

## Condoom gescheurd, wat moet ik doen?

### Quote

""Het condoom scheurde en ik gebruikte geen pil. Wat moet ik nu doen?""

### De feiten

- Elk jaar raken in Nederland 7.000 meiden (tm 19 jaar) zwanger, waarvan de meeste ongepland en ongewenst. Tweederde van hen gebruikte anticonceptie, waarbij iets fout ging. (Kruijer, Van Lee & Wijsen, 2009)
- Behoorlijk wat jongeren heeft wel eens moeite om het condoom goed te gebruiken. Zo'n kleine 20% heeft wel eens problemen met het condoom, waarvan ruim 6% regelmatig of vaak (Bakker, 2009)

### Wat is het probleem?

Veel jongeren gebruiken het condoom niet goed of helemaal niet. Ook weten veel jongeren niet goed welke risico's ze lopen bij seks zonder condoom. Dat soort fouten en misverstanden zijn vaak makkelijk te voorkomen zijn door goede informatie en tips over het gebruik van condooms. In deze tipsheet richten we ons op fouten en ongelukjes bij gebruik van het condoom.

Het condoom: wat er mis kan gaan in gebruik

Bij veel jongeren scheurt het condoom of glijdt af tijdens of net na de seks. Sperma kan in de vagina komen. Een meisje loopt kans op een ongewenste zwangerschap en daardoor kan je flink in de stress raken. Hieronder veelgemaakte fouten met het condoom.

1. Het topje van het condoom wordt niet dichtgeknepen bij het omdoen! Daardoor komt er lucht in het condoom en kan hij knappen of scheuren tijdens de seks.
2. Een jongen blijft te lang in de vagina na het klaarkomen. De penis wordt weer slap. Als hij terugtrekt glijdt het condoom af en blijft hij achter in de vagina waardoor sperma kan lekken in de vagina.
3. Het meisje is niet vochtig genoeg. Het condoom schuurt kapot.
4. Jongeren gaan te lang door met neuken met 1 condoom. Hij verwisselt niet van condoom. Het condoom schuurt kapot.

Jongeren slikken de morning-afterpil weinig: misverstanden

De kans op een ongewenste zwangerschap na een fout of ongeluk met het condoom kan je sterk verminderen door de morning-afterpil te slikken. Jongeren hebben echter vaak foute kennis over de morning-afterpil waardoor ze hem weinig slikken. Misverstanden over de morning-afterpil :

- "Je wordt onvruchtbaar van de hormonen in de morning-afterpil"

Nee, je wordt niet onvruchtbaar van de morning-afterpil. De morning-afterpil zorgt ervoor dat er geen eitje vrijkomt op dat moment. Net zoals de gewone pil. De volgende maand kan je weer gewoon zwanger worden, ook net zoals bij de gewone pil.

- "Je wordt er ziek van"

Dat gebeurt soms. In sommige gevallen kunnen meiden misselijk worden of hoofdpijn krijgen van de hormonen in de morning-afterpil. Dat is echter maar tijdelijk.

- "Er zitten heel veel hormonen in en dat is ongezond".

Nee, in de morning-afterpil zitten tegenwoordig niet veel hormonen meer: ongeveer 4x zoveel als in de normale pil.

- “De morning-afterpil is een abortuspil”

Dat klopt niet: de morning-afterpil voorkomt bevruchting en breekt geen zwangerschap af. Daarom moet je de morning-afterpil zo snel mogelijk na de onveilige seks innemen.

## Wie loopt er risico?

- 0 - 20 jaar - 20 - 40 jaar

Algemeen: Iedereen die seks heeft, niet zwanger wil worden, het condoom gebruikt en vruchtbaar is (voor vrouwen is dat tot ongeveer 50 jaar, mannen zijn langer vruchtbaar). Specifieke risicogroep voor een ongewenste zwangerschap zijn allochtone meisjes en vrouwen, met name Surinaamse, Antilliaanse, Afrikaanse en Zuid-Amerikaanse. Ook jonge meiden (tot 20 jaar) lopen veel risico op een ongewenste zwangerschap.

## Hoe wordt het erger? Kan het worden voorkomen?

Wat moet je doen als het condoom gescheurd is of afgegleden nadat een jongen is klaargekomen?

