



ડૉ. મુકુલ ચોક્સી

# નિરોધ વિશે

ફે

મિલી પ્લાનિંગ' અથવા 'કુટુંબનિયોજન' એ કદાચ આ અને આગામી દાયકાનો સૌથી મહત્વનો શબ્દ છે. રાષ્ટ્રીય વિકાસની તમામ

વાતો, તમામ યોજનાઓ વસતિનિયંત્રણ વગર અધૂરી છે. જાતીય શિક્ષણની અને સેક્સોલોજીની અનેક માહિતીઓ પ્રસારને અભાવે ફેમિલી પ્લાનિંગની યોજનાઓના અમલીકરણમાં અંતરાયો ઊભા કરે છે તે એક મોટી કસુબ છે. આપણી પાસે કુટુંબનિયોજનની અનેક અસરકારક વૈજ્ઞાનિક પદ્ધતિઓ ઉપલબ્ધ હોવા છતાં અજ્ઞાન અને અણસમજને પરિણામે તેનો પૂરો લાભ લેવામાં આવતો નથી.

'કુટુંબનિયોજન' માટે કંલેન્ડર, રીધમ, શારીરિક ઉષ્ણતામાનમાપન તથા સર્વાઈકલ મ્યૂક્સ જેવી સાદી પ્રાકૃતિક રીતોથી માંડીને અનેક કૃત્રિમ પદ્ધતિઓ અજમાવી શકાય છે. જેમાં નિરોધ (કોન્ડોમ્સ), ડાયાફ્રામ (પટલ), લૂપ (આઈ.યુ.સી.ડી.), ટીકડીઓ (કોન્ટ્રાસેપ્ટિવ પિલ્સ), વજાઈનલ સ્પર્મિસાઈડ્સ વગેરેનો હંગામી ધોરણે અને 'ટ્યૂબલાઈગેશન' તથા 'વાઝેક્ટોમી' (નસબંધી) જેવી શસ્ત્રક્રિયાઓનો કાયમી ધોરણે કુટુંબનિયોજન કરાવવા માટે ઉપયોગ કરવામાં આવે છે.


ઘણાં યુગલો ઉપર જણાવેલી પદ્ધતિઓમાંની એક અથવા વધુ પદ્ધતિઓ પસંદ કરે છે. નિષ્ણાત ડોક્ટરના માર્ગદર્શન હેઠળ 'બર્થ કન્ટ્રોલ' માટેની રીતોની પસંદગી થાય એ જરૂરી છે. તે માટે જે તે પદ્ધતિ અપનાવવા માટેનો ખર્ચ, આવડત, ફાવટ, સમજ તથા દંપતીના વ્યક્તિગત ગમા-અણગમા વગેરેને ધ્યાનમાં રાખવા




જરૂરી છે. એ ઉપરાંત વપરાશ કરનારની શારીરિક સ્થિતિ, તેનો સામાજિક-સાંસ્કૃતિક પરિવેશ, તેની માન્યતાઓ-રૂઢિઓ, તેની માનસિક અવસ્થા વગેરેનો અભ્યાસ પણ જરૂરી છે.

દંપતીએ દરેક પદ્ધતિના ફાયદા-ગેરફાયદા વિષે સ્પષ્ટપણે, ઝીણવટથી જાણવું જરૂરી છે. ખાસ કરીને 'ફેરવી ન શકાય એવી' ઈરીવર્સિબલ પદ્ધતિઓ વિષે તેઓને સંપૂર્ણ માહિતી અપાવી જોઈએ. જે સહુ કોઈ માટે 'સો ટકા આદર્શ' હોય એવી કોઈ પદ્ધતિ નથી. એની મૂલવણી વ્યક્તિગત પરિપ્રેક્ષ્યમાં જ થઈ શકે. જેમકે તદ્દન નવપરિણીત, શિક્ષિત દંપતી તેમના લગ્નજીવનના શરૂના મહિનાઓમાં ગર્ભધારણ નિવારવા માટે નિરોધનો ઉપયોગ કરી શકે.

