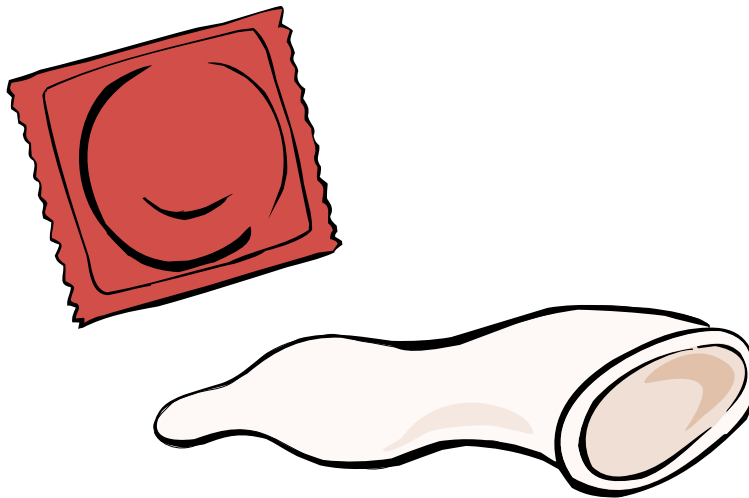




Das Kondom

Ein Verhütungs-Mittel



**Informationen vom
Familien-Planungs-Zentrum**

Was ist ein Kondom?

- Das Kondom ist ein **Verhütungs-Mittel**.
Es verhindert eine Schwangerschaft.
Sehr selten wird eine Frau trotzdem schwanger.
- Und das Kondom schützt vor bestimmten Krankheiten.

Das Kondom ist eine dünne Hülle für den Penis.

Das Kondom ist wie eine dünne Gummi-Haut.

Das Kondom fängt die Samen-Flüssigkeit vom Mann auf.

Die Samen-Flüssigkeit kommt aus dem Penis.

Die Samen-Flüssigkeit heißt auch Sperma.

Verhütungs-Mittel

Das Kondom ist ein **Verhütungs-Mittel** für den Mann.

Der Mann zieht das Kondom über seinen Penis.

So kann keine Samen-Flüssigkeit in die Scheide kommen.

Die Frau kann **nicht schwanger** werden.

Schutz vor Krankheiten

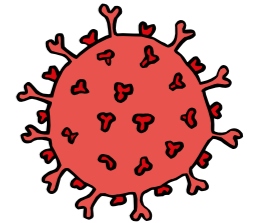
Menschen können sich beim Sex mit Krankheiten anstecken.

Zum Beispiel mit HIV.

Das Kondom schützt Frauen und Männer vor diesen Krankheiten.

Das Kondom schützt beim:

- **Vaginal-Sex**
Beim Vaginal-Sex ist der Penis in der Scheide.
- **Anal-Sex**
Beim Anal-Sex ist der Penis im Po.
- **Oral-Sex**
Beim Oral-Sex ist der Penis im Mund.



Frau und Mann schützen sich beim Sex so vor Krankheiten.

Mann und Mann schützen sich beim Sex so vor Krankheiten.



Wo gibt es Kondome?

Kondome gibt es in vielen Läden.

Zum Beispiel:

- im Supermarkt,
- in der Drogerie,
- in der Apotheke,
- im Kaufhaus,
- an der Tankstelle,
- in Sex-Shops



Benutzen Sie nur sichere Kondome.

Es gibt das **Sicherheits-Zeichen: CE.**

Benutzen Sie nur Kondome mit dem Zeichen CE.

Kondome sind aus Latex.

Latex ist so ähnlich wie Gummi.

Kondome sind nur eine bestimmte Zeit lang haltbar.

Das Haltbarkeits-Datum steht auf jeder Verpackung.

Kontrollieren Sie das Datum.

Wie wird das Kondom benutzt?

Rollen Sie das Kondom vor dem Sex über den Penis.

Der Penis muss dafür steif sein.

Halten Sie das Kondom nach dem Samen-Erguss fest.

Danach ziehen Sie den Penis mit dem Kondom heraus.

Aus der Scheide, dem Po oder dem Mund.

Erst danach ziehen Sie das Kondom vom Penis ab.

Werfen Sie das Kondom in den Müll.

Das ist noch wichtig

- Das Kondom muss die richtige Größe haben.
Ein zu enges Kondom kann platzen.
Ein zu großes Kondom kann abrutschen vom Penis.
Probieren Sie vor dem Sex verschiedene Größen aus.
- Sie müssen das Kondom richtig über den Penis ziehen.
Das Kondom kann sonst kaputt gehen.
- Sie dürfen keine Öle und Cremes mit dem Kondom verwenden.
Das Kondom kann sonst kaputt gehen.
Es gibt Gleitgel für Kondome.



Das sind die Vorteile

- Das Kondom verhindert sicher eine Schwangerschaft. Aber das Kondom muss richtig benutzt werden.
- Das Kondom schützt gleichzeitig vor bestimmten Krankheiten.
- Sie müssen nicht zu einer Ärztin oder zu einem Arzt.
- Kondome haben nicht die Nachteile wie manche andere Verhütungs-Mittel.
- Es ist ein Verhütungs-Mittel für den Mann.
- Sie brauchen kein Rezept.



Das sind die Nachteile

Ganz selten vertragen Menschen kein Latex.
Dann juckt die Haut nach der Berührung.
Das ist aber nicht gefährlich.
Es gibt auch Kondome ohne Latex.



Wir sind für Sie da!

- Haben Sie ein Problem mit dem Verhütungs-Mittel?
- Haben Sie eine Frage?

Rufen Sie uns an.

Wir hören zu.

Wir helfen Ihnen weiter.

Wir haben Schweige-Pflicht.

Das bedeutet: Wir erzählen nichts weiter.



Tipp

Unsere Berater und Beraterinnen können zeigen:
So benutzen Sie das Kondom richtig.
So müssen Sie das Kondom abrollen über den Penis.
Wir zeigen das an einem Modell.



So erreichen Sie uns

Familien-Planungs-Zentrum

Bei der Johanniskirche 20
22767 Hamburg

Sie können uns anrufen

Telefon: 0 40 – 43 92 82 2

Zeiten:

Montag: 10-13 Uhr

Mittwoch bis Freitag: 10-13 Uhr

Dienstag: 16-18 Uhr

Donnerstag: 16-18 Uhr



Sie können uns eine E-Mail schreiben

E-Mail: fpz@familienplanungszentrum.de

Unsere Internet-Seite in Leichter Sprache:

www.fpz-leichte-sprache.de

Oder in schwerer Sprache:

www.familienplanungszentrum.de

