

Rale sòti deyò

Metòd fè retrè, metòd rale sòti deyò a



Kijan rale sòti deyò a fonksyone ?



- Gwosès la fèt, lè espèm lan fekonde yon ze. Lè yon gason voye, dechay la ki soti nan pijon lan gen espèm ladan l. **Rale pijon an soti deyò bouboun nan, avan ou voye, fè gen mwens espèm anndan, oswa bò zòn bouboun nan, pou fekonde yon ze.**
- Rale sòti deyò a mache pou moun ki gen **nenpòt pwa, ak moun sa yo k ap fè terapi avèk òmòm, pou afime idantite sèks yo.** Li mache pou moun **nenpòt lki gen nenpòt laj**, men moun ki pi jèn yo, oswa ki fèk kòmanse nan fè sèks yo, ka gen plis difikilte pou yo rale pijon yo soti deyò yon bouboun, avan yo voye.

Kijan w itilize metòd rale soti a ?

lè w ap fè sèks

Se oumenm ak patnè ou la ki pou pran desizyon sou rale sòti deyò a, **nan chak rapò seksyèl, kote gen kontak ant pijon e bouboun.**

- Avèk pratik, gason (moun ki gen penis) ka aprann rekonèt kòman li santi li, lè l pral voye, pou l ka fè mye nan rale soti a.
- Patnè w la dwe fè pipi, avan l fè sèks. pou redui chans pou gen espèm nan likid ki soti avan l voye a.
- Rale sòti deyò a mache pi byen, si oumenm ak patnè w la dakò pou nou itilize metòd rale sòti deyò a, avan nou fè sèks.
- Ou dwe kominike ak patnè w la, lè n ap fè sèks, pou asire nou rale sòti a ap posib, espesyalman selon pozisyon nou pran, lè n ap fè sèks.
- Rale sòti deyò a mande pou w gen kontwòl tèt ou, sa ki ka pi difisil pou moun ki voye twò vit yo, oswa k ap fè sèks apre yo fin bwè alkòl, oswa itilize lòt sibstans ki soule yo.
- Rale sòti deyò a ka mande pou w netwaye espèm ou ejakile a, apre ou fin fè sèks.
- Oumenm ak patnè w la ka deside pou n rale sòti deyò a, nenpòt lè avan nou vini. Ou pa bezwen achte, oswa fè anyen alavans.



Entimite ak kontwòl

- Ou pa bezwen wè ak yon pwofesyonèl lasante, pou w kòmanse itilize, oswa sispann itilize metòd rale sòti deyò a. Pwofesyonèl lasante w la ka konseye w, sou fason pou w rale sòti kòrèkteman an, pou w ka amelyore efè a.
- Oumenm ak patnè w la dwe antann nou, sou itilizasyon metòd rale sòti deyò a. Patnè w la ka gen plis kontwòl pase ou, sou fason pou itilize metòd sa a. Rale sòti deyò mande pou gen konfyans ant patnè yo.
- Yon lòt moun pa p ka wè si w ap itilize metòd sa a.

Lè w kòmanse itilize metòd rale sòti deyò a, èske l ap mache imedyatman ?



Wi, metòd rale sòti deyò a mache, si w itilize l kòrèkteman, nan chak rapò seksyèl, kote gen kontak ant pijon e bouboun. Si ou pa itilize l kòrèkteman, oswa si pa itilize l ditou, li p ap mache.



Rale sòti deyò a gen dwa pa apwopriye pou moun ki

- Relasyon ak yon patnè ou pa fè konfyans, kote toulède dakò pou itilize metòd rale sòti deyò a, epi pale sou sa, avan yo fè sèks, ep pandan y ap fè sèks.
- Genyen yon patnè ki pa ka prevwa lè l pral voye/ ak lè pou l fè rale soti deyò a, avan li voye.



Itilize planin an ijans, si

Ou panse ou ta ka gen ti dechay nan bouboun ou.

Gen kèk moun ki itilize rmetòd rale sòti deyò a, nan moman an, kòm bakòp nan fè planin, paske p at gen lòt metòd disponib, oswa te gen yon pwoblèm lè yo t ap itilize l. Menm lè ou fè l kòrèkteman, rale sòti deyò a pa trè efikas. Ou gen dwa panse sou itilize planin an ijans, menm si ou fè rale sòti a kòrèkteman, si ou ta renmen gen plis pwoteksyon pou anpeche gwosès.

Èske rale sòti deyò a bon anpil pou anpeche gwsès ?

- An mwayèn, **20 nan 100 moun ki itilize metòd rale soti a ap tonbe ansent chak ane.** Sa vle di li **li efikas a 80%**, lè yo itilize l nòmman. Itilizasyon nòmman la konsidere ak ki fasilite ou ka rale sòti deyò a. Gen kèk moun ki pa p ka rale sòti deyò a, avan l voye, chak fwa l ap fè sèks.
- Lè w itilize metòd rale sòti deyò a pafètman byen, ki vle di lè li toujou mache, epi ou toujou voye deyò bouboun nan, **4 nan 100 moun ki itilize metòd rale sòti a, ap tonbe ansent chak ane.** Li efikas a 96%. Li difisil pou rive itilize l pafètman byen.
- Gwsès la ka fèt si dechay la gen kontak ak pati nan antre bouboun nan.
- Pafwa, likid ki soti avan w voye a, sa yo rele pre-cum la, ka gen espèm ladan l, e li rantr nan bouboun nan, avan w gen tan fè rale sòti deyò a.
- **Pou plis pwoteksyon pou anpeche gwsès, ou ka itilize yon lòt metòd planin, an menm tan ak rale sòti deyò a.**



Efè segondè

Enfeksyon ki transmèt nan fè sèks : Yo pa p anpeche yo.

- Itilize kapòt ekstèn oswa entèn yo, pou diminye risk pou w pran tout enfeksyon ki transmèt nan fè sèk yo.

Règ : Pa gen efè.

Doulè lè w gen règ : Pa gen efè.

Pwa : Pa gen efè.

Akne : Pa gen efè.

Ou vin ka fè pitit ankò : Lè w sispann itilize metòd rale sòti deyò a, ou ka vin ansent tousuit.

Kèk lòt efè segondè ki posib : Kòm rale sòti deyò a fè w oblije entèwonp fè sèks la, avan gason an vini, sa ka diminye satisfaksyon seksyèl li.

Itilizasyon apre akouchman

Ou **gen dwa itilize metòd rale sòti deyò a tousuit aprè akouchman.** Li pa gen efè sou lèt w ap pwodui, sou bay tibebe tete, oswa devlopman tibebe a.

Pran kontak ak pwofesyonèl lasante w la, si

- Oumenm, oswa patnè w, la ta renmen jwenn konsèy sou fason pou itilize metòd rale sòti deyò a kòrèkteman.
- Ou ta renmen gen aksè nan planin an ijans lan sou men, anvan w gen bezwen, si patnè w la pa ta rale sòti deyò.

Men kesyon pou w poze pwofesyonèl lasante w la

- Kijan m ka pale avèk patnè mwen an sou metòd rale sòti deyò a, kòm yon opsyon pou anpeche gwsès ?
- Kijan patnè m nan ka fè mye nan prevwa lè l pral voye ?
- E si patnè m nan ta voye sou kote bouboun mwen ?

Tcheke yon gid sou planin, ak papyè ki gen enfòmasyon sou chak metòd planin yo.

