AIDS InfoNet www.aidsinfonet.org

SAATHII
Solidarity and Action Against The HIV Infection in India

காண்டம்
(CONDOMS)

Fact Sheet Number 15
அத்தியாயம்

காண்டம் என்றால் என்ன?

காண்டம் எளிதில் வழையக்கூடிய மற்றும் மிக மென்மையான பொருளினால் செய்யப்பட்டுள்ளது. இதன் ஒரு முனை அடைப்பட்டிருக்கும். இது பல நூறு வருடங்களாகவே ஆணின் விந்து பெண் உறுப்பிற்குள் சென்று கர்ப்பம் தறிக்கமால் இருப்பதற்க்காக பயன்பட்டு வருகிறது. மேலும் காண்டமானது விந்து மூலம் பரவும் நோய்கள், இனப்பெருக்க உறுப்புகள் உள்ள புண்கள் மூலம் ஏற்படும் நோய்கள் மற்றும் எச்ஐவி பரவுவதை தடுக்கிறது. பெரும்பாலான காண்டம் ஆண்குறிக்கு மேல் பயன்படுத்துவதாக இருக்கிறது. புது வகையான காண்டம் பெண்குறியினுள் பொறுத்தும் வகையில் கண்டு பிடிக்கப்பட்டுள்ளது. மலக்குடல் (ஆசனவாய்) ஐ பாதுகாப்பதற்க்கும் இந்த பெண் காண்டத்தை பயன்படுத்தலாம்.

காண்டம் எதனால் செய்யப்படுகிறது?

இயற்கையான தோலினால் அல்லது ரப்பர் ஆல் முன்பு காண்டம் செய்யப்பட்டு வந்தது, அதனாலேயே அதனை "ரப்பர்" என்று அழைக்கப்பட்டது. தற்பொழுது காண்டம் லேட்டக்ஸ்
(Latex) அல்லது பாலியூரித்தேன் (Polyurethane) இனால் தயாரிக்கப்படுகிறது.

காண்டம் தயாரிப்பதற்க்கு பயன்படுத்தும் மிகவும் பொதுவான பொருள் லேட்டக்ஸ். இதன் வழியாக வைரஸ் கிருமிகள் ஊடுருவி செல்ல முடியாது. குறைந்த விலையிலும் மற்றும் பல வடிவங்களிலும் லேட்டக்ஸ் கிடைக்கிறது. இது இரண்டு பின்னடைவுகளை கொண்டது. இதில் உள்ள எண்ணெயால் சிலருக்கு ஆணுறை வெளிவந்துவிடுகிறது மற்றும் சிலருக்கு இதனால் அலர்ஜியும் ஏற்படுகிறது.

லேட்டக்ஸ் அலர்ஜி உள்ளோருக்கு பாலியூரித்தின் மாற்றாக பயன்படுகிறது. பாலியூரித்தின் மூலமாக
ஒரு வகையான ஆணுறை மற்றும் பெண்ணுறை தயாரிக்கபடுகிறது.

காண்டம் எப்படி பயன்படுத்தபடுகிறது?

ஆண்குறி, வாய்,பெண்குறி மற்றும் ஆசனவாய் இடையில் தொடர்பு ஏற்படும்பொழுது உங்களை தொற்றுகளிலிருந்து காண்டம் பாதுகாக்கிறது. காண்டத்தை சரியாகவும் மற்றும் தொடர்ச்சியாகவும் பயன்படுத்தவில்லை எனில் அது எச்ஐவி மற்றும் பிற தொற்றுகளிலிருந்து உங்களை பாதுகாக்காது.

காண்டம் எப்படி பயன்படுத்தபடுகிறது?

ஆண்குறி, வாய்,பெண்குறி மற்றும் ஆசனவாய் இடையில் தொடர்பு ஏற்படும்பொழுது உங்களை தொற்றுகளிலிருந்து காண்டம் பாதுகாக்கிறது. காண்டத்தை சரியாகவும் மற்றும் தொடர்ச்சியாகவும் பயன்படுத்தவில்லை எனில் அது எச்ஐவி மற்றும் பிற தொற்றுகளிலிருந்து உங்களை பாதுகாக்காது.

