mulut yang timbul benjolan karena HSV.

Umumnya virus ini akan sembuh dengan sendirinya namun jika kamu memiliki demam dan rasa tidak nyaman ada baiknya kamu ke dokter gigi agar dapat diberikan pengobatan untuk mengurangi rasa sakitmu.

Sumber:

<https://www.cdc.gov/std/healthcomm/stdfact-stdriskandoralsex.htm>

# INFEKSI MENULAR SEKSUAL MELALUI SEKS ORAL

## HUMAN IMMUNODEFICIENCY VIRUS

Beberapa hal yang perlu diperhatikan mengenai penularan HIV melalui seks oral:

- Memberikan seks oral kepada orang dengan HIV (ODHIV), di penis atau vagina memiliki resiko untuk tertular HIV walaupun resikonya kecil.
- Memberikan seks oral kepada ODHIV, di anus terlaporkan dapat mentransmisikan virus ini.
- Menerima seks oral dari ODHIV pada penis, vagina dan anus dapat beresiko tertular HIV walaupun resikonya sangat kecil.
- Hal yang penting untuk diperhatikan adalah *viral load* atau tingkat virus yang ada pada tubuh.

Penularan virus ini butuh waktu bertahun-tahun hingga dapat didiagnosa dengan HIV. Selama proses infeksi, tubuh kita tidak akan memiliki gejala yang signifikan. Oleh sebab itu ketika kita terdiagnosa memiliki HIV positif, maka segeralah ke dokter untuk mendapatkan perawatan dengan obat Anti Retro Viral (ARV) agar kekebalan tubuh kita dapat terjaga.

Sumber:

<https://www.cdc.gov/std/healthcomm/stdfact-stdriskandoralsex.htm>  
<https://www.hiv.va.gov/provider/image-library/oral.asp?post=1&slide=260>  
<https://www.verywellhealth.com/candidiasis-thrush-hiv-aids-48918>  
<https://www.hiv.uw.edu/go/basic-primary-care/oral-manifestations/core-concept/all>

# INFEKSI MENULAR SEKSUAL MELALUI SEKS ORAL

## HUMAN IMMUNODEFICIENCY VIRUS

Pada ODHIV yang tidak mendapatkan atau menjalankan perawatan ARV, kondisi tubuh dapat memburuk. Hal ini berdampak pada keadaan mulut. Pada pasien HIV yang tak terawat dapat muncul benjolan yang disebabkan oleh virus HPV dan HSV. Selain itu, mulut dapat terkena sariawan, jamur, pembengkakan pada gusi, bercak putih hingga perubahan pada lidah yang tak bisa dihilangkan sehingga menjadi tidak nyaman bagi ODHIV.



# INFEKSI MENULAR SEKSUAL MELALUI SEKS ORAL

## BAKTERI CHLAMYDIA & GHONORREA

Beberapa hal yang perlu diperhatikan mengenai penularan salah satu atau kedua bakteri tersebut melalui seks oral:

- Memberikan seks oral kepada orang yang terinfeksi Chlamydia dan/atau Ghonorrea pada penisnya atau vaginanya atau saluran kencingnya atau anusnya, memiliki resiko untuk terkena infeksi pada tenggorokan.
- Menerima seks oral dari orang yang terinfeksi dengan Chlamydia dan/atau Ghonorrea di tenggorokannya, berpotensi menularkan bakteri tersebut kepada penis atau vagina atau anus.

Masih perlu lebih banyak penelitian mengenai transmisi kedua bakteri tersebut melalui seks oral.

Walaupun demikian, bakteri dapat menginfeksi tenggorokan dan memberikan gejala yang tidak nyaman kepada penderitanya. Sehingga orang yang terinfeksi oleh bakteri tersebut pada tenggorokannya dapat menyebabkan radang tenggorokan.

