

Deutsch : <https://sexandfacts.ch/de/>

Das Peniskondom / Le préservatif masculin ou condom

Das Peniskondom

Bei richtiger Anwendung ist das Kondom ein geeignetes Mittel zur Verhütung einer Schwangerschaft und ein wirksamer Schutz vor HIV/Aids und anderen sexuell übertragbaren Infektionen (STI).

Das Kondom vor jedem Eindringen des Penis in Vagina oder Anus anwenden.

Was ist ein Kondom?

Es ist eine fingergrosse, dehnbare Hülle aus Latex oder synthetischem Material, die sich der Form des Penis wie eine zweite Haut anpasst. Es ist meist mit Gleitmittel versehen.

Wie wirkt das Kondom?

Das über den Penis gestreifte Kondom hindert die Spermien (Samenzellen) daran, in die Vagina (Scheide), die Gebärmutter oder – bei Analsex – in den Anus zu gelangen.

Zu beachten

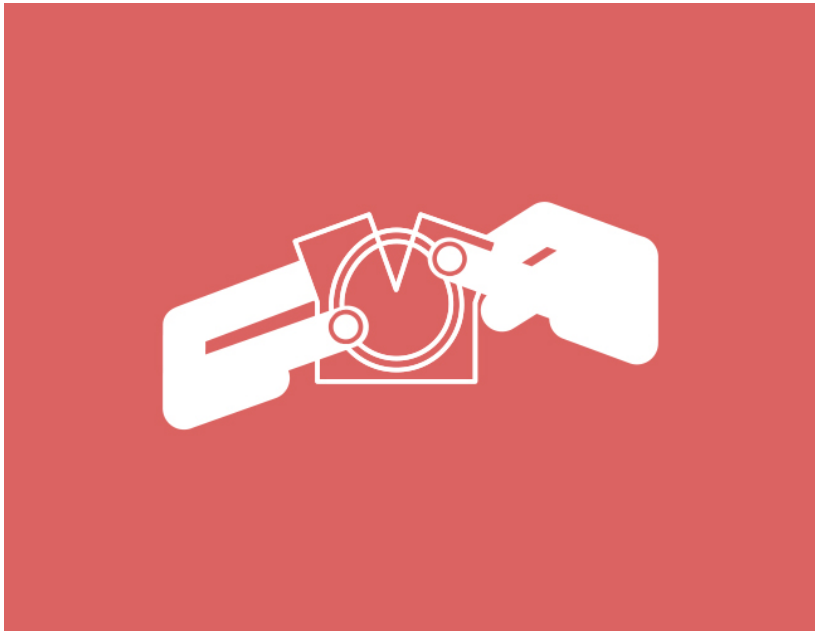
- Nur qualitativ einwandfreie Kondome mit dem Label «OK» oder «CE» kaufen.
- Das Verfallsdatum kontrollieren.
- Die Kondome in einer lichtgeschützten Schachtel aufbewahren. Vor Wärme und spitzigen Gegenständen schützen.
- Nur **Gleitmittel auf Wasser- oder Silikonbasis** verwenden: Fette (Vaseline, Öle, Margarine), Spermizide oder Behandlungen gegen Pilzinfektionen oder Warzen können das Kondom beschädigen. Bei vaginalen oder analen Behandlungen mit Crème oder Zäpfchen den Arzt, die Ärztin fragen, ob gleichzeitig Kondome verwendet werden können. Im Zweifelsfall auf Sex verzichten.
- Kondome gibt es in **verschiedenen Grössen und Formen**. Die Latexkondome müssen in der Grösse und Form der Anatomie des Penis angepasst sein, um mehr Komfort und Sicherheit zu gewährleisten. (Verringert das Risiko des Reissens und Abrutschens). www.mysize.ch



