

保險套 Condom

• 避孕原理：

Contraceptive principle:

保險套為一種乳膠所製成的男性避孕套，性交前將保險套套在勃起的陰莖上，使精子無法進入陰道，達到避孕效果。

Condom is made from latex and is used as a male contraception to practice safe sex and to prevent unplanned pregnancy. Before a sexual intercourse, place the condom on the head of an erectile penis to prevent semen being passed into, or on, the vagina.

• 避孕效果：

Condom Effectiveness:

若每次性交均正確使用，效果約可達90%。

When condoms are used correctly, they are 90% effective in preventing pregnancy.

1. 使用前用手指捏住尚未展開的前端小袋，把空氣擠出，套在陰莖的龜頭上，再慢慢地展開套在勃起的陰莖上。

Pinch air out of the condom by using your fingers before you start to roll it down on your penis. Slowly unroll condom to the base of your penis.



2. 射精後立即將陰莖連保險套抽出陰道外，取下保險套，以免精液外溢，且以紙包妥丟棄。

After ejaculation, hold the condom at the base of the penis and carefully pull out of the vagina, and prevent the semen from flowing out. Then, wrap the condom in paper and discard it.



3. 使用保險套者應經常剪短手指甲，以免弄破，並保持手部乾淨。
Condom users should frequently cut their nails to avoid breakage, and keep their hands clean.

保險套 Condom

• 優點：Advantages:

1. 可預防性傳染疾病及愛滋病
Prevent sexually transmitted diseases and AIDS.
2. 使用簡便
Easy to use.
3. 無禁忌症，無副作用
No contraindications, no side effects.

• 缺點：Disadvantages:

1. 避孕效果較差，如有破損或精液外溢時，避孕會失敗
The effect of the contraception is relatively poor. If a condom breaks or spillage of semen occurs, this could result in failure of contraception.
2. 在每次性交前必須套上
Must be used before sexual intercourse.

- 資料來源：衛生福利部國民健康署

Source: Health Promotion Administration, Ministry of Health and Welfare

- 感謝台灣婦產科醫學會協助修正

Special thanks to the Taiwan Association of Obstetrics and Gynecology for their contribution.

保險套

ถุงยางอนามัย

• 避孕原理：หลักการคุมกำเนิด:

保險套為一種乳膠所製成的男性避孕套，性交前將保險套套在勃起的陰莖上，使精子無法進入陰道，達到避孕效果。

ถุงยางอนามัยคือถุงยางชนิดหนึ่งที่ใช้สำหรับคุมกำเนิดในเพศชายที่ทำจาก

ยางพารา การสวมถุงยางอนามัยบนอวัยวะเพศชายที่แข็งตัวก่อนการมี

เพศสัมพันธ์ ใช้สัดกันไม่ให้ น้ำอสุจิไหลเข้าในอวัยวะเพศหญิง เพื่อป้องกันการตั้งครรภ์

• 避孕效果：ประสิทธิภาพในการคุมกำเนิด:

若每次性交均正確使用，效果約可達90%。

ในการมีเพศสัมพันธ์ทุกครั้ง หากใช้งานถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธี จะมี

ประสิทธิภาพในการคุมกำเนิดได้สูงถึง 90%

1. 使用前用手指捏住尚未展開的前端小袋，把空氣擠出，套在陰莖的龜頭上，再慢慢地展開套在勃起的陰莖上。

ก่อนใส่ถุงยาง อนามัยใช้นิ้วมือบีบที่บริเวณกระเปาะปลายของถุงยางที่ยังไม่ได้

คลี่ออกเพื่อไล่อากาศเสียก่อน สวมถุงยางนั้นเข้าที่ส่วนปลายของอวัยวะเพศชาย

จากนั้นรูดถุงยางเข้าหาตัวจนสุดถึงโคนอวัยวะเพศ



2. 射精後立即將陰莖連保險套抽出陰道外，取下保險套，以免精液外溢，且以紙包妥丟棄。

ถอดอวัยวะเพศชายพร้อมถุงยางอนามัยออกทันทีในขณะที่ยังแข็งตัวอยู่หลังหลัง

น้ำอสุจิ ค่อยๆ ถอดถุงยางอนามัยออก ระวังไม่ให้น้ำอสุจิฉ่นออกมา และใช้

กระดาษห่อก่อนทิ้ง



3. 使用保險套者應經常剪短手指甲，以免弄破，並保持手部乾淨。

ผู้ใช้ถุงยางอนามัยควรตัดเล็บสั้น เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดถุงยางขาด

และควรล้างมือให้สะอาดก่อนใช้

• 優點： ข้อดี:

1. 可預防性傳染疾病及愛滋病
ช่วยป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และโรคเอดส์
2. 使用簡便
ใช้งานง่าย
3. 無禁忌症，無副作用
ใช้ได้กับทุกคน ไม่มีผลข้างเคียง

• 缺點： ข้อเสีย:

1. 避孕效果較差，如有破損或精液外溢時，避孕會失敗，
มีประสิทธิภาพในการคุมกำเนิดที่ไม่ดีนัก หากถุงยางมีรูรั่วหรือน้ำอสุจิล้น
ออกมา ก็จะไม่สามารถป้องกันการตั้งครรภ์ได้
2. 在每次性交前必須套上
ต้องสวมใส่ก่อนการมีเพศสัมพันธ์ทุกครั้ง

• 資料來源：衛生福利部國民健康署

ผู้จัดทำ: เรียบเรียงโดย กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุขและ
สวัสดิการ

• 感謝台灣婦產科醫學會協助修正

ขอขอบคุณ สมาคมสูตินรีเวชไต้หวัน ช่วยเหลือแก้ไขบทความ

保險套 Kondom

• 避孕原理：

Prinsip kontrasepsi:

保險套為一種乳膠所製成的男性避孕套，性交前將保險套套在勃起的陰莖上，使精子無法進入陰道，達到避孕效果。

Kondom adalah alat kontrasepsi untuk lelaki yang terbuat dari bahan karet latex. Sebelum melakukan hubungan seks kondom disarungkan pada alat kelamin lelaki saat ereksi. Hal ini berfungsi mencegah sperma masuk ke dalam vagina dan bertujuan mencegah kehamilan.

• 避孕效果：

Keefektifan kontrasepsi:

若每次性交均正確使用，效果約可達90%。

Apabila setiap melakukan hubungan seks kondom digunakan secara benar, keefektifannya mencapai sekitar 90%.

1. 使用前用手指捏住尚未展開的前端小袋，把空氣擠出，套在陰莖的龜頭上，再慢慢地展開套在勃起的陰莖上。
Sebelum menggunakan, cubit ujung kantong yang belum terbentang, untuk menekan udara keluar, saat penis ereksi kondom disarungkan ke kepala penis, lalu tarik ke arah pangkal penis secara perlahan.



2. 射精後立即將陰莖連保險套抽出陰道外，取下保險套，以免精液外溢，且以紙包妥丟棄。
Setelah ejakulasi segera menarik penis beserta kondom keluar dari dalam vagina, lepaskan kondom dari penis, agar air mani tidak tumpah. Kemudian membungkusnya dengan