જ્યારે એક બાળક આવી ગયું હોય અને બીજા બાળક માટે બહુ ઉતાવળ ન હોય એવું મધ્યમ વયનું દંપતી ડોક્ટરી સલાહ મુજબ લૂપ કે પિલ્સ ઉપર પસંદગી ઉતારી શકે. જ્યારે બે તંદુરસ્ત બાળકો આવી ગયા બાદ,



કોઈ પણ દંપતી માટે કુટુંબ નિયોજનનો સૌથી સરળ અને સીધો ઉપાય નિરોધ છે. નિરોધ વસતિવિસ્ફોટ રોકવાનું સૌથી અસરકારક સાધન પણ ખરું. આમ તો નિરોધ કે કોન્ડમ વિશેની જાણકારી આજે સામાન્ય જ્ઞાન જેવી ગણાય છે, પણ એના વિશેની અમુક વાતો બહુ બધા લોકો જાણતા નથી. આ બાબતો જાણવી પાછી જરૂરી પણ છે. એટલે એ વિશે નિષ્ણાત સેક્સોલોજિસ્ટ પાસેથી જ જાણીએ.





પોતાની કૌટુંબિક પરિસ્થિતિથી પૂર્ણપણે સંતુષ્ટ દંપતી જો જીવનપર્યંત વધુ બાળકો ન ઈચ્છતું હોય (અને ઈચ્છવુંય ન જોઈએ) તો તેમણે ‘વાએક્ટોમી’ કે ‘ટ્યૂબલાઈગેશન’ જેવી ‘પરમેનન્ટ સ્ટરીલાઈઝેશન’ માટેની પદ્ધતિઓનો વિચાર કરવો જોઈએ.

આમ, ‘પરિવાર નિયોજન’ એ સ્વસ્થતાપૂર્વક પતિ-પત્નીએ સાથે મળીને, તબીબી સલાહોને ધ્યાનમાં લઈને, ચિંતા, અકળામણ, ડર કે ગુનાહિત ભાવના દૂર કરીને અમલમાં મુકવું જોઈએ. આ વખતે ઉપર જણાવેલી અનેક પદ્ધતિઓમાંની એક ‘નિરોધ’ વિષે વાત કરવી છે.

‘નિરોધ’ એ રબર, લેટેક્સમાંથી બનાવેલ પાતળી ભૂંગળી અથવા નાનકડા કુગ્ગા જેવી નલિકાનું નામ છે. તે શુક્રાણુઓના માર્ગમાં અવરોધ ઉત્પન્ન કરનાર, દીવાલ તરીકે વર્તનાર ‘બેરિયર કોન્ટ્રાસેપ્ટિવ’ પ્રકારનું સાધન છે. તેનું કદ ખૂબ નાનું તથા વજન ખૂબ જ ઓછું હોવાથી ‘નિરોધ’ને સરળતાથી લાવી-લઈ જઈ શકાય છે.

‘નિરોધ’ પણ વિવિધ સુવિધાઓવાળાં બનાવાય છે. ‘લ્યુબ્રિકેટેડ કૉન્ડૉમ્સ’માં બહારનું પડ ચિકાશયુક્ત રાખવામાં આવે છે, જેથી તેનો સંભવિત યોનિપ્રવેશ સરળ બની શકે અને કોરાપણાથી સમાગમ ઘર્ષણયુક્ત ન બને. અલબત્ત, આવી સુવિધા હોવી અનિવાર્ય નથી. નિરોધના ત્રણ ભાગ હોય છે. સૌથી બહાર એક સ્થિતિસ્થાપક ગોળ રિંગ હોય છે જે દબાઈ શકે છે અને ફરી મૂળ આકારમાં આવી શકે છે. બીજો ભાગ પાતળા અર્ધપારદર્શી રબરની નલિકાનો હોય છે અને ત્રીજો ભાગ આ પાતળી રબરનલિકાના છેડાનો ભાગ, જે સાંકડો હોય છે અને જેમાં સ્ખલિત થનાર વીર્ય એકત્રિત થવાનું હોય છે.

