සැළකිලිමත් වන්න

- සෑම විටම වැඩිපුර රබර් කොපු කිහිපයක් නිවසේ තබා ගන්න
- භාවිතයට පෙර රබර් කොපු පැකට්ටුව ඉරී හෝ පළුදු වී ඇත්දැයි බලන්න
- පැකට්ටුවේ කල් ඉකුත් වන දිනය පසු වී ඇත්නම් භාවිතා කිරීමෙන් වළකින්න
- අධික උණුසුම, හිරු එළිය හෝ තෙතමනය ඇති තැන්වල රබර් කොපු පැකට් තැබීමෙන් වළකින්න
- ළමුන්ගෙන් ඈත් කර තබන්න

ඉතාම කලාතුරකින් රබර් කොන්ඩම භාවිතයේදී රබර් ආසාත්මිකතා ඇතිවිය හැක. මේ සඳහා රබර් නොවන (උදා - කෘතීම පොලිඅයිසොප්‍රීන් Synthetic Polyisoprene) කොන්ඩම පැළඳිය හැකිය

අසාර්ථක වීමට හේතු

- වැරදි ලෙස පැළඳීම
- රබර් කොපුව ඉරී යාම/ ගැලවී යාම
- පුරුෂ ලිංගය ස්ත්‍රී ලිංග ප්‍රදේශය හා ස්පර්ශ වීමට ප්‍රථම රබර් කොපුව පැළඳ නොසිටීම

වැඩිදුර උපදෙස් සඳහා හමුවන්න

- සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිළධාරීන්
- වෛද්‍ය නිළධාරීන්
- ලියාපදිංචි වෛද්‍ය නිළධාරීන්
- මහජන සෞඛ්‍ය හෙද සොහොයුරියන්
- පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිළධාරිනියන්
- මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරුන්

සුවසැරිය ✆ 1999

සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශයේ, පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශයේ
සහ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශයේ ප්‍රකාශනයකි

නිසි කල රිසි ලෙස
දරු සම්පත

ප්‍රීතිමත්
යුග දිවියක් උදෙසා...

රබර් කොපුව
(කොන්ඩමය)

රබර් කොපුව (කොන්ඩමය)

මෙය රබර් වලින් නිමවූ තුනී කොපුවකි

ක්‍රියාකාරිත්වය

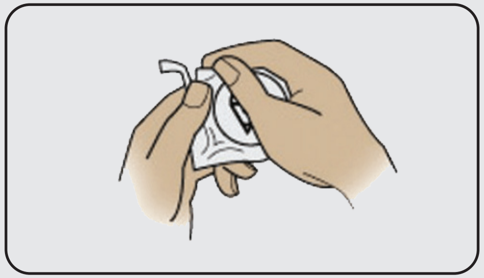
- ආවරණයක් ලෙස ක්‍රියා කරන බැවින් කාන්තාවගේ යෝනි මාර්ගය තුළට පුරුෂයාගේ ශුක්‍රාණු (පුරුෂ බීජ) ඇතුල් වීම වැළැක්වේ

**රබර් කොපුව (කොන්ඩමය)
භාවිතය මගින්
ලිංගික සතුටට
බාධාවක් ඇති නොවේ**

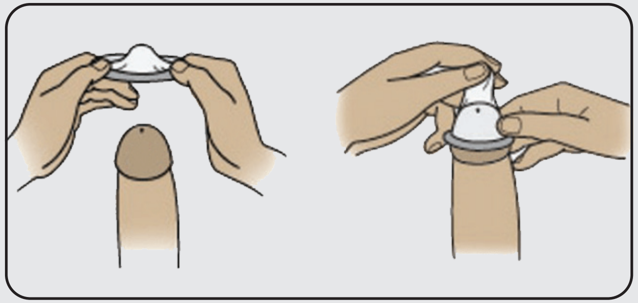
**රබර් කොපුව (කොන්ඩමය)
නිවැරදිව භාවිතා කිරීමෙන්
ඒඩ්ස් ඇතුළු ලිංගාශ්‍රිත රෝග බෝවීම ද
අවම කරගත හැකිය**

රබර් කොපුව නිවැරදිව භාවිතා කරන පිළිවෙල

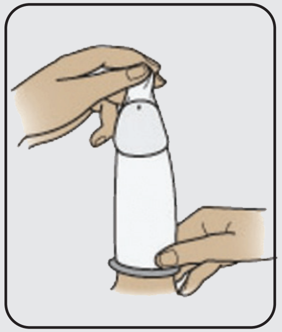
- රබර් කොපුවට හානි නොවන පරිදි පැකැට්ටුව ප්‍රවේශමෙන් විවෘත කරන්න



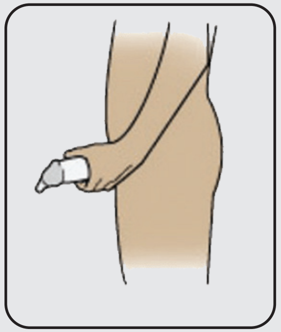
- පුරුෂ ලිංගය (ශිෂ්ණය) ප්‍රාණවත් වූ පසු පළඳින්න
- රබර් කොපුවේ (කොන්ඩමයේ) පුඩුව ඇඟිලි වලින් තද කර ගන්න
- රබර් කොපුවේ රෝල් කල දාරය උඩු අතට සිටින සේ පුරුෂ ලිංගය මත තබන්න



- පුරුෂ ලිංගය සම්පූර්ණයෙන් ආවරණය වන සේ රබර් කොපුව දිග හරින්න



- ලිංගිකව එකතු වීමෙන් පසු රබර් කොපුවේ දාරය ඇඟිලි වලින් අල්ලා ශිෂ්ණය ප්‍රාණවත්ව තිබියදීම කාන්තාවගේ යෝනි මාර්ගයෙන් පිටතට ගන්න



- භාවිතා කිරීමෙන් පසු රබර් කොපුව නිසි ලෙස බැහැර කරන්න
උදා:- වළ දැමීම, පිළිස්සීම

**යම්කිසි හේතුවක් නිසා
කොන්ඩමය අසාර්ථක වූ බවට සැකයක්
මතු වුවහොත් හදිසි පවුල් සැලසුම්
ක්‍රමයක් හැකි ඉක්මනින් භාවිතා කල යුතුය.**

ලිංගිකව එකතු වන සෑම විටම අලුත් රබර් කොපුවක් (කොන්ඩමයක්) භාවිතා කළ යුතු වේ