

Condom interne

Qu'est-ce qu'un condom interne?

Un condom interne est un manchon en plastique souple (sans latex) avec deux anneaux flexibles, un à chaque extrémité (voir Figure 1). Ça s'appelle parfois un préservatif féminin ou vaginal. L'anneau interne, fermé, va à l'intérieur du vagin. L'anneau externe reste à l'extérieur du vagin pour couvrir les parties génitales.

Le condom interne est utilisé pour le sexe vaginal. Il réduit le risque de grossesse et d'infections transmissibles sexuellement (ITS) en empêchant le sperme et les liquides organiques d'être partagés entre les partenaires.



Figure 1

Quelle est l'efficacité d'un condom interne?

- Avec une utilisation typique (cela signifie ne pas suivre les instructions exactes), un préservatif interne est efficace à **79 %** pour prévenir la grossesse.
- En cas d'utilisation parfaite (ce qui signifie que vous suivez toujours les instructions exactes), un condom interne est efficace à **95 %** pour prévenir la grossesse. Les condoms utilisés en parallèle avec d'autres formes de contraception offrent la meilleure protection contre la grossesse.
- Les condoms internes offrent **une bonne protection contre** les ITS et le VIH.

Comment est-ce que j'utilise un condom interne?

- Mettez un condom **avant** tout contact sexuel. Utilisez un nouveau condom **chaque fois** que vous avez des relations sexuelles.
- Vous pouvez insérer un condom interne dans le vagin jusqu'à **huit heures** avant la relation sexuelle.
- N'utilisez jamais un condom externe et interne ensemble. Cela augmente le risque de rupture des deux condoms. Ne réutilisez jamais les condoms.
- Un condom interne peut être utilisé avec n'importe quel type de lubrifiant.
- Un condom interne peut faire du bruit pendant le sexe - c'est normal. Utiliser plus de lubrifiant peut aider.
- Tout le monde peut acheter des condoms. De nombreuses cliniques de santé sexuelle distribuent des condoms gratuitement.

Comment est-ce que j'insère un condom interne?

1. Vérifiez la date d'expiration - ne l'utilisez pas s'il est expiré. Pressez le paquet pour vous assurer qu'il est scellé - aucun air ne devrait sortir.
2. Frottez l'extérieur de l'emballage scellé pour répartir uniformément le lubrifiant.
3. Ouvrez soigneusement l'emballage du condom. Il est emballé avec du lubrifiant, mais vous pouvez en ajouter sur le condom, le pénis ou le jouet sexuel.
4. Trouvez une position confortable pour mettre le condom (par exemple, couché, accroupi ou debout avec un pied sur une chaise).

5. Pressez l'anneau interne flexible à l'extrémité fermée du condom. Laissez l'extrémité ouverte pendre (voir Figure 2).
6. Avec votre doigt, poussez l'anneau interne et le manchon dans le vagin aussi loin que possible (voir Figure 3). L'anneau extérieur doit pendre à l'extérieur du vagin d'environ 2 à 3 cm. (voir Figure 4).
7. Guidez le pénis dur (en érection) ou le jouet sexuel dans le condom. Veillez à ce qu'il aille à l'**intérieur** du condom, et non à côté ou en dessous.
8. Juste après la relation sexuelle, tournez l'anneau extérieur pour empêcher le sperme de se répandre. Retirez délicatement le condom (voir Figure 5).
9. Faites un nœud à l'extrémité du condom et jetez-le à la poubelle (ne le jetez pas dans les toilettes).

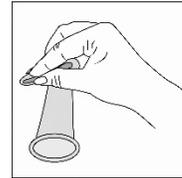


Figure 2

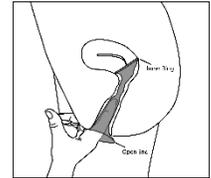


Figure 3



Figure 4

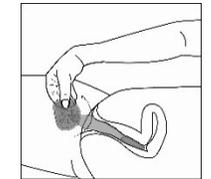


Figure 5

Et si un préservatif se rompt?

- Si un condom interne se rompt ou reste à l'intérieur du vagin, ou si le pénis pénètre dans le vagin sous ou à côté du condom, demandez une **contraception d'urgence dès que possible** pour éviter une grossesse. Pensez à garder chez vous une boîte supplémentaire de contraceptifs oraux d'urgence.
- Pensez à vous faire tester pour les ITS.

Le saviez-vous?

- Vous avez le droit de décider d'avoir des relations sexuelles ou non. Discutez du consentement avec votre (vos) partenaire(s).
- Il y a 85 % de chances de tomber enceinte au cours de l'année, si aucun moyen de contraception n'est utilisé pour les relations sexuelles vaginales.
- Utilisez un condom chaque fois que vous avez des relations sexuelles (orales, vaginales, anales). Les condoms aident à prévenir la grossesse, les IST et le VIH.
- Vous pouvez réduire votre risque de contracter le VIH en prenant chaque jour une pilule de prévention du VIH. Beaucoup d'Albertains et Albertaines peuvent l'obtenir gratuitement. Visitez www.prepalberta.ca pour en savoir plus.
- Les personnes transgenres et de sexe différent qui ont un utérus peuvent utiliser une contraception hormonale. Cela peut aider à prévenir la grossesse et rendre les règles plus légères et moins douloureuses.

Sites Web

- ahs.ca/srh
- ReadyorNotAlberta.ca
- TeachingSexualHealth.ca
- myhealth.alberta.ca
- sexandu.ca

Pour obtenir des conseils d'infirmières toujours disponible et des renseignements généraux sur la santé, appelez Health Link au 811.



Scannez pour plus d'informations