

Âge
16-24

Utilisons un

préservatif

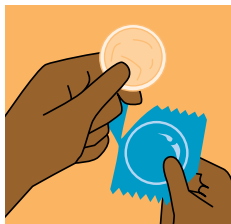


Le préservatif peut prévenir une grossesse et vous protéger toi et ton partenaire contre les infections sexuellement transmissibles (IST), y compris le VIH, mais seulement s'il est utilisé correctement à chaque rapport sexuel.

L'utilisation d'un préservatif est quelque chose dont tu dois parler avec ton partenaire avant d'avoir des relations sexuelles. C'est une décision conjointe : vous devez tous les deux prendre la responsabilité d'avoir des rapports sexuels protégés.

Préservatifs : informations élémentaires

Il y a deux types de préservatifs :



Les préservatifs masculins – en caoutchouc fin ou en plastique – qui sont enfilés sur le pénis en érection avant d'avoir une relation sexuelle.

Les préservatifs féminins – en plastique – qui sont insérés dans le vagin avant d'avoir une relation sexuelle.



Les préservatifs sont faciles à utiliser et ne nuisent pas à la santé. Ils agissent comme une barrière au cours de relations sexuelles vaginales, anales et orales. Utilisés correctement, les préservatifs empêchent les liquides corporels, y compris le sperme et le fluide vaginal, d'entrer en contact avec le pénis, le vagin, l'anus ou la bouche.

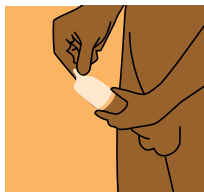
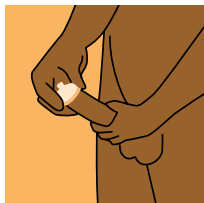
Ce que tu as besoin de savoir

- ▲ Obtiens tes préservatifs dans endroit où ils sont gardés à l'abri du soleil.
- ▲ Vérifie que le paquet n'est pas ouvert ou déchiré.
- ▲ Vérifie la date de péremption (fin d'utilisation) et utilise le préservatif avant la date indiquée sur l'emballage.
- ▲ Si le préservatif te colle aux doigts comme de la colle, jette-le.
- ▲ Les préservatifs sont très extensibles et s'adaptent à la plupart des tailles.
- ▲ Utilise un lubrifiant à base d'eau pour empêcher le préservatif de se déchirer et pour avoir un rapport plus confortable. N'utilise jamais de lotion pour les mains ou de vaseline.
- ▲ Utilise toujours un nouveau préservatif à chaque rapport sexuel.
- ▲ N'utilise qu'un seul préservatif à la fois.



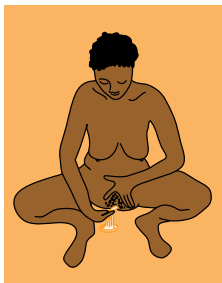
Comment mettre un préservatif

1. Ne te précipite pas ! Attends que le pénis soit en érection et que vous soyez tous les deux prêts.
2. Fais attention à ne pas déchirer le préservatif en ouvrant le paquet.
3. Le préservatif doit être mis dans le bon sens : avec l'extrémité vers le haut et la partie à dérouler située à l'extérieur.
4. Mets le préservatif sur le bout du pénis. Pince l'extrémité du préservatif pour en chasser l'air.
5. Tout en tenant le bout du préservatif, utilise ton autre main pour dérouler doucement le préservatif le long du pénis. Fais ceci avant qu'il ne touche le vagin ou l'anus.
6. Après le rapport sexuel et alors que le pénis est encore dur, tiens fermement le préservatif à la base du pénis et retire-le. Va doucement pour éviter que le sperme ne s'écoule.
7. Enlève le préservatif, noue-le et jette-le prudemment.



Comment utiliser un préservatif féminin

1. Tenez l'extérieur du préservatif à l'extrémité fermée, pressez les côtés de l'anneau intérieur avec votre pouce et votre index et placez-le dans votre vagin.
2. Introduisez l'anneau intérieur épais avec une extrémité fermée à l'intérieur du vagin. L'anneau extérieur mince doit rester dehors, couvrant l'ouverture vaginale.
3. Pour l'enlever, tordez doucement la bague extérieure et retirez le préservatif féminin de votre vagin. Jetez le préservatif féminin après l'avoir utilisé. Ne l'utilisez plus.



Des questions ?



« Ça me gêne de demander un préservatif. »

Demander un préservatif montre que tu es responsable : tu penses à ta santé et à celle de ton partenaire. Si tu n'oses pas demander un préservatif, essaye de trouver une clinique ou un service adapté aux jeunes qui ne te jugera pas.



« Je sors avec mon copain depuis trois mois. Il ne veut plus utiliser de préservatif et dit que nous n'en avons pas besoin parce que nous nous faisons confiance. Comment le persuader ? »

Il peut être difficile, surtout pour les filles, d'insister sur l'utilisation du préservatif. Il faut lui parler et expliquer clairement la raison pour laquelle tu veux utiliser un préservatif. S'il ne veut toujours pas en utiliser, tu devras décider quoi faire. Rappelle-toi que c'est ton corps. Avoir des relations sexuelles sans préservatif pourrait changer le reste de ta vie. Vous ne pouvez pas vous « faire confiance » quand il s'agit du VIH ou des IST.





« Je suis séropositif. Je prends mon traitement régulièrement et je me sens en bonne santé. Dois-je quand-même utiliser un préservatif ? »

Oui. La quantité de VIH dans le sang peut varier de sorte qu'il est encore possible de transmettre le VIH à un partenaire. Il y a aussi un risque de réinfection par le VIH. Les préservatifs peuvent aussi protéger les deux partenaires d'autres ITS et empêcher une grossesse.



« Où puis-je me procurer des préservatifs ? »

Dans ton centre de santé local. Une ordonnance n'est pas nécessaire. Certaines cliniques ou d'autres espaces publics fournissent des préservatifs dans les salles d'attente ou les toilettes, et tu peux en prendre autant que tu veux.



« Et si le préservatif se déchire ? »

Vous devriez tous les deux vous rendre à votre clinique locale. Renseignez-vous sur le dépistage des IST et la contraception d'urgence (pour prévenir une grossesse).



