

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

☞ **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.

☞ **Gebruik van het condoom:**

- ~ Gebruik **steeds** samen met het condoom voldoende glijmiddel, zowel voor anale als voor vaginale seks. Kijk op de verpakking of het glijmiddel gemaakt is op waterbasis. Gebruik **nooit** baby-olie, vaseline, zeep of andere glijmiddelen gemaakt op olie-basis.
- ~ Let op bij het openen van de verpakking dat je het condoom niet scheurt. Gebruik nooit je tanden of een schaar.
- ~ Let erop dat er geen olie aan je handen hangt bij het aanraken van het condoom (bv massage-olie). Een minimale hoeveelheid olie aan je vingers is genoeg om het condoom kapot te maken.
- ~ Het condoom mag pas worden aangebracht als de penis volledig in erectie is.
- ~ Gebruik bij elk seksueel contact een nieuw condoom, ook als het om dezelfde persoon gaat.
- ~ Gebruik **nooit** 2 condooms over elkaar.

☞ **Tijdens seks:**

Houd met je handen de randen van het condoom aan de basis van de penis tegen terwijl je seks hebt. Zo ben je er zeker van dat het condoom nog steeds goed zit.

☞ **Na klaarkomen:**

- ~ De penis moet onmiddellijk na klaarkomen teruggetrokken worden uit 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.

☞ **Glijmiddel:**

Gebruik enkel glijmiddel op waterbasis (staat op verpakking). Gebruik nooit baby-olie, vaseline, zeep of andere glijmiddelen gemaakt op olie-basis. Gebruik een goede hoeveelheid glijmiddel samen met een condoom bij elk vaginaal of anaal seksueel contact.

# Klapcondoom

Wat moet je doen als een condoom scheurt of afglijdt?



1) Als de klant in jou is klaargekomen, dan moet je natuurlijk het **sperma verwijderen**. Je moet wel voorzichtig te werk gaan, zodat je **geen wondjes veroorzaakt**. Dit zijn immers toegangspoortjes waardoor eventuele ziektekiemen gemakkelijk je lichaam kunnen binnendringen.

☞ Bij **vaginale seks** laat je het sperma best 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 krachtig te spoelen het sperma juist dieper in je vagina duwt. Wil je absoluut toch spoelen, doe dit dan **zachtjes** met gewoon water. Gebruik zeker geen irriterende stoffen die het slijmvlies van de vagina beschadigen, zoals bleekwater of Dettol.

☞ Bij **anale seks** moet je het sperma trachten uit te persen. Dit kun je het best doen op het toilet of door te hurken. Gebruik **geen anale spoeling**. Het slijmvlies van het darmkanaal is immers zeer kwetsbaar, zodat je heel gemakkelijk wondjes veroorzaakt als je een voorwerp in de anus brengt. Uiterwaard geen probleem.

☞ Bij **orale seks** moet je het sperma uitspuwen. Je kan je mond eventueel **zachtjes** spoelen met gewoon water, maar let op dat je niets inslikt of dat je niet begint te gorgelen. Het slijmvlies van de keel is immers heel dun en laat eventuele kiemen gemakkelijker door. Ga niet heftig zitten spoelen met mondwater of andere producten. Je tanden poetsen of flossen is niet aangeraden, zo maak je immers kleine wondjes. Wacht minstens één uur met eten of drinken.

2) Als je een klapcondoom gehad hebt, en je hebt geen enkele vorm van anticonceptie, dan bestaat er natuurlijk ook **kans op zwangerschap**. Zelfs al is de klant nog niet klaargekomen, je kan toch zwanger worden. Ook in het voorvocht zitten zaadcellen. In dit geval moet je de **noodpil** innemen:

☞ De noodpil wordt ook wel de morning-afterpil genoemd.

☞ 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 de noodpil werkt, is groter als je ze zo snel mogelijk inneemt. 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 bestaat uit 1 ofwel 2 pillen. Als je 2 pillen krijgt, moet je die tegelijk innemen.

☞ 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 4 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.

☞ De noodpil is er enkel voor noodgevallen en is geen anticonceptiemiddel. De methode kan een zwangerschap dan ook niet 100% voorkomen. Daarom maak je best een afspraak met je arts om je een betrouwbaar voorbehoedsmiddel te laten voorschrijven.

3) Na een klapcondoom laat je je best ook **testen op seksueel overdraagbare infecties (SOI)**.

☞ Ten vroegste **twee weken** na het klapcondoom, kan je je laten testen op gonorrhoe en chlamydia.

☞ Ten vroegste **drie maanden** na het klapcondoom, kan je je laten testen op HIV, syfilis en hepatitis B. 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 als anale seks, zowel met klanten als met je eigen partner.