- Slikt het meisje de pil of gebruikt ze een ander anticonceptiemiddel? Dan loop je geen kans op een zwangerschap. Laat je wél testen op een soa. Ga daarvoor naar je huisarts of kijk op [www.sense.info](http://www.sense.info) voor een anonieme test bij jou in de buurt.

- Gebruikt het meisje geen ander anticonceptiemiddel zoals de pil? Dan heb je kans dat het meisje zwanger is. Het meisjes moet zo snel mogelijk de morningafterpil slikken. Zie hierboven bij ‘wat is het probleem’.

Hoe kan je voorkómen dat een condoom scheurt of afglijdt?

Tip 1: Zorg ervoor dat er geen lucht zit in het topje van het condoom

- Knijp het topje dicht met je ene hand.
- Zet de condoom op de eikel van de stijve penis
- Rol met je andere hand het condoom over de eikel
- Nu kan je het topje loslaten en met twee handen het condoom over de stijve penis rollen

Tip 2: Zorg dat het meisje vochtig genoeg is. Anders schuurt het condoom en kan hij eerder scheuren. Is ze nog niet vochtig? Neem langer de tijd voor voorspel of gebruik condooms met glijmiddel (of gebruik los glijmiddel). Bovendien is neuken als een meisje vochtig is veel lekkerder.

Tip 3: Voorkom dat je penis afglijdt en trek je penis snel terug uit de vagina als je bent klaargekomen.

Houdt met je duim en wijsvinger het condoom stevig vast om de penis terwijl je terugtrekt! Zo weet je zeker dat je het condoom ook meeneemt en er geen sperma uitlekt.

Tip 4: Vervang een condoom als je langer dan 20 minuten neukt. Hij kan namelijk door het lange schuren zwakker worden en eerder scheuren.

Tip5: Controleer altijd of er geen lek zit in het condoom als je bent klaargekomen. Doe dat door er een knoopje in te doen en je wijsvinger en duim over het condoom naar beneden te trekken. Er zit waarschijnlijk ook vocht van het meisje aan de buitenkant van het condoom wat op sperma kan lijken, dus houdt daar rekening mee.

Niet alleen een condoom, maar ook ander anticonceptiemiddel gebruiken

Is er wat misgegaan met het condoom? Wil een jongere zich geen zorgen maken over een zwangerschap? Dan kan een meisje (daarnaast) kiezen voor een anticonceptiemiddel dat veiliger in gebruik is dan het condoom. De pil, de anticonceptivering of een spiraaltje bijvoorbeeld. Kijk op [www.sense.info](http://www.sense.info) voor alle middelen. NB. Condoom én een ander middel is altijd het veiligst. En alleen het condoom beschermt tegen een SOA.

Hoe wordt het erger?

1. Geen morning-afterpil slikken na de onveilige seks, doordat jongeren niet weten dat ze de morning-afterpil kunnen slikken en deze zonder recept van de huisarts kunnen kopen bij de drogist of apotheek, ze er

vooroordelen over hebben en/of ze het gênant vinden om de morning-afterpil te kopen.

2. Niet weten bij wie je terecht kan met vragen en problemen en er zelf mee rondlopen

Angst voor een zwangerschap is een intiem onderwerp. Veel jongeren vinden het moeilijk hier over te praten. In veel relaties ervaren meiden het vooral als hun probleem. Hun zorgen delen met hun vriendje doen ze liever niet. Veel jongeren hebben moeite om hier met hun ouders over te praten en ook de huisarts is soms geen optie omdat ze hem niet voldoende vertrouwen en bang zijn dat hij hun zorgen doorverteld aan hun ouders. Sense is bij veel jongeren nog niet bekend ([www.sense.info](http://www.sense.info)). Jongeren kunnen daardoor vrij lang rondlopen met hun zorgen en onzekerheid.

3. Helemaal geen condooms meer gebruiken omdat het steeds fout gaat of omdat ze het niet fijn vinden om ze te gebruiken. Dat is zeker een probleem als jongeren zich niet hebben laten testen op SOA en als ze geen ander middel gebruiken om een zwangerschap te voorkomen, zoals de pil of een spiraal. Dan lopen ze veel risico op een SOA of een ongewenste zwangerschap.

