

HOW TO USE AN internal condom



01
Carefully remove the condom from package to prevent tearing.



02
The thick, inner ring with closed end is placed in the vagina. The thin, outer ring remains outside of body, covering vaginal opening.



03
Hold the outside of condom at the closed end, squeeze the sides of inner ring together, and insert into vagina.



04
Push the inner ring as far up as it will go until it rests against cervix. Be sure the condom is not twisted.



05
The thin, outer ring should remain outside vagina. Guide partner's penis into opening of the condom.



06
To remove, gently twist the outer ring and pull. Throw it in the trash (not the toilet, this will clog your pipes).

DO'S AND DONT'S

DO put on a new condom every time before having sex.

DO store in a cool, dry place and check the expiration date before use.

DO make sure there are no tears or defects.

DO only use a water-based or silicone-based lubricant to help prevent the condom from slipping and tearing (not baby oil, lotion, or petroleum jelly, etc. as they will cause the condom to break).

DON'T use a male (external) condom with an female (internal) condom, as this can cause tearing.

DON'T use your teeth or any other sharp object to open the condom because you might tear the condom.

DON'T continue intercourse if the penis slips between the condom and the vagina or if the outer ring is pushed into the vagina.



Visit AStepAheadChattanooga.org or call 423-265-7837 for more information about free birth control options.

CÓMO UTILIZAR UN condón interno



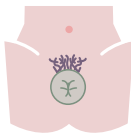
01
Retire con cuidado el condón del paquete para evitar que se rompa.



04
Empuje el anillo interior tanto como sea posible hasta que descansa contra el cuello uterino.



02
El anillo interior grueso con extremo cerrado se coloca en la vagina. El anillo exterior delgado permanece fuera del cuerpo y cubre la abertura vaginal.



05
El anillo exterior delgado debe permanecer fuera de la vagina. Guíe el pene de su pareja hacia la abertura del condón.



03
Sostenga la parte exterior del condón por el extremo cerrado, apriete los lados del anillo interior e insértelo en la vagina.



06
Para retirarlo, gira suavemente el anillo exterior y jala. Tírelo a la basura (no al inodoro, ya que obstruiría las tuberías).

QUÉ HACER Y QUÉ NO HACER

USE un condón cada vez que tenga relaciones sexuales.

CONSERVELO en un lugar fresco y seco y compruebe la fecha de caducidad antes de utilizarlo.

ASEGÚRESE de que no haya roturas ni defectos.

UTILICE únicamente lubricante a base de agua o silicona para ayudar a evitar que el condón se resbale y se rompa.

NO use un condón masculino (externo) con un condón femenino (interno), ya que esto puede causar desgarros o roturas.

NO use los dientes ni ningún otro objeto punzante para abrir el condón porque podría romperlo.

NO continúe con las relaciones sexuales si el pene se desliza entre el condón y la vagina o si el anillo exterior se empuja hacia la vagina.



Visite AStepAheadChattanooga.org o llame al 423-265-7837 para obtener más información sobre las opciones anticonceptivas gratuitas.