

### كيف يعمل الواقى الذكري؟

- تقوم الواقيات الذكورية بوظيفتها من خلال خلق حاجز يمنع المني من دخول المهبل. ويودع المني في الواقى الذكري ثم يُنْتَرَع من المهبل بحيث لا يمكن للحوانات المنوية من إخصاب البويضة.
- يتوفر الواقى الخارجي في مجموعة متنوعة من الأحجام، والتزليق، والتضليل، والنكهات، والألوان. الواقيات الذكورية الخارجية تصنع عادة من اللاتكس، ولكن أيضا من مادة البولي يوريثان وجلد الخروف.
- لا يتوفر سوى واقى ذكري داخلي واحد. اسم العلامة التجارية **أف سي تو إنترنال كوندم Internal Condom FC2** تصنع الواقيات الذكورية الداخلية من مادة اصطناعية تسمى النيتريل.
- يمكن استخدام الواقى الذكري أثناء ممارسة الجنس المهبلي والشرجي والقموي لمنع عدوى الأمراض المنقولة جنسيا. يجب إزالة الحلقة الداخلية للواقى الذكري الداخلي لممارسة الجنس الشرجي.
- الواقى الذكري يصلح للأشخاص من جميع الأوزان، جميع الأعمار، ومن يتبع علاج تأكيد الهوية الجنسية عبر الهرمونات.



### كيف تستخدم الواقى الذكري؟

ينبغي أن تقرري أنت وشريكك استخدام الواقى الذكري أثناء كل ممارسة جنسية تشمل القضيب - المهبل.

الوضع على/داخل  
قبل ممارسة الجنس

- **فتح غلاف الواقى الذكري:** ادفعي الواقى الذكري إلى أحد الجانبين وقومي بتمزيق الجانب الآخر من المغلف لفتحه. لا تستخدمى مقص أو أسنانك مطلقا. أخرجي الواقى من الغلاف وأفحصيه بحثا عن أي مزق أو ثقب أو عيوب ملحوظة.
- **الواقى الذكري الخارجي:** ادفعي بالواقى الخارجي على القضيب القائم، قبل وضعه في المهبل. تكون الحافة السفلية للواقى باتجاه الخارج. اضغطي على الطرف الأعلى للواقى الذكري بينما تدفعينه أسفل القضيب باليد الأخرى حتى يغطي القضيب بالكامل. قومي بإزالته مباشرة بعد ممارسة الجنس، وأمسكي الواقى الذكري في قاعدة القضيب أثناء قيامك بسحبها حتى لا ينسكب السائل المنوي. تحققى من عدم وجود تلف وتخلصي منه.
- **الواقى الذكري الداخلي:** أدخلى الواقى الداخلي قبل ممارسة الجنس بمدة تصل إلى 8 ساعة. الواقى الذكري لديه حلقة داخلية، أكثر سماكة تدخل في مهلك وحلقة خارجية أقل سماكة متصلة به والتي تبقى خارج المهبل. اضغطي على الحلقة الداخلية الأكثر سماكة لطبها في شكل بيضاوي. أدخلى الحلقة المضغوطة في مهلك. ضعي إصبعك داخل فتحة الواقى الذكري لدفعه إلى الداخل بقدر ما يمكن. يجب أن تبقى الحلقة الخارجية الأقل سماكة خارج مهلك بمسافة بوصة ويجب عدم التسبب بالتواء الواقى الذكري. أبقى الواقى الذكري مفتوحا أثناء وضع القضيب داخل مهلك للتأكد من عدم دخوله خارج الواقى الذكري. لإزالة الواقى الذكري، قومي بليّ الحلقة الخارجية وسحبها للخارج، مع الحرص على عدم تسرب السائل المنوي. تحققى من عدم وجود تلف وتخلصي منه.
- **استخدمي واقى ذكري جديد عند كل ممارسة جنسية.** لا يمكن إعادة استخدام الواقيات الذكورية.
- **التكلفة:** يمكنك الحصول على وصفة طبية للواقيات الذكورية وهي مجانية. تكلفة كل واقى ذكري في المتجر هي ٠,٥٠ إلى ٦ دولار. هناك أيضا كثير من الأماكن حيث يمكنك الحصول على واقيات ذكورية مجانية من دون وصفة طبية مثل المراكز الصحية.

### الخصوصية والتحكم



- لا تحتاجين إلى موافقة رعاية صحية لبدء أو إيقاف استخدام الواقيات الذكورية. يمكن لموفر الخدمة أن يعطيك المشورة حول كيفية استخدام الواقى الذكري بشكل صحيح ويمكن أن يعطيك وصفة طبية حتى تكون مجانية عبر التأمين.
- يجب أن توافقي أنت وشريكك على استخدام الواقى الذكري. كلاكما ستريان وتشعران بالواقى الذكري.
- قد يتمكن شخص ما يعيش معك أو يشاركك التأمين من رؤية فاتورة من التأمين الخاص بك.
- لا يستطيع شخص آخر أن يرى أنك تستخدمين الواقى الذكري، غير أنه يمكنه أن يعثر على الواقيات الذكورية غير المستخدمة/التي تم التخلص منها.