4. Gaan geloven dat ze geen risico lopen

Jongeren die een aantal keer onveilig hebben gevreeën (zonder condoom of de pil) en geen SOA of zwangerschap hebben opgelopen denken vaak dat ze geen risico lopen en onschendbaar zijn. 'Dat gebeurt mij niet, kijk maar'. Dat bevestigt hun overtuiging dat ze best onveilig kunnen vrijen. Met een hoog risico op SOA en (tiener) zwangerschap als gevolg.

## Conclusie

- Bij veel jongens gaat het gebruik van het condoom niet altijd goed
- Daardoor lopen ze onnodig risico op een ongewenste zwangerschap en SOA
- Ze gebruiken de morning-afterpil nog weinig, waardoor dit risico hoog blijft
- Veel fouten zijn te voorkomen door goed gebruik van het condoom
- Een ander anticonceptiemiddel kiezen naast het condoom is een oplossing om risico op zwangerschap te verkleinen. Echter niet om SOA's te voorkomen, daarvoor moet je echt het condoom gebruiken, of je laten testen.

## Casus: Condoom gescheurd, wat nu?

- \* Marissa wil graag met Jeremy naar bed, maar eigenlijk is ze er nog niet klaar voor. Ze is zenuwachtig en niet opgewonden en daarom niet vochtig genoeg. Het condoom wordt te droog en scheurt.
- \* Bernice en Rob kennen elkaar pas net. Ze vinden elkaar superopwindend en kunnen niet van elkaar afblijven. Ze hebben vaak en lang seks. Ze neuken alleen te lang met hetzelfde condoom, waardoor het slijt en scheurt.
- \* Willem heeft al een tijdje condooms in het handschoenenkastje van zijn auto liggen. Als hij op vakantie gaat in Portugal komt hij een mooie meid tegen en ze hebben seks met de condooms uit de auto. Die zijn alleen ondertussen al over datum en het condoom scheurt.
- \* Jay blijft na het neuken in Denise. Ze vallen in slaap. Als hij wakker wordt trekt hij zich terug, maar vergeet het condoom vast te houden. Zijn penis is weer slap en het condoom blijft achter.
- \* Jennifer is zo opgewonden dat ze de condoomverpakking hardhandig openscheurt met haar tanden. Daardoor beschadigt ze het condoom.
- \* Joris scheert de condoomverpakking open met zijn mond. Zijn beugel beschadigt echter het condoom.
- \* Als Lee seks heeft glijdt het condoom makkelijk af, zijn penis is namelijk te klein voor de standaardcondooms.
- \* Glen's penis is juist te groot voor de standaardmaat, waardoor het condoom erg krap is en scheurt.
- \* Nadine en Robert geven elkaar een erotische massage die uitmondt in een heftige vrijpartij. De massageolie is echter niet op waterbasis en tast het condoom aan.
- \* Dennis en Tracey willen het extra veilig doen en gebruiken twee condooms over elkaar. Door de wrijving scheuren de condooms juist!

Onveilige oplossingen bij ongeluk met condoom:

\* Jeanine wast snel haar vagina nadat het condoom was gescheurd, zo hoopt ze het sperma eruit te wassen (heeft geen zin)

\* Denken dat je geen morning-afterpil nodig hebt, omdat het meisje al zo lang aan de pil is

\* Denken dat één keer onveilige seks geen risico geeft op een zwangerschap of soa, en dus geen morning-afterpil slikken of geen soa-test doen

## Meer informatie

Rutgers WPF  
Eline Dalmijn  
030-231 34 31

Jongeren en seksualiteit waaronder informatie over condooms en anticonceptie onder thema

'voorbehoedmiddelen': [www.sense.info](http://www.sense.info)

[www.noodpil.nl](http://www.noodpil.nl) over de morning-afterpil.

[www.anticonceptievergeten.nl](http://www.anticonceptievergeten.nl) over wat je moet doen als je de pil of een ander middel vergeten bent.

[www.rng.nl](http://www.rng.nl) voor informatie over seksualiteit voor professionals

Bronnen:

Bakker, F. e.a. (2009). Seksuele gezondheid in Nederland. Utrecht: Rutgers Nisso Groep

De Graaf, H. et al (2005). Seks onder je 25ste. Utrecht: Rutgers Nisso Groep.

Kruijer, H., Van Lee, L. & Wijsen, C. (2009). Landelijke abortusregistratie 2008. Utrecht: Rutgers Nisso Groep.