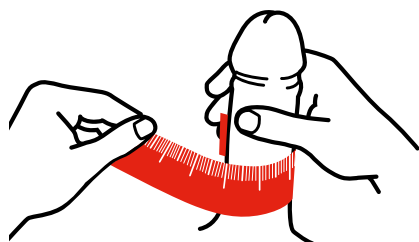




LIEBES
LEBEN

Das Wichtigste über Kondome

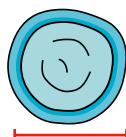
Die passende Größe



Breite etwa
47 oder auch
49 mm



Breite etwa
52 oder auch
53 mm



Breite etwa
55 oder auch
57 mm

Jeder Penis ist anders – und Kondome unterschiedlich geformt. Die richtige Größe muss Man(n) deshalb erst einmal heraus finden. Das geht zum Glück ganz leicht: Einfach ein Maßband oder das LIEBESLEBEN-Kondometer an der dicksten Stelle um den steifen Penis legen und die Breite (nicht die Länge!) in Zentimetern messen. Welche Kondomgröße dann die richtige ist, kann mit dem [Online-Kondometer](#) ermittelt werden.

Kondome als Schutz vor sexuell übertragbaren Infektionen (STI)

Kondome schützen vor HIV und senken das Risiko, sich mit anderen sexuell übertragbaren Infektionen (STI) anzustecken. Aber das Kondom muss richtig sitzen und übergezogen sein. Zuerst ist es wichtig, das Kondom richtig herum aufzusetzen – und auch erst dann, wenn der Penis bereits steif ist. Die Rolle muss außen liegen. Dann drückt man die Luft aus dem Zipfel und rollt das Kondom bis ganz nach unten über den Penis. Mit einem richtig übergezogenen Kondom macht der Sex mehr Spaß und man ist bestmöglich geschützt – zum Beispiel vor Chlamydien. Denn die sind vor allem unter jungen Menschen weit verbreitet. Da sie oft symptomarm oder symptomlos verlaufen, können sie unbemerkt weitergegeben werden. Noch mehr Infos zur Chlamydien-Infektion gibt es im [FAQ](#) unserer Kampagne #WissenWasRumgeht.

CE-Prüfzeichen und Haltbarkeitsdatum



Worauf gilt es noch zu achten? Neben der richtigen Größe sollte das Kondom das CE-Prüfzeichen haben. Es zeigt, dass die Kondome in der Produktion stetig kontrolliert und nach hohen Qualitätsstandards hergestellt wurden. Außerdem ist das Haltbarkeitsdatum wichtig. Denn: Kondome können ablaufen und das Material dann reißen. Auch wenn die Verpackung bereits beschädigt ist, sollten Kondome besser nicht mehr verwendet werden. Mehr Infos zum Kauf von Kondomen und zur Aufbewahrung gibt es auf der [LIEBESLEBEN-Website](#)