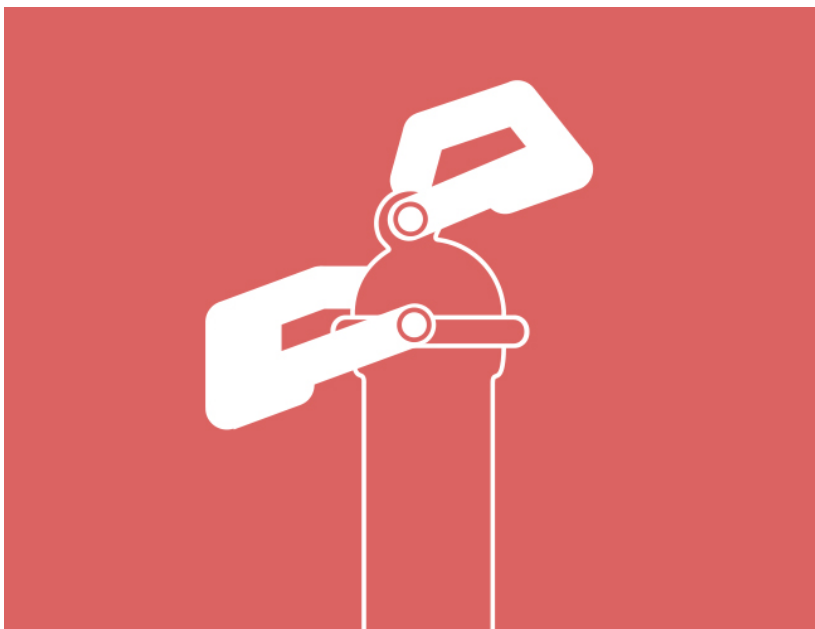
- Sollten Sie oder Ihr Partner / Ihre Partnerin **allergisch auf Latex sein**, benutzen Sie Kondome aus synthetischem Material. Informieren Sie sich!
- Damit Sie sich sicherer fühlen: Üben Sie zuerst in aller Ruhe allein das Kondom zu benutzen, das

erleichtert seine Anwendung zu zweit. Sprechen Sie vorher mit Ihrem Partner / Ihrer Partnerin darüber.

Wie wird das Kondom angewendet?

