

Bummeln
aber sicher



TIPS
ZUM
KONDOM
GEBRAUCH
FÜR
SCHWULE
MÄNNER

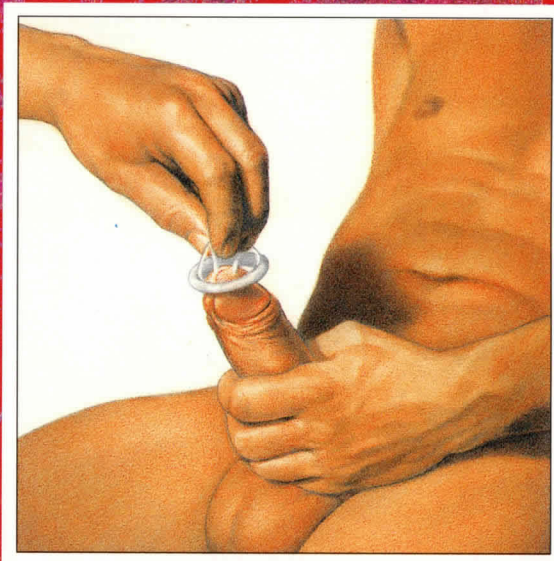


Deutsche
AIDS-Hilfe e.V.



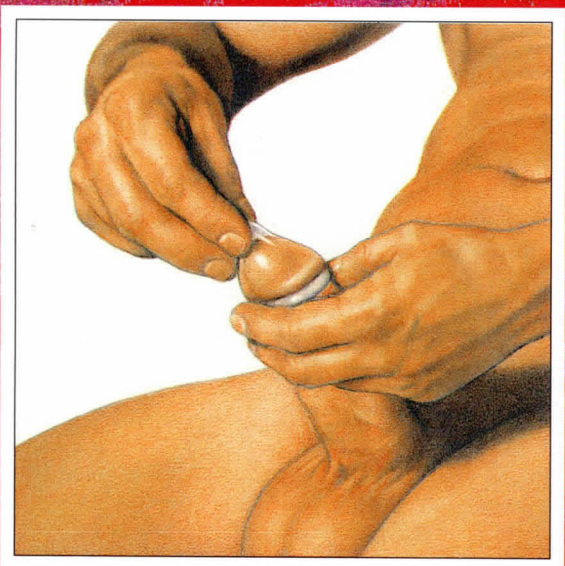
Sex macht Spaß. Safer Sex verhindert eine HIV- und manch andere Infektion, die Deine Gesundheit oder die Deiner Partner schädigen können. Wenn Du Dich für Safer Sex entschieden hast, brauchst Du aufs Bumsen nicht zu verzichten:

Nimm Kondome!

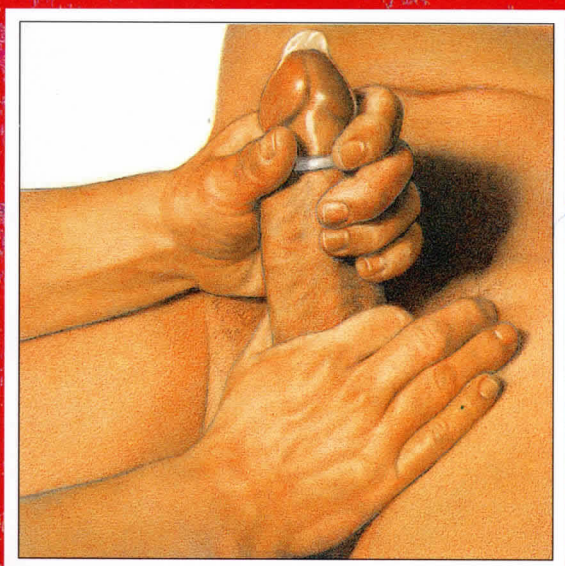


Wenn er steht und rein will, dann ran an die Packung, aber vorsichtig, weil Reißen oder lange Fingernägel das Kondom beschädigen könnten.

Ein Tropfen Gleitcreme – aber nur wasserlösliche – in der Spitze des Gummis kann den Genuß erhöhen. Probier's mal aus!

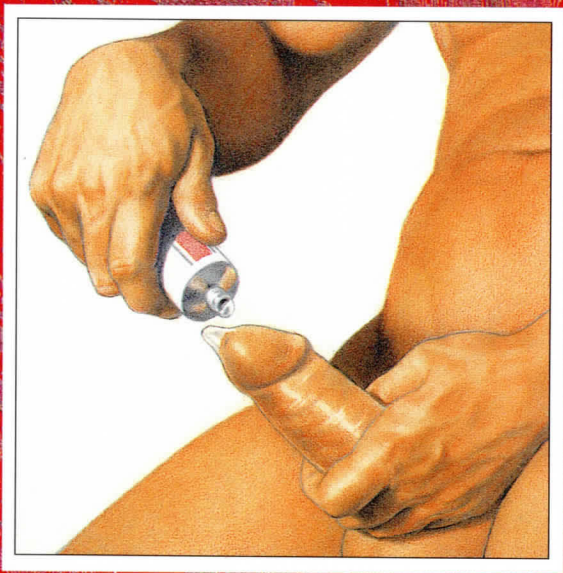


Bitte jetzt nicht aufblasen, sondern das Kondom mit zwei Fingern an der Spitze festhalten. Im dadurch entstandenen Reservoir (viele Kondome haben sowieso eins) hat der Samen genug Platz. Setz das Kondom nun so auf die Eichel Deines – beachte! – trockenen Schwanzes, daß die Gummiwulst nach außen zeigt und . . .



