

Notice du préservatif externe (Préservatif masculin)

Comment utiliser un préservatif externe :

Étape 1 :

- Vérifiez la date de péremption (plus d'informations dans la partie conseils préalables).

Étape 2 :

- Saisir l'emballage par le coin du bord dentelé.
- Saisir ce coin avec le pouce et l'index de chaque main.
- Tirer vers le bas avec les doigts les plus proches du coin. Bien déchirer l'emballage avec les doigts, car le déchirer avec les dents ou des ciseaux, risquerait d'endommager le préservatif.

Étape 3 – Orientation du préservatif :

- En sortant du sachet, le préservatif ressemble à un anneau un peu rigide, au milieu duquel on trouve une partie plus molle.
- Au milieu, dans la partie molle, saisir entre le pouce et l'index le petit bout qui dépasse et tenir le préservatif ainsi. Le petit bout, c'est le réservoir qui pourra réceptionner le sperme.
- Avec votre autre main, il faut orienter l'anneau au bout de votre pénis. **Il est important de vérifier que le préservatif est dans le bon sens.**

Étape 4 – Vérification de l'orientation du préservatif :

- Il faut saisir le petit anneau roulé entre le pouce et l'index. Du côté du pouce on doit sentir l'anneau roulé au travers du latex. Du côté de l'index il faut sentir l'anneau roulé à l'extérieur de la couche de latex.

Étape 5 – Installation du préservatif :

- Avec une main, maintenir pincé le petit bout, afin d'empêcher tout air de rentrer dedans. Avec votre seconde main, placer l'anneau au bout de votre pénis en érection (comme pour enfiler une bague) et faire descendre l'anneau jusqu'au bas de votre sexe. Plus vous descendez votre main, plus le préservatif se déroule le long de votre sexe en érection. Il est important que le préservatif se déroule vers l'extérieur du sexe et non vers l'intérieur. Si vous vous trompez de sens, le préservatif aura du mal à se dérouler. Si c'est le cas, il faudra recommencer.
- Si vous n'y êtes pas arrivé la première fois, pas de stress. Jetez le préservatif et utilisez-en un autre.

À savoir :

- Si le préservatif n'est pas assez tendu, qu'il est trop tendu ou qu'il vous fait mal, c'est peut-être que la taille du préservatif n'est pas adaptée à la taille de votre sexe.
- À force de pratique, il deviendra de plus en plus facile de mettre un préservatif.
- Pendant le rapport sexuel essayez de penser à vérifier que le préservatif n'est pas remonté. L'anneau doit rester à la base du pénis.

- Si la pénétration n'est pas facile ou irrite la personne pénétrée, il ne faut pas hésiter à mettre du lubrifiant.

Étape 5 – Retrait du préservatif :

- Pour éviter que le préservatif reste à l'intérieur du vagin ou de l'anus, il faut retirer le pénis de l'orifice avant que l'érection ne retombe. Avant le retrait, il faut tenir l'anneau pour empêcher qu'il ne s'enlève tout seul.
- Rouler doucement l'anneau de la base du pénis jusqu'à 5 cm du réservoir.
- Jetez le préservatif dans une poubelle et surtout pas dans des WC.

En cas de rupture de préservatif :

- Pour éviter une grossesse, utiliser la pilule du lendemain si votre partenaire ne prend pas la pilule. Cela doit rester une prise exceptionnelle.
- Pour éviter la transmission de maladies transmises sexuellement et par le sang, prendre un traitement d'urgence à aller chercher aux urgences d'un hôpital et à prendre au maximum 48 heures après le rapport sexuel. Ce traitement d'urgence évite d'être contaminé par le virus du SIDA.

Contact :

Ce document a été réalisé par l'association Mes Mains en Or.

Le site internet : www.mesmainsenor.com

Numéro de téléphone : 09 81 63 38 92

Adresse mail : contact@mesmainsenor.com