

## PÁNSKÝ KONDOM PREZERVATIV

- Pánský kondom představuje velmi účinnou ochranu proti přenosu pohlavně přenosných infekcí a nechtěnému otěhotnění. Používá se při vaginálním, análním i orálním styku.
- Na trhu nalezneme nepřeberné množství kondomů různých barev, vůní i příchutí, ovšem nejdůležitější je vybrat správnou velikost a tloušťku kondomu.
- Dnes jsou k dostání i kondomy extra malé, tedy o dvě velikosti menší než je standard, a také extra velké – o tři velikosti větší než kondomy XL (vyrábí např. značka My.Size od 19,50 Kč za kus).
- Pro anální sex je vhodné použít extra zesílené kondomy (vyrábí např. značka Primeros, lze jej pořídit od 7 Kč za kus).
- Pro ty, kterým při sexu klasický kondom nevyhovuje, existuje extra tenký kondom (např. od značky Durex, lze jej pořídit od 15 Kč za kus).



**Mějte na paměti, že jste to VY, kdo určuje HRANICE zákazníkovi.**

**Nenuťte se dělat věci, které Vám jsou nepříjemné či ve Vás vzbuzují odpor.**

**Kondom a lubrikant – věrní společníci profesionálních sexuálních služeb!**



Chcete se dozvědět více i o dalších praktikách?  
Podívejte se na naše webové stránky:

**[www.rozkosbezrizika.cz](http://www.rozkosbezrizika.cz)**

Máte dotaz? Jaké máte zkušenosti vy?  
Napište nám na email: [dotazy@rozkosbezrizika.cz](mailto:dotazy@rozkosbezrizika.cz)



# Jak provozovat bezpečnější sex: OCHRANNÉ POMŮCKY



## DÁMSKÝ KONDOM FEMIDOM

- Plní stejnou funkci jako pánský kondom, chrání před pohlavně přenosnými infekcemi a před nechtěným otěhotněním.
- Lze ho zavést několik hodin před stykem, po 8 hodinách by měl být vyměněn. Je určen pouze na jedno použití!
- Zavedený kondom nemusí být vidět, pro jeho funkci není mužská erekce důležitá. Lze ho používat s lubrikačními gely.
- Na obou koncích má prstenec - vnitřní se zavádí do pochvy a vnější prstenec kryje vchod do vagíny a stydké pysky. Kondom těsně přiléhá ke stěně vagíny a vnější kroužek jej fixuje na rodidlech, nemůže tedy při styku putovat.
- Pořídíte ho asi za 70 až 200 Kč v sexshopech nebo na internetu.

## LUBRIKAČNÍ GEL

- Používá se pro zvlhčení poševní sliznice, při análním i vaginálním sexu, při praktice zvané fisting anebo při používání nejrůznějších erotických hraček.

- Zabrání drobným poraněním poševní i anální sliznice, snižuje bolestivost a riziko přenosu sexuálně přenosných infekcí.
- Existují gely na bázi vody či silikonu. Je vhodné je používat v dostatečném množství a pokaždé.



## LATEXOVÉ RUKAVICE

- Je vhodné je použít zejména při praktice zvané fisting (zasunutí celé ruky do pochvy nebo análního otvoru).
- Pro snadnější manipulaci lze na rukavice nanést lubrikační gel.

## MENSTRUAČNÍ HOUBIČKA

- Je vhodná pro hygienický pohlavní styk v době menstruace, pokud není možné v těchto dnech styk vynechat.
- Je určena pro jedno použití, může být zavedena až 8 hodin.
- Před zaváděním je potřeba si umýt ruce.
- V podřepu si ji zavedete hluboko do pochvy: jde to lépe, pokud houbičku lehce namočíte nebo potřete lubrikačním gelem.
- Po pohlavním styku je nutné ji hned vyjmout.
- Lze zakoupit na internetu nebo v sexshopech.

## ROUŠKA PRO ORÁLNÍ SEX

### KOFERDAM NEBO DENTAL DAMS

- Je vhodná pro bezpečnější orální sex na ženě, ale též při praktice zvané rimming (lízání konečníku).
- Zabrání přenosu sexuálně přenosných infekcí a patogenních střevních mikroorganismů.
- Rouška se přiloží na zevní pohlavní orgány ženy, pro lepší přilnavost je vhodné na vnitřní stranu použít trochu lubrikačního gelu.
- Není vhodné roušku roztahovat a rozhodně neslouží jako antikoncepční prostředek.
- Je určena pouze pro jedno použití.
- Jako náhradu této orální roušky lze použít rozstřížený kondom.
- Je možné ji koupit zhruba za 90 až 200 Kč v sexshopech nebo na internetu.

