

کاندوم مردانه

The Male Condom

کاندوم مردانه چیست؟

کاندوم مردانه لوله ای از لاستیک نرم لاتکس است که یک طرف آن بسته می باشد. آن را روی آلت مردانه شق شده در طول سکس می پوشانند تا از بارداری جلوگیری شود. کاندوم های مردانه غیر لاتکسی هم موجود است که از پلی یورتان درست شده. کاندوم مردانه معمولاً فقط کاندوم نام دارد. کاندومها برای جلوگیری از عفونت های مسری جنسی مانند اچ آی وی بکار می روند.

کاندوم چگونه کار می کند؟

وقتی مرد ارضا می شود این منی وی را میگیرد. بنابراین اسپرم موجود در منی به تخمک جهت شروع بارداری نمی رسد.

چقدر موثر است؟

کاندومها در صورت استفاده صحیح بسیار خوب کار می کنند. بین ۸۲٪ تا ۹۸٪ موثرند که بستگی به نحوه استفاده از آنها دارد. این بدان معنی است که اگر ۱۰۰ زوج از آنها در سال استفاده کنند بین ۲ تا ۱۸ زن باردار می شوند.

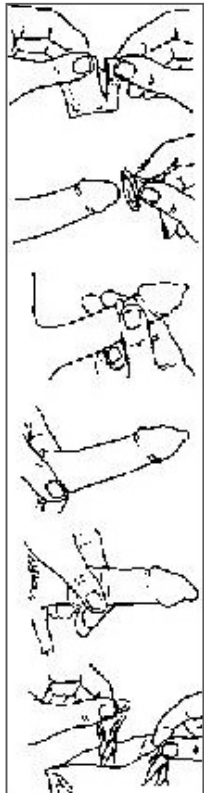
چه کسی از کاندوم استفاده می کند؟

اغلب مردان می توانند از کاندوم استفاده کنند.

چگونه از کاندوم استفاده کنیم؟

- کاندومها بطور جداگانه در پاکتها بسته بندی شده اند، پس ابتدا با دقت پاکت را باز کرده مواظب باشید که با ناخنتان کاندوم را پاره نکنید.
- کاندوم لوله شده و جمع شده است. شکل یک دایره نرم پلاستیکی با ریم کلفت است که در حقیقت همان کاندوم رول شده است. اطمینان حاصل کنید که ریم آن به طرف مرکز جمع شده باشد همان سمتی که به طرف شماست. این برای آن مهم است که راحت تر به طرف پایین برود.
- مرکز دایره را یعنی همان جایی که شل است را با انگشت شصت و دو انگشت اول بگیرید و فشار دهید. این کار فضا برای منی در زمانی که آب شما می آید ایجاد می کند. بعضی از کاندوم ها فرم خاصی در بالایشان دارند که برآمدگی است که به این منظور تعبیه شده است.

- قبل از گذاشتن کاندوم، آلت تناسلی مرد باید کاملاً شق شده باشد. در حالی که کاندوم را در دست گرفته اید و بسته است نوک آن را روی سر آلت خود قرار دهید مثل کلاه گذاشتن.
- با استفاده از دست دیگر (انگشت شصت و دو انگشت دیگر) کاندوم را به طرف پایین تا انتهای شفت آلت تناسلی بکشید.
- در صورت لزوم مایع لغزنده کننده ای که در آب حل می شود به بیرون کاندوم جهت لغزنده کردن آن بزنید.
- بعد از سکس و قبل از اینکه آلتان شل شود از انتهای کاندوم بگیرید تا در نیاید و یا آب منی به بیرون نریزد و با دقت از داخل همسران بیرون بکشید.
- کاندوم را در بیابرد و انتهای باز آن را گره بزنید که منی داخل آن بماند.
- کاندوم را در دستمال کاغذی پیچیده و به ظرف آشغال بیندازید. آن را به توالت نیندازید و سیفون نکشید.



یادتان باشد که:

- کاندوم ها را دور از حرارت و نور آفتاب نگهدارید.
- تاریخ انقضا آن را قبل از استفاده چک کنید.
- چک کنید که پاکت آن پاره یا باز نشده باشد.
- قبل از پوشیدن کاندوم تماس با آلت تناسلی نداشته باشید.

