

Informationen rund um das

KONDOM



think safe*



{KONDOME ...}*

– die wichtigste Nebensache der Welt

Man nennt es manchmal auch die schönste Nebensache der Welt: **SEX**. Aber leider zählt das Darüber-Reden anscheinend immer noch nicht dazu. Oje, das ist ja so peinlich.

Nein! Das ist es nicht und darf es auf nicht sein. Jeder sollte offen damit umgehen, denn Offenheit ist in einer Partner-

schaft sehr wichtig. Auch der selbstverständliche Umgang mit Verhütung gehört dazu. Gerade Kondome schützen nicht nur vor ungewollter Schwangerschaft bzw. Vaterschaft und der großen Verantwortung einem kleinen Menschen gegenüber, der ihr euch mit Recht noch nicht gewachsen fühlt.



KONDOME SCHÜTZEN VOR ANSTECKUNG



Kondome sind mehr als nur Empfängnisverhütung. Sie schützen als einziges Mittel auch vor Ansteckung durch sexuell übertragbare Krankheitserreger. **AIDS** ist hierbei die bekannteste und auch schwerste, aber nicht die einzige Krankheit. Neben dem bekanntem HI-Virus (dem Erreger der AIDS-Krankheit) sind dies vor allem Pilze, HP-Viren und Chlamydien, die uns Menschen gefährlich werden können. Auch diese Infek-

1

SICHERHEIT



Wir machen 's mit!

tionen können schwerwiegende Folgen haben. So kann eine unbehandelte Infektion mit Chlamydien zu Unfruchtbarkeit führen. Für diesen Zweck, zum Schutz vor Geschlechtskrankheiten, sind Kondome einst sogar erfunden worden. Da sich die meisten dieser Krankheiten wieder verstärkt verbreiten, sollte auf die Verwendung von Kondomen unter keinen Umständen verzichtet werden.

2

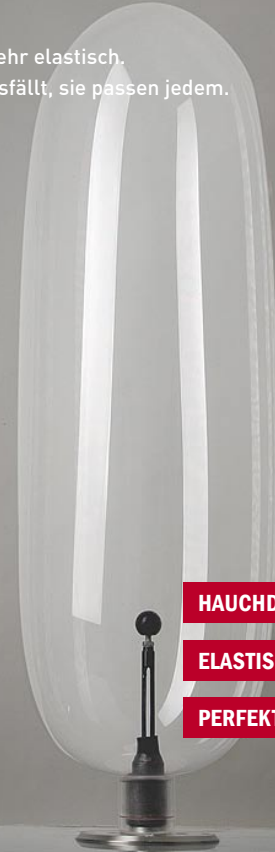
{ KLEIN, GROSS, DICK, DÜNN ... }*

Kondome passen immer!

Markenkondome haben eine Länge von ca. 170–180 mm und eine Breite von 52 mm, wobei die Breite am flachgelegten Kondom gemessen wird. Dies entspricht einem Penisumfang von 10,4 cm.

Ein Kondom sollte immer 10–25 % kleiner sein als der eigentliche Penisumfang, damit der hauchdünne und hochelastische Latexfilm leicht gedehnt wird und sich wie eine zweite Haut sicher an den Penis anschmiegt. Für optimale Sicherheit einfach nachmessen und ausprobieren, welches Produkt das Richtige ist.

Kondome sind sehr elastisch.
Egal wie „er“ ausfällt, sie passen jedem.



HAUCHDÜNN

ELASTISCH

PERFEKTE PASSFORM

QUALITÄT



3

4

{BIS WANN ...?}*

Sind Kondome unbeschränkt haltbar?

Nein, deshalb achtet immer auf das Verfallsdatum. Die Hersteller sind gesetzlich dazu verpflichtet, ein Verfallsdatum auf der Verpackungsfolie anzugeben. Nach Ablauf dieser Frist darf kein Kondom mehr benutzt werden.

Wichtig ist allerdings, dass ihr eure Kondome nicht in der Sonne oder an sehr heißen Orten aufbewahrt, sonst können sie durchlässig werden. Ozon und UV-Strahlen vertragen Kondome auf Dauer nicht. Ist das Siegelbriefchen einmal aufgerissen worden und wird das Kondom dann doch nicht benötigt – schade, schade! Auch wenn die Verpackung schon vorher in irgendeiner Form beschädigt wurde, müsst ihr davon ausgehen, dass die Sicherheit nicht mehr gewährleistet ist. Nicht zögern – gleich unbenutzt entsorgen.

{WIE ...?}*

WANN MUSS DAS KONDOM ANGELEGT WERDEN?

Das Kondom wird über das steife Glied gerollt, bevor dieses mit dem Körper des Partners in Berührung kommt. Ihr solltet bedenken, dass auch ohne Erguss schon erste Samen das Glied verlassen können.