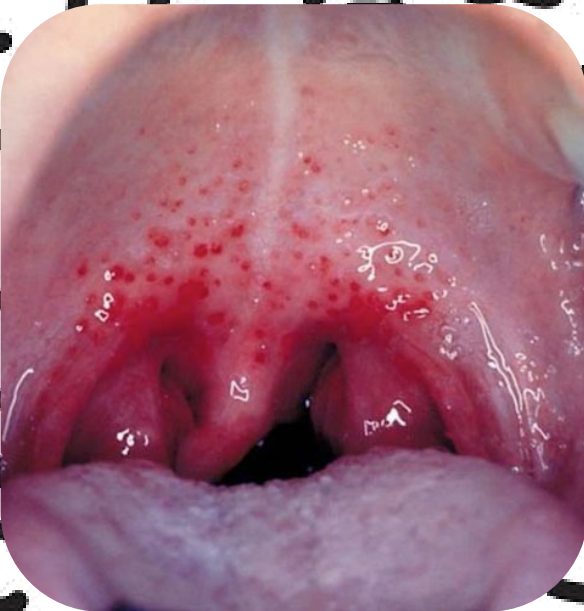
Sumber:

<https://www.cdc.gov/std/healthcomm/stdfact-stdriskandoralsex.htm>

# INFEKSI MENULAR SEKSUAL MELALUI SEKS ORAL

## BAKTERI CHLAMYDIA & GHONORREA

Infeksi tenggorokan oleh kedua bakteri tersebut dapat disembuhkan, dengan antibiotik. Jika tidak segera disembuhkan maka akan berpotensi menyebarkan infeksi ke pasangan dan memiliki jangka panjang yang buruk.



Penampakan radang tenggorokan oleh bakteri chlamydia dan/atau gonorrhea memiliki kesamaan dengan radang tenggorokan pada umumnya.

Sumber:

<https://www.cdc.gov/std/healthcomm/stdfact-stdriskandoralsex.htm>

# INFEKSI MENULAR SEKSUAL MELALUI SEKS ORAL

## BAKTERI CHLAMYDIA & GHONORREA

Infeksi bakteri yang tidak diberi pengobatan ini dapat menyebabkan:

- Pada tenggorokan yang terinfeksi oleh salah satu dari kedua bakteri tersebut, dapat menularkan pasangannya seksualnya melalui seks oral atau bahkan sekedar ciuman.
- Bakteri gonorrea dapat tersebar keseluruh tubuh dan menyebabkan radang pada kulit dan sakit sendi. Kondisi ini disebut *disseminated gonococcal infection*. Jantung dapat terinfeksi sehingga dapat membahayakan nyawa.
- Bakteri gonorrea juga dapat menginfeksi bayi ketika proses kelahiran, dan dapat menyebabkan kebutaan, infeksi sendi atau infeksi darah yang dapat membahayakan nyawa.
- Bakteri chlamydia dapat menyebabkan bayi lahir prematur atau berat badan bayi kecil dibawah rata-rata.
- Bakteri chlamydia juga dapat menginfeksi bayi ketika proses kelahiran, dan dapat menginfeksi mata dan saluran pernafasan yang dapat berujung pada pneumonia.
- Pada vagina, salah satu dari kedua bakteri tersebut dapat menyebabkan pelvic inflammatory disease (PID) yang dapat berujung pada chronic pelvic pain (rasa sakit pelvis kronis), infertilitas dan kehamilan ektopik.
- Pada penis, salah satu dari kedua bakteri tersebut dapat menyebabkan *epididymitis*, kondisi menyakitkan pada duktus yang terlekat pada testikel sehingga dapat menyebabkan perlukaan duktus.

Sumber:

<https://www.cdc.gov/std/healthcomm/stdfact-stdriskandoralsex.htm>



# PENYAKIT MENULAR SEKSUAL MELALUI SEKS ORAL

## SYPHILLIS

Syphilis disebabkan oleh bakteri *treponema pallidum*.

Bakteri ini dapat menyebabkan lesi atau luka yang tidak sakit pada vagina, anus, penis, skrotum dan mulut. Infeksi bakteri ini seringkali tidak terasa sakit, maka orang sering kali tidak sadar jika telah terinfeksi. Bakteri ini dapat berpindah melalui aktifitas seksual salah satunya melalui seks oral.

Seorang bayi dapat terlahir dengan kelainan bawaan lahir yang disebabkan oleh syphilis yang diderita oleh ibunya selama masa kehamilan.