- அதிக வெப்பம், குளிர் அல்லது உராயும் இடத்தில் காண்டத்தை வைப்பதையும் மற்றும் வாகனத்தில் உள்ள பெட்டிகளில் வைப்பதை தவிர்க்கவும்.
- காண்டத்தின் காலாவதியை சரிபார்க்கவும். காலாவதியான காண்டத்தை பயன்படுத்தவேண்டாம். லூப்ரிகண்ட் இருக்கிறதா அல்லது காய்ந்து விட்டதா என்பதனை உறுதிசெய்து கொள்வதற்க்காக காண்டத்தை பிரித்தெடுக்கும் முன்பு அதாவது உறையில் இருக்கும் பொழுதே வழுவழுப்பாக நகருகிறது என்பதனை பார்க்கவும்.
- பற்களால் காண்டம் பாக்கெட்டை பிரிக்ககூடாது. எப்பொழுதும் நமது கைகளால் காண்டத்தை மெதுவாக ஒரு பகுதியில் இருந்து இன்னொரு பகுதிக்கு நகர்த்தி அதன் எதிர் பகுதியில் கிழிக்கவேண்டும். அவ்வாறு கிழிக்கும்பொழுது உங்களது நகம் மற்றும் ஆபரணங்கள் அதை கிழிக்காதவாறு கவனமாக இருக்க வேண்டும். உடலில் உள்ள ஆபரணங்கள் அல்லது ஆண் மற்றும் பெண் குறியை சுற்றியுள்ள ஆபரணங்கள் காண்டத்தை கிழிக்கலாம்.
- ஒவ்வொரு முறையும் உட்செலுத்தி உடலுறவு கொள்ளும்பொழுதும் மற்றும் ஆசனவாயிலிருந்து பெண்குறிக்குள் செலுத்தும்போதும் புதிய காண்டத்தை பயன் படுத்தவேண்டும்.
- உடலுறவின் போது குறிப்பாக வித்தியாசமாக உணரும்பொழுது காண்டம் சரியாக மற்றும் கிழியாமல் உள்ளதா என சரிபார்த்துக்கொள்ளவும்.
- உடலுறவின் போது ஒரே நேரத்தில் ஆண் மற்றும் பெண் காண்டத்தை பயன்படுத்தக்கூடாது.
- லேட்டக்ஸ் காண்டத்துடன் நீர் சார்ந்த லூப்ரிகண்ட்டையே பயன்படுத்த வேண்டும் எண்ணெய் சார்ந்த லூப்ரிகண்ட்டை தவிர்க்கவும்.வெண்ணெய், பேபி ஆயில், வாஸலின் அல்லது குளிர்ச்சியாக உள்ள எண்ணெய் போன்றவை ஆணுறுப்பிலிருந்து லேட்டக்ஸை வெளிவரசெய்துவிடும்.
- வாய்வழி உறவின் போது லூப்ரிகண்ட் அல்லாத காண்டத்தையே பயன்படுத்தவேண்டும் (பெரும்பாலான லூப்ரிகண்ட் சகிக்கமுடியாத சுவையை தரும்).

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

- கழிப்பறையில் காண்டத்தை தூக்கி எறியக்கூடாது. ஏனெனில் அது கழிவுகளை தடைசெய்யும்.

ஆண் காண்டத்தை பயன்படுத்தும் விதம்:
ஆண்குறி விறைப்படைந்த உடன் துணைவருடைய வாய், பெண்குறி அல்லது ஆசனவாய் க்குள் உட்செலுத்துவதற்க்கு முன்பு காண்டத்தை அணிய வேண்டும். **பெரும்பலான ஜோடிகள் ஆண்குறியை துணைவர் உறுப்பில் உட்செலுத்திய பிறகு தான் தாமதமாக காண்டத்தை அணிகிறார்கள்.** பாதுகாப்பின்றி உட்செலுத்தி உறவு கொண்டால் சில நோய்கள் பரவ வாய்ப்புள்ளது. விந்து வெளிவரும் முன்பு வெளிப்படும் திரவத்திலும் எச்ஐவி கிருமி பரவும்.

- காண்டத்தின் நுனி பகுதியில் காற்று இல்லாதவாறு விரலினால் அழுத்தி பிடித்து கொள்ள வேண்டும்.ஏனெனில் விந்து அந்த பகுதியில் சேமிக்கப்படும்.மேலும் காண்டத்தை ஆண்குறியின் அடிப்பாகம் வரை எவ்வளவு முடியுமோ அவ்வளவு சுருட்டிவிடவும்.
- இரண்டு காண்டங்களை ஒரே சமயத்தில் பயன்படுத்தகூடாது. ஏனெனில் இரண்டு காண்டத்திலும் உராய்வு ஏற்பட்டு கிழிந்து விட வாய்ப்பு உள்ளது.
- விந்து வெளிப்பட்டவுடன் காண்டத்தின் அடிப்பாகத்தை பிடித்து கொண்டு ஆண்குறி சுருங்குவதற்கு முன் காண்டத்தை மெதுவாக கழற்ற வேண்டும்.
- நீங்கள் காண்டத்தை அப்புறப்படுத்தும் பொழுது அதில் உள்ள விந்து உங்கள் துணைவர் மீது படாதவாறு கவனமாக இருக்க வேண்டும்.ஒரே காண்டத்தை மறுமுறை பயன்படுத்தக்கூடாது.

