



Hva kan kondom gjøre for deg?

- >> Kondom beskytter mot hiv og seksuelt overførbare sykdommer.
- >> Kondom forhindrer graviditet.
- >> Kondom kan også forlenge utholdenheten under samleie.

À quoi sert un préservatif?

- >> Un préservatif protège contre le VIH et les maladies sexuellement transmissibles.
- >> Avec un préservatif, pas d'enfants.
- >> Un préservatif peut aussi prolonger l'endurance de l'homme pendant les rapports.

Qué beneficios te brinda el profiláctico?

- >> El profiláctico te protege contra el HIV y enfermedades venéreas.
- >> El profiláctico impide el embarazo.
- >> El profiláctico tambien puede prolongar la erección durante el acto sexual.

Зачем нужен презерватив?

- >> Презерватив защищает от заражения СПИДом и венерическими болезнями.
- >> Презерватив предотвращает беременность.
- >> Презерватив может также увеличить продолжительность полового акта.

ดูยางอนามัยช่วยคุณได้อย่างไรบ้าง?

- >> ดูยางอนามัยป้องกันเชื้อเอชไอวีและโรคที่ติดต่อได้ในการร่วมเพศ
- >> ดูยางอนามัยคุมกำเนิด
- >> ดูยางอนามัยอาจจะทำให้ความสมรรถภาพในการร่วมเพศทำได้นานขึ้น

What can a condom do for you?

- >> A condom protects against HIV and other sexually transmitted diseases.
- >> A condom prevents pregnancy.
- >> A condom can also help to prevent premature ejaculation during intercourse.

Slik gjør du:

- (1) Pakken skal åpnes forsiktig som vist på tegningen.
- (2) Rull ut kondomet ca. en halv centimeter og klem ut luften i tuppen med to fingre. Dette sikrer at det ikke blir en lufttomme på kondomet, og at sæden kan samles opp i tuppen av kondomet.
- (3) Rull kondomet på når penis er stiv.
- (4) Dersom skjeden er tørr, eller du praktiserer analsex, bør du bruke et glide-middel.
- (5) Kondomet må være på under hele samleiet for å beskytte mot seksuelt overførbare sykdommer. Hold rundt kondomet og trekk deg ut av skjeden/anus mens penis fortsatt er stiv.

Grunner til at kondomet kan sprekke:

- Luft:** Dersom det blir en lufttomme mellom kondomet og penis kan det lettere sprekke.
- Fett:** Salver og kremer som inneholder fett kan svekke kondomet slik at det sprekker eller at det oppstår små hull. Bruk derfor vannbasert glidemiddel.
- Dobbelt opp:** To kondomer utenpå hverandre gir ikke økt beskyttelse mot seksuelt overførbare sykdommer. Derimot vil det øke sannsynligheten for at kondomet sprekker eller blir skadet.
- Utgått på dato:** Det er begrenset holdbarhet på kondomer. Gamle kondomer sprekker lettere. Kontroller datostempelet på pakningen.

I Norge gjennomgår kondomer en grundig kvalitetskontroll. Det kan derfor være lurt å ta med seg kondomer fra Norge på reise i utlandet.

Comment faire:

- (1) Ouvrir l'emballage avec prudence, comme montré sur le dessin.
- (2) Dérouler le préservatif sur environ un demi-centimètre et pincer la pointe entre deux doigts pour éviter la formation d'une bulle d'air à l'extrémité du préservatif. Le sperme peut alors se rassembler à l'extrémité du préservatif.
- (3) Dérouler le préservatif sur le sexe durci.
- (4) Si le vagin est sec ou si vous avez des rapports anaux, il est recommandé d'utiliser un lubrifiant.
- (5) Le préservatif doit rester en place du début à la fin des rapports, pour servir de protection contre les maladies sexuellement transmissibles. Maintenir le préservatif en place et retirer le sexe du vagin/de l'anus alors qu'il est encore rigide.

