

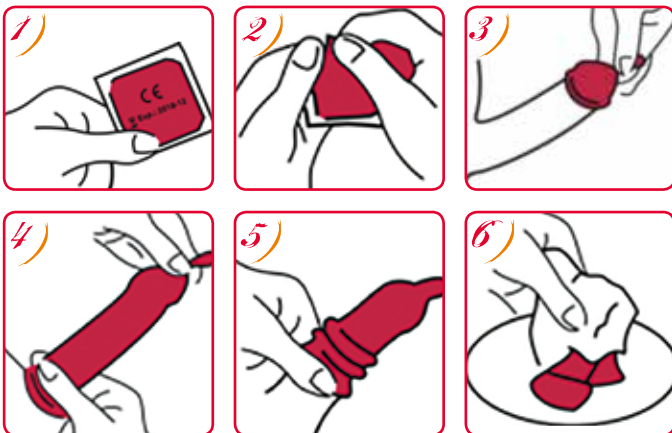
4) Hoe een **klapcondoom of het afschuiven** van een condoom **voorkomen**?

Het condoom zelf:

- Gebruik steeds condooms van goede kwaliteit, gemaakt uit latex of polyurethaan.
- Kijk of de verpakking niet beschadigd is, en de vervaldatum niet overschreden.
- Bewaar ze op een niet te warme plaats.
- Condooms bestaan in verschillende maten. Gebruik de juiste grootte voor elke penismaat.

Gebruik van het condoom:

- 1) Controleer de vervaldatum op de verpakking.
- 2) Let op bij het openen van de verpakking dat je het condoom niet scheurt. Gebruik nooit je tanden of een schaar.
- 3) Knijp het topje van het condoom dicht en plaats het tegen de top van de stijve penis.
- 4) Rol het condoom af tot de basis van penis.
- 5) Trek de penis terug na het klaarkomen en verwijder het condoom.
- 6) Leg een knoop in het condoom en werp het in de vuilnisemmer.



Trek het condoom NIET met beide handen open om het over de penis te krijgen. Bekijk of het condoom al dan niet te klein is? Pas op voor scherpe nagels!

- Gebruik bij elk seksueel contact een nieuw condoom, ook als het om dezelfde persoon gaat.
- Gebruik nooit twee condooms over elkaar.

Glijmiddel:

- Gebruik steeds samen met het condoom voldoende glijmiddel, zowel voor anale als voor vaginale seks. Goed glijmiddel is op basis van water of siliconen. Gebruik nooit massage olie, vaseline of andere glijmiddelen gemaakt op basis van olie. Olie maakt het condoom poreus.
- Het gebruik van glijmiddel bij een droge vagina, of langdurige seks wordt aangeraden. Het verkleint de kans dat het condoom scheurt.

Tijdens seks:

- Houd met je handen de randen van het condoom aan de basis van de penis tegen terwijl je seks hebt. Zo voorkom je dat het condoom afglijdt tijdens de seks en/of een klant het condoom stuk doet.

Na klaarkomen:

- De penis moet onmiddellijk na het klaarkomen teruggetrokken worden uit de vagina of anus. Dus voor de penis terug slap wordt.
- Terwijl de penis wordt teruggetrokken, houd je best de randen van het condoom tegen. Zo kan het zeker niet afschuiven.

Meer info

vzw Ghapro

Verversrui 3, 2000 Antwerpen
tel. 03 293 95 91
0474 98 57 66

vzw Pasop

Brabantdam 100 b, 9000 Gent
tel. 09 233 47 67
Ertbeekstraat 34, 3500 Hasselt
tel. 011 33 30 58

www.ghapro.be

www.infosexwork.be

www.pasop.info



Vlaanderen
verbeelding werkt



Verantwoordelijke uitgever: Katleen Peleman
Tekeningen: © Sensoa, alle rechten voorbehouden.
Editie december 2014

Klapcondoom

Wat moet je doen als
een condoom scheurt of afglijdt?

1) Heb je een klapcondoom gehad? Is er voorvocht of sperma van de klant in jou gekomen? **Verwijder het voorvocht of sperma** voorzichtig zodat je geen wondjes maakt. Dit zijn immers toegangspoorten waardoor ziektekiemen gemakkelijk je lichaam kunnen binnendringen.

☞ Bij **vaginale seks** laat je het sperma gewoon uit je vagina lopen, door te **hurken en zachtjes te persen**. Gebruik nooit je vingers of een voorwerp, want zo kun je kleine wondjes veroorzaken.

Inwendig spoelen doe je best niet, omdat je door het spoelen het sperma juist dieper in je vagina duwt. Uitwendig wassen is geen probleem.