. . . roll es bei zurückgezogener Vorhaut über die ganze Schwanzlänge ab oder laß es Deinen Partner machen. Gegenseitige Hilfe verhindert auch bestimmte Momente der Verlegenheit. Übrigens: Man kann den Gummi auch mit dem Mund überrollen!

Kondome passen sich – so sagt man – jeder Schwanzgröße an. Es gibt nun aber auch zu Fleisch gewordene Träume; hierfür sind Sondergrößen erhältlich.



Verwende reichlich Gleitmittel, damit keine Verletzungen entstehen und der Pariser nicht reißt.

Nimm nur Gleitmittel auf wasserlöslicher Basis (z.B. KY, Softglide masculin, Hot Rubber Lubricant, Femilind). Fetthaltige Gleitmittel (z.B. Crisco, Nivea, Vaseline, Babyöle) greifen das Kondom an und machen es porös.

PS: Honig ist gesund, aber als Gleitmittel für Präser ungeeignet.

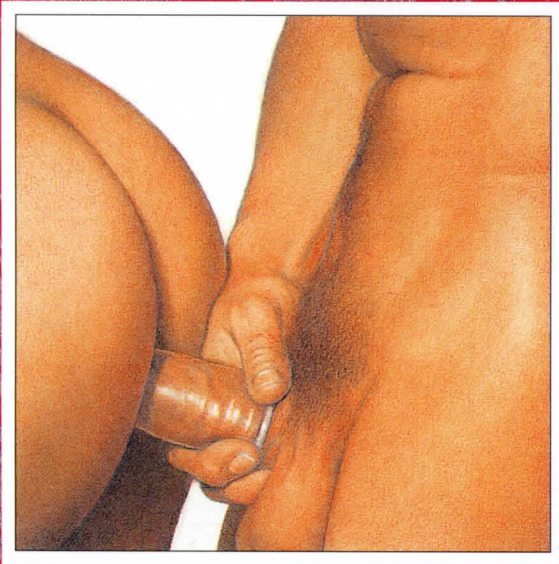
Noch ein paar praktische Tips:

Benutze nur geprüfte Marken Kondome (z.B. HOT RUBBER, HT). Wenn diese versagen, dann fast immer nur infolge von falscher Handhabung, nicht aufgrund von Materialfehlern. Verwende keine Kondome, die sich hart oder brüchig anfühlen. Lege Dir einen Vorrat an Kondomen an.

Bei richtiger Lagerung, d.h. möglichst dunkel und nicht zu warm, halten sie mindestens zwei Jahre. Achte auf das aufgedruckte Herstellungsdatum!

Das Handschuhfach im Auto, die Hosentasche oder der Geldbeutel sind höchstens für ein paar Tage der richtige Aufbewahrungsort.

Zu Hause solltest Du die Kondome so aufbewahren, daß sie griffbereit sind.



Was Du hier siehst, ist schon „danach“. Für die Aktion dazwischen brauchst Du ja wohl keine Anleitung. Nach dem Abspritzen raus mit dem Steifen. Halte dabei das Kondom an der Gummiwulst fest, damit es nicht als Abschiedsgeschenk im Partner bleibt. Dann weg damit in die Mülltonne, nicht ins Klo.

Nochmals:

Verwende nur Gleitmittel, die auf wasserlöslicher Basis hergestellt sind, z.B. KY, Femilind, Hot-Rubber-Lubricant, Softglide Masculin.

Fetthaltige Mittel, wie z.B. Crisco, Nivea, Babyöle, können das Gummi angreifen.

Poröse Kondome schützen nicht!

Bumsen mit Kondomen ist nicht immer so einfach, wie es auf den ersten Blick scheinen mag. Versuche es spielerisch zu lernen, allein und mit anderen.

Probiere beim Spiel aus, welches Kondom Dir besonders liegt. Vergiß nicht, daß es auch viele Sex- und Lustpraktiken gibt, bei denen keinerlei Vorsichtsmaßnahmen nötig sind.

Herausgegeben von: Deutsche AIDS-Hilfe e.V., Nestorstr. 8-9, D-1000 Berlin 31. Spendenkonten: Deutsche Apotheker- und Ärzte-Bank, Berlin, Konto 000 35 00 500 (BLZ 100 906 03); Postgiro Berlin West, Konto 179 00-105 (BLZ 100 100 10). Die D.A.H. ist als gemeinnützig und besonders förderungswürdig anerkannt. Spenden sind daher steuerabzugsfähig.

© Deutsche AIDS-Hilfe e.V., Berlin, 1. Auflage 12/89