WIE BENUTZT MAN EIGENTLICH EIN KONDOM?

Kondome solltet ihr immer griffbereit haben. Damit macht ihr euch keinen Stress, wenn der richtige Moment gekommen ist.

UND SO GEHT ´S:

- Kondomverpackung aufreißen.
Aber Vorsicht: Benutzt keine scharfen Gegenstände, die das Kondom beschädigen könnten.
Und Mädels, denkt an eure Fingernägel, auch die können beim Aufreißen der Kondomverpackung die dünne Latexhaut verletzen.
- Reservoir zwischen Daumen und Zeigefinger zusammen drücken, damit keine Luft darin zurückbleibt.
- Mit der anderen Hand oder der des Partners die Vorhaut zurückziehen.
- Kondom vollständig über den steifen Penis rollen.
Sonst kann es im schlimmsten Fall abrutschen oder reißen.



{KONDOME = LUSTKILLER?}* *

Kondome stören überhaupt nicht beim Sex

Lasst euch nicht einreden, Kondome seien Stimmungstöter. Kondome gehören zum Liebesspiel, wie ein zärtlicher Kuss. Damit ungeübtes und unsicheres Verhalten nicht zur ungewollten Ablenkung wird, lernt rechtzeitig souverän und selbstverständlich mit einem Kondom umzugehen.

Das gilt für beide Partner!!!! Auch die Frauen sind hier gefragt, denn vier geübte Augen und Hände machen das richtige Anlegen zu einer ganz sicheren Sache. Ihr wollt liebevolle Partner sein, die vieles gemeinsam haben und miteinander unternehmen. Dann sollte auch dies ganz klar dazugehören.

{... BADESPASS?}* *

Natürlich können Kondome beim Sex unter der Dusche oder in der Badewanne verwendet werden. Nach einer gewissen Zeit werden jedoch die Qualitätswerte des Materials durch das Wasser beeinflusst. Das kann die Sicherheit des Kondoms gefährden. Außerdem können z.B. ölhaltige Badezusätze die Reißfestigkeit des Kondoms negativ beeinflussen.

{ORAL-}* *

-Verkehr

Bei Oralsex kann Samenflüssigkeit in den Mund gelangen. Auch auf diese Art können Krankheitserreger übertragen werden.

Deswegen ist es auch hier sinnvoll, ein Kondom zu verwenden. Doch vergesst nicht: durch Zähne oder Piercings kann das Kondom ebenfalls beschädigt werden.



{FRAGEN ...}

... und die richtigen Antworten

ABGERUTSCHT – UND JETZT?

War das Kondom nicht weit genug abgerollt oder ist der Penis zu früh erschlafft, kann das Kondom abrutschen. In solchen Fällen müsst ihr so schnell wie möglich einen Frauenarzt oder am Wochenende einen ärztlichen Notdienst oder eine gynäkologische Ambulanz in einem Krankenhaus aufsuchen, die euch weiterhelfen können, wie z. B. durch das Verschreiben der Pille danach.

Hier gilt es, schnell zu handeln, am besten noch innerhalb der ersten 12 Stunden nach dem „Unfall“. Das gilt übrigens auch, wenn ein Kondom gerissen ist.

Sind bei der Verwendung eines Kondoms Unverträglichkeiten aufgetreten, solltet ihr ebenfalls schnellstmöglich ärztlichen Rat suchen.

Genauere Informationen findet ihr auch auf den Internetseiten von Pro Familia (www.profamilia.de) oder der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (www.bzga.de).

ZWEI KONDOME ÜBEREINANDER – SINNVOLL?

Versucht das bitte erst gar nicht. Ein Kondom bietet bei richtiger Anwendung ausreichend Schutz. Werden zwei Kondome übereinander angelegt, besteht die Gefahr, dass die Kondome abrutschen oder beschädigt werden.



UND DANACH ... WOHIN DAMIT?

Unmittelbar nach dem Samenerguss muss der Penis behutsam aus der Scheide gezogen werden. Denn wenn der Penis zu erschlaffen beginnt – insbesondere nach dem Samenerguss, kann das Kondom leichter abgehen. Beim Herausziehen des Penis muss das Kondom auf dem Penis festgehalten werden, damit dies nicht passieren kann. Dann sucht ihr euch ein Papier, wickelt das Kondom darin ein und entsorgt es im Abfalleimer.

Auf keinen Fall darf das Kondom in der Toilette entsorgt werden. Wichtig: Händewaschen nicht vergessen!

WAS TUN, WENN'S NICHT SO RICHTIG FLUTSCHT?

Entweder steigt ihr um auf feuchte Kondome, die das Eindringen in die Scheide erleichtern oder ihr benutzt ein Gleitmittel. Wichtig ist jedoch, dass ihr nur Gleitmittel benutzt, die ausdrücklich für die Verwendung mit Kondomen geeignet sind.