Selain itu syphilis dapat menyebabkan bayi meninggal saat kelahiran.

Syphilis dapat disembuhkan dengan pengobatan. Jika tidak segera ditangani maka akan memberikan dampak kesehatan yang permanen. Dampak tersebut berupa: kerusakan otak, kerusakan organ internal, kelumpuhan, kebutaan, dimensia bahkan kematian.

Penyakit syphilis yang dibiarkan dapat termanifestasi dalam mulut.

Penyakit ini dapat mengakibatkan lesi pada jaringan mulut termasuk lidah, dan membuat lubang pada langit-langit mulut.



Sumber:

<https://www.cdc.gov/std/healthcomm/stdfact-stdriskandorsex.htm>

<https://www.plannedparenthood.org/learn/stds-hiv-safer-sex/syphilis>

<https://www.std.uw.edu/go/pathogen-based/syphilis/core-concept/all>

<https://www.semanticscholar.org/paper/Palatal-perforations%3A-past-and-present.-Two-case-a-Bains-Hosseini-Ardehali/b0c2725cd1388e6ae59709c650ecaef360235ee9/figure/0>

# HARUSKAH BERHENTI SEKS ORAL?


Seks oral tanpa pengaman bisa beresiko dan menularkan penyakit seksual, namun bukan berarti kita tidak bisa melakukan seks oral dengan aman dan sehat. Tentunya kita bisa berangkat dari kejujuran antara pasangan kita dan orang-orang yang akan terlibat dalam hubungan seksual kita.

Kita bisa mulai dari hal-hal sederhana yang dapat kita lakukan untuk diri kita sendiri hingga tukar informasi. Berikut beberapa tips yang bisa kita lakukan:

- Jika kamu memiliki kehidupan seksual yang aktif, pastikan kamu memeriksakan darah 3 bulan sekali, serta melakukan pemeriksaan menyeluruh setahun sekali untuk memeriksa apakah terdapat bakteri di kelaminmu.
- Periksakan dirimu ke dokter gigi jika kamu memiliki keluhan atau menemukan benjolan, atau hal yang membuatmu tak nyaman di ralam rongga mulut kamu.
- Periksakan dirimu ke dokter kandungan atau ke dokter kulit dan kelamin jika kamu memiliki keluhan atau menemukan benjolan, rasa gatal atau hal yang membuatmu merasa tak nyaman di daerah vagina, vulva, penis, anus dan sekitarnya.
- Segera jalani pengobatan jika kamu diketahui memiliki salah satu penyakit kelamin dan/atau penyakit mulut dan ikuti anjuran dokter dan/atau dokter gigi dalam menjalankan pengobatan tersebut agar memperoleh kesembuhan yang maksimal.

# HARUSKAH BERHENTI SEKS ORAL?

- ✓ Jangan segan untuk bertanya kepada pasanganmu kapan terakhir kali ia memeriksakan dirinya.
- ✓ Jangan segan untuk meminta pasanganmu mengenakan alat pengaman.
- ✓ Jangan segan untuk menanyakan kapan terakhir kali ia melakukan hubungan seksual dan seks oral serta apakah dia melakukannya dengan aman atau tidak.
- ✓ Jangan segan untuk bertanya dan saling terbuka mengenai kondisi tubuh kamu dan pasangan, periksakan apabila terdapat kondisi yang tidak wajar terutama pada alat kelamin dan mulut.
- ✓ Lakukan pemeriksaan mandiri dalam mulut kamu untuk melihat apakah ada pertumbuhan dan/atau perubahan yang tiba-tiba muncul.









Kamu aman kan babe?

Aman dong babe!

