

## Schritt 1



•

Machen Sie die Kondompackung vorsichtig auf.

Fingernägel, Scheren und alles andere, was spitz oder scharf ist, kann das Kondom beim Öffnen kaputt machen!

## Schritt 2



•

Benutzen Sie das Kondom erst dann, wenn der Penis erigiert ist. Ist der Penis nicht beschnitten, ziehen Sie zuerst die Vorhaut zurück.

## Schritt 3

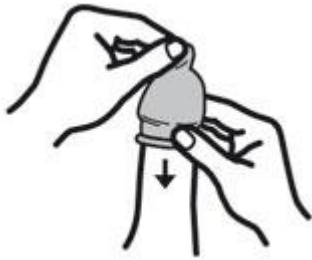


•

Drücken Sie mit zwei Fingern oben die Luft aus dem Zipfel des Kondoms, dem sogenannten Reservoir, heraus. Setzen Sie es so auf den steifen Penis.

Die Rolle des Kondoms muss dabei außen liegen! Wenn Sie das Kondom versehentlich falsch herum aufgesetzt haben, lässt es sich nicht abrollen. Das Kondom dann nicht herumdrehen, sondern wegwerfen! Der Grund: Es können sich bereits Spermien und Krankheitserreger auf der Oberfläche des Kondoms befinden.

## Schritt 4 und 5



•



•

Dann rollen Sie das Kondom über den Penis ganz nach hinten ab. Halten Sie dabei das Kondom weiterhin oben fest.

Das Kondom sollte sich dabei leicht abrollen lassen. Tut es das nicht, verwenden Sie vielleicht nicht die passende Größe oder Form. Niemals am Kondom ziehen oder zerren! Nehmen Sie ein neues Kondom, wenn es nicht funktioniert hat.

Anschließend können Sie Gleitmittel auf das Kondom geben. Benutzen Sie beim Analverkehr immer Gleitmittel. Auch beim Vaginalverkehr ist es wichtig, dass die Scheide feucht ist. Ist die Scheide trocken, kann das Kondom kaputt gehen. Außerdem können bei einer trockenen Scheide Krankheitserreger leichter in die Haut hineinkommen. Beachten Sie, dass im Gleitmittel kein Fett oder Öl sein darf!

Intimpiercings können übrigens das Kondom beim Sex kaputt machen!

## Schritt 6



•

Ziehen Sie den Penis nach der Ejakulation heraus, bevor er wieder schlaff wird! Halten Sie dabei das Kondom am Ring fest, damit es nicht abrutscht und im Körper bleibt.

Waschen Sie danach den Penis und die Hände. Werfen Sie das Kondom nicht in die Toilette, sondern in den Müll.

## **Weitere Hinweise – zum Vermeiden von Anwenderfehlern**

- Rollen Sie das Kondom nicht vorher aus, um es zu prüfen - dadurch kann es kaputt gehen.
- Verwenden Sie das Kondom bereits vor dem ersten Eindringen des Penis in Scheide oder Po.
- Benutzen Sie jedes Kondom immer nur einmal!
- Benutzen Sie nie zwei Kondome übereinander, gerade dadurch können sie kaputt gehen.
- Probieren Sie verschiedene Kondome aus. So können Sie entscheiden, welches Kondom für Sie am angenehmsten ist. Ein Kondom muss die richtige Größe und Passform haben.
- Verwenden Sie in Verbindung mit Kondomen keine Lotionen, Vaseline oder andere öl- und fetthaltige Flüssigkeiten. Sie beschädigen das Kondom. Nutzen Sie für Kondome geeignete Gleitmittel.
- Zäpfchen und Salben für die Scheide können Kondome kaputt machen. Lesen Sie die Packungsbeilage der Zäpfchen oder Salbe!