Niemals fetthaltige Gleitmittel wie z. B. Babyöl, Bodylotion oder Vaseline verwenden. Diese sind echte Latexkiller und lassen das Kondom bei der Benutzung schnell einreißen. Und denkt daran, die zusätzlichen Gleitmittel erst bei bereits angelegtem Kondom zu benutzen.



BIETEN KONDOMME 100%IGE SICHERHEIT?

Die bekannten Kondommarken mit dem **DLF-QUALITÄTSSIEGEL** bieten bei richtiger Anwendung die höchstmögliche Sicherheit. Sowohl in Sachen Verhütung als auch im Hinblick auf sexuell übertragbare Krankheiten.

{UND ...}*

Welche Verhütungsmethoden gibt es denn noch?

Neben Kondomen gibt es als natürliche Verhütungsmethoden auch die Enthaltbarkeit während der „kritischen Tage“, die Temperaturmethode und den unterbrochenen Geschlechtsverkehr (Coitus interruptus) – davon ist jedoch klar abzuraten, da sie alle **EXTREM UNSICHER** sind!

Chemische Verhütung wie z. B. mit Scheidenzäpfchen oder hormonelle Verhütungsmittel wie die Pille und die Spirale bieten hier einen wesentlich besseren Schutz vor ungewollter Schwangerschaft.

Jedoch können alle diese Verhütungsmethoden euch nicht vor Geschlechtskrankheiten bewahren.

{+KOMBINIERT}* Kondome in Kombination mit anderen Verhütungsmitteln

Eine Kombination mit der Pille, einem Diaphragma und/oder einem spermientötenden Schaumovulum ist möglich. Wichtig ist, dass lokal verwendete Mittel wie Sprays, Gels usw. „kondomverträglich“ sind.

Bitte beachtet auf jeden Fall die Hinweise bei den entsprechenden Produkten.



100%*geprüft



Um sicherzustellen, dass die Kondome den Anforderungen des DLF-Qualitätssiegels entsprechen, werden sie umfangreichen Qualitätskontrollen unterworfen.



{ES WAR EINMAL ...}*

Kondome im Wandel der Zeit

1200 v. Chr.

Minos von Kreta benutzt Kondome aus Ziegenblasen

1564

Der italienische Arzt Fallopio verwendet getränkte Leinensäcken als Schutz vor Krankheiten

1655

Der englische Hofarzt Dr. Contom empfiehlt Kondome aus Hammeldärmen und wird dafür zum Ritter geschlagen

1760

Casanova (1725–1798) berichtet über seine Erfahrungen mit Kondomen

1839

Charles Goodyear (1800–1860) entwickelt die Gummivulkanisation und schafft damit die Voraussetzung für eine industrielle Fertigung

1855

George Bernard Shaw bezeichnet das Gummi-Präservativ als die größte Erfindung des Jahrhunderts

1919

Julius Fromm erstellt erstmals maschinell gefertigte Kondome

1981

Das erste deutsche Qualitätssiegel für Kondome wird erteilt: das DLF-Gütesiegel.

heute

Kondome haben sich als wirksames Verhütungsmittel etabliert. Denn sie sind das einzige Verhütungsmittel, das vor ungewollter Schwangerschaft und gleichzeitig vor Infektionen schützt.

{DLF?}*

Wofür steht DLF?



Die Abkürzung „DLF“ steht für **Deutsche Latex Forschungsgemeinschaft Kondome e.V.**, zu deren Mitgliedern führende Kondomhersteller zählen.

Jedes Kondom mit DLF-Qualitätssiegel erfüllt die Europa-Norm für Kondome EN 4074:2002 und die strengen Anforderungen der DLF-Norm. Außerdem überwacht die Staatliche Materialprüfungsanstalt Darmstadt als unabhängige Prüfinstanz die Qualität unserer Kondome.

- Die DLF ist seit über 30 Jahren als Fachverband Ansprechpartner für Gesundheitsministerien, Medien, Schulen und Beratungsstellen.
- In der DLF sind führende Experten aus der Kondom-Branche vertreten. Diese vereinen Fachwissen auf dem neuesten Stand der Forschung, Entwicklung, Wissenschaft und Technik.
- Die DLF fördert Forschungsvorhaben z.B. zur medizinischen Verträglichkeit von Kondomen und genießt weltweit höchste wissenschaftliche Anerkennung.



{UND ...} * think safe*

... noch Fragen?

Nur keine Hemmungen. Redet mit Freunden, Eltern oder Lehrern offen über das Thema Sex und Verhütung. Vor allem für neue sexuelle Beziehungen gilt:

Vertrauen ist gut, Kondome sind besser.



Deutsche Latex
Forschungsgemeinschaft
Kondome e.V.

Herausgeber 2008



Zwischen den Wassern 12
27356 Rotenburg / Wümme
www.deutsche-latex.de