



CONDOM EXTERNE

Qu'est-ce que le condom externe ?

Le condom externe est une mince membrane qui enveloppe le pénis. La plupart des condoms sont faits de latex, mais il en existe aussi en polyuréthane et en peau de mouton. On trouve une grande variété de condoms sur le marché : avec ou sans réservoirs, lubrifiés ou non, lisses ou texturés, de couleur naturelle ou de couleurs vives, et dans différentes tailles. On peut se procurer des condoms gratuitement au Centre de santé-sexualité et dans d'autres centres de santé communautaire. Le condom externe est efficace dans 85 à 98 p. 100 des cas lorsqu'il est utilisé correctement.

Types de condoms

Condom en latex

- Le plus populaire
- Protège contre les infections transmises sexuellement et par le sang (ITSS)
- Diminue le risque de grossesse lorsqu'il est utilisé en combinaison avec une autre méthode contraceptive

Condom en polyuréthane

- Plus résistant que le condom en latex
- Transmet plus de chaleur corporelle, permettant une plus grande sensibilité
- Peut être utilisé avec un lubrifiant à base d'huile
- Les personnes sensibles ou allergiques au latex peuvent l'utiliser
- Plus cher que le condom en latex
- Offre une protection contre les ITSS et la grossesse similaire au condom en latex

Condom de peau de mouton

- Fabriqué avec la paroi intestinale du mouton
- Non recommandé comme protection contre les ITSS
- Diminue le risque de grossesse lorsqu'il est utilisé en combinaison avec une autre méthode contraceptive

Comment fonctionne le condom externe ?

Le condom externe agit comme une barrière qui empêche les liquides corporels (le sperme ou les sécrétions vaginales) d'entrer en contact avec le partenaire sexuel. Le condom externe protège contre les grossesses non planifiées, les ITSS et le VIH.

Qui peut l'utiliser ?

Ce condom est utilisé pour les relations orales, vaginales et anales.

Comment l'utiliser ?

1. Vérifiez la date d'expiration.

2. Vérifiez l'emballage pour vous assurer qu'il est scellé et pas déchiré.
3. Versez une goutte de lubrifiant à base d'eau ou un peu de salive dans le réservoir du condom pour une meilleure sensation (les lubrifiants à base d'huile peuvent être utilisés seulement avec les condoms en polyuréthane).
4. Placez le condom enroulé sur le bout du pénis en érection.
5. Laissez un espace au bout du condom pour recueillir le sperme, si le condom n'est pas déjà muni d'un réservoir à l'extrémité.
6. Dans le cas d'un pénis non circoncis, écarter le prépuce avec une main.
7. Pincez le bout du condom pour en expulser l'air.
8. Déroulez le condom sur le pénis en érection jusqu'à la base du pénis.
9. Appliquez un lubrifiant sur l'extérieur du condom.
10. Retirez le condom immédiatement après l'éjaculation. Tenez le condom à la base du pénis pendant que vous vous retirez. Retirez-vous pendant que le pénis est encore en érection.
11. Jetez le condom aux déchets.
12. Utilisez un nouveau condom chaque fois que vous avez une relation sexuelle ou que vous partagez vos jouets sexuels avec votre partenaire

Quels sont les avantages du condom externe et les problèmes ou effets secondaires possibles ?

Avantages:

- Facile à trouver et pas dispendieux.
- Diminue les chances de grossesse, lorsqu'utilisée en combinaison avec d'autres méthodes contraceptives.
- Les condoms en latex et en polyuréthane offrent une protection contre la plupart des ITSS incluant le VIH.

Problèmes et effets secondaires possibles :

- Allergie au latex et irritation.
- Les condoms enduits de spermicide peuvent causer une irritation des parties génitales.
- Glissement ou rupture du condom.
- Sensibilité réduite ou perte de l'érection.

N'oubliez pas :

Toute infection dans la région génitale peut augmenter le risque d'infection par le VIH. Diminuer le risque d'infections transmises sexuellement et par le sang (ITSS), en utilisant des condoms en latex ou en polyuréthane et/ou des digues buccales pour le sexe oral, anal ou vaginal.

Appelez la **Ligne d'info de santé sexuelle de l'Ontario** au 1-800-668-2437 si vous avez des questions ou avez besoin d'aide.

Pour de plus amples renseignements : www.lesexeetmoi.ca

Le Centre de Santé-Sexualité

179, rue Clarence

613-234-4641 ATS : 613-580-9656

SantePubliqueOttawa.ca