Gebruik geen irriterende stoffen die het slijmvlies van de vagina beschadigen, zoals bleekwater, dettol, Isobetadine,... gebruik ook geen (intieme) zepen.

☞ Bij **anale seks** moet je het sperma trachten uit te persen. Dit doe je best op het toilet of door te hurken. Gebruik geen anale spoeling of ga niet inwendig met je vinger reinigen. Het slijmvlies van het darmkanaal is zeer kwetsbaar, zodat je gemakkelijk wondjes veroorzaakt als je een voorwerp in je anus brengt. Uitwendig wassen is geen probleem.

Gebruik zeker geen irriterende stoffen die het slijmvlies van de anus beschadigen, zoals bleekwater, dettol, Isobetadine,... gebruik ook geen (intieme) zepen.

☞ Mannen die tijdens het **penetreren** een klapcondoom hebben, gaan best plassen en spoelen niet.

☞ Krijg je bij **orale seks** voorvocht of sperma in de mond, spuw dit dan uit. Je kan je mond eventueel zachtjes spoelen met gewoon water, maar let op dat je niets inslikt of dat je niet gaat gorgelen. Het slijmvlies achter in de keel is heel dun en laat kiemen gemakkelijk door. **Ga niet spoelen** met mondwater zoals Hextril, Listerine of andere producten. Je tanden poetsen of flossen is niet aangeraden, zo maak je kleine wondjes. Wacht minstens één uur met eten of drinken.

2) Bescherm jezelf tegen **een ongewenste zwangerschap** nog voor je een klapcondoom hebt.

Om je veilig te stellen, gebruik je een anticonceptiemiddel. Er zijn **verschillende soorten anticonceptiva**. Ga langs je arts om samen uit te zoeken, welke het best bij je past.

Heb je een klapcondoom en gebruik je geen anticonceptie, bestaat de kans op zwangerschap. Zelfs al is de klant nog niet klaargekomen, kan je zwanger worden. Ook in het voorvocht zitten zaadcellen. In dit geval moet je de **noodpil/morning-afterpil** nemen.

☞ De noodpil is zonder voorschrift verkrijgbaar in elke apotheek. Je hebt 72 uur (drie dagen) de tijd om de noodpil in te nemen, maar de kans dat ze werkt, is groter als je ze zo snel mogelijk neemt. In het weekend kan je terecht bij de apotheek van wacht. Wij raden aan om, als je geen anticonceptie hebt, de noodpil steeds op zak te hebben voor in geval van nood.

☞ De noodpil meer dan één keer per maand innemen is niet goed voor het lichaam. Raadpleeg je arts om te starten met een anticonceptiemiddel.

☞ Als je de noodpil hebt ingenomen, kunnen je bloedingen te vroeg, op tijd of maximaal één week te laat komen. Als je menstruatie langer dan één week te laat komt, raadpleeg dan een arts.

☞ Als je binnen de vier uur na het innemen van de noodpil moet braken, dan heeft het middel niet gewerkt. Neem contact op met een arts. Je moet de noodpil opnieuw innemen samen met een antibraakmiddel.

3) Je laten **testen op seksueel overdraagbare infecties (soi)**:

Je kan dit doen vóór je een klapcondoom hebt: raadpleeg je arts of je al dan niet beschermd bent voor hepatitis B. Zo niet, kan je je laten vaccineren.

Na een klapcondoom laat je je testen op:

- Gonorrhoe en chlamydia, dit **twee weken** na het klapcondoom.
- Hiv en syfillis kan je laten testen **drie maanden** na het klapcondoom. Dit komt omdat het drie maanden duurt vooraleer in het bloed te zien is of je besmet bent of niet. Ondertussen kan je wel besmettelijk zijn voor anderen. Daarom gebruik je best in afwachting van het resultaat van de test een condoom, zowel bij vaginale, anale als orale seks, zowel met klanten als met je eigen partner.

Heb je risico gelopen, raadpleeg je arts, deze kan aan de hand van je risico de beste opvolgingsstrategie bepalen.

Verzorg je lichaam:

☞ Laat je regelmatig testen op seksueel overdraagbare infecties of wanneer je een klapcondoom of onveilige seks hebt gehad.

☞ Heb je last van vaginale afscheiding, onderbuikspijn of tussentijdse bloedingen? Laat je dan testen op een soi.

☞ Heb je last van anale klachten: slijmverlies, pijn... ? Ga dan langs je arts voor een controle op een soi.

☞ Neem niet zelf medicijnen in, raadpleeg een arts om de juiste behandeling te verzekeren.

☞ Neem een behandeling in zoals voorgeschreven. Stop de behandeling niet te vroeg, zo voorkom je resistentie en een herhal van ziekte.