

Fact Sheet - Thai

ถุงยางอนามัยชาย

The Male Condom



ถุงยางอนามัยชายคืออะไร?

ถุงยางอนามัยชายคือปลอกยางลาเท็กซ์ชนิดบางที่ปิดปลายด้านหนึ่ง ใช้ใส่บนอวัยวะเพศชายที่ตั้งตรง (แข็งตัว) ในขณะที่มีเพศสัมพันธ์เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ ยังมีถุงยางอนามัยชายที่ไม่ได้ทำจากยางลาเท็กซ์แต่ทำจากสารที่เรียกว่าโพลียูรีเทนด้วย ถุงยางอนามัยชายปกติจะเรียกว่า ‘คอนดอม’ ถุงยางอนามัยชายยังสามารถช่วยป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ (STIs) รวมทั้งโรคเอดส์ (HIV) ได้เช่นกัน

ถุงยางอนามัยชายทำงานอย่างไร?

ถุงยางอนามัยจะกักน้ำอสุจิเมื่อผู้ชายหลั่งน้ำกาม ตัวสเปิร์มในน้ำอสุจิไม่สามารถเดินทางไปผสมกับไข่เพื่อให้เกิดการตั้งครรภ์ได้

ถุงยางอนามัยทำงานได้ผลได้อย่างไร?

ถุงยางอนามัยได้ผลดีมากหากใช้อย่างถูกวิธีทุกครั้ง มีประสิทธิภาพอยู่ระหว่าง 82% ถึง 98% ขึ้นอยู่กับวิธีการใช้นั้นหมายถึงว่าหากคู่นอน 100 คู่ใช้ถุงยางอนามัยตลอดหนึ่งปี จะมีสตรีอยู่ระหว่าง 2 ถึง 18 คน ที่ตั้งครรภ์ได้

ใครใช้ถุงยางอนามัยได้บ้าง?

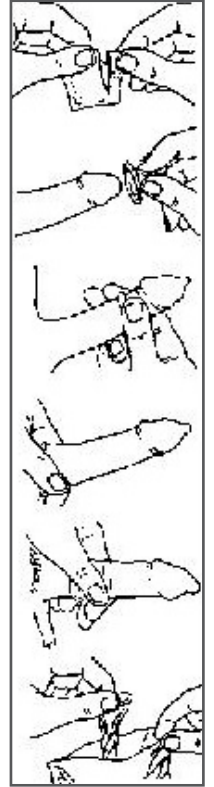
ผู้ชายส่วนใหญ่ก็ใช้ถุงยางอนามัยได้

ใช้ถุงยางอนามัยอย่างไร?

- ถุงยางอนามัยแยกห่อแต่ละอัน ควรเปิดด้วยความระมัดระวังและมั่นใจว่าไม่ได้ใช้เล็บขีดถุงยางออก
- ถุงยางอนามัยจะถูกม้วนไว้ มีลักษณะเหมือนวงกลมบางบางๆ หลวมๆ และมีขอบหน้าซึ่งที่จริงแล้วก็คือถุงยางแบบม้วน ให้มั่นใจว่าขอบที่ม้วนเข้าหาตรงกลางนั้นเป็น

