

Wild
oder
Zärtlich ?



hauptsache : geschützt

Zahl der **HIV-Infektionen** steigt

Täglich infizieren sich 1 bis 2 Personen in Österreich mit dem HI-Virus!

Es gibt immer mehr Fälle von Syphilis und anderen sexuell übertragbaren Erkrankungen.

»Kondompannen« häufen sich:

Der Hauptgrund dafür ist die falsche Anwendung von Kondomen!

Gute Gründe für diese Broschüre, in deren Mittelpunkt die **richtige Kondomanwendung** steht.



Safer Sex macht sicher



Das höchste Risiko, sich mit dem HI-Virus zu infizieren, ist ungeschützter Sex.



Kondome – richtig angewendet – sind ein Schutz.

Egal ob du selbst HIV positiv bist oder dein Partner/deine Partnerin infiziert ist, die Viren können **nicht** durch das Kondom. Kondome sind dicht, wenn sie richtig angewendet werden.



hauptsache : geschützt

Alles Gummi oder was?

Die Welt der Gummis

Arten:

Es gibt **Kondome mit Latex** und **Kondome ohne Latex**

(Kondome aus Polyisopren für Menschen mit einer Latexallergie, z. B. von Durex, sind im Fachhandel, über Internet bzw. in Apotheken erhältlich.)

Größen: Es gibt Kondome in verschiedensten Größen, von small über large bis magnum XL.

Formen: Es gibt zylindrisch, konisch und konturiert geformte Kondome.

Farben: Es gibt transparente, ein- und mehrfarbige Kondome.

Geschmack: Kondome werden in verschiedensten Geschmacksrichtungen und geschmacksneutral angeboten.

Geruch: Es gibt auch Kondome ohne Latexgeruch.



Scherzkondome sind als Schutz ungeeignet!



Vom Hersteller kontrolliert

- Länge des Kondoms mindestens 170 mm
- Breite des Kondoms 44–56 mm
- Wandstärke des Kondoms 0,04–0,08 mm
- Fassungsvermögen (Berstvolumen) mindestens 18 Liter
- Der Dehnungstest: Das Kondom wird auf das 7-fache seiner normalen Länge gezogen und darf dabei nicht reißen.

Kauf:

Qualitativ hochwertige Kondome kann man in Apotheken, Drogeriemärkten, Supermärkten, über Internet, bei Tankstellen und Kondomautomaten kaufen.

Finger weg von Scherzkondomen, sie sind als Schutz ungeeignet!

Aufbewahrung:

Griffbereit, aber nicht extremen Temperaturschwankungen aussetzen!



Steirische
AIDS-Hilfe



Wenn du's machst, dann **mach es richtig gut!**

Die richtige Kondomanwendung

- Kontrolliere Ablaufdatum und Luftpolster! (Jedes Kondom wird mit Luft eingeschweißt. Diesen Luftpolster kann man beim Zusammendrücken der Verpackung spüren.)
Die CE Prüfnummer muss vorhanden sein.
- Verpackung an der gezackten Stelle aufreißen!
- Abrollrichtung beachten!
- Kondom auf den vollständig erigierten Penis aufsetzen!
- Nimm die Spitze des Kondoms zwischen zwei Finger, drücke die Luft heraus! Luft im Kondom lässt das Kondom platzen!
- Roll das Kondom ganz nach unten ab!



Luft im Kondom lässt das Kondom platzen!

- Verwende niemals zwei Kondome übereinander! Durch die Reibung können sie beschädigt werden.
- Verwende bei Bedarf Gleitgel!
- Nach dem Samenerguss, bevor die Erektion vergeht, Kondom am Penischaft festhalten und den Penis mit dem Kondom herausziehen!
- Gebrauchte Kondome im Restmüll entsorgen – nicht ins WC werfen!



Verwende niemals zwei Kondome übereinander!

Gleiten statt wetzen

Die Welt der Gleitmittel

Arten:

Wasserlöslich, auf Silikon-Basis, parfümfrei, mit und ohne Geschmack

Draufstehen muss der Hinweis, dass das Gleitmittel für Kondome geeignet ist, z. B.: kondomverträglich oder kondomgeprüft.