નિરોધ અંગેની જાણકારીમાં સૌથી મહત્વની વાત તે પહેરવા/કાઢવાની ટેકનિક અંગેની છે. અલબત્ત, આ બાબત ખૂબ સહેલી છે તેમ છતાં તે વાપરનાર પુરુષના મનમાં કેટલીક સ્પષ્ટતાઓ હોવી જરૂરી છે. સામાન્ય રીતે રિંગને પકડીને નિરોધ



કાયમી વપરાશ માટે કૉન્ડૉમની બ્રાન્ડની પસંદગી વ્યક્તિગત ગમા-અણગમા પર આધારિત હોય છે

પહેરવામાં આવે છે. જેમ જેમ રિંગ ઈન્દ્રિયની ઉપર તરફ સરકાવવામાં આવે તેમ તેમ રબરની નલિકા ઈન્દ્રિય ઉપર આવરણ બનાવતી જાય અને છેલ્લો સાંકડો ભાગ શિશ્નના અગ્ર ભાગે આવીને અટકે.

આ દરમિયાન ધ્યાન આપવા જેવી બાબત એ છે કે નિરોધ અનુત્તેજિત ઈન્દ્રિય ઉપર જ પહેરવું જોઈએ અન્યથા એને ચુસ્તપણે બંધબેસતું પહેરવામાં મુશ્કેલ બને છે. જો ઉત્થાનરહિત શિથિલ ઈન્દ્રિય ઉપર નિરોધ પહેરવામાં આવે તો ત્વચા અને નિરોધ વચ્ચેથી પસાર થઈને કેટલીક હવા નિરોધના અગ્ર વીર્યસંગ્રાહક ભાગમાં જમા થઈ જાય છે અને એ ભાગને ફૂલેલો રાખે છે. આમ થવામાં જોખમ એ છે કે હવા ભરેલા ભાગમાં વીર્ય જમા થવાથી એ હવા બહાર નીકળવાનું દબાણ કરી શકે અને એમાં ક્યારેક નિરોધ ફાટી જઈ શકે, જે અનાવશ્યક ગર્ભાવસ્થામાં પરિણમી શકે. આમ, આદર્શ ઍલિકેશન એને કહેવાય જ્યારે સંપૂર્ણ ઉત્તેજિત અવસ્થામાં આવેલ ઈન્દ્રિય ઉપર સરળતાથી નિરોધ સરકાવીને પહેરી લેવાય. રિંગને છેક ઉપર સુધી સરકાવી દેવાય અને ત્યાર બાદ પાતરી કરી લેવાય કે અગ્ર ભાગે આવેલ વીર્ય સંગ્રાહક ભાગ હવા ભરાઈને ફૂલી તો નથી ગયો ને! જો તેમ થયું હોય તો એ ભાગને આંગળી -

અંગૂઠા વચ્ચે દબાવીને એકત્રિત થયેલી હવાને કાઢી નાખવી જરૂરી છે. આ પ્રક્રિયા દરમિયાન પણ નિરોધમાં છિદ્ર ન પડે એની કાળજી રખાવી જોઈએ.

‘સંપૂર્ણ ઉત્થાનિત ઈન્દ્રિય પર જ કૉન્ડૉમ પહેરવું જોઈએ’ - એ હકીકત ધ્યાનમાં લઈ કેટલાક પુરુષો વળી જુદા જ પ્રકારની ભૂલ કરે છે. તેઓ સમાગમ શરૂ થવાની આગલી ક્ષણ સુધી નિરોધ પહેરતા જ નથી અને કેટલાક તો વળી એથી ય આગળ વધીને સમાગમ શરૂ પણ કરી દે છે અને આંશિક સંભોગ બાદ અટકીને નિરોધ પહેરે છે અથવા તો સ્ખલન પૂર્વે અલગ થઈને નિરોધ પહેરે છે. આમાં બે ગેરફાયદા છે. પહેલો એ કે આવું કરવાથી બિનજરૂરી ‘ધ્યાનભંગ’ અથવા ‘મેન્ટલ ડિસ્ટ્રેક્શન’ થાય છે, જેને કારણે અમુક પુરુષો તેમનું ઉત્થાન ક્ષણિક ગુમાવી બેસે છે.

