

Obstajajo različne vrste kondomov. Ko govorimo o kondomu, navadno mislimo na moški kondom, ki se natakne na penis. Poleg moškega kondoma obstaja tudi ženski kondom, ki se vstavi v vagino. V nadaljevanju bomo govorili o moškem kondomu.

Kako učinkovit je kondom?

Kondom mehanično prepreči izliv semena v nožnico. Ob uporabi kondoma v enem letu zanosi dvanajst od stotih žensk (88% učinkovitost). Verjetnost zanositve na en spolni odnos je 1 : 2500.

Danes postaja vse bolj pomembna t.i. dvojna zaščita, kombinacija kontracepcijskih tablet (zaščita pred neželeno nosečnostjo) in kondoma (zaščita pred neželeno nosečnostjo in SPB). Zagotovo je dvojna zaščita metoda izbora "danes" in "jutri".

Materiali, iz katerih so kondomi

Kondomi so kontracepcijski pripomočki, ki so narejeni iz lateksa, plastičnih mas ali živalskega tkiva in imajo obliko tulca. Najbolj učinkoviti pri zaščiti proti okužbi s SPB in virusom HIV so lateksni kondomi, ki so tudi najlažje dostopni. Ljudje, ki so alergični na lateks lahko uporabljajo kondome iz poliuretana. Takšni kondomi so tanjši in povečajo občutljivost, zato jih uporabljajo tudi nekateri pari, ki niso alergični na lateks. Slaba stran teh kondomov pa je, da se hitreje pretrgajo kot drugi kondomi.

Vrste kondomov

Poznamo različne oblike kondomov in večina jih ima na koncu nekakšen žepek oz. "rezervoar" za spermo. Kondomi so lahko gladki, nagubani oz. rebrasti, različnih barv in celo okusov. Na voljo so okusi breskve, pomaranče, limone, čokolade, vanilije, mentola, jagode, banane, češnje, pasijonke, manga, sladkega korena, maline...

Večina kondomov je prekritih z lubrikanti (silikonske snovi, lubrikanti na osnovi vode...), ki olajša natikanje kondoma in njegovo uporabo. Mnogim kondomov je dodan spermicid, ki nudi dodatno zaščito.

Kdaj uporabo kondoma priporočamo?

Kondom je neškodljiv kontracepcijski pripomoček. Primeren je za vse pare, tako za dolgotrajno in stalno uporabo kot za občasno uporabo. Kondom varuje pred okužbo s spolno prenosljivimi boleznimi (aids, genitalni herpes, papiloma virus, gonoreja...), zato ga posebno priporočamo osebam, ki menjavajo spolne partnerje in mladim na začetku spolnega življenja. Lahko ga kupite v lekarnah, drogerijah, na bencinskih črpalkah in še v nekaterih drugih prodajalnah.

Pogosta vprašanja

Ali je potrebno med spolnim odnosom uporabljati kondome?

Da, ker uporaba kondoma zaščiti oba partnerja pred spolno prenosljivimi boleznimi in zanositvijo.

Kako naj prepričamo mojega partnerja, da uporabi kondom?

Včasih je težko govoriti o kondomih, ampak naj to ne bo ovira, ko gre za vaše zdravje. Oseba, s katero bi želeli imeti spolni odnos, zna sprva nasprotovati uporabi kondoma z izgovori, ki so navedeni spodaj. Mi vam na te izgovore ponujamo možne rešitve, ki jih lahko uporabite.

Ali mi ne zaupaš?

Stvar ni v zaupanju, lahko si okužen pa niti ne veš.

Če uporabljam kondom, ne čutim nič.

Mogoče se bo z uporabo kondoma spolni odnos podaljšal in bo tako občutek boljši.

Če začnem natikati kondom, penis ne otrdi.

Jaz ti bom pomagal-a natakiniti kondom in tako ne boš imel težav.

Nimam kondoma s seboj.

Jaz ga imam.

Jemljem tabletko, tako da ti ni treba uporabljati kondoma.

Vseeno ga bi rad uporabil. Tako se zaščitiva pred infekcijami, za katere sploh ne veva, da jih imava.

Ampak jaz te ljubim.

No potem boš pomagal, da se zaščitiva.

Ampak samo tokrat...

Samo enkrat je že dovolj za infekcijo.

Kolikšna je zaščita s kondomi pred nosečnostjo? Kolikšne so možnosti za zanositev, če se kondom poškoduje?

Kondom je zelo dobra zaščita pred nosečnostjo in spolno prenosljivimi boleznimi, če se pravilno uporablja. Če kondom počni in če se ne uporablja nobeno drugo kontracepcijsko sredstvo, potem obstaja možnost, da ženska zanosi.

