

ถุงยางอนามัย



จากการที่ผู้ป่วยโรคเอดส์ร้อยละ 84 ได้รับเชื้อเอดส์ มาจากการมีเพศสัมพันธ์ มาตรการแก้ไขปัญหาการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส HIV จึงเน้นที่การณรงค์ให้ประชาชนมีพฤติกรรมที่เหมาะสม รักเดียว-ใจเดียว มีคู่เพศสัมพันธ์เพียงคนเดียว แต่ก็ยังคงมีการแพร่ระบาดทางเพศสัมพันธ์ในระดับสูง มาตรการส่งเสริมการใช้ถุงยางอนามัยจึงเป็นมาตรการสำคัญที่ใช้ในการแก้ไขปัญหาดังกล่าว

ทั้งนี้ พฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอดส์ทางเพศสัมพันธ์ในกลุ่มประชากรที่มีอายุ 15 - 29 ปี พบว่าอัตราการใช้ถุงยางอนามัยทุกครั้ง เมื่อมีเพศสัมพันธ์นอกสมรสน้อยกว่าร้อยละ 30 ทั้งนี้เพราะประชาชนส่วนใหญ่ยังคงมีเจตคติต่อถุงยางอนามัยในเชิงลบ เช่น คิดว่า ให้ความรู้สึกที่ไม่เป็นธรรมชาติ ไม่มั่นใจในคุณภาพ กลัวคู่นอนคิดว่าตัวเองติดเชื้อและไม่แน่ใจว่าจะป้องกันโรคและการตั้งครรภ์ได้จริง

ถุงยางอนามัยหรือ Condom เป็นผลิตภัณฑ์ที่ทำจากยางธรรมชาติ น้ำยางสังเคราะห์หรือวัสดุอื่น ๆ ใช้สวมอวัยวะเพศชายในขณะร่วมเพศ เพื่อป้องกันการหลั่งน้ำอสุจิเข้าสู่ช่องคลอด เป็นการป้องกันการตั้งครรภ์ การติดเชื้อโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์



ตรวจเช็คความสะอาด

สิ่งหนึ่งที่ไม่ควรมองข้าม ในการเริ่มต้นสวมถุงยางอนามัยคือ การดูแลความสะอาดของมือที่จะใช้สวมถุงยาง รวมถึงต้องระวังอย่าให้เล็บยาวหรือคมจนเกินไป เพราะอาจทำให้ถุงยางให้ขาดหรือรั่วได้



สวมให้ถูกทาง

เมื่อแกะซองออกมาจะพบว่า ถุงยางอนามัยถูกม้วนเป็นวงกลมเพื่อป้องกันการบรรจุและสวมใส่อยู่แล้ว จึงอาจทำให้หลายคนสงสัยว่าควรสวมด้านไหนจึงจะถูกต้อง ซึ่งวิธีการดูง่าย ๆ คือสังเกตจากบนถุงยาง โดยจุดที่ตั้งขึ้นจะครอบอยู่ด้านบนอวัยวะเพศ



บีบปลายถุงยางเพื่อไล่อากาศ

บริเวณปลายของถุงยางจะมีจุดเล็ก ๆ อยู่ ซึ่งหากสวมถุงยางอนามัยโดยทันทีหลังจากที่แกะซอง อาจทำให้เกิดฟองอากาศที่บริเวณจุดนั้นได้ ดังนั้น ก่อนการสวมใส่จึงควรบีบที่ปลายจุดเพื่อไล่อากาศออกทุกครั้ง



ค่อย ๆ บรรจุสวมลงไป

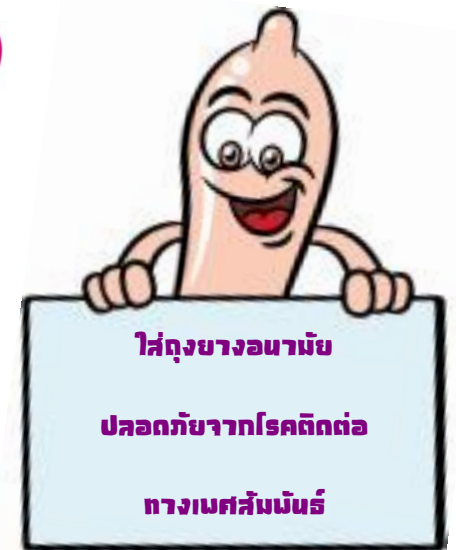


หลังจากที่ปฏิบัติตามทุกขั้นตอนเรียบร้อยแล้ว ให้ใช้มือทั้งสองข้างช่วยในการสวม โดยมือข้างหนึ่งยังคงบีบที่ปลายถุงยางเพื่อไล่อากาศ แล้ววางไว้บนปลายอวัยวะเพศ ส่วนอีกมือให้ใช้สำหรับรูดห่วงของถุงยาง ให้คลี่ลงมาครอบจนถึงโคนอวัยวะเพศ