Raisons pouvant mener à la déchirure du préservatif:

- Air:** Le préservatif se déchire plus facilement si une bulle d'air se forme entre le préservatif et le pénis.
- Graisse:** Les pommades et crèmes qui contiennent de la graisse peuvent affaiblir le préservatif, qui peut dans ce cas se déchirer ou se percer. Utiliser pour cela un lubrifiant à base d'eau.
- Double couche:** Deux préservatifs enfilés l'un sur l'autre ne protègent pas mieux contre les maladies sexuellement transmissibles. Il est en revanche plus probable que le préservatif se déchirera ou sera endommagé.
- Périmé:** Les préservatifs ne se conservent pas éternellement. Les vieux préservatifs se déchirent plus facilement. Vérifier la date limite d'utilisation sur l'emballage.

Les préservatifs vendus en Norvège ont subi un contrôle approfondi de la qualité. Si vous vous rendez à l'étranger, il peut par conséquent être recommandé d'emporter avec vous des préservatifs achetés en Norvège.

Procede de esta manera:

- (1) El envoltorio se abre cuidadosamente como se indica en la figura.
- (2) Enrolla el profiláctico aprox.un medio centímetro y quita el aire del extremo presionando con dos dedos. Esto previene la acumulación de aire en el profiláctico, y facilita que la esperma pueda depositarse en el extremo del mismo.
- (3) Deslízate el profiláctico cuando el pene esté erecto.
- (4) Si la vagina se encuentra sin humedad, o en el caso de practicar coito anal, debes utilizar un lubricante.
- (5) El profiláctico debe ser utilizado durante el acto sexual para protegerte contra las enfermedades venéreas. Sostén el profiláctico al retirar el pene todavia erecto de la vagina o del ano.

Razones por las que los profilácticos pueden ajarse:

- Aire:** El profiláctico puede romperse si se forma un bolsillo de aire entre éste y el pene.
- Sustancias grasas:** Ungüentos o cremas debilitan las propiedades del profiláctico de manera que puedan producirse agujaduras o pequeñas perforaciones. Usa un lubricante a base de agua.
- Doble:** Dos profilácticos juntos no incrementan la protección contra enfermedades venéreas. Por el contrario pueden ocasionar agujaduras en el profiláctico.
- Fecha de vencimiento:** Los profilácticos tienen un período de vida útil limitada. Profilácticos vencidos se ajan con mayor facilidad. Controla la fecha en el envoltorio.

En Noruega se lleva a cabo un control de calidad muy extensivo. Puede ser una buena idea llevarse consigo profilácticos de Noruega cuando viajes al extranjero.

Делайте следующее:

- (1) Осторожно разорвите упаковку, как это указано на рисунке.
- (2) Разверните презерватив на длину около полусантиметра и удалите воздух из его кончика, нажав на него двумя пальцами. Это необходимо для предотвращения скопления воздуха под презервативом и обеспечения сбора спермы в кончике.
- (3) Наденьте презерватив на эрегированный пенис.
- (4) При сухом влагалище или в случае анального секса, следует применять смазочный гель.
- (5) Презерватив должен оставаться на пенисе на протяжении всего полового акта во избежание передачи венерических заболеваний. Придерживайте презерватив пальцами и удалите пенис из влагалища /анального отверстия пока он ещё находится в эрегированном состоянии.

Причины повреждения презерватива:

- Воздух:** Презерватив может лопнуть при наличии пузырьков воздуха между его внутренней поверхностью и пенисом.
- Жир:** Мази и кремы, содержащие жир, могут снизить прочность материала презерватива и привести к его разрыву или образованию маленьких дырок. Следует применять смазочные составы на основе воды.
- Два презерватива:** Два презерватива, надетых один на другой, не дают повышенной защиты от венерических заболеваний. Наоборот, такое применение презерватива повышает вероятность его повреждения.
- Срок годности:** Презервативы имеют срок годности. Старые презервативы лопаются легче. Проверьте срок годности, проставленный на упаковке.

В Норвегии презервативы проходят тщательный контроль качества. Поэтому будет целесообразным, если вы возьмёте с собой презервативы из Норвегии, когда вы собираетесь в заграничную поездку.

