

Nhớ rằng, cả bao cao su nam giới và bao cao su nữ giới đều giúp quý vị phòng chống các Bệnh Lây Nhiễm Qua Đường Tình Dục và HIV. Luôn sử dụng bao cao su để tự bảo vệ bản thân!



## **BAO CAO SU NỮ GIỚI/BÊN TRONG HOẠT ĐỘNG NHƯ THẾ NÀO?**

- Bao cao su nữ giới/bên trong là một ống lồng ngăn tinh trùng gặp trứng. Nếu tinh trùng không gặp được trứng, quý vị không thể mang thai.
- Bao cao su nữ giới/bên trong có một đầu kín với vòng bên trong bao lấy cổ tử cung và một đầu mở với vòng bên ngoài nằm bên ngoài âm đạo.
- Không có biện pháp tránh thai nào có hiệu quả 100%. Nếu quý vị sử dụng bao cao su nữ giới/bên trong mỗi khi quan hệ tình dục và bao cao su không bị rách hay tuột ra thì biện pháp này đạt hiệu quả 95%. Nếu bao cao su bị rách hay tuột ra thì biện pháp này đạt hiệu quả 79%.

## **KHI NÀO TÔI NÊN SỬ DỤNG BAO CAO SU NỮ GIỚI/BÊN TRONG?**

- Sử dụng bao cao su nữ giới/bên trong mới mỗi khi quý vị quan hệ tình dục.

## **LÀM CÁCH NÀO ĐỂ ĐẶT BAO CAO SU NỮ GIỚI/BÊN TRONG TRƯỚC KHI QUAN HỆ TÌNH DỤC?**

- Tìm một tư thế thoải mái (chẳng hạn: nằm, gác một chân trên ghế).
- Bóp các bên của vòng bên trong của đầu kín và đưa vào âm đạo giống như tampon. Đẩy vòng bên trong vào cho đến khi chạm cổ tử cung (cảm giác như đầu mũi).
- Rút ngón tay ra và để vòng bên ngoài của đầu mở nằm bên ngoài âm đạo.

## **LÀM CÁCH NÀO ĐỂ THÁO BAO CAO SU NỮ GIỚI/BÊN TRONG RA SAU KHI QUAN HỆ TÌNH DỤC?**

- Bóp và xoắn vòng bên ngoài.
- Nhẹ nhàng kéo bao cao su ra khỏi âm đạo và vứt bỏ.

## **NẾU TÔI NGỪNG SỬ DỤNG BAO CAO SU NỮ GIỚI/BÊN TRONG VÀ QUAN HỆ TÌNH DỤC KHÔNG ĐƯỢC BẢO VỆ THÌ SAO? NẾU BAO CAO SU NỮ GIỚI/BÊN TRONG BỊ RÁCH TRONG KHI QUAN HỆ TÌNH DỤC THÌ SAO?**

- Dùng thuốc tránh thai khẩn cấp (EC) ngay lập tức. Thuốc tránh thai khẩn cấp có thể giúp tránh thai trong tối đa 5 ngày sau khi quan hệ tình dục và quý vị càng uống sớm thì càng có hiệu quả.

## **BAO CAO SU NỮ GIỚI/BÊN TRONG GIÚP TÔI NHƯ THẾ NÀO?**

- Dễ mua ở hàng thuốc
- Có thể đeo bao trong khi quan hệ tình dục
- Không chứa hoocmon
- Không cần dương vật cương cứng mới giữ vững được bao cao su nữ giới/bên trong
- Giúp quý vị phòng chống các Bệnh Lây Nhiễm Qua Đường Tình Dục và HIV

## **TÔI SẼ CÓ CẢM GIÁC NHƯ THẾ NÀO KHI DÙNG BAO CAO SU NỮ GIỚI/BÊN TRONG?**

- Không có tác dụng phụ. Quý vị và đối tác của quý vị có thể cảm nhận được bao cao su trong khi quan hệ tình dục.
- Một số người thấy rằng bao cao su nữ giới/bên trong làm giảm khoái cảm khi quan hệ tình dục. Người khác thì cho rằng loại bao cao su này gây ra tiếng ồn.

## **BAO CAO SU NỮ GIỚI/BÊN TRONG CÓ RỦI RO KHÔNG?**

- Bao cao su nữ giới là biện pháp tránh thai an toàn và hiệu quả. Không có rủi ro y tế. Bao cao su nữ giới/bên trong có thể bị rách hoặc bị tuột trong khi quan hệ tình dục; nếu điều này xảy ra, hãy uống thuốc tránh thai khẩn cấp ngay lập tức.

