

Kondome

Sie sind ins Gespräch gekommen. Über Kondome kann mittlerweile fast immer und überall geredet werden. Aber leider bleibt es allzuoft beim Reden. Wenn's drauf ankommt, sind es meist Ausreden: Sie sind unromantisch, machen die Stimmung kaputt, das sieht aus, als hätte ich Sex schon vorher eingeplant...

Was ist dran am Kondom?

Es besteht aus einer ganz dünnen **Latexhaut**. Sie hält Samen- flüssigkeit, Viren, Bakterien - überhaupt alle möglichen Krankheitserreger fest. Damit hat das Gummi unschlagbare Vorteile:

- es schützt gegen **ungewollte Schwangerschaft**,
- es verhindert die Übertragung von **Geschlechtskrankheiten**, auch vor **Aids**,
- es ist völlig **nebenwirkungsfrei!** (Die oft diskutierte "Latexallergie" tritt tatsächlich sehr selten auf).

Das hört sich gut an. Und trotzdem:

Wie sag ich's meinem Partner / meiner Partnerin?

Offen, ehrlich. Ergreifen Sie die Initiative, auch wenn es Ihnen zunächst schwierig erscheint. Ihre Gesundheit ist es wert! Achten Sie mal auf den zweiten Teil des Wortes "Sexualpartner" - Ein wirklicher Partner (oder natürlich eine Partnerin) wird verstehen, daß Sie auch in seinem / ihrem Interesse handeln.

Worauf muß man achten?

Hier ist das Beste gerade gut genug: Es sollte sich um ein **Markenkondom** handeln (Gütesiegel); das ist elektronisch geprüft und sicher. Von Naturdarm-Kondomen, genoppten, gerippten oder anders verzierten Modellen wird aus Gründen der Sicherheit abgeraten.

Man sollte auch auf das **Verfallsdatum** achten und sie einigermaßen kühl und dunkel lagern.

Markenkondome sind sehr sicher, wenn sie richtig angewendet werden. Das kann man **üben**. Vielleicht ist es am besten, sich zuerst einmal allein damit vertraut zu machen, ehe man zu zweit seine Erfahrungen vertieft.

Nur wer **selbst** Kondome bei sich hat, kann sich darauf verlassen, daß sie im entscheidenden Augenblick auch verfügbar sind. Das gilt besonders auf Reisen, da man im Ausland nicht immer Kondome in der gewünschten Qualität findet.