ให้ดูคุณทำอย่างนี้:

- (1) ฉีกซองอย่างระวังเหมือนในภาพ
- (2) รูดขอบที่ม้วนลงประมาณครึ่งเซนติเมตร และบีบปลายถุงยางอนามัยเพื่อไล่อากาศออกไม่ให้มีอากาศเหลือข้างในถุงยางอนามัย และเพื่อให้มีน้ำกามสะสมไว้ที่ปลายของถุงยางอนามัย
- (3)สวมถุงยางอนามัยแล้วรูดขอบที่ม้วนลงมาให้สุดถึงโคนอวัยวะเพศตอนที่มันแข็งตัวแล้ว
- (4) ถ้าช่องคลอดแห้ง หรือในกรณีที่มีเพศทางช่องทวารหนักควรจะใช้นํ้ายาหล่อลื่น
- (5) ถุงยางอนามัยจะต้องสวมในระหว่างการร่วมเพศตลอดเวลาเพื่อป้องกันโรคที่ติดต่อได้ในการร่วมเพศ จับถุงยางอนามัยและดึงอวัยวะเพศออกจากช่องคลอด/ช่องทวารหนักเมื่ออวัยวะเพศยังแข็งอยู่

สาเหตุที่อาจจะทำให้ถุงยางอนามัยแตกได้:

- อากาศ:** ถ้ามีช่องอากาศติดในระหว่างถุงยางอนามัยและอวัยวะเพศ มันอาจจะแตกได้ง่ายขึ้น
- ไขมัน:** ครีม และยาที่ทาจากไขมันอาจจะทำให้ถุงยางอนามัยเสื่อมลง และแตกได้ หรือมีรูเล็ก ๆ จึงควรใช้นํ้ายาหล่อลื่นที่ทาจากนํ้า
- การใช้สองอันทับกัน:** ถ้าสวมถุงยางอนามัยสองอันทับกันจะไม่เพิ่มการป้องกันโรคที่ติดต่อได้ในการร่วมเพศ แต่จะเพิ่มโอกาสให้ถุงยางอนามัยแตกได้หรือรับความเสี่ยงหาย
- หมดอายุ:** ถุงยางอนามัยกับวันหมดอายุไม่ได้เพราะมีอายุจำกัด
- ถุงยางอนามัยเก่าจะแตกได้ง่ายขึ้น จึงควรจะตรวจวันที่ผลิตที่พิมพ์ที่ซอง

ในประเทศนอร์เวย์ถุงยางอนามัยต้องผ่านการตรวจคุณภาพที่เป็นระยะอีกด้วย บางทีก็วางเอาถุงยางอนามัยจากนอร์เวย์ไปใช้ในการเดินทางไปยังประเทศ

Proceed as follows:

- (1) Open the packet carefully as illustrated in the diagram.
- (2) Roll out the condom about a half centimetre and squeeze out the air in the tip with two fingers. This ensures that an air pocket is not trapped in the condom, and that the semen is accumulated in the tip of the condom.
- (3) Roll the condom on when the penis is erect.
- (4) If the vagina is dry, or you practise anal sex, you should apply a lubricant.
- (5) The condom must be worn throughout intercourse in order to provide protection against sexually transmitted diseases. Hold around the condom and withdraw from the vagina/anus while the penis is still erect.

Possible reasons for the condom bursting:

- Air:** A condom may be more inclined to split if there is an air pocket between the condom and penis.
- Grease:** Ointments and creams that contain grease can weaken the condom so that it splits or cause small holes to appear. Water-based lubricants should therefore be used.
- Doubling up:** Two condoms (one on top of the other) do not provide increased protection against sexually transmitted diseases. On the contrary, this will increase the probability of the condom splitting or suffering damage.
- Date of expiry:** Condoms have limited durability. Old condoms are more easily damaged. Check the date stamped on the packet.

In Norway, condoms are subject to a thorough quality check. It can therefore be wise to take Norwegian condoms with you when you travel abroad.

