AIDS InfoNet

www.aidsinfonet.org

SAATHII
Solidarity and Action Against The HIV Infection in India

CONDOM
కండోమ్

Fact Sheet Number: 153

కండోమ్ అనగానేమి?

కండోమ్ చాలా సున్నితమైన, పదార్థాలతో చేయబడిన గోట్టం లాగా ఒకవైపు మూసివేయబడి ఉంటుంది. కొన్ని వందల సంవత్సరాలుగా స్త్రీలు గర్భం దాల్చకుండా ఉండటం కోసం కండోమ్ వాడబడుచున్నది. కండోమ్ కేవలం H.I.Vనుంచే రక్షణ కాకుండా అది వీర్యం వల్ల వచ్చే ఇతర జనేంద్రియ వ్యాధులను అరికడుతుంది. చాలా కండోమ్‌లు పురుషాంగం మీద అమర్చుకునేవి అయితే ఇప్పుడు లభ్యమవుతున్న కొత్త రకం కండోమ్‌లు స్త్రీలు యోనిలోకి గుదములోకి అమర్చుకునేవి మార్కెట్‌లో లభ్యమవుతున్నాయి.

కండోమ్‌లు ఎట్లా తయారవుతాయి?

కండోమ్‌లు ప్రకృతి సిద్దమైన చర్మం (గొర్రెపిల్ల చర్మం) లేక రబ్బరుతో తయారు చేస్తారు. అందుచేతనే వాటిని రబ్బరు తొడుగు అని అంటారు. ఇప్పుడు లభ్యమయ్యే కండోమ్ లేటిక్స్ లేదా పోలీయురిథేన్‌తో తయారు చేస్తున్నారు. లేటిక్స్‌ని కండోమ్‌ల తయారిలో తరచు వాడతారు. వైరస్‌లు వీటిని నుంచి ప్రవేశించలేవు. లేటిక్స్ తక్కువ ఖర్చుతో మరియు చాలా రకాలుగా దొరుకుతాయి. దీనికి రెండు దోషాలు ఉన్నాయి అవి. 1. ఆయిల్ వల్ల అవి జారిపోతాయి. 2. కొంతమంది కండోమ్‌లో వాడే లేటిక్స్ వల్ల ఎలర్జీకి గురిఅవుతారు. కాని వీరికి పాలియురిథేన్ కండోమ్ వాడడం మచి పరిష్కారం. ఒక బ్రాండు మగవారి కండోమ్ మరియు ఆడవారి కండోమ్ పాలియురిథేన్‌తొ లభ్యమవుతున్నాయి.

కండోమ్‌లని ఎలా వాడతారు.

- కండోమ్ మనల్ని అంగం, నోరు, యోని మరియు గుదము నుంచి వచ్చు వ్యాధులనుంచి కాపాడును. కండోమ్ సరైన పద్ధతిలో సరైన సక్రమంగా వాడనట్లైతే అది మనల్ని కాపాడలేదు.
- చాలా వేడి, చలి మరియు ఒత్తిడి ఉన్న ప్రదేశాలలో కండోమ్‌లను ఉంచరాదు. వీటిని పర్సులోగానీ కారు డేష్‌బోర్డులో కాని ఉంచకూడదు.
- కండోమ్ expiry తారీకును సరిచూచి కొనండి. దీనిని చించేలోగా అది లోపల సులువుగా కదులుతుందో లేదో చూడండి.
- కండోమ్ ప్యాకెట్‌ను పంటితో చింపకూడదు. దానిని ఒక భాగాన పట్టుకుని సున్నితంగా చింపి అవతలి వైపునుంచి మీ వేళ్ళతో సున్నితంగా తీయ్యాలి. మీ చేతి గోరులుగానీ, అభరణాలు గాని కండోమ్‌తో తగిలి అది చిరిగిపోయేటట్టుగా ఉండకూడదు. అంగం దగ్గర యోని దగ్గర అభరణాలు ఉన్నట్లైతే కండోమ్ చినిగిపోయే ప్రమాదం ఉంది.
- రతి పాల్గొన్న ప్రతిసారి కొత్త కండోమ్ తప్పనిసరిగా, వాడాలి, లేక అంగం యోని గుదములోకి ప్రవేశించే ప్రతిసారి కండోమ్ తప్పనిసరిగా ఉండాలి.
- రతిలో పాల్గొన్నప్పుడు వింతగా అనిపిస్తే, లేక చిరిగిందో పరీక్షించేందుకు కండోమ్ సరిచూడండి. మగవారి కండోమ్ మరియు ఆడవారి కండోమ్ ఒకేసారి రతిలో వాడకూడదు.
- నీటిలో కరిగిపోయే తైలాలు వాడాలిగానీ ఆయిల్‌తో తయారైన పదార్థాలు అవి వెన్న, బేబి ఆయిల్, వేజిలేన్ లేక స్నో వాడటం వల్ల కండోమ్‌లు జారిపోయే అవకాశం ఉంది.
- తైలాలు లేని కండోమ్ HIV చేసేటప్పుడు వాడాలి.
- టాయిలెట్‌లలో వాడిన కండోమ్‌లు వేయవద్దు. అవి నీరు పోవు మార్గాన్ని స్థంభింపచేస్తాయి.