અલબત્ત, ઉત્થાન ક્ષણિક ગુમાવવાથી નુકસાન કશું નથી, પણ વ્યક્તિ ચિંતાતુર બને તો શિશ્નને (ચિંતાને કારણે જ) પુનઃ ઉત્થાન ગ્રહણ કરતાં વાર લાગે છે અને વ્યક્તિ પોતાને રોગગ્રસ્ત સમજવા માંડે છે. ધ્યાનભંગથી ઈન્દ્રિય શિથિલ થાય તો ત્વચા અને નિરોધ વચ્ચે હવા પ્રવેશે છે, જે અગ્રભાગે જમા થઈ શકે છે. એ પણ ગેરફાયદો ગણાય.



**પ્રશ્ન : કૉન્ડૉમ સમાગમ દરમિયાન ફાટી જાય તો શું કરવું ?**

**ઉત્તર :** તરત જ અળગા થઈ જવું અને જો સમાગમ ફરી થવાનું શક્ય બને તો નવું કૉન્ડૉમ તત્કાળ પહેરી લેવું. જો કૉન્ડૉમ ફાટ્યું હોવાની શંકા પડે તો સહેજ સરકીને ચેક કરી લેવું. વીર્ય યોનિમાં ગયું હોવાની શંકા હોય તો સ્ત્રીએ બીજે દિવસે ‘મોર્નિંગ આફ્ટર પીલ’ લઈ લેવી. એઈડ્સના અટકાવ માટે દવા લેવાના હજુ કોઈ ધારાધોરણ રચાયા હોવાનું જાણમાં નથી.

**પ્રશ્ન : ગુદામૈથુન માટે કેવાં કૉન્ડૉમ વાપરવાં ?**

**ઉત્તર :** ગુદામૈથુન દરમિયાન વધુ ઘર્ષણ ઉત્પન્ન થતું હોવાથી થોડા વધુ જાડા મટીરિયલનાં નિરોધ આદર્શ કહેવાય. પરંતુ સાધારણ કૉન્ડૉમ પણ ચાલી શકે. ઘર્ષણ નિવારવા વધુ ચિકાશ તથા વધુ લ્યુબ્રિકેશનની જરૂર પડે છે. ગુદામૈથુન વખતે જો કૉન્ડૉમ વાપરીએ તો ખાસ એ વાતની કાળજી રાખવાની કે ‘નોનઓક્સિજનોલ - ૯’ ધરાવતી લ્યુબ્રિકન્ટ જેવી વાપરવી નહીં જોઈએ. કારણકે ‘નોનઓક્સિજનોલ - ૯’થી ગુદાદ્વારની આંતરત્વચાને ઈજા પહોંચે છે, જેથી એમ.આઈ.વી તથા એઈડ્સના ટ્રાન્સમિશનનું જોખમ વધે છે.

**પ્રશ્ન : મુખમૈથુન દરમિયાન કૉન્ડૉમ વાપરવું જોઈએ ?**

**ઉત્તર :** જી હા. કેમકે ઓરલ સેક્સ દરમિયાન એચ.આઈ.વી. ટ્રાન્સમિશનની શક્યતા રહેલી હોય છે. ઓરલ સેક્સ બાદ જો વજાઈનલ કે એનલ સેક્સ ભોગવો તો કૉન્ડૉમ બદલી નાખવું જોઈએ. લ્યુબ્રિકેશનને લીધે કૉન્ડૉમ મોમાં જાય તો જીભ બેસ્વાદ થવાની ફરિયાદ કેટલાક લોકોને રહે છે. તેઓ મુખમૈથુન પછી પાણીથી કોગળા કરી લે યા મુખવાસ ખાઈ લે તો પૂરતું છે. સ્ટ્રોબેરી યા અન્ય ફલેવરવાળાં કૉન્ડૉમ ઓરલ સેક્સ માટે વાપરવા યોગ્ય છે.