Formen:

Briefchen, Tuben, Dosen, Flaschen, Flaschen mit Spender.

Auf keinen Fall verwenden:

Vaseline, Olivenöl, Massage-Öl, Sonnencreme, Rasiercreme, Butter, Nivea, Bodylotion usw.



Mittel auf Fett-Basis machen Kondome porös und dürfen daher auf keinen Fall verwendet werden!



Lebenswichtige Infos

- **Nie davon ausgehen, dass der Sexualpartner ein Kondom nimmt.** Am besten selbst eines griffbereit haben und auf die Verwendung bestehen!
- **Kondomplutzer:** Falsche Lagerung, ungeeignetes Gleitmittel oder Luft in der Kondomspitze können zum Platzen führen. **Achtung bei Spirale:** Ist der Rückhol-faden zu lang oder zu spitz, kann das Kondom beschädigt werden. (Sprechen Sie mit Ihrem Frauenarzt/Ihrer Frauenärztin!)
- **Abrutschen des Kondoms:** Ursachen können sein, dass es nicht ganz abgerollt war, der Penis vor dem Herausziehen erschlafft ist oder das Kondom die falsche Größe hatte.
- **Vermutete Latexallergien** unbedingt vom Hautarzt/von der Hautärztin abklären lassen. Die allergischen Reaktionen könnten auch andere Ursachen haben.



Nie davon ausgehen, dass der Sexualpartner ein Kondom verwendet!

➔ **Weitere lebenswichtige Infos auf Seite 10**

Lebenswichtige Infos

Fortsetzung von Seite 9

- **Intimrasur:** Starke Haarstoppeln nach der Intimrasur können dem Kondom schaden.
- **Intimschmuck** kann das Kondom beschädigen. Es kommt auf die Art und Form des Schmuckes an. Spitze Enden oder scharfe Kanten von Piercings können zum Reißen oder Platzen des Kondoms führen.
- **Niemals zwei Kondome übereinander verwenden**, da durch die Reibung die Kondome beschädigt werden können.
- **Bei Vaginal- und Analverkehr gilt:** Bereits **vor** dem Eindringen ein Kondom überziehen.
- **Bei Oralverkehr gilt:** Kein Samenerguss in den Mund! Kein Regelblut in den Mund!
Eine HIV-Infektion durch Scheidenflüssigkeit oder Lusttropfen im Mund kann nicht ausgeschlossen werden.



Intimschmuck kann Kondome beschädigen!

Und noch etwas Wichtiges

Wer Sex haben will, glaubt oft, einschätzen zu können, dass der Partner/die Partnerin nicht mit HIV infiziert ist. Doch was ist mit den vorherigen Partnern?

Wer ungeschützten Sex hat, schläft mit der gesamten Vergangenheit seines Partners/seiner Partnerin!

hauptsache : geschützt

mit Kondom oder aktuellem HIV-Antikörpertest plus Treue!

Bezugsquellen von Kondomen

- Internet ■ Drogeriemärkte ■ Supermärkte
- Kondomautomaten ■ Tankstellen ■ Apotheken
- Sexshops

Die Steirische **AIDS-Hilfe**



Schmiedgasse 38/1
8010 Graz

Tel.: 0316 815050

Fax: 0316 815050-6

E-Mail: steirische@aids-hilfe.at

www.aids-hilfe.at

Bürozeiten:

Mi–Fr, 9.00–13.00 Uhr

Beratungszeiten:

Di, 16.30–19.30 Uhr

Mi, 11.00–13.00 Uhr

Do, 16.30–19.30 Uhr

Fr, 17.00–19.00 Uhr

HIV-Antikörpertest

anonym und kostenlos

Testzeiten:

Di und Do, 16.30–19.30 Uhr

hauptsache : geschützt



Impressum: Steirische AIDS-Hilfe, Schmiedgasse 38, 8010 Graz

F. d. Inhalt verantwortlich: Dr. Lola Fleck, Eigenverlag, Juni 2008

Gestaltung: RoRo + Zec, www.roro-zec.at