# DETEKSI DINI MULUT SECARA MANDIRI

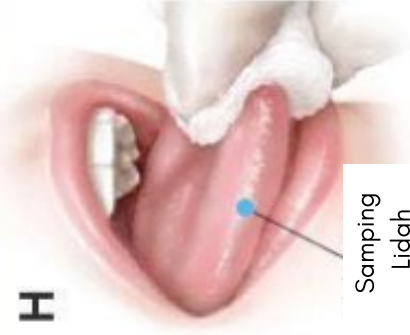
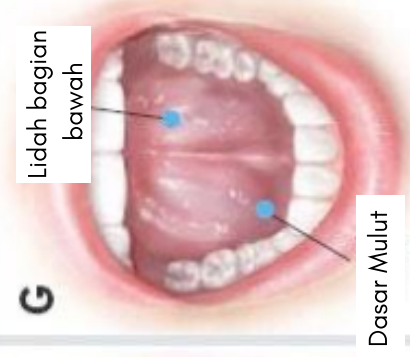
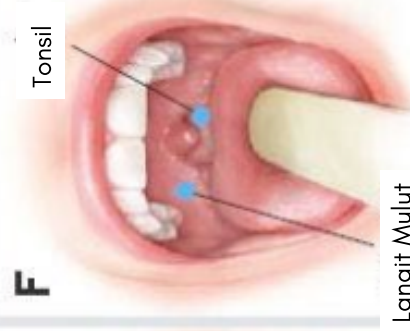
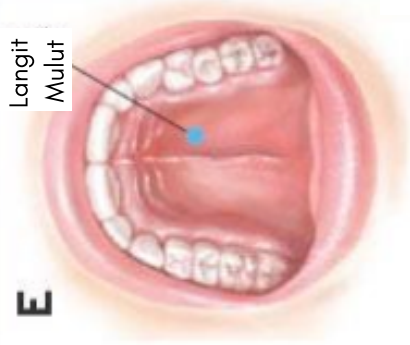
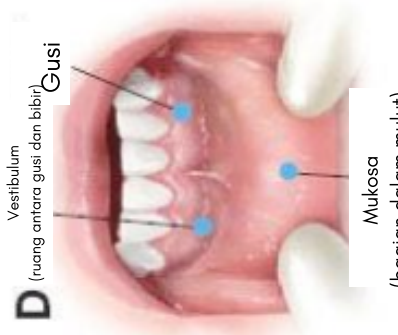
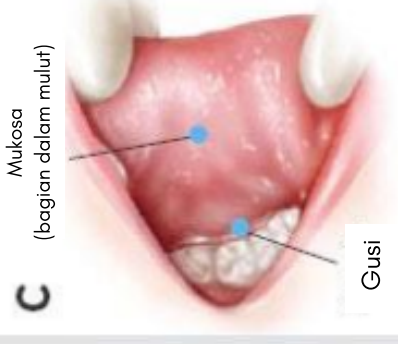
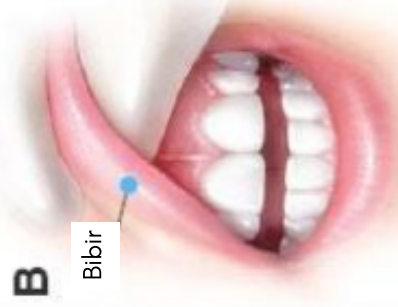
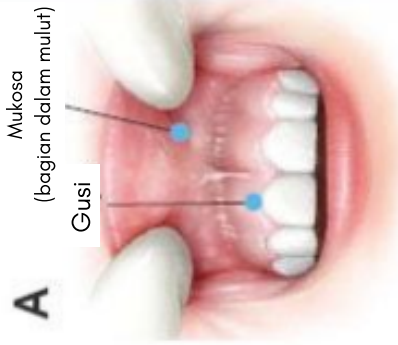
Kamu bisa memeriksakan mulut kamu secara mandiri dan tidak perlu takut jika kamu merasakan ada yang tidak nyaman dalam mulut kamu. Berikut caranya:

-  Copot semua gigi palsu lepasan yang ada di dalam mulut.
-  Lihat dan rasakan bibir dan gusi kamu, apakah ada penampakan yang menurut kamu tidak wajar.
-  Rasakan dengan lidah langit-langit mulut kamu.
-  Tarik pipi kamu untuk melihat bagian dalam pipi serta sisi lain gusi kamu yang biasanya tak terlihat.
-  Julurkan lidah dan perhatikan seluruh permukaannya.
-  Perhatikan jika ada benjolan atautkah ada pembesaran kelenjar getah bening di kedua sisi leher termasuk rahang bagian bawah.

