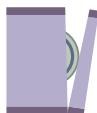


HOW TO USE AN internal condom



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.



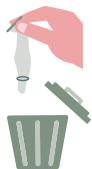
04

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).

DOS AND DONT'S

- DO** use a new female (internal) condom from start to finish, every time you have vaginal sex.
- DO** read the condom package insert and check the expiration date.
- DO** make sure there are no tears or defects.
- DO** use a water or silicone based lubricant to help prevent the condom from slipping and tearing.

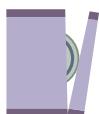
- DON'T** use a male (external) condom with a female (internal) condom, as this can cause tearing.
- DON'T** use your teeth or any other sharp object to open the condom because you might tear the condom.
- DON'T** continue intercourse if the penis slips between the condom and the vagina or if the outer ring is pushed into the vagina.



A STEP AHEAD
CHATTANOOGA

If you are looking for more information about free birth control options please visit AStepAheadChattanooga.org or call 423-265-7837

CÓMO UTILIZAR UN condón interno



01

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



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.



03

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



04

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



05

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



06

Para retirarlo, gira suavemente el anillo exterior y jala. Tírello a la basura (no al inodoro).

QUÉ HACER Y QUÉ NO HACER

USE un condón femenino (interno) nuevo de principio a fin, cada vez que tenga relaciones sexuales vaginales.

LEA el prospecto del paquete del condón y verifique la fecha de vencimiento.

ASEGÚRESE de que no haya roturas ni defectos.

UTILICE un 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.

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.



Si busca más información sobre opciones anticonceptivas gratuitas, visite AStepAheadChattanooga.org o llame al 423-265-7837