**પ્રશ્ન : કૉન્ડૉમની એલર્જી હોય તેણે શું કરવું ?**

**ઉત્તર :** લેટેક્ષ કૉન્ડૉમની અપવાદરૂપે કોઈકને એલર્જી હોય છે. તેઓએ પોલિપ્રોપેલીન કૉન્ડૉમ વાપરવાં જોઈએ.

**પ્રશ્ન : ડોટેડ કૉન્ડૉમના ફાયદા શું ?**

**ઉત્તર :** ડોટેડ સથી ઘર્ષણમાં વધારો થવાથી સ્ત્રી-પુરુષનો સમાગમનો આનંદ વધી શકે છે. જો કે બધા એ વધારો અનુભવી શકે એવું ન પણ બને.

ખૂબ મોડેથી, સમાગમપૂર્વે જ નિરોધ પહેરવાનો અન્ય એક ગેરલાભ પણ છે. ક્યારેક ઈન્દ્રિયમાંથી સ્ખલન દ્રવ્ય નીકળતું હોય છે. અલબત્ત, એ વીર્ય નથી હોતું પણ તેમાં જીવિત શુક્રાણુઓ અલ્પ માત્રામાં હોવાની સંભાવના રહેલી હોય છે. આ પ્રિ-ઈજેક્યુલેટરી ફ્લ્યુઈડથી અપવાદરૂપ કિસ્સાઓમાં ગર્ભાવસ્થા રહ્યાના દાખલાઓ નોંધાયા છે, જે ટાળવા માટે ‘પ્રિ-ઈજેક્યુલેટરી ફ્લ્યુઈડ’ અથવા ‘સ્ખલન પૂર્વેના સ્ત્રાવ’ને યોનિમાર્ગમાં જતાં અટકાવવો જોઈએ. ખૂબ મોડેથી નિરોધ પહેરવામાં આવે તો આ સ્ત્રાવ યોનિમાર્ગમાં જઈને ગર્ભધારણ કરાવી શકે એ યાદ રાખવું જોઈએ.

એ જ રીતે સમાગમ પૂર્ણ થયા બાદ ક્યારે શિશ્નને યોનિમાર્ગમાંથી બહાર કાઢવું તે જાણવું જરૂરી છે. સામાન્યતઃ ઘણા પુરુષોને સમાગમપશ્ચાત્ત્ એ જ મિલનાવસ્થામાં, સુષુપ્ત રીતે લાંબો સમય સૂઈ રહેવાની ટેવ હોય છે. જે મનોવૈજ્ઞાનિક

કારણોસર જરૂરી પણ છે. એમ કરવું એ ‘આફ્ટર પ્લે’ (સમાગમપશ્ચાતના સંવનન) નો એક ભાગ છે અને કામક્રીડાનું એક મહત્ત્વનું અંગ છે, પરંતુ નિરોધ વાપરતી



કૉન્ડૉમથી સ્ત્રી-પુરુષનો સમાગમનો આનંદ વધી શકે છે. જોકે બધા એ વધારો અનુભવી શકે એવું ન પણ બને