آیا عوارض جانبی دارد؟

عوارض جانبی ندارد مگر اینکه شما به لاستیک لاتکس یا مایع لغزنده حساسیت داشته باشید. این خیلی نادر است. اگر شما یا همسران به لاستیک لاتکس حساسیت دارید، می توانید از کاندوم های بدون لاتکس پلی یورتان به جای آن استفاده کنید.

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

clinical services & information (خدمات کلینیکی و اطلاعات) | education & training (آموزش و تربیت) | research (تحقیق) | international development (توسعه بین المللی)

سازمان برنامه ریزی خانواده (فامیلی پلنینگ) ایالت نیو ساوت ولز یک سازمان غیر انتفاعی است که توسط وزارت بهداشت ایالت نیو ساوت ولز کمک مالی می شود.

اطلاعات موجود در این برگه اطلاع رسانی فقط جهت اهداف آموزشی فراهم شده است. اف ان پی ان اس دابلیو تمام دقت خود را کرده که اطلاعات موجود در زمان انتشار، صحیح و به روز رسانده شده باشد. از افرادی که نگران مشکلات جنسی و تولید مثل شخصی هستند دعوت می شود که از ارائه دهنده مراقبتهای پزشکی یا کلینیک فامیلی پلنینگ مشورت خواسته و یا یاری بطلبند.

بازنگری: ژوئن ۲۰۱۴ | اف پی ان اس دابلیو ۱۴۰۶

کاندوم را چگونه تهیه کنیم؟

کاندوم های لاتکس را می توانید از کلینیک فامیلی پلنینگ، داروخانه های، کلینیک های سلامت جنسی، دستگاه های فروش اتوماتیک، سوپرمارکت ها و سفارش پستی بخرید. کاندوم های غیر لاتکسی در اغلب سوپرمارکتها و داروخانه ها موجودند.

چیزهایی که باید به خاطر بسپاریم

از کاندوم فقط یکبار باید استفاده کرد.
کاندوم ها خراب می شوند پس آنها را در جای خنک نگهداشته و قبل از استفاده تاریخ انقضا را چک کنید و گرنه ممکن است پاره شوند. چرب کننده های روغنی هم می توانند کاندوم های لاتکس را پاره کنند. کاندومها خودشان لغزنده هستند اما لغزنده کننده های حلال در آب را هم می توان به بیرون آن ها زد.
اگر فراموش کردید که از کاندوم استفاده کنید یا فکر می کنید کار نکرد برای مثال پاره شد یا در طول سکس در آمدمی توانید قرص ضد بارداری اضطراری را از داروخانه تهیه کنید. یک خانم این قرص را می تواند تا ۱۲۰ ساعت بعد از سکس بدون حفاظ مصرف کند تا شانس بارداری کاهش بیابد.

جهت اطلاعات بیشتر

- با خط تلفن فامیلی پلنینگ ایالت نیو ساوت ولز شماره ۱۳۰۰۶۵۸۸۸۶ تماس و یا به این تارنما بروید www.fpnsw.org.au/talkline
- ان آر اس (برای افراد ناشنوا) ۱۳۳۶۷۷
- یا به نزدیک ترین کلینیک فامیلی پلنینگ () مراجعه کنید (Family Planning)

کتابفروشی | www.fpnsw.org.au | talkline 1300 658 886

clinical services & information (خدمات کلینیکی و اطلاعات) | education & training (آموزش و تربیت) research (تحقیق) | international development (توسعه بین المللی)

سازمان برنامه ریزی خانواده (فامیلی پلنینگ) ایالت نیو ساوت ولز یک سازمان غیر انتفاعی است که توسط وزارت بهداشت ایالت نیو ساوت ولز کمک مالی می شود.

اطلاعات موجود در این برگه اطلاع رسانی فقط جهت اهداف آموزشی فراهم شده است. اف ان پی ان اس دابلیو تمام دقت خود را کرده که اطلاعات موجود در زمان انتشار، صحیح و به روز رسانده شده باشد. از افرادی که نگران مشکلات جنسی و تولید مثل شخصی هستند دعوت می شود که از رایه دهنده مراقبت های پزشکی یا کلینیک فامیلی پلنینگ مشورت خواسته و یا یاری بطلبند.

بازنگری: ژوئن ۲۰۱۴ اف پی ان اس دابلیو ۱۳۱۰۶

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](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

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 | 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