

Belangrijk !

De betrouwbaarheid van condooms is mede afhankelijk van juist gebruik :

- Sommige mensen moeten wennen aan het gebruik van condooms en vinden het storend om tijdens het vrijen een condoom om te doen. Oefening baart kunst en soms moet je keuzen maken voor je eigen gezondheid.
- Op iedere condoomverpakking hoort er een datum te staan tot wanneer het te gebruiken is. Gebruik nooit condooms na de vervaldatum.
- Altijd zorgen dat je een condoom bij je hebt en iedere keer gebruikt.
- Bewaar condooms niet op warme plaatsen zoals in de auto of broekzak. Stop ze niet in de koelkast of op plaatsen waar ze gemakkelijk beschadigen.
- Pas op voor beschadiging met nagels, tanden of andere scherpe voorwerpen. Denk hierbij aan scharen, piercings enz.
- Rol een condoom niet eerst uit voor het gebruik.
- Niet eerst "even" zonder condoom seks hebben en op het laatst een condoom omdoen. In het vocht dat uit de penis komt voor de eigenlijke zaadlozing zitten al zaadcellen.
- Gebruik nooit twee condooms over elkaar. Door wrijving bestaat de kans op scheuren of afglijden.
- Na de zaadlozing op tijd en op de juiste wijze de penis terugtrekken.
- Na elke omgang controleren op lekkage en zonodig de "emergency contraceptie" halen (binnen 72 uur) ter voorkoming van zwangerschap.
- Gebruik een condoom nooit meer dan een (1) keer. Als je meerdere keren achter elkaar vrijt, bij de volgende omgang een **nieuw** condoom gebruiken.

Als het condoom scheurt of als er per ongeluk spermacellen in de vagina terecht zijn gekomen, kun je ter voorkoming van zwangerschap, binnen 72 uur bij Lobi of jouw huisarts terecht voor een "emergency contraceptie".

Als jij je over overdracht van ziekten zorgen maakt, doe voor de zekerheid een SOI en/of HIV test.

U kunt bij Stichting Lobi ook terecht voor :

Pil, Prikpil, Condoom (mannen en vrouwen)
Spiraal (inbrengen, controle en verwijderen)
Emergency contraceptive (Morning after pill)
Baarmoederhalskanker onderzoek (Papsmear of VIA)
Borst onderzoek, Prostaat onderzoek
HIV-test + counseling
Familyplanning voor HIV+ koppels
Gonorrroe en Chlamydia onderzoek (SOA)
Fluoranalyse
Kinderwens begeleiding, Sperma analyse
Zwangerschapstest, Intra Uterine Inseminatie,
Echografie (Zwangerschap en spiraal controle)
Bloedsuikertest (Glucose onderzoek)
Cholesterol test, Bloeddrukmeting
Counselingsgesprek , Consult bij de arts
Educatie & training.



STICHTING LOBI

- Paramaribo : Fajalobistraat # 16 tel.: 400444
- Lelydorp : Fajalobilaan # 103 tel.: 367227
- Nickerie : Bharosstraat # 44 tel.: 231533
- Website : www.lobisuriname.org
- E-mail : lobi@lobisuriname.org of lobi@lobi.sr

**MEER
OVER HET
CONDOOM**



Haal je condooms
vandaag nog!

Voorkom zwangerschap en
seksueel overdraagbare infecties (SOI, HIV/AIDS)



Wat is het condoom

Het condoom is een dun, rekbaar rubberen hoesje dat gedragen wordt over de stijve penis. Het zorgt ervoor dat de zaadcellen (sperma) van de man niet in de vagina van de vrouw terechtkomen.

Het condoom biedt een grote bescherming tegen zwangerschap en/of het krijgen van HIV/AIDS en andere seksueel overdraagbare infecties.

Helemaal 100% is deze bescherming echter niet.

Voordelen

- Condooms beschermen op een natuurlijke manier.
- Condooms beschermen je niet alleen tegen ongewenste zwangerschap, maar ook tegen SOI, HIV /AIDS.
- Condooms zijn klein en kunnen gemakkelijk worden meegenomen.
- Condooms gebruik je alleen als je ze nodig hebt.
- Voor condooms hoeft je niet naar de dokter en ze zijn op vele plaatsen verkrijgbaar.
- Na een zwangerschap is het condoom een uitstekend voorbehoedmiddel. Door de natuurlijke werking krijgt het lichaam van de vrouw tijd om te herstellen.

Enkele nadelen

- Condooms hebben nauwelijks bijwerkingen. Mogelijke klachten kunnen zijn; irritatie of gevoeligheid bij man en/of vrouw aan de geslachtsorganen.
- Een condoom kan afglijden of scheuren, vooral als de omgang ruw of onhandig is.

- Sommigen zeggen dat ze door het condoom "minder" voelen.

Gebruik



1.



2.

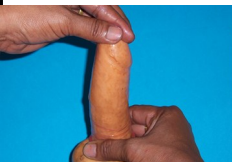


3.

1. Doe het condoom pas om als de penis helemaal stijf is. Vermijdt contact tussen de penis en het lichaam van de partner vóór het condoom is aangebracht.

2. Scheur de verpakking voorzichtig open en haal het condoom eruit.

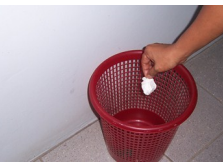
3. Controleer of het af te rollen gedeelte zich aan de buitenzijde van het condoom bevindt. Knijp het topje van het condoom stevig dicht tussen duim en wijsvinger, want daar moet ruimte blijven om het sperma op te vangen.



4.



5.



6.

4. Plaats het condoom op de top van de penis en rol het over de penis af.

Blijf het topje ingedrukt vasthouden, zodat er geen lucht in komt.

Stop als het niet makkelijk afrolt, misschien zit het condoom aan de verkeerde zijde.

Pak een nieuw condoom, want voorvocht uit de penis kan al op het condoom gekomen zijn.

5. Houdt het condoom na de zaadlozing aan de rand vast, vóórdat de penis wordt teruggetrokken en slap wordt. Zo voorkom je dat het condoom afglijdt. Vermijdt contact van de penis of het gebruikte condoom met het lichaam van de partner.

6. Maak een knoop, zet het condoom na gebruik in papier of zak en gooi het in de vuilnisbak. Nooit in het toilet.

Soorten condooms

- Met en zonder glijmiddel. Glijmiddel kan wel of niet zaaddodend zijn. Informatie hierover staat meestal op de verpakking.
- Met en zonder tuitje. Aan de top van het condoom kan er extra ruimte zijn om het sperma op te vangen.
- Verder zijn er dunnere en dikkere condooms, met geur en geurloos, gekleurde of kleurloze condooms en extra sterke condooms voor anaal contact als bescherming tegen SOI/ HIV.

Als er gevoeligheid / irritatie optreedt bij bepaalde merken of soorten condooms, probeer in dat geval dan een condoom van een ander merk of materiaal.

Libi wan verantwoordu lobi libi !

Er zijn ook andere manieren om veilig te vrijen om zwangerschap en/of SOI of HIV te voorkomen, bijv. :

- condooms (erbij) gebruiken.
- er voor kiezen om (nog) geen omgang te hebben.
- houden aan 1 (één) partner