பெண் காண்டத்தை பயன்படுத்தும் விதம்:
பெண் காண்டம் சட்டைக்கை போன்ற அல்லது நீளமான பை போன்ற அமைப்பாகும். அதன் ஒரு முனை திறந்தும் மற்றொரு முனை மூடியும் அகன்றும் காணப்படும். இரண்டு முனைகளிலும் நன்கு வளைந்து கொடுக்கக்கூடிய இரண்டு வளையங்கள் இருக்கும்.

- துணைவருடைய ஆண்குறி பெண்குறிக்குள் செலுத்தும் முன் அல்லது ஆசனவாய்க்குள் உட்செலுத்தும் முன் பெண் காண்டத்தை அணிய வேண்டும்.
- குறுகிய வளையத்தை (மூடியுள்ள பகுதியை) பெண்குறிக்குள் செலுத்தவேண்டும்.பெரிய பகுதி பெண்குறியின் வெளிப்பகுதியில் இருந்து திரவங்கள் மூலம் ஏற்படும் தொற்றுகளை தடுக்கும்.
- ஆண்குறி மற்றும் ஆசனவாய் அல்லது பெண்குறி உடனான பாதுகாப்பற்ற தொடர்பினை தடுக்க ஆண்குறியை பெரிய வளையத்திற்குள் செல்லுமாறு செலுத்தவேண்டும்.
- சிலர் காண்டத்தின் சிறியவளையத்தை அகற்றி ஆசனவாயில் உட்செலுத்துவர். மற்றும் ஆண்குறி விறைப்படையும் பொழுது அதன்மேல் சிறிய வளையம் அகற்றப்பட்ட காண்டத்தை போட்டு அதனோடு ஆசனவாயினுள் உட்செலுத்துவர்.
- உடலுறவு முடிந்தஉடன் எழுந்திருக்காமல் காண்டத்தை கழட்டவேண்டும். அகன்ற நுணியிலுள்ள வளையத்தை நன்கு முருக்கி விந்து உள்ளேயே இருக்குமாறு மெதுவாக வெளியே எடுத்து அப்புறப்படுத்த வேண்டும்.

காண்டம் பற்றிய கட்டுக்கதைகள்:

காண்டம் பயனளிக்காது:
காண்டத்தை சரியாகவும் எப்பொழுதும் பயன்படுத்தும் பட்சத்தில் எச்ஐவி தொற்றினை 80 % முதல் 97 % வரை தடுக்கலாம் என ஆராய்ச்சிகள் தெரிவிக்கின்றன.

காண்டம் அதிகமாக கிழிந்துவிடும்:
காண்டத்தை சரியாக பயன்படுத்தும் பொழுது 2 % த்திற்கு குறைவாகவே கிழிய வாய்ப்புள்ளது. அதாவது லேட்டக்ஸ் காண்டத்துடன் ஆயில் பயன்படுத்தக்கூடாது, இரண்டு காண்டங்களை ஒருசேர பயன்படுத்தக்கூடாது, மற்றும் காலாவதியான காண்டத்தை பயன்படுத்தக்கூடாது.

காண்டம் வழியே எச்ஐவி ஊடுருவுமா?
எச்ஐவி யானது லேட்டக்ஸ் மற்றும் பாலியூரித்தின் காண்டம் வழியே ஊடுருவாது.

அடிப்படை வரையறைகள்:
பாலியல் உறவுகளின் போது காண்டத்தை சரியாகவும் தொடர்ச்சியாகவும் பயன்படுத்துவது பால்வினை நோய் மற்றும் எச்ஐவி பரவுவாமல் தடுக்க மிகச்சிறந்த வழியாகும். எச்ஐவி தொற்றுள்ள விந்து வில் இருந்து வாய், பெண்குறி அல்லது ஆசனவாய் பகுதியை காண்டம் பாதுகாக்கும். மேலும் பல்வேறு பால்வினை நோய்கள் பரவுவதற்க்கான வாய்ப்பினையும் குறைக்கும்.

காண்டத்தை சரியான முறையில் பாதுகாத்தும், பயன்படுத்தியும், அப்புறபடுத்தவும் வேண்டும். ஆண்காண்டத்தை ஆண்குறிக்கும், பெண்காண்டத்தை பெண்குறிக்கும் மற்றும் ஆசனவாய்க்கும் பயன்படுத்தலாம்.

மேலும் அதிகமான தகவல்களுக்கு காண்டமோனியா வின் "பாதுகாப்பான உடலுறவு" உலகத்தை பார்க்கவும். http://www.condomania.com/ அல்லது "காண்டம் கையேடுகளை" பார்க்கவும் http://fda.gov/oashi/aids/condom.html

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

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