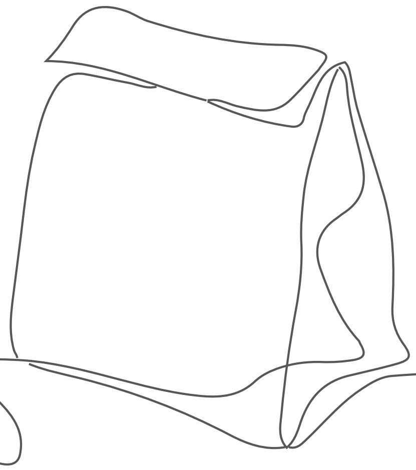
WAT äntweren?

# Mamm/Papp, keefs du mir Kondomer?

## Sexuell iwwerdrobar Infektiounen – STI, Depistage



## Ënnert dem Afloss vun den Emotiounen ...

Dir sidd vläicht der Meenung, dass Ären Teenager* zu intime Bezéiungen animéiert gëtt, wann Dir him Kondomer kaaft, an aus dësem Grond wiesselt Dir méiglecherweis gär d'Thema. Maacht Iech awer keng Suergen: Preventioun an Opklärung verzögeren den Alter, an deem e jonke Mënsch éischt sexuell Bezéiungen ageet.

## „Theoretesch" Repèren

Laut der WHO kann ee schonn ab **9 Joer** mat Kanner iwwer Kondomer schwätzen. **Am dem 12. Liewensjoer** kënnt Dir driwwer schwätzen, wat et heescht, (fréi) Mamm oder Papp ze ginn, wou ee Verhütungsmëttelen a Kondomer kritt, wéi ee se richteg benotzt etc.

## D'Meenung vun den Experten/Expertinnen

Am Allgemengen ass et fir Kanner – Meedercher* wéi Jongen* – an dësem Alter wichteg ze weisen, dass si grouss, staark a schlau sinn. Si moosse sech gär mat aneren a weisen, dass si Saachen iwwer d'Welt vun anere Kanner an Erwuessener wëssen.

**Mat 11 bis 13 Joer** ännere sech d'Interesse vun de „Bal-Teenager*" a konzentréiere sech éischter op en detailléiert Wëssen iwwert de Kierper an d'Sexualorganer. D'sexuell Entwécklung geet méi séier virun, an d'Siichtweisen an d'Motivatiounen am Zesummenhang mat der Sexualitéit kréien eng sozial Dimensioun. D'sexuellt Selbstbild entwéckelt sech: Mat dem Wëssen, dass si Sex kënnen hunn, gëtt et fir Teenager ganz wichteg, attraktiv ze sinn. Si fille sech oft onwuel an hirer Haut a si sech och hirer Unzéiungskraaft (op e potenzielle Partner*) net ëmmer sécher. Si fänken un, aner jonk Leit sexuell attraktiv ze fannen.

D'Entwécklung vun der Sexualitéit ass am Teenageralter immens wichteg. Wärend de Kierper d'Verännerunge vun der Pubertéit duerchmécht, hëlt d'sexuellt Verlaangen zou. Meeschtens fänkt den Teenager* mat sexuellen Experimenter un an akzeptéiert no an no seng Sexualitéit. Natierlech spille romantesch Bezéiungen eng wesentlech Roll bei der Entwécklung vun der Sexualitéit, awer sexuell Aktivitéite kommen och bei kuerze Rencontere, munchmol bei One-Night-Stands, zustan. Dofir ass et wichteg, dass d'Eltere sech iwwer d'Preventioun vu sexuell iwwerdrobare Krankheeten (STI) an eng ongewollt Schwangerschaft informéieren.

## Repèrë fir lech

**Den externe Kondom** fir de Mann* gëtt virun der Penetratioun iwwer den erigéierte Penis gezunn a verhënnert, dass de Sperma mat der Eezell a Kontakt kënnt. E Kondom besteet normalerweis aus Latex an ass mat engem Gleitmëttel beschicht. En ass ee vun de wéinege Verhütungsmëttelen, dat och viru sexuelle iwwerdrohbar Infektiounen an HIV/AIDS schützt. Aus dësem Grond gi Kondomer gär mat enger anerer Verhütungsmethod kombinéiert.

