

Kondomi su moj izbor!

*Misliš da je došlo vreme da stupiš u seksualne odnose sa nekim?! A da li si pomislila šta to sve nosi sa sobom, osim uživanja? Da li znaš kako da se zaštitiš? Znaš li da te kondom čuva čak 98%, ali da je potrebno da ga redovno i ispravno koristiš? Nemoj da dozvoliš da neko drugi vodi računa o tebi! Saznaj sve što te interesuje i što može da ti donese siguran put u tim lepim trenucima života...*

Pored toga što je najefikasnija zaštita od neželjene trudnoće, kondom štiti i od polno prenosivih infekcija, između ostalih i od HIV-a. Ako se upustiš u seksualne odnose bez kondoma, dovodiš sebe u opasnost. Evo nekoliko najčešćih nedoumica...

### **1. Koje vrste kondoma postoje?**

Kondomi se proizvode u različitim oblicima, bojama, vrstama, veličinama... Većina na vrhu ima mali rezervoar mada postoje i oni koji ga nemaju. Kondomi mogu biti regularnog oblika (sa pravim stranama), ali mogu biti i "rebrasti". Zanimljivo je da postoje i u obliku Miki Mause, delfina, Pink Pantera... Postoje i kondomi u različitim bojama i raznih ukusa. Oni su namenjeni za oralni seks.

### **2. Šta su to lubrikanti?**

Lubrikanti su premazivači kondoma a oni služe da bi kondom učinili lakšim za stavljanje i prijatnijim za upotrebu.

### **3. Dakle, kada koristiti kondom?**

Neophodno je koristiti kondom pri SVAKOM seksualnom odnosu!

### **4. Šta učiniti ako kondom pukne?**

Ako kondom pukne u toku seksualnog odnosa, penis mora da se izvuče i da se zameni kondom. Za vreme odnosa proveri kondom s vremena na vreme da budeš sigurna da nije pukao ili spao. Ako je kondom pukao i ti misliš da je sperma izašla iz kondoma za vreme odnosa, trebalo bi da odmah odeš kod ginekologa koji će ti najverovatnije preporučiti hitnu kontracepciju, tzv. pilulu za jutro posle.

### **5. Da li moram da ga koristim iako dečko ne ejakulira (ispusti spermu) u meni?**

Moraš, jer možeš da zatrudniš ili dobiješ neku polno prenosivu infekciju i od presemene tečnosti. Ona se najčešće ne oseti kada izlazi ali takođe sadrži spermatozoide.

## **Obrati pažnju!**

Kondom kupuj samo u apoteci

Obavezno proveri rok trajanja koji piše na kesici

Na dobrom kondomu piše da je elektronski testiran (tj. da ni najmanja čestica ne može da prodje kroz njega, pa ni HIV ili neke polno prenosive infekcije)

Ne nosi ga u džepu ili novčaniku duže od 24h jer ga toplota tela oštećuje

Čuvaj ga dalje od izvora toplote (npr. ne stavljaš ga pored prozora)

Ne stavljaš dva kondoma jedan preko drugog

Jedan kondom koristi samo JEDNOM

Ne premazuj ga kremama, a ako je potrebno, koristi samo premazivače na bazi vode, npr. glicerina

### **Kako se pravilno koristi kondom?**

- ❖ Pre otvaranja potisni kondom u jednu stranu kesice a drugu, sada praznu, pažljivo otvori cepajući joj ivicu. Nikada ne otvaraj kondom zubima a takođe pazi i da ga ne oštetiš noktima.
- ❖ Jednom rukom istisni vazduh iz vrha kondoma, a drugom navuci kondom do korena penisa. Proveri da li je slučajno ostalo i najmanje vazduha između kondoma i penisa jer taj vazduh može usled trenja izazvati pucanje kondoma. Kondom bi trebalo da se odvijer lako i bez problema.
- ❖ Kondom treba da se skine dok je penis još u erekciji (odmah po završetku odnosa). Drži ga za ivicu kako se tečnost ne bi prosula. Zatim pažljivo skini kondom, zaveži čvor i baci ga u đubre. Nije dobro bacati ga u wc šolju, ako si vezala čvor, kondom će ostati u šolji, a onda bi to bilo “lepo” iznenađenje kada se tvoji roditelji vrate kući.

### **Najčešći izgovori za nekorišćenje kondoma (i naravno, odgovori na njih)**

#### **1. Izgovor:**

Pa zar mi ne veruješ?

#### **Odgovor:**

Poverenje nije u pitanju. Ljudi mogu često imati infekciju a da i ne znaju!

#### **2. Izgovor:**

Nemam kondom kod sebe!

#### **Odgovor:**

Imam ja!

#### **3. Izgovor:**

Pa ti koristiš pilule, šta će nam onda kondom?

#### **Odgovor:**

Treba ga koristiti sve jedno. To će pomoći da se zaštiš od infekcija za koje možda ni ne znate da imate!

#### **4. Izgovor:**

Zajedno smo već mesecima, nije potrebno da ga koristimo i dalje.

#### **Odgovor:**

Ali ja još nisam spremna da budem mama ni da dobijem neku infekciju- koliko god da smo zajedno...

**5. Izgovor:**

Alergičan sam na kondome!

**Odgovor:**

Ti si alergičan na lateks, a postoje i oni koji nisu napravljeni od lateksa!

**6. Izgovor:**

Ali ja zaista ne želim da ga koristim...

**Odgovor:**

Dobro onda nećemo voditi ljubav. Možemo se samo maziti!

**7. Izgovor:**

Nije spontano kada moramo da pre vođenja ljubavi stavljamo kondom!

**Odgovor:**

Onda nećemo voditi ljubav uopšte, pa nećemo imati problema ni sa spontanošću!

**8. Izgovor:**

Ne osećam ništa kada ga stavim!

**Odgovor:**

A ja neću osećati ništa ako ga ne staviš!

**9. Izgovor:**

Da me zaista voliš ne bi tražila da ga koristimo!

**Odgovor:**

Ti da me zaista voliš, želeo bi da me zaštitiš!

**10. Izgovor:**

Neću ejakulirati u tebi, imam savršenu kontrolu nad svojim telom!

**Odgovor:**

I ja nad svojim, baš zato ti neću ni dati da uđeš u mene bez kondoma!