పురుషులు కండోమ్ వాడటం గురించి

- మీరు అంగం బిగువుగా ఉండగా మీ భాగస్వామి నోరు, యోని, గుదము తగలకముందే కండోమ్‌ని ధరించాలి, చాలా దంపతులు రతిలో పాల్గొన్న కొంత సమయానికి కండోమ్ వాడతారు. జననాంగాల మధ్య కలయిక కొన్ని వ్యాధులు సంక్రమింపచేస్తాయి. తృప్తి కలగకముందు వచ్చు ద్రవంలో కూడా HIV వైరస్ ఉంటుంది.
- కండోమ్ ఉన్న గాలిని తీసివేసి అంగస్థంబన జరిగిన తరువాత కండోమ్‌ని అంగంపై వరకు తొడగాలి.
- రతిలో పాల్గొన్నప్పుడు, రెండు కండోమ్‌లు (కండోమ్ పైన కండోమ్) వాడకూడదు. అలా వాడినట్లైతే ఒత్తిడి పెరిగి కండోమ్ పగిలిపోయే అవకాశం ఉంది.
- రతిలో తృప్తి చెందిన తరువాత కండోమ్‌ని కోసలో పట్టుకుని అంగం మెత్తబడకముందు నెమ్మదిగా తేసేయాలి.

A project of the New Mexico AIDS Education and Training Center. Partially funded by the National Library of Medicine Fact Sheets can be downloaded from the Internet at http://www.aidsinfonet.org

- కండోమ్ పడేసేముందు వీర్యాన్ని మీ భాగస్వామి మీద పడకుండా చూసుకోవాలి. ఒక కండోమ్‌ని ఒకసారి కంటే ఎక్కువ వాడకూడదు.

స్త్రీల కండోమ్ వాడటం గురించి.

- స్త్రీల కండోమ్ ఒక సంచిలాగా ఉండి ఒక వైపు మూసివేయబడి ఒక వైపు పెద్ద రంధ్రంలో ఉంటుంది. రెండు వైపులా మెత్తని రింగ్ ఆకారంలో ఉంటుంది.
- మీ భాగస్వామి అంగం మీ యోనికి గానీ గుదమునకు గానీ తగలకమునుపే మీరు కండోమ్‌ని అమర్చుకోవాలి.
- యోనిలో అమర్చుకునేటప్పుడు చిన్నగా ఉన్న రంధ్రాన్ని యోని లోకి ప్రవేశించేలా పెద్ద రంధ్రం బయట జననేంద్రియాలను రక్షించులా అమర్చుకోవాలి.
- పెద్ద రంధ్రం నుంచే అంగం ప్రవేశించేలా భాగస్వామిలిద్దరూ ప్రయత్నించాలి.
- రతి జరిగిన తరువాత లేచి నిలబడకుండా పెద్ద రంధ్రాన్ని మడిచి పెట్టాలి. (వీర్యం బయటకి రాకుండా ఉండటం కోసం) నెమ్మదిగా కండోమ్ బయటకు తీసి పడవేయాలి.

కండోమ్ వాటి అపోహాలు

- కండోమ్ పనిచేయదు - రతిలో పాల్గొన్న ప్రతిసారి కండోమ్‌ని గనుక సరిగా వాడినట్లైతే అది 80% నుంచి 97% వరకు H.I.V రాకుండా ప్రభావితం చేస్తుందని అధ్యాయనులు చెబుతున్నారు.

కండోమ్‌లు పగిలిపోతే ఉంటాయా?

- సరైన పద్ధతిలో వాడినప్పటికీ 2% శాతం కండోమ్‌లు పగిలిపోయే అవకాశం ఉంది.

H.I.V కండోమ్‌నుంచి కూడా ప్రవేశింస్తుంది.

- లేటిక్స్ లేక పాలీయురిథేన్ నుంచి H.I.Vప్రవేశించే అవకాశం లేదు.

ఆఖరి మాటగా:

- రతి ప్రక్రియలో H.I.V రాకుండా కేవలం కండోమ్ మాత్రమే రక్షణ కవచంలా ఉండగలదు, H.I.Vకలిగిన వీర్యం నుంచి కేవలం కండోమ్ మాత్రమే నోటిని, యోనిని, గుదమును కాపాడును. అంతేకాకుండా కండోమ్ H.I.V తో ఉన్న యోనిలోని స్రావాలను, నోటిలోని రక్తాన్ని, గుదమునుంచి అంగాన్ని కాపాడును. ఇవేకాకుండా ఇతర సుఖ వ్యాధులు సంక్రమించ కుండా కండోమ్ రక్షించును. కండోమ్‌లను నిల్వ చేయుటలోనూ, వాడటంలోనూ, పారవేయుటంలోనూ కొన్ని పద్ధతులు అవలంభించాలి. మగవారి కండోమ్‌లు అంగం మీదకు సరిపోకపోతే కండోమ్ యోని, గుదములోకి అమర్చుకోవచ్చును.

A project of the New Mexico AIDS Education and Training Center. Partially funded by the National Library of Medicine Fact Sheets can be downloaded from the Internet at http://www.aidsinfonet.org