## **Perhatikan jika ada bentuk-bentuk berikut ini:**

- Bercak putih dan/atau merah terang #
- Radang yang sulit sembuh dan mudah berdarah #
- Benjolan yang tidak normal atau penebalan jaringan dalam mulut #
- Radang tenggorokan kronis atau serak #
- Kesulitan mengunyah dan menelan #
- Benjolan di leher #

# DETEKSI DINI MULUT SECARA MANDIRI



# SEKS ORAL AMAN DAN SEHAT

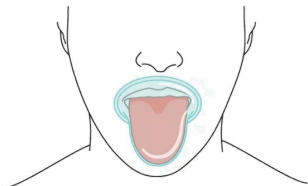
Seks oral bisa aman dan sehat serta menyenangkan jika kita sama-sama mau mempraktikannya. Jangan sampai atas nama kenikmatan kita abai terhadap kesehatan kita terutama kesehatan gigi dan mulut kita.

Berikut alat pengaman yang dapat digunakan untuk seks oral:



**Kondom** merupakan alat pengaman yang dapat mengurangi resiko penyebaran infeksi kelamin ke mulut. Untuk menghindari rasa yang tidak menyenangkan, pilih kondom yang tidak memiliki rasa, wangi tertentu dan pelumas agar lebih nyaman ketika melakukan seks oral. Kondom diletakkan pada penis atau bisa digunakan untuk melindungi lidah.

**Dental dam** merupakan bahan dari latex yang digunakan oleh dokter gigi agar menjaga daerah kerja dokter gigi dari kelembaban, namun alat ini juga dapat digunakan untuk melakukan seks oral pada daerah sekitar vagina dan anus. Kamu bisa menanyakan pada dokter gigi kamu dimana bisa mendapatkannya.



**Kondom lidah** adalah salah satu kreasi yang kita bisa buat dari dental dam ataupun kondom untuk melindungi mulut kita agar tidak terkontaminasi dengan cairan-cairan tubuh yang berasal dari penis, vagina atau anus. Beberapa kondom lidah sudah ada di pasaran namun sulit didapatkan. Pastikan bahannya terbuat dari latex, untuk kenyamanan hindari bahan kondom atau lateks dengan pelumas.

**Pastikan untuk membuang alat pengamanmu setelah menggunakannya!**

Sumber gambar:  
<https://www.healthline.com/>

Sayangnya alat pengaman seks oral belum begitu banyak diproduksi dan dijual bebas.

Walaupun ada, alat pengaman ini tidak diproduksi secara masif dan masih menemui berbagai hambatan dalam mendapatkan izin produksinya dibanding dengan kondom penis.

Hal ini terjadi karena fokus kenikmatan masih berpusat pada penis dan mengabaikan kenikmatan dan kesehatan mulut, vagina dan anus karena perempuan masih dilihat sebagai pemuas nafsu semata.

Seks oral sama sekali tidak menyebabkan kehamilan.

Minimnya pengetahuan mengenai penyakit mulut menghambat pemasaran alat pengaman seks oral.

Masyarakat pun masih tabu untuk membicarakan mengenai hal ini, bahkan pokok bahasan seks oral tidak terlalu dibahas dalam kurikulum.

Setiap alat pengaman hanya dapat digunakan sekali saja karena jika digunakan berkali-kali, memperbesar resiko infeksi.

Individu yang aktif secara seksual dan berganti-ganti pasangan memiliki resiko lebih besar terkena infeksi menular seksual yang dapat tampak pada mulut, namun bukan berarti ini menjadi pembenaran untuk menjauhi orang-orang yang memiliki penyakit tertentu.

Jika memiliki keluhan di dalam mulut segera ke dokter gigi.



Seks oral tidak menyebabkan infeksi kelamin, namun seks oral tanpa pengaman dapat mentransmisikan atau memindahkan berbagai macam virus dan bakteri yang dapat berdampak pada kesehatan gigi dan mulut kita.

Setiap orang berhak atas seks oral yang aman, nikmat dan menyenangkan asal konsensual!