**OPGEPASST:**

- Fir z'evitéieren, dass e räisst, ka just ee Kondom gläichzäiteg benotzt ginn. Et ass ganz wichteg, den Ëmgang mat engem Kondom virum éischte Sex ze üben. E futtisse Kondom ass meeschtens op e falschen Ëmgang oder eng falsch Lagerung zréckzeféieren (ofgelafe Verfallsdatum, Lagerung am Portmonni etc.).
- Verschidde Leit sinn allergesch op Latex. Mä keng Panik: Et gi Kondomer aus Polyurethan, engem Material, dat Latex änelt an hypoallergen ass (et léisst keng Allergien aus).

**Den interne Kondom** fir Fraen ass aus Polyurethan. En huet e flexibele Rank a gëtt virum Geschlechtsverkéier an d'Scheed (mam Rank) oder den Anus (ouni Rank) agefouert. E verhënnert, dass de Sperma mat der Eezell a Kontakt kënnt a schützt viru sexuell iwwerdrobaren Infektiounen. E ka bis zu 8 Stonnen dobanne bleiwen. E muss bei all neiem Partner gewiesselt ginn. En eegent sech virun allem fir Persounen, déi allergesch op Latex reagéieren, well e kee Latex enthält. Grad wéi den externen (männleche) Kondom kann en eleng oder zesumme mat enger anerer Verhütungsmethod benotzt ginn. En dierf net gläichzäiteg mat engem externe Kondom benotzt ginn.

**HIWÄIS:** Beim Benotze vun engem interne Kondom muss ee sech wuelfillen, e Friemkierper an d'Scheed anzeféieren.

**TIPP: Mat Ärem Teenager am Auto iwwer Sex ze schwätzen,** ass eng gutt Plaz, wann een Angscht viru Bléckkontakt wärend dem Gespréich huet. En plus kënnt Dir eng méi kuerz oder laang Streck wielen, jee nodeems, wéi e Gespréich Dir féiere wëllt. Sot Ärem Jugendlechen, dass hien ëmmer Stopp soe kann an dass Dir d'Gespréich zu engem aneren Zäitpunkt weiderféiere kënnt.

## Tipps a méiglech Äntwerten ab 13 Joer

- **Denkt drun, d'allgemeng Fiche Nr. 2 ze liesen.**
- Sidd net opdrénglech, wann Dir Ärem Kand Froe stellt. Maacht awer och net ze vill „op Kolleeg".
- Schwätzt d'Thema op eng einfach Manéier un, andeems Dir de Jugendlechen iwwer d'Risiken a méiglech Verhütungsmethoden (Preventioun) informéiert.
- Sot Ärem Kand/Teenager*, dass et/hie fräi mat Iech schwätze kann, ouni Angscht mussen ze hunn, verurteelt ze ginn.
- Informéiert et/hien, dass et Informatiounen a Verhütungsmëttelen och a speziellen Ariichtungen (z. B. Planning Familial) gëtt, ouni dass Dir et/hie begleede musst.
- Kaaft Kondomer a stellt se op eng Plaz, wou de Jugendleche se huele kann, wann hien der brauch.
- Maacht en éischte Rendez-vous bei engem Gynekolog/Gynekologin, wann Äert Meedchen averstanen ass.
- Kuckt zesummen de Site: **www.macontraception.lu.**
- Gitt Meedercher* a Jongen* déi selwecht Informatiounen: Fir d'Verhütung sinn déi zwee an der Koppel zesumme responsabel.

**HIWÄIS: Munchmol kann dëst eng Provokatioun vun Ärem Kand/Jugendleche sinn:**

- Kaaft Kondomer a stellt se op eng Plaz, wou de Jugendleche se huele kann, wann hien der brauch. Wann en dono freet, da bleift roueg an hëlleft him, sech Kondomer ze besuergen.
- Notzt d'Geleeënheet fir ze froen, wat hien iwwer Kondomer weess (emol am Auto oder doheem).
- Erënnert hien drun, dass Dir fir eng Diskussioun iwwer Sex oppe sidd, awer net an der Ëffentlechkeet.

## Wichteg Adressen am Zesummenhang mat STI

- Planning Familial (gratis extern Kondomer)
- De SePAS an de Schoulen deelt och Kondomer aus. Oder et kritt ee se a verschidde Lycéeën op den Toiletten an engem Automat.
- Extern an intern Kondomer sinn och beim Cigale a bei der HIV Berodung ze kréien.
- An all Supermarché, Apdikt etc. ze kafen.
- www.chl.lu/sites/chl/files/files/brochures/Brochure-MST-CHL-2017.pdf

Eng Bibliothéik mat Material, en nëtzleche Lexikon, eng Bibliographie, wichteg Adressen etc. Dir fannt all eis Hëllefsmëttelen an den „Annexe"-Fichen op dem Site **www.watantweren.lu**

planning familial