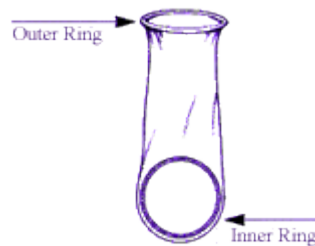


Wie wird ein Femidom benutzt?

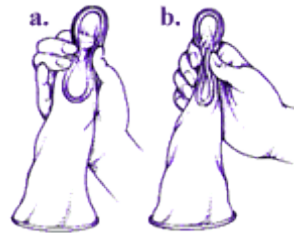
1. Das offene Ende (Äußerer Ring)

Das offene Ende bedeckt das Gebiet um die Vaginaöffnung. Der innere Ring wird eingeführt um in der Scheide richtig zu sitzen.



2. Wie das Femidom zu halten ist

- a) Halten Sie den inneren Ring zwischen Daumen und Mittelfinger. Stellen Sie den Zeigefinger auf den Beutel zwischen die anderen zwei Finger.
(oder)
b) Einfach zusammendrücken.



3. Wie das Femidom eingeführt wird

Den inneren Ring zusammendrücken, dann einführen so weit es geht. Keine Angst - es TUT NICHT WEH!



4. Überprüfen, ob es richtig sitzt

Überprüfen Sie, daß das Femidom nicht verdreht ist und der äußere Ring noch außerhalb der Vagina ist.



5. Entfernen

Das Femidom vor dem Aufstehen entfernen! Den äußeren Ring zusammendrücken, verdrehen und das Femidom vorsichtig herausziehen. In den Abfall entsorgen, nicht in die Toilette



Mehr Gleitmittel hilft, wenn:

- der Penis nicht leicht rein und raus geht
- der äußere Ring nach innen rutscht
- Geräusche während des Sex auftreten
- das Femidom an seinem Platz zu spüren ist
- das Femidom während der Benutzung aus der Vagina herauskommt

Herausnehmen und durch ein neues ersetzen, wenn:

- das Femidom während des Einföhrens zerrissen oder angerissen wird
- der Aussenring nach innen gerutscht ist
- der Penis ausserhalb des Beutels eingedrungen ist
- das Femidom in der Vagina verschwunden war
- Sie erneut Sex haben