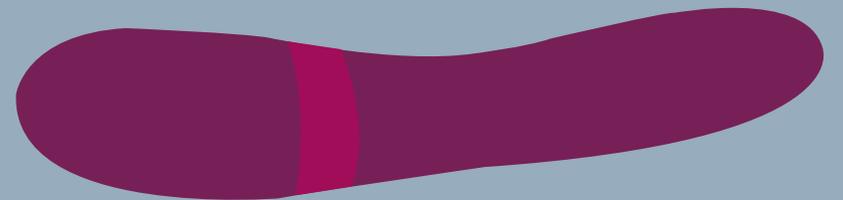
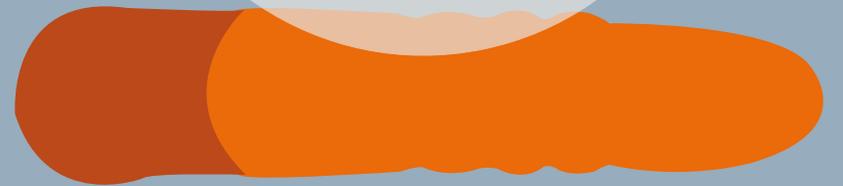




lesklamydias@gmail.com
www.klamydias.ch

Guide
pour l'entretien
des sex-toys



Les sex-toys et autres objets sexuels font peut-être partie de votre quotidien. Nous vous présentons ce petit guide qui permet de savoir quelles précautions prendre pour leur utilisation et leur entretien. Pour que le plaisir soit au rendez-vous, pas les infections!

NOS PRINCIPALES RECOMMANDATIONS:

En duo, en trio...

- **Pour être safe à 100%**, le mieux est de recouvrir le sex-toy avec un **préservatif** qui est à remplacer à chaque changement d'orifice et de partenaire.
- Si vous ne souhaitez pas avoir recours à des préservatifs quand vous utilisez des sex-toys, il est impératif de les **désinfecter et de les passer sous l'eau à chaque changement d'orifice et de partenaire**. Le fait de ne pas les désinfecter vous expose à des infections sexuellement transmissibles (IST).
- Il est plus que conseillé de **désinfecter le sex-toy avant (et après) chaque utilisation et de le passer sous l'eau après l'avoir désinfecté**. L'entretien du sex-toy dépend de la matière à partir de laquelle il a été conçu (cf. tableau ci-contre).
- **Ne jamais nettoyer** un sex-toy avec du **savon** car ce dernier assèche le sex-toy, lui fait perdre de son élasticité et finit donc par le détériorer. De plus, le nettoyage au savon ne désinfecte pas le sex-toy.

En solo

- Pour éviter de s'auto-contaminer, il est aussi nécessaire de désinfecter le sex-toy avant (et après) chaque utilisation et de le passer sous l'eau après l'avoir désinfecté.
- Si vous ne voulez pas avoir une infection vaginale très désagréable lorsque vous utilisez votre sex-toy en solitaire, il est également impératif de le **désinfecter et de le passer sous l'eau avant de passer d'une pénétration anale à une pénétration vaginale**.

Le lubrifiant, un allié qui s'impose

- Le **lubrifiant à base d'eau** a l'avantage de ne pas tacher et de ne pas rester collé sur les muqueuses mais a l'inconvénient de sécher très vite. Il protège donc moins efficacement les muqueuses des micro-fissures qui facilitent l'entrée des IST. Ne pas hésiter à rajouter régulièrement du lubrifiant sur le sex-toy pendant son utilisation.
- Le **lubrifiant à base de silicone** a l'avantage d'avoir un pouvoir lubrifiant environ cinq fois plus élevé que celui à base d'eau. Cet avantage lui permet de protéger les muqueuses plus efficacement pendant toute l'utilisation du sex-toy et donc d'éviter les micro-fissures qui facilitent l'entrée des IST. Il a cependant l'inconvénient de rester collé aux muqueuses, ce qui peut empêcher la fluidité de la flore vaginale ou anale qui protège contre les IST. En cas de **pénétration anale**, préférer le lubrifiant en **silicone** car la muqueuse anale est fine et fragile et donc beaucoup plus susceptible d'être blessée. Ne pas utiliser un lubrifiant en silicone avec un sex-toy en silicone à moins d'avoir un lubrifiant siliconé conçu exprès pour les sex-toys en silicone. Le lubrifiant à base de silicone est compatible avec le préservatif.
- Chacun-e a une **lubrification naturelle** différente. Le mieux est de tester les deux types de lubrifiant pour voir lequel vous convient le mieux.
- Il est recommandé de ne pas utiliser d'huile végétale comme lubrifiant à moins de s'être renseigné-e auparavant auprès d'un-e spécialiste.

LES MATIÈRES DES SEX-TOYS ET LEUR ENTRETIEN

Matière du sex-toy	+	-	Entretien
Silicone	Excellente qualité Non poreux Hypoallergénique Inodore	Sex-toys souvent plus chers	Désinfectant adapté* Non compatible avec un lubrifiant à base de silicone
Elastomère	Excellente qualité Non poreux Hypoallergénique Inodore Plastique souple	Sex-toys souvent plus chers	Désinfectant adapté*
Verre/Métal	Excellente qualité Non poreux Hypoallergénique Inodore Matières recommandées pour les personnes qui aiment jouer avec le chaud/froid: il est déconseillé d'utiliser ces sex-toys pour des pénétrations vaginales car les différences de température provoquent très facilement des cystites.	Pour le verre, vérifier avant chaque usage qu'il ne soit pas ébréché	Désinfectant adapté* Eau bouillante pour les sex-toys sans pile (immerger le sex-toy pendant au moins 10 minutes)
Jelly (latex gélatineux)	Très bon marché	Assez mauvaise voire très mauvaise qualité Poreux Allergène	Désinfectant adapté* Non compatible avec un lubrifiant à base de silicone

* Les désinfectants adaptés peuvent être sprayés ou étalés directement sur le sex-toy et rincés à l'eau avec des mains lavées au savon. Il est possible de trouver des désinfectants dans les magasins et sur les sites spécialisés:
<https://shop.sante-sexuelle.ch/fr/home>