



Das Kondom Merkblatt

HIV ist eine schwer übertragbare Virusinfektion. (s. Merkblatt: „Wichtiges über HIV“)
Kondome schützen daher zuverlässig vor einer HIV-Infektion und (nicht ganz so perfekt) auch vor anderen sexuell übertragbaren Krankheiten und vor ungewollten Schwangerschaften. Laborstudien bestätigen, dass Qualitätskondome aus Latex für HIV undurchlässig sind. Die **Schutzwirkung** wird auch durch zahlreiche **klinische Studien belegt**. Probleme beim Gebrauch (Abrutschen, Zerreißen) können meist auf inkorrekte Anwendung zurückgeführt werden. Das Versagerrisiko reduziert sich mit zunehmender Erfahrung, durch die Wahl des richtigen Kondoms und durch konsequentes Einhalten der Gebrauchsanweisung (Rückseite)

Kondome sollen auch gut passen, um ein Abrutschen zu vermeiden. Deshalb ist die **Wahl der richtigen Kondomgröße** ganz wichtig. Außerdem erhöht die zusätzliche Verwendung von reichlich **fett- und ölfreiem (!) Gleitmittel** die Anwendungssicherheit (siehe Rückseite).

Qualitätskondome erkennen Sie am Gütesiegel:

„DLF“- Gütesiegel (Deutsche Latex- Forschungs- und Entwicklungsgemeinschaft)
„ok“-Zeichen des schweizerischen Vereins „Gütesiegel für Präservative“.

Alle u. g. Kondome erhielten die Wertung **„gut“** der Stiftung Warentest (Test 8/04):

Normgrößen: (ab 186 x 52mm) normal dünn (Wanddicke 52 - 69 µm = Tausendstel mm)

Amor Wild Dreams (rose´, leichte Riefen)

beate uhse Feel

durex Come 2gether (farbig, aromatisiert)

condomi nature („virtual skinware“)

Erotim Black Cat (schwarz)

ES2 Extra Sensitiv

Japan Rubber Secura Kondome (oberflächenstrukturiert)

Müller/ preventivo sensitiv („gefühlsecht“)

Rilako Carinio

Ritex ideal (zartrosa, extra viel Gleitmittel)

Ritex RR.1

Schlecker / vulkan natural („gefühlsintensiv“)

Big Ben („das Condom mit Köpfchen“)

Billy Boy (farbig, aromatisiert)

Fromms FF („gefühlsaktiv“)

Life Sytles Xtra Pleasure (extra grosser Kopf: „Breite 73 mm“)

größere Kondome: einige mm länger und weiter (ab 190 mm Länge o. 52 mm Umfang)

Hot Rubber The Condom Easy (211mm lang, 54mm Umfang, 75µm dick)

rfsu Okeido (201mm lang, 53mm Umfang, 56µm)

Ritex XXL (190mm lang, 54mm Umfang, 67µm)

Extra starke Kondome: (Wanddicke > 90 µm) **reißfester**, für Analverkehr besser geeignet

ER 2 Extra Reifest (94µm dick, 194mm lang, 52mm Umfang)

Blausiegel HT Special (105µm dick, 187mm lang, 52mm Umfang)

Einziges Kunststoffkondom: besteht aus Polyurethan (PU)

durex Avanti, bei Latexallergie die **Alternative**. Besonders **Vorsichtige nehmen es auch zum Blasen**, da kein Gummigeruch stört. **Leider teuer: ~2,50 € / Stück**, (angebl. bei Walmart“ billiger, auch bei „Real“??)

Aktverlngernd (der Mann kommt nicht „vorschnell“):

Life Styles Endurace (mit Lidocain)

bolero (Kondom mit Ring)

durex now easy-on Performa (mit Benzocain)

Paare, die **eine Schwangerschaft mit Kondom sicherer verhüten wollen**, wählen besser solche, die mit einer **Spermien abttenden Substanz** (z. B. Nonoxynol-9) befeuchtet sind. Im Falle eines Kondomversagers bieten diese einen erhöhten Schutz vor Schwangerschaft.

z. B.

Ceylor Gold

Patentex Condom Plus

Diese Kondome sind allerdings **im Test nicht berücksichtigt!**

Zum Kauf von Kondomen

- Die Packung muss **unbeschädigt** sein.
- Vorsicht bei Automaten, die **ber einer Heizung** hängen oder der **Sonne** ausgesetzt sind.
- Auf das **Haltbarkeitsdatum** achten.
- Kondome sollten „**elektronisch geprüft**“ sein o. ein Gütesiegel tragen: **DLF** oder **ok**. (s.o.)
- Prser, die **hart** und/oder **brüchig** sind, nicht mehr verwenden.

Zur Anwendung des Kondoms

- Kondom vorsichtig aus der Packung nehmen, **Vorsicht Fingernägel**, scharfer Packungsrand.
- Das Kondom auf die Spitze des steifen Gliedes aufsetzen. Dabei das **Reservoir zusammendrücken** (zur Vermeidung eines Luftpolsters) und die **Vorhaut zurückziehen**.
- Kondom mit der **Rolle nach außen** gleichmäßig **ber das steife Glied abrollen**. Ein falsch herum aufgesetztes Kondom wegen der Möglichkeit einer Schwangerschaft und leichter sexuell **bertragbarer Krankheiten** (z. B. Syphilis, Tripper etc.) nicht mehr verwenden: neues nehmen!
- Kondom vor dem Erschlaffen des Gliedes am Gummiring festhalten und herausziehen- Gefahr des Abrutschens!
- Als **Gleitmittel niemals fett- oder ölhaltige Cremes** verwenden- Gummi reißt sonst schnell. Spezielle Gels auf Wasserbasis z. B. KY-Gel, Femilind-Gel etc. oder Öle auf Silikonbasis z.B. Eros-„Öl“, verwenden. Silikon ist ein gummivertrgliches, „künstliches“ Öl.
- Bei Gummi-/Latex-Allergie das **Kunststoffkondom durex Avanti** verwenden. Das verträgt auch Fett und Öl als Gleitmittel und ist zudem völlig geruchs- und geschmacksneutral !
- Kondome **nur ein Mal** benutzen. Gebrauchte Kondome gehören in den Müll (vorher zuknoten), niemals in die Toilette.