ด้านที่หันหน้าเข้าหาท่าน นี่ก็สำคัญ เพราะจะได้ทำการรูดลงได้อย่างถูกต้อง

- จับและบีบตรงกลางถุงยางอนามัยที่หลวมด้วยนิ้วหัวแม่มือและนิ้วถัดไปอีกสองนิ้ว ซึ่งเป็นการทำให้มีที่ว่างสำหรับเก็บน้ำอสุจิเมื่อมีการหลั่งตรงปลายถุงยางอนามัยบางชนิดมีลักษณะพิเศษคือเหมือนหัวนมซึ่งก็เหมาะกับจุดประสงค์นี้
- อวัยวะเพศจะต้องแข็งตัวก่อนที่ท่านจะสวมถุงยางอนามัยขณะแข็งตัวให้จับอวัยวะเพศและใส่ถุงยางอนามัยที่ยังม้วนอยู่ที่ปลายอวัยวะเพศเหมือนกับใส่หมวก
- ใช้มืออีกข้าง (นิ้วหัวแม่มือและอีกสองนิ้วถัดไป) รูดถุงยางอนามัยขึ้นไปที่โคนของอวัยวะเพศ
- ใส่สารหล่อลื่นที่มีน้ำเป็นส่วนผสมเพิ่มเติมภายนอกถุงยางอนามัยได้ หากต้องการ
- หลังจากการมีเพศสัมพันธ์ ก่อนที่อวัยวะเพศจะอ่อนตัวให้จับถุงยางอนามัยตรงโคนของอวัยวะเพศเพื่อถุงยางจะได้ไม่หลุดออกเอง และน้ำอสุจิจะได้ไม่ไหลออกมาและค่อยๆดึงออกจากคู่นอนอย่างระมัดระวัง
- ดึงถุงยางอนามัยออกและผูกปมด้านที่เปิดอยู่ เพื่อที่น้ำอสุจิจะได้ถูกกักอยู่ในถุง
- ห่อถุงยางอนามัยด้วยกระดาษทิชชูหรือกระดาษอื่น และทิ้งในถังขยะ อย่าทิ้งลงในชักโครก



www.fpnsw.org.au | [โทรศัพท์ 1300 658 886](tel:1300658886) | [ร้านหนังสือ](#)

บริการด้านคลินิก และ ข้อมูล | การศึกษาและอบรม | งานค้นคว้า | การพัฒนาาระหว่างประเทศ
หน่วยงานวางแผนครอบครัวแห่งรัฐนิวเซาท์เวลส์ เป็นองค์กรที่ไม่หวังผลกำไร สนับสนุนโดยกระทรวงสาธารณสุข รัฐนิวเซาท์เวลส์

ข้อมูลใน Fact Sheet นี้มีไว้เพื่อจุดประสงค์ในการให้ความรู้เท่านั้น หน่วยงานวางแผนครอบครัวแห่งรัฐนิวเซาท์เวลส์ (FNPNSW) ดูแลเอาใจใส่ทุกขั้นตอนเพื่อมั่นใจว่าข้อมูลเหล่านี้ถูกต้องและทันสมัยในระหว่างที่จัดพิมพ์ หากท่านมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการคัดลอกเพื่อประโยชน์ส่วนตัว หรือเกี่ยวกับสุขภาพทางเพศ ขอแนะนำให้อ่านคำปรึกษาและความช่วยเหลือจากผู้บริการทางสุขภาพของท่าน หรือติดต่อที่คลินิกวางแผนครอบครัว

ปรับปรุงใหม่ : มิถุนายน 2014 | FPNSW 06/14

โปรดจำไว้ว่า:

- เก็บถุงยางอนามัยในที่ที่ห่างจากความร้อนและแสงแดด
- ตรวจสอบวันหมดอายุบนห่อก่อนที่จะใช้
- ตรวจสอบเพื่อดูว่าถุงยางอนามัยไม่มีรอยฉีกขาดหรือเปิดอยู่
- อย่ามีเพศสัมพันธ์ก่อนที่ท่านใส่ถุงยางอนามัย

มีผลข้างเคียงบ้างไหม?

ไม่มีผลข้างเคียง เว้นเสียแต่ว่าท่านแพ้ยางลาเท็กซ์ หรือสารหล่อลื่นซึ่งก็เกิดขึ้นน้อยมาก ท่านสามารถใช้ถุงยางอนามัยที่ไม่ได้ทำจากยางลาเท็กซ์แต่ทำจากสารที่เรียกว่าโพลียูรีเทนได้ หากท่านหรือคู่ของท่านแพ้ถุงยางลาเท็กซ์

จะหาซื้อถุงยางอนามัยได้ที่ไหน?

ท่านสามารถซื้อถุงยางอนามัยได้จากคลินิกวางแผนครอบครัว, ร้านขายยา, คลินิกสุขภาพทางเพศ, ผู้จัดการหยอดเหรียญ, ซูเปอร์มาร์เก็ต และโดยการสั่งซื้อทางไปรษณีย์ ถุงยางอนามัยชนิดไม่ใช้ยางลาเท็กซ์ส่วนใหญ่จะมีจำหน่ายตามซูเปอร์มาร์เก็ต และร้านขายยาใหญ่ๆ

