

## **GĐXH - Bao cao su là một hình thức tránh thai và ngăn chặn các bệnh lây lan qua đường tình dục hiệu quả nhất. Vậy bạn đã biết thời điểm “vàng” để đeo bao cao su trong lúc quan hệ hay chưa?**

❌ Bao cao su siêu mỏng - Bí quyết tuyệt vời để thăng hoa an toàn, bạn đã dùng qua chưa?

GĐXH - Bao cao su siêu mỏng đang dần trở nên phổ biến vì công dụng tuyệt vời bởi khả năng kéo gần khoảng cách để thăng hoa.

### **Bao cao su là gì?**

Bao cao su hay thường gọi là condom, áo mưa... đã được sử dụng cách đây ít nhất 400 năm. Khi đó, nó làm bằng ruột hoặc da động vật. Từ thế kỷ 19, sử dụng bao cao su là một trong các phương pháp ngừa thai phổ biến nhất.

Bao cao su có nhiều kích cỡ và bề mặt khác nhau để kích thích người dùng. Các sản phẩm đều được làm từ mũ cao su ruột cừ, chất liệu nhựa tổng hợp. Đây đều là những thành phần có độ dai và tính đàn hồi cao. Vì vậy bạn hoàn toàn yên tâm sẽ không xảy ra bất kỳ “tai nạn” nào trong lúc yêu cả.

### **Thời điểm “vàng” đeo bao cao su trong khi quan hệ**

Khi sử dụng bao cao su, việc đeo đúng cách sẽ giúp mang lại hiệu quả tốt hơn. Nhưng nếu bạn sử dụng sai cách thì tác động tiêu cực cho “cuộc yêu” của bạn.



*Thời điểm được cho là phù hợp nhất để đeo bao chính là khi cả hai đang âu yếm. Ảnh: Internet.*

Nhiều người lầm tưởng việc xuất tinh ngoài âm đạo giúp tránh thai hiệu quả. Hay khi quan hệ mà “cậu nhỏ” không cho vào “cô bé” thì sẽ an toàn. Nhưng đó đều là những điều chưa đúng.

Việc môn trón giữa âm đạo và dương vật cũng có thể xảy ra tình trạng thụ thai. Mặc dù đây chỉ là xác suất nhỏ nhưng vẫn có trường hợp hy hữu xảy ra. Vậy nên khi dương vật cương cứng, tinh dịch cũng xuất hiện theo. Do đó, nếu đợi xuất tinh thì đã quá muộn rồi.

Ngược lại, nếu chưa quan hệ mà bạn đã đeo thì bề mặt sẽ bị khô. Vì vậy, nếu cố gắng đưa vào âm đạo có thể khiến bao bị rách.

Thời điểm được cho là phù hợp nhất để đeo bao chính là khi cả hai hưng phấn lên cao. Hay nói một cách dễ hiểu, khi diễn ra việc tiếp xúc giữa âm đạo và dương vật bắt đầu thì nên tiến hành việc đeo bao.

## Cách đeo bao cao su đúng cách và đảm bảo an toàn

Không chỉ cần đeo bao cao su đúng thời điểm, việc đeo cao đúng cách cũng rất quan trọng mà bạn cần lưu ý.



*Đeo bao cao su đúng thời điểm, việc đeo cao đúng cách cũng rất quan trọng. Ảnh: Internet.*

Dưới đây là một số điểm lưu ý để đeo bao cao su đúng cách:

### Sử dụng đúng cách cho bao cao su nam

Theo hướng dẫn của UNAIDS, sử dụng bao cao su nam được thực hiện như sau:

Bước 1: Mở gói chứa bao cao su khi đã sẵn sàng sử dụng và hãy cẩn thận để không làm rách hoặc hỏng. Nếu rách, hãy vứt đi và thay gói mới.

Bước 2: Đặt mặt phải bao cao su vào phần cuối của dương vật. Giữ đầu bao cao su giữa ngón cái và ngón trỏ để ép không khí ra khỏi đầu bao, giúp giữ chỗ cho tinh dịch sau khi xuất tinh.

Bước 3: Giữ phần đầu của bao cao su bằng một tay. Dùng tay còn lại kéo bao cao su theo chiều dài của dương vật đến lông mu.

Nếu bao cao su không đủ bôi trơn, có thể thêm chất bôi trơn gốc nước (như silicone, glycerin hoặc thạch K-Y). Không bao giờ được sử dụng chất bôi trơn làm từ dầu như dầu ăn hoặc shortening, dầu khoáng hay vaseline và hầu hết các loại kem dưỡng, vì chúng có thể làm hỏng bao cao su.

Bước 4: Ngay sau khi xuất tinh, cần giữ chặt bao cao su ở phần gốc, để đảm bảo rằng bao cao su không bị tuột ra. Sau đó phải rút dương vật ra khi vẫn đang cương cứng.

Khi dương vật được rút ra hoàn toàn, hãy tháo bao cao su ra khỏi dương vật và vứt bỏ bao. Không xả xuống bồn cầu.

Nếu định quan hệ tình dục trở lại, hãy sử dụng bao cao su mới và lặp lại toàn bộ quá trình.

## Sử dụng đúng cách bao cao su cho nữ

Bước 1: Lấy bao cao su ra khỏi bao bì. Bạn chỉ cần xé theo hướng mũi tên ở phía trên cùng của gói bao cao su và lấy nó ra.

Bước 2: Dùng chất diệt tinh trùng hoặc chất bôi trơn bôi bên ngoài bao cao su để nâng cao hiệu quả tránh thai cũng như giúp cho việc sử dụng bao cao su được dễ dàng hơn.

Bước 3: Bóp vòng nhỏ phần đầu dưới của bao cao su, đưa nó vào trong âm đạo càng sâu càng tốt. Đảm bảo bao cao su không bị xoắn, cố định chúng ở bên ngoài âm đạo khoảng từ 1-2 cm. Nếu đặt đúng vị trí, khu vực xung quanh và bên ngoài âm đạo sẽ được bao phủ hoàn toàn bởi phần đầu mở của bao cao su.

Bước 4: Yên tâm và tận hưởng “cuộc yêu” thôi nào.

Bước 5: Tháo bao cao su bằng cách bóp và xoay vòng ngoài. Chú ý giữ sao cho tinh dịch bên trong bao cao su không bị tràn ra ngoài. Từ từ kéo bao cao su ra khỏi âm đạo. Gói bao cao su lại và bỏ vào thùng rác.

## Mua bao cao su phù hợp với nhu cầu của bạn

Chọn mua bao cao su cũng là một trong những vấn đề mà bạn nên biết.



*Chọn mua bao cao su phù hợp cũng rất quan trọng. Ảnh: Internet.*

- Chọn bao theo yêu cầu: Thị trường bao cao su hiện nay khá đa dạng với nhiều loại khác nhau: Bao cao su siêu mỏng, bao cao su kéo dài thời gian quan hệ, bao cao su hương thơm... Bạn nên dựa vào tài chính của mình để lựa chọn bao cao su phù hợp.

- Chọn bao cao su đúng kích cỡ: Một số người lầm tưởng rằng bao cao su chỉ có một kích cỡ là hoàn toàn không đúng. Mỗi loại bao cao su đều có nhiều kích cỡ khác nhau phù hợp với từng kích thước “cậu nhỏ”.

- Chọn bao theo chất liệu: Bao cao su hiện nay được làm chủ yếu từ hai chất liệu chính là mủ

cao su tự nhiên và nhân tạo. Một số người do dị ứng với mũ cao su nên chỉ xài được bao cao su nhân tạo.