Običajni kondomi niso prave velikosti zame. Kaj naj naredim?

Vsi kondomi so standardne dolžine, ampak obstajajo kondomi, ki variirajo v širini (ožji, širši).

Ali uporaba dveh kondomov naenkrat zmanjša možnost zanositve?

Posledica uporaba dveh kondomov (ženskih ali moških) naenkrat je lahko trenje med kondomoma in tako poškodba kondoma. Če se želite dodatno zaščititi pred zanositvijo, je bolje, da uporabite poleg kondoma še neko drugo obliko kontracepcije (npr. kontracepcijske tablete).

Ob uporabi kondoma izgubim erekcijo...

Preden imate spolni odnos poskusite natakniti kondom in to večkrat ponoviti, saj se boste tako lahko znebili mogočih neprijetnih občutkov in boste ob naslednji uporabi kondoma pred spolnim odnosom bolj sproščeni in verjetno ne boste izgubili erekcije.

Ali se lahko kondom uporablja v vodi?

Če boste uporabljali kondom v vodi, je pomembno, da ga nataknite preden greste v vodo. Poleg tega morate paziti, ali voda vsebuje določene snovi, ki lahko poškodujejo lateks (npr. klor, mila, šamponi...).

Kje dobim kondome?

V Sloveniji lahko kondom dobiš v lekarnah, nekaterih trgovinah, avtomatih v nekaterih javnih straniščih...

So kondomi in spermicidi dovolj dobra zaščita?

Ob pravilni uporabi je kondom učinkovita zaščita pred nosečnostjo in spolno prenosljivimi boleznimi. Uporaba spermicidov s kondomom še zniža možnost zanositve in prenosa spolno prenosljivih bolezni.

Navodila za uporabo moškega kondoma

- kondom uporabljaj ob vsakem spolnem odnosu.
- natančno preberi navodila.
- preveri, če je ovojnica nepoškodovana.
- preveri rok uporabe. Če je le-ta pretekel, kondom brez pomislekov zavrzi. Varnost je tu na prvem mestu.
- zavojček s kondomom odpri previdno, tako da kondoma ne poškoduješ. Ne uporabljaj škarij ali ostrih predmetov! Pazi tudi na nohte! Ovitka kondoma prav tako ne odpiraj z zobmi.
- kondom previdno vzemi iz ovojnice.

- preveri, da je kondom pravilno obrnjen. Kondom je kot nogavica; ima svojo pravo in napačno stran. Najprej ga malo odvij, da vidiš, v kateri smeri se odvíja. Če se kondom noče odviti, je obrnjen narobe!
- preden ga natakneš na otrdel penis, s prsti iztisni zrak iz vrhnjega dela kondoma. Če tega ne storiš, kondom med spolnim odnosom lahko počí. Medtem ko vrh kondoma stiskaš s prsti, odvijaj kondom do konca po celi dolžini nabreklega uda.
- in čez nekaj časa... Po izlivu semena odstrani kondom še preden nabreklost uda popusti. Izvleci spolni ud iz nožnice, tako da pritisneš kondom ob bazo uda in pazi, da semenska tekočina ne uide iz kondoma.

Zaščita pred neželjeno zanositvijo bo večja, če se poleg kondoma uporablja še spermicide (krema Delfen, C-film), zlasti v plodnih dnevih.

Ne dodajaj vazelina, olj ali mastnih krem, ker kondom neposredno poškodujejo. Uporabljal le nemastne želeje (npr. K-Y žele) ali spermicidne kreme (Delfen). Za analni spolni odnos je obvezna uporaba večje količine lubrikantov in močnejših kondomov. Lubrikant dodaj potem, ko si že nataknil kondom in ne prej. Lubrikant večkrat dodajaj.

Vsak kondom lahko uporabiš le enkrat. Nikoli ne uporabljal istega kondoma za vaginalni in analni spolni odnos. Nikoli ne uporabljal kondoma, ki ga je uporabljal že nekdo drug. V isti kondom ne ejakuliraj več kot enkrat.

Fantje, vadite natikanje kondoma v prijetnem okolju, kjer imate veliko časa zase. Dekleta, natikanje kondoma lahko vadite na banani. Vaja dela mojstra in tako lahko prijetno presenetite svojega partnerja.

PA ŠE TO:

Kondome shranjujte na primernem mestu: ne na vročini (soncu) ali na mestih, kjer se lahko poškodujejo (v zadnjih hlačnih žepih).

Ženski kondom - femidom

Kondom

Zadnjič posodobljeno Nedelja, 26. oktober 2008 15:15



Zadnjič posodobljeno Nedelja, 26. oktober 2008 15:15