

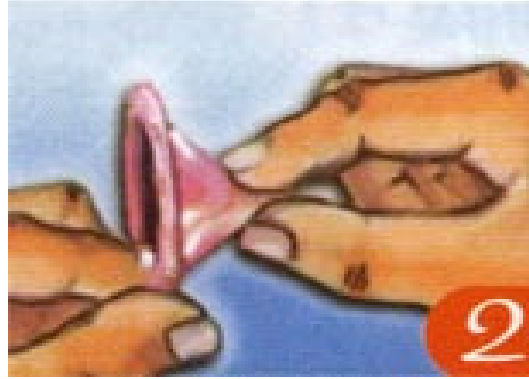


วิธีการใช้ถุงยางอนามัยชาย

1. หลังจากตรวจสอบว่า ถุงยางอนามัยไม่หมดอายุ
ของไม่มีรอยฉีกขาด ฉีกมุมซองโดยระมัดระวัง
ไม่ให้เล็บมือเกี่ยวถุงยางอนามัยขาด



2. ใช้ถุงยางอนามัยในขณะที่อวัยวะเพศแข็งตัว บีบปลาย
ถุงยาง เพื่อไล่อากาศ



3. รูดถุงยางอนามัย โดยให้ม้วนขอบอยู่ด้านนอก



4. สวมถุงยางอนามัย แล้วรูดให้ขอบถุงยางอนามัย ถึงโคน
อวัยวะเพศ



5. หลังเสร็จกิจ ควรรีบถอดถุงยางอนามัย ในขณะที่
อวัยวะเพศยังแข็งตัว โดยใช้กระดาษชำระหุ้มถุงยาง
อนามัยก่อนที่จะถอด หากไม่มีกระดาษชำระต้องระวัง
ไม่ให้มือสัมผัสกับด้านนอกของถุงยาง ควรสันนิษฐานว่า
ด้านนอกของถุงยาง อาจจะปนเปื้อนเชื้อเอชไอวีแล้ว



6. ทิ้งถุงยางอนามัยที่ใช้แล้ว ลงในภาชนะรองรับ
เช่น ถังขยะ



วิธีการใช้ถุงยางอนามัยในเพศหญิง

ใช้นิ้วหัวแม่มือ นิ้วชี้ และ นิ้วกลาง จับขอบห่วงยางให้ถนัดแล้วบีบขอบห่วงในให้ห่อตัวเล็กลง นิ่งท่าที่เหมาะสม เช่น นิ่งยองๆ หรือยกขาข้างใดข้างหนึ่งวางบนเก้าอี้แล้วค่อยๆ สอดห่วงยางที่บีบไว้เข้าไปในช่องคลอด ดันให้ลึกที่สุด ใช้นิ้วสอดเข้าไปในถุงยางจนนิ้วสัมผัสกับขอบล่างของห่วงด้านใน แล้วจึงดันขอบห่วงยางลึกเข้าไปในช่องคลอด ให้ถึงส่วนบนของเชิงกระดูกหัวเหน่า ด้วยการรอนิ้วไปทางด้านหน้าของคุณให้ลึกเข้าไปในปากช่องคลอดประมาณ 2-3 นิ้ว วิธีถอดถุงยางให้หมุนบิดปิดปากถุง เพื่อให้น้ำอสุจคงอยู่ภายในถุงยาง แล้วจึงค่อยๆ ดึงออก