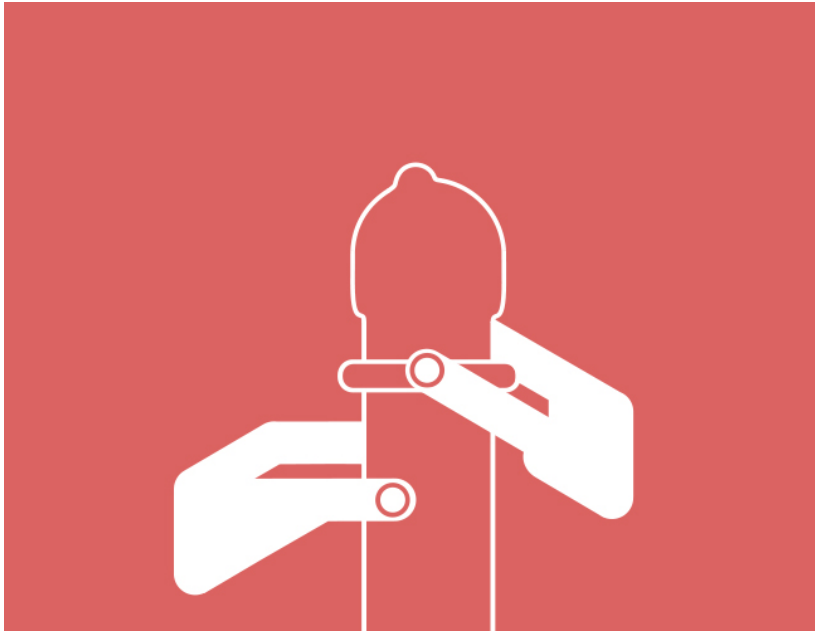


1. Die Verpackung vorsichtig öffnen, ohne sie mit den Fingernägeln oder anderen spitzigen Gegenständen zu beschädigen.

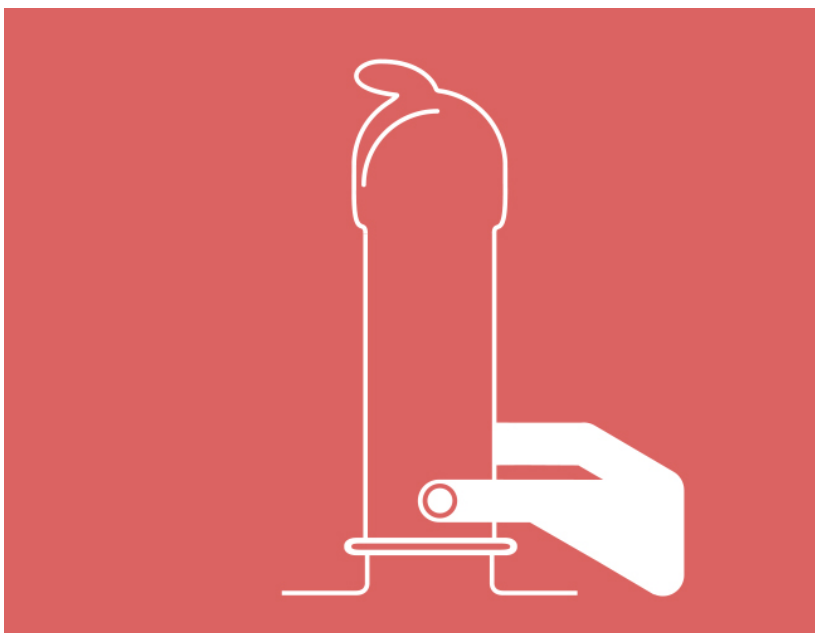


2. Die Haut der Eichel nach hinten ziehen.

3. Das Reservoir oder das äussere Ende mit Daumen und Zeigefinger vorsichtig zusammendrücken, um allfällige Luft zu entfernen und somit Platz für das Sperma (die Samenflüssigkeit) zu verschaffen.



4. Das Kondom wird über den steifen Penis bis ganz nach unten abgerollt, so dass der Ring nach aussen zeigt.



5. Nach dem Samenerguss (bevor die Erektion zurück geht) den Penis aus der Vagina oder dem Anus zurückziehen. Das Kondom dabei am Penisansatz festhalten, damit es nicht abgleitet und kein Sperma in Vagina und Anus gelangt.

Verwenden Sie das Kondom nur einmal.

Das gebrauchte Kondom in den Mülleimer und nicht in die Toilette werfen.

Im Notfall

Verlangen Sie eine Notfallverhütung, wenn Sie nicht genügend vor Schwangerschaft geschützt waren:

- Bei Reißen oder Verrutschen des Kondoms
- Bei ungeschütztem oder ungenügend geschütztem Geschlechtsverkehr (zum Beispiel bei Coitus interruptus oder nach sexualisierter Gewalt)

Notfallverhütung senkt das Risiko für eine Schwangerschaft. Sie muss so rasch wie möglich erfolgen – je nach Methode bis spätestens 72 Stunden bzw. 120 Stunden nach der Risikosituation. Je früher desto besser (siehe «[Notfallverhütung](#)»).

Wo ist die Notfallverhütung zu finden?

- In der Apotheke
- Bei vielen [Beratungsstellen für sexuelle Gesundheit und Familienplanung](#)
- Bei Gynäkologinnen oder anderen Ärzten

Verlangen Sie eine Postexpositionsprophylaxe (PEP), wenn Sie nicht genügend vor der Übertragung von HIV (Aids) geschützt waren:

- Wenn das Kondom gerissen ist.
- Wenn das Kondom in der Vagina oder dem Anus zurückgeblieben ist.

Antiretrovirale Medikamente senken das Risiko einer allfälligen Übertragung von HIV. Eine PEP muss innerhalb von 48 Stunden nach der Risikosituation begonnen werden. Je früher desto besser. Die Behandlung dauert vier Wochen. Die Kosten werden von der Krankenversicherung übernommen.

Bei Risiken für andere sexuell übertragbaren Infektionen (STI) konsultieren Sie am besten umgehend Ihren Arzt / Ihre Ärztin.

Wo ist die PEP zu finden?

- Bei Ihrem Arzt / Ihrer Ärztin
- Im nächstgelegenen Spital
- Bei einem [Checkpoint](#)

Manche sexuell übertragbaren Infektionen (STI) können auch beim direkten Kontakt mit Schleimhäuten oder von Haut zu Haut übertragen werden. Machen Sie den [Safer Sex Check](#) um zu erfahren, wie Sie sich optimal schützen können.

[Detaillierte Informationen zu STI](#)

2018, *SEXUELLE GESUNDHEIT SCHWEIZ*, Schweizerische Stiftung für sexuelle und reproduktive Gesundheit; *ALECSS Association suisse latine des spécialistes en santé sexuelle, Éducation – Formation – Conseil*; *faseg, Fachverband sexuelle Gesundheit in Beratung und Bildung*

Deutsch : <https://sexandfacts.ch/de/schwangerschaftsverhuetung/das-kondom-fuer-maenner>