વખતે આમ કરવું ક્યારેક અનપેક્ષિત મુશ્કેલી પણ સર્જી શકે છે. સંભોગપશ્ચાત્ત્ શિશ્ન સંકોચાઈને શિથિલ થાય છે. હવે જો વીર્યભરેલ નિરોધ સાથે હોય તો શિથિલ શિશ્ન તથા નિરોધ વચ્ચે અવકાશ સર્જાતા વીર્ય બહાર યોનિમાં આવી શકે એવું જોખમ ઉદ્ભવે છે. વળી ક્યારેક શિશ્ન શિથિલ પડતાં આપમેળે પણ યોનિમાર્ગમાંથી બહાર આવી જઈ શકે છે. તે ક્ષણે પણ શિશ્નની ત્વચા પર લાગેલું અથવા નિરોધના અગ્રભાગે સંગ્રહાયેલું વીર્ય યોનિમાર્ગને સ્પર્શી શકે છે, જે ગર્ભાવસ્થામાં પરિણામી શકે છે. આમ સમાગમ પશ્ચાત્ત્નો ‘આફ્ટર પ્લે’નો આનંદ જતો કરીને પણ ઈન્દ્રિય શિથિલ થાય તે પહેલાં તેને નિરોધ સહિત બહાર લઈ લેવી અનિવાર્ય છે.

**સરવાળે નિરોધ વાપરતી વખતે આટલી જાણકારી રાખવી આવશ્યક બની રહે છે :**

નિરોધ ગર્ભાવસ્થા અટકાવવામાં ૯૦થી ૯૫ ટકા સફળ રહે છે. કેમ કે અણઆવડત, ગેરસમજ, ખોટી પદ્ધતિ



વગેરે તેને ક્યારેક નિષ્ફળ બનાવી શકે છે.

ઘણાંને નિરોધ અને નિરોધ વગર થતા સેક્સમાં અને તેમાંથી મળતા આનંદમાં કોઈ ખાસ ફેર નથી જણાતો. તો કેટલાકને પોતાની માન્યતાને તથા અનુભવને કારણે ફરક જણાય છે. આથી અંતિમ પસંદગી દંપતીનાં વ્યક્તિગત પાસાઓને આધારે થવી જોઈએ.

કૉન્ડોમ્સ જાતીય રીતે પ્રસરતા રોગો (વિનરલ ડિઝીઝીઝ, સેક્સ્યુઅલી ટ્રાન્સમીટેડ ડિઝીઝીઝ) તથા એઈડ્સ સામે પણ રક્ષણ આપે છે. (ખાસ્સું, પણ સો ટકા નહીં)

સમાગમ પછી અળગા થતી વખતે કૉન્ડોમની રિંગ પકડવી જોઈએ જેથી શિશ્ર સાથે કૉન્ડોમ પણ બહાર નીકળી આવે અને વીર્ય છલકાઈને યોનિમાર્ગમાં ન પડે.

નિરોધ એકથી વધારે વાર વાપરવું હિતાવહ નથી. વપરાયેલા નિરોધને ફેંકી દેતી વખતે લીકેજ છે કે નહીં એવું ચેક કરી શકાય.

જે નિરોધમાં અગ્રભાગે વીર્યસંગ્રહ માટે જગ્યા ન હોય તેમાં છેક સુધી રિંગ લઈ જઈને ચુસ્તપણે પહેરવાને બદલે આગળ વીર્યસંગ્રહ માટેની જગ્યા છૂટે તે જોવું જરૂરી છે.

ચીકાશયુક્ત 'લ્યુબ્રિકન્ટ કૉન્ડોમ્સ' વધારે સરળ અને ફાવટવાળાં હોય છે. આવાં કૉન્ડોમ્સ ઓછાં પ્રમાણમાં ફાટે છે અને યોનિમાં ઓછું ઘર્ષણ જન્માવે છે. એમ છતાં કેટલાક તેનાથી 'એલર્જી' થતી હોવાની ફરિયાદ પણ કરે છે.

ક્યારેક સંભોગાવસ્થામાં જ નિરોધ ફાટી જઈ શકે છે. આ વખતે વીર્યનાશક (સ્પર્મસાઈડલ) તરીકે ઓળખાતાં દ્રવ્યો (ફોમ, જેલી, કીમ) વગેરે તરત યોનિમાં મૂકવાં જોઈએ. યોનિમાં પાણીની પિયકારીઓ મારીને ધોવાનો પ્રયત્ન કરવામાં તો ઊલટું વીર્ય ગર્ભાશય સુધી પહોંચી જાય એવું જોખમ રહેલું હોય છે.