ข้อควรจำ

ถุงยางอนามัยควรใช้เพียงครั้งเดียวเท่านั้น
 ถุงยางอนามัยเสื่อมสภาพได้ ฉะนั้นควรเก็บไว้ในที่เย็น และควรใช้ก่อนวันหมดอายุ ไม่เช่นนั้นอาจแตกได้ การใช้สารหล่อลื่นที่มีน้ำมันเป็นส่วนผสม อาจทำให้ถุงยางอนามัยลาเท็กซ์แตกได้
 ถุงยางอนามัยมีสารหล่อลื่นในตัวอยู่แล้ว แต่สารหล่อลื่นที่มีน้ำเป็นส่วนผสมสามารถใช้เพิ่มเติมภายนอกของถุงยางอนามัยได้

หากท่านลืมใช้ถุงยางอนามัย หรือคิดว่าถุงยางอาจไม่ได้ผล เช่นถุงแตกหรือหลุดออกกระหว่างมีเพศสัมพันธ์ ท่านสามารถซื้อยาคุมกำเนิดฉุกเฉิน (ECP) จากร้านขายยาได้สตรีสามารถทานยา ECP นี้ได้ภายใน 120 ชั่วโมงหลังจากที่มีเพศสัมพันธ์โดยมิได้ป้องกัน เพื่อลดความเสี่ยงในการตั้งครรภ์

ติดต่อขอข้อมูลเพิ่มเติม

- ติดต่อหน่วยงานวางแผนครอบครัว (Family Planning NSW Talkline) ได้ที่หมายเลข 1300 658 886 หรือที่ www.fpnsw.org.au/talkline
- NRS (สำหรับผู้โทรฉุกเฉิน) 133 677
- หรือไปที่คลินิกวางแผนครอบครัวที่ใกล้ท่านที่สุด

www.fpnsw.org.au | โทรศัพท์ 1300 658 886 | ร้านหนังสือ

บริการด้านคลินิก และ ข้อมูล | การศึกษาและอบรม | งานค้นคว้า | การพัฒนาระหว่างประเทศ
 หน่วยงานวางแผนครอบครัวแห่งรัฐนิวเซาท์เวลส์ เป็นองค์กรที่ไม่หวังผลกำไร สนับสนุนโดยกระทรวงสาธารณสุข รัฐนิวเซาท์เวลส์

ข้อมูลใน Fact Sheet นี้มีไว้เพื่อจุดประสงค์ในการให้ความรู้เท่านั้น หน่วยงานวางแผนครอบครัวแห่งรัฐนิวเซาท์เวลส์ (FNPNWSW) ดูแลเอาใจใส่ทุกขั้นตอนเพื่อมั่นใจว่าข้อมูลเหล่านี้ถูกต้องและทันสมัยในระหว่างที่จัดพิมพ์ หากท่านมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการคัดลอกเพื่อประโยชน์ส่วนตัว หรือเกี่ยวกับสุขภาพทางเพศ ขอแนะนำให้อ่านคำปรึกษาและความช่วยเหลือจากบริการทางสุขภาพของท่าน หรือติดต่อที่คลินิกวางแผนครอบครัว

ปรับปรุงใหม่ : มิถุนายน 2014 | FPNSW 06/14

Fact Sheet - English

THE MALE CONDOM



What Is The Male Condom?

The male condom is a tube of fine latex rubber which is closed at one end. It is worn on an erect (stiff) penis during sex, to prevent pregnancy. There are also non-latex male condoms made from a material called polyurethane. The male condom is usually just called a 'condom'. Condoms also help to prevent sexually transmissible infections (STIs), including HIV.



How Does A Condom Work?

It catches the semen when the man ejaculates. Then the sperm in the semen cannot travel up to meet an egg and start a pregnancy.

How Well Does It Work?

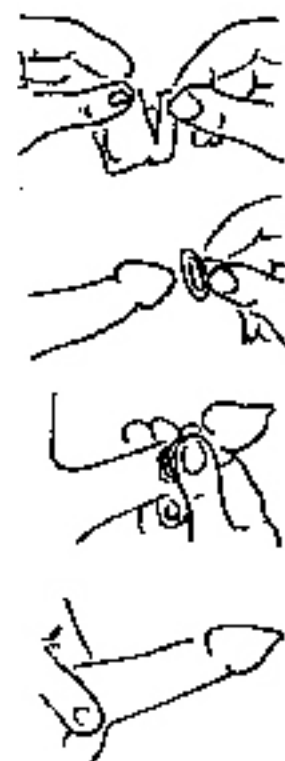
Condoms can work very well if they are used correctly every time. They are between 82% and 98% effective, depending how well they are used. This means that if 100 couples use them for a year then between 2 and 18 women will become pregnant.

