

# Hoe om die FC2 te gebruik

Hier die instruksies instrukteur stapgewys hoe om die FC2 vroulike kondoom in die vagina te plaas.

FC2 kan geplaas word ure voor of net voor seks plaasvind.

Wanneer FC2 vir die eerste keer gebruik word, is dit moontlik nodig om eers to oefen om dit in te sit.

FC2 kan deur vroue self ingeplaas word, of haar maat kan dit vir haar doen.



1 Voor die oopmaak van die FC2 verpakking:

- Verseker die vervaldatum wat voorop of aan die kant van die pak van jou FC2 gestempel is.
- Smeer die lubrikant binne die verpakking per hand.

2 Om te open, skeur die verpakking vanaf die pyltjie bo en verwyder die kondoom. Die gebruik van a sker, mes of tande moet vermy word.



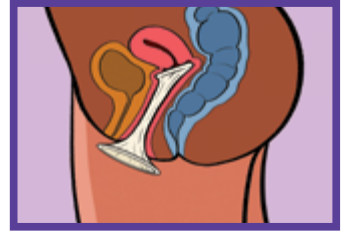
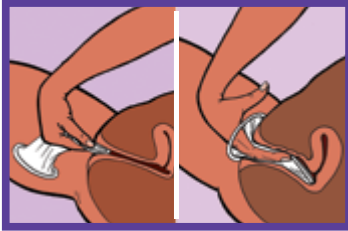
3 Hou die binne ring met die duim en voorvinger. Druk die randte van die binnering saam om a punt.



4 FC2 kan verskille maniere ingesit word. Vind die mees gemaklike posisie, moontlik staande, sittende, hurkende of leende posisie.



5 Voel die vulva/mond van die vagina, en hou dit oop.

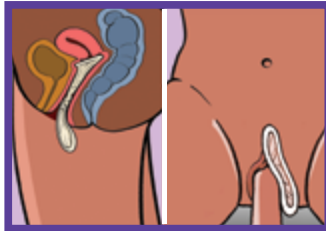


**6** Met die saamgeperste binne-  
ring plaas FC2 in die vagina.

- Gly die voor of middelvinger binne in die kondoom en druk dit so diep moontlik in met die behulp van die binnering.
- Verseker dat die kondoom nie draai nie en gelyk met die vagina wand le.

**7** 'n Klein gedeelte insluiting die buitering moet buite die vagina le, so doende word beskerming aan eksterne organe asook die basis van die penis bied.

**8** FC2 voer die wand van jou vagina en bedek jou baarmoederhals (serwiks/ cervix). Die opening van die cervix is so klein dat dit onmoontlik is om FC2 om deur die spasie te pas.



**9** Die buitering moet in posisie gehou word terwyl die penis binne die kondoom gelei word. As die penis binne die kondoom is, is dit nie meer nodig om die buitering in posisie te hou nie. Vir addisionele genot sal meer lubrikant moontlik verkies word, binne of buite FC2 of direk op die penis wanneer die kondoom ingesit is.

**10** **Belangrik!** Die penis moet onmiddelik onttrek word in die geval van:

- Sy penis tussen die kondoomen vagina wand. In die geval moet die buitering weer in posisie geplaas word voor die penis die kondoom ingaan.
- Die buitering binne in die vagina gegaan het. In so a geval moet a nuwe FC2 gebruik word.

**11** Om FC2 te verwyder, hou die buitering en draai dit om die man se saad/ semen binne te behou. Dit is beter om t doen voor jy opstaan. Die kondoom moet met sorg onttrek word, in papier toegedraai of in die lee verpakking geplaas word, en in n vuilisblik geplaas word.