સરળ હોવા છતાં નિમ્નસૂચિત કારણોસર કેટલાક લોકો નિરોધ વાપરવાનું ટાળે છે. આવા લોકોને સેક્સ કુદરતી નથી

જણાતો, નિરોધ સરકી જવાની બીકને લીધે આનંદ ઘટતો લાગે છે, શિશ્ર, યોનિની સંવેદનશીલતા ઓછી થતી હોવાનો અને પ્રેમ 'સ્પોન્ટેનિયસ' રહેવાને બદલે 'મિકેનિકલ' થઈ જતો હોય એમ લાગે છે.

નિરોધથી નપુંસકતા આવતી નથી અને નિરોધ એ શીઘ્રસ્ખલનનો કાયમી

ઉકેલ નથી.

વિદેશોમાં પબ્લિક યુરિનલમાં ફી કૉન્ડોમ્સ મુકાય છે. છોકરીઓ પર્સમાં નિરોધ રાખે છે. આપણે ત્યાં પણ એઈડ્સ તથા ટીનએઈજ પ્રેગ્નન્સી વધી રહ્યાં છે તેવે વખતે નિરોધના વપરાસ અંગેનો આપણો અભિગમ જાગરૂક રહે તે જોવું રહ્યું. ●

## ફીમેલ કૉન્ડોમ

મહિલાઓ પોતાના યોનિમાર્ગમાં એઈડ્સ તથા પ્રેગ્નન્સીથી સુરક્ષિત રહેવા માટે મૂકી શકે તેવી પોલીયુરેથેનની પાતળી સ્ટ્રેચેબલ સાડા-છ ઈંચ (૧૭ સેમી.) લાંબી ટ્યૂબને ફીમેલ કૉન્ડોમ કહેવાય છે. છેલ્લા છ મહિનાથી જેનો પ્રચાર થઈ રહ્યો છે તે ફીમેલ કૉન્ડોમ ભારતનાં શયનખંડોમાં રૂટીન વપરાશ માટે હજુ આવ્યા નથી, પણ આવવાની તૈયારીમાં છે.

ફીમેલ કૉન્ડોમમાં અંદર તથા બહારની રિંગ હોય છે. અંદરની રિંગ દબાવીને યોનિમુખની અંદર હળવેથી દાખલ કરવાની હોય છે. પછી એ રિંગને આંગળીથી અંદર યોનિમાર્ગના ઊંડાણ સુધી સરકાવવાની હોય છે. એને શક્ય એટલી ઊંડે જવા દીધા બાદ કૉન્ડોમ

સીધું અંદર ગયું છે એની ખાતરી કરી લેવી જરૂરી છે. બાહ્ય રિંગ યોનિપ્રવેશ દ્વારની બહાર રહે છે. જ્યાં પૂરતી ચીકાશ રાખવામાં આવે છે અને સમાગમ ટાણે શિશ્ર આ બાહ્ય રિંગમાંથી કૉન્ડોમમાં દાખલ કરવામાં આવે છે. ફીમેલ કૉન્ડોમ નવી જાતના હોવાથી શરૂઆતમાં સમસ્યારૂપ જણાય છે. કેટલીક સ્ત્રીઓને તેને ઈન્સર્ટ કરવામાં તકલીફ પડે છે, પણ સમય જતાં આપમેળે, અનુભવે, ધીમે ધીમે શીખી જવાય છે. જો સમાગમ દરમિયાન ફીમેલ કૉન્ડોમ સરકીને બહાર આવતું રહે, યા તો યોનિમાર્ગની અંદર જતું રહે તો તરત સમાગમ અટકાવી દઈને ફરીથી નવું કૉન્ડોમ અંદર મૂકી નવેસરથી સમાગમરત થવાનું રહે છે.



ફીમેલ કૉન્ડોમની વધુ પડતી કિંમતે તેની સફળતા પર વધુ એક પ્રશ્નાર્થચિહ્ન મૂક્યું છે