ถอดแล้วทิ้งให้ถูกวิธี

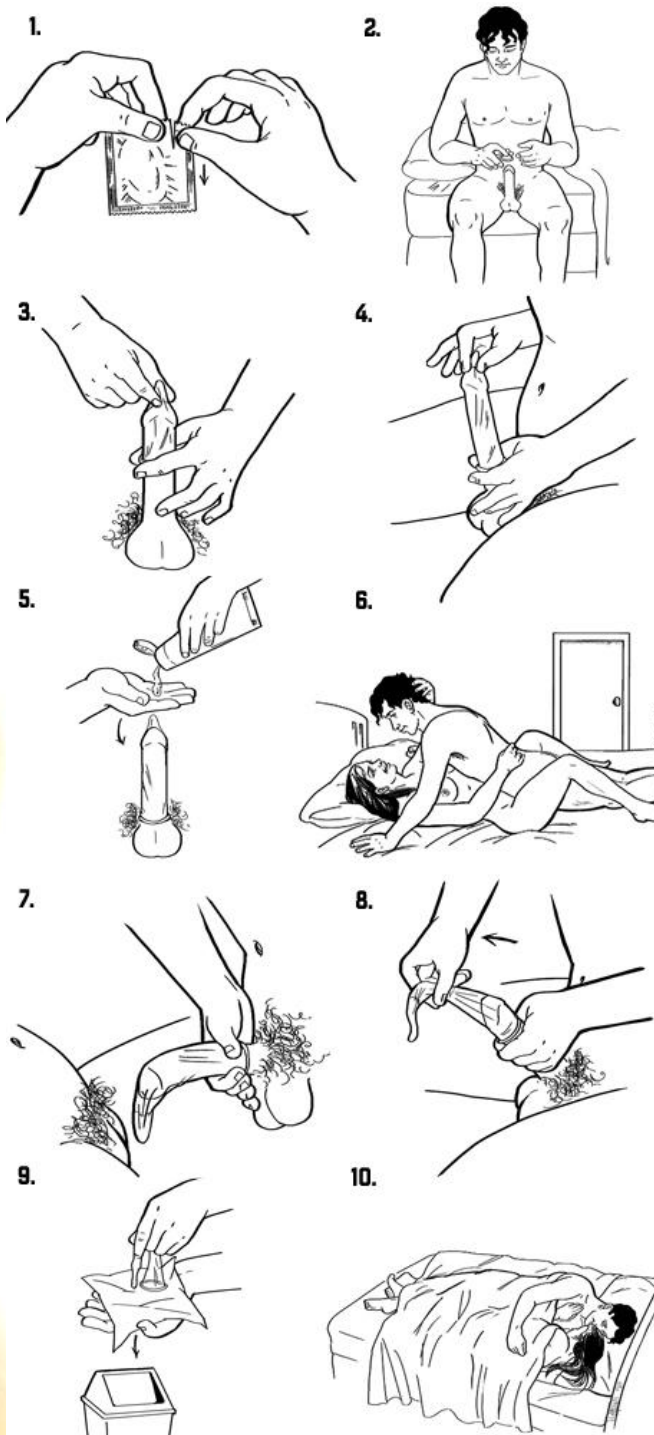
หลังจากเสร็จสิ้นภารกิจเรียบร้อยแล้ว ใช้มือข้างหนึ่งจับที่บริเวณโคนของถุงยาง แล้วใช้มืออีกข้างจับที่บริเวณปลายของถุงยาง จากนั้นจึงค่อย ๆ ดึงออกอย่างระวังเพื่อไม่ให้น้ำอสุจิรั่วออกมา เมื่อถอดออกมาแล้วให้มัดโคนของถุงยางเป็นปม ท่อกระดาษ แล้วนำไปทิ้งในถังขยะ





การใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกต้องอย่างไร

- ใช้ถุงยางอนามัยใหม่ทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์
- หากยังไม่ได้ขลิบอวัยวะเพศ ให้รัดหนังอวัยวะเพศเพื่อเปิดให้ปลายอวัยวะเพศสัมผัสกับถุงยาง
- ให้ใส่ถุงยางขณะที่อวัยวะเพศแข็งตัว ก่อนการมีเพศสัมพันธ์
- หากปลายถุงยางไม่มีถุงสำหรับเก็บเชื้อ ให้ดึงปลายถุงยางเพื่อให้มีพื้นที่สำหรับเก็บเชื้อสักครึ่งนิ้ว
- ให้ม้วนถุงยางจนถึงโคนอวัยวะเพศ
- หากสงสัยว่าถุงยางแตก ให้หยุดการมีเพศสัมพันธ์ทันที และทานยาคุมกำเนิดฉุกเฉิน
- เมื่อถุงจืดหายแล้ว ให้ใช้มือบีบปลายถุงยาง และดึงอวัยวะเพศออกพร้อมถุงยางในขณะที่อวัยวะเพศยังแข็งอยู่
- ดึงถุงยางออกจากอวัยวะเพศ อย่าให้ น้ำอสุจิหกเลอะเทอะ
- มัดปม นำถุงยางใส่กระดาษและนำไปทิ้งในถังขยะ
- ล้างมือ ฟอกสบู่



เรื่องน่ารู้

ถุงยางอนามัย



องค์การบริหารส่วนตำบลคมบาง
36 หมู่ที่ 9 ต.คมบาง อ.เมือง จ.จันทบุรี
โทร .0-3939-7066
sao_kombang@live.com
www.kombang.com