### عند بدء استخدام الواقى الذكري، هل سيظهر مفعوله على الفور؟

نعم، الواقى الذكري يعطي نتيجة لكل ممارسة جنسية تشمل القضيب - المهبل حيث تستخدمينه بشكل صحيح. إذا تم استخدامه بشكل غير صحيح، أو لم يتم استخدامه على الإطلاق، فلن يعطي نتيجة.



قد لا يكون الواقى الذكري مناسباً للأشخاص الذين



لم تتمكني من التعامل بنجاح مع الواقى الذكري مع شريكك.

استخدمي وسائل منع الحمل في حالات الطوارئ إذا



أنت تظنين أنه يتواجد بعض السائل المنوي في مهلك لأن الواقى الذكري تمزق/انزلق أو انسكب السائل المنوي من الفتحة أثناء الجنس أو استخراجها.

## ما مدى نجاح الواقيات الذكورية في منع الحمل؟



في المتوسط، سيحمل ١٣ من أصل ١٠٠ شخص يستخدمون الواقيات الذكورية الخارجية كل عام. وهذا يعني أنها فعالة بنسبة ٨٧٪ مع الاستخدام النموذجي. الاستخدام النموذجي يعتبر مدى سهولة استخدام الواقي الذكري في كل مرة تمارس فيها الجنس. مع الاستخدام المثالي، مما يعني أن الواقيات الخارجية تستخدم دائما بشكل صحيح، فإن ٢ من بين ١٠٠ شخص يستخدمونها سيحملون كل عام. وهي فعالة بنسبة ٩٨٪.



في المتوسط، سيحمل ٢١ شخصا من أصل ١٠٠ شخصا يستخدمون الواقيات الذكورية الداخلية كل سنة. وهذا يعني أنها فعالة بنسبة ٧٩٪ مع الاستخدام النموذجي. الاستخدام النموذجي يعتبر مدى سهولة استخدام الواقي الذكري في كل مرة تمارس فيها الجنس. مع الاستخدام المثالي، مما يعني أن الواقيات الذكورية الداخلية تستخدم دائما بشكل صحيح، فإن ٥ من بين ١٠٠ شخص يستخدمونها سيحملون كل عام. هي فعالة بنسبة ٩٥٪.

يمكنك استخدام طريقة أخرى لمنع الحمل مع الواقي الذكري لتوفير المزيد من الحماية ضد الحمل. لا تستخدموا واقيان ذكريان معا.

## الآثار الجانبية

**الأمراض المنقولة جنسيا:** الواقيات الذكورية تقلل خطر الأمراض التي تنتقل عن طريق الاتصال الجنسي.

- يمكن استخدام الواقيات الذكورية لخفض خطر العدوى المنقولة جنسيا أثناء ممارسة الجنس الشرجي والقموي.
- الدورة الشهرية:** لا تأثير
- تشنجات الدورة الشهرية:** لا تأثير
- الوزن:** لا تأثير
- حب الشباب:** لا تأثير
- عودة الخصوبة:** عندما تتوقفين عن استخدام الواقيات الذكورية، يمكنك الحمل على الفور.
- الآثار الجانبية المحتملة الأخرى:** تهيج مهبلي أو فرجي أو شرجي.

## استخدام ما بعد الولادة

الواقيات الذكورية آمنة للاستخدام بعد الولادة مباشرة. فهي لا تؤثر على إفراز الحليب أو الرضاعة الطبيعية/الرضاعة الصدر أو نمو الرضع.

## اتصلي بطبيبك إذا كنت تعانين من:

- تهيج مهبلي أو يفور أو أنال
- تهيج مهبلي أو فرجي أو شرجي.

## أسئلة يجب طرحها على الموفر

- كيف يمكنني التحدث إلى شريكي بشأن استخدام الواقي الذكري؟
- كيف يمكنني الحصول على واقي ذكري مجاني؟
- هل يمكنني أن أشعر بما إذا تمزق أو انزلق الواقي الذكري أثناء ممارسة الجنس؟
- ما حجم الواقي الخارجي الذي أحتاج إليه؟
- كيف يمكنني التخلص من الواقي الذكري؟
- هل يمكنني استخدام التزبييت مع الواقي الذكري؟

ابحثي عن دليل لمنع الحمل وأوراق معلومات حول كل طريقة.



www.PICCK.org  
2022