Who Can Use A Condom?

Most men can use a condom.

How Do You Use A Condom?

- Condoms are individually wrapped in packets, so first carefully open the packet, making sure you do not tear the condom with your fingernails
- The condom will be rolled up. It will look like a circle of loose fine rubber with a thick rim, which is actually the rolled up condom. Make sure the rim is rolled towards the centre on the side facing you. This is important as it will then roll down properly
- Hold and squeeze the centre of the circle where the condom is loose, with your thumb and first two fingers. This will make space for the semen when you come. Some condoms have a special shape like a nipple at the end especially for this purpose
- The penis must be erect before you put on the condom. With the condom still rolled up, and while still holding the tip, put the condom on the head of the penis like a cap
- Using your other hand (thumb and first two fingers), roll the condom all the way down to the base of the penis
- Put some additional water-based lubricant on the outside of the condom if required



www.fpnsw.org.au | talkline 1300 658 886 | [bookshop](#)

clinical services & information | education & training | research | international development

Family Planning NSW is a not-for-profit organisation funded by the NSW Ministry of Health

The information in this Fact Sheet has been provided for educational purposes only. FPNPNSW has taken every care to ensure that the information is accurate and up-to-date at the time of publication. Individuals concerned about any personal reproductive or sexual health issue are encouraged to seek advice and assistance from their health care provider or visit a Family Planning Clinic. Reviewed May 2014/FPNSW 05/14

- After sex and before the penis has become soft, hold onto the condom at the base of the penis so that the condom does not come off, and semen does not leak out, and carefully pull away from your partner
- Take off the condom and tie a knot in the open end to keep the semen inside the condom
- Wrap the condom in a tissue or some paper, and put it in the bin. Do not flush it down the toilet



Remember:

- Store condoms away from heat and sunlight
- Check the expiry date on the pack before you use it
- Check that the condom packet has not been torn or opened
- Do not have any genital contact before you put the condom on

Are There Any Side Effects?

There are no side effects, unless you are allergic to latex rubber or to the lubricant. This is very rare.

You can use non-latex polyurethane condoms as an alternative if you, or your partner, are allergic to latex rubber.

How Do You Get Condoms?

You can buy latex condoms from Family Planning Clinics, pharmacies, sexual health clinics, vending machines, supermarkets and by mail order. Non-latex condoms are available at most large supermarkets and pharmacies.

Things To Remember

A condom should be used ONE TIME ONLY.

Condoms can perish so keep them in a cool place and use them before the expiry date, otherwise they may break. Oil based lubricants can also make latex condoms break.

Condoms are self-lubricated but additional water-based lubricants can be also be used on the outside of the condom.

If you forget to use a condom, or you think it has not worked e.g. it breaks or slips off during sex, you can buy the emergency contraceptive pill (ECP) from a pharmacy. A woman can take the ECP within 120 hours after unprotected sex, to reduce the chance of pregnancy.

For Further Information

- Contact the Family Planning NSW Talkline on 1300 658 886 or go to www.fpnsw.org.au/talkline
- NRS (for deaf) 133 677
- Or visit your nearest Family Planning clinic

Reviewed: June 2014 | FPNSW 06/14

The information in this Factsheet has been provided for educational purposes only. Family Planning NSW has taken every care to ensure that the information is accurate and up-to-date at the time of publication. Individuals concerned about any personal reproductive or sexual health issue are encouraged to seek advice and assistance from their health care provider or visit an Family Planning NSW clinic.

www.fpnsw.org.au | [talkline 1300 658 886](tel:1300658886) | [bookshop](#)

clinical services & information | education & training | research | international development

Family Planning NSW is a not-for-profit organisation funded by the NSW Ministry of Health

Family Planning QLD 07 3250 0240 | Family Planning TAS 03 6273 9117 | Family Planning VIC 03 9257 0121

Family Planning WA 08 9227 6177 | Family Planning Welfare Association of NT 08 8948 0144

Sexual Health and Family Planning ACT 02 6247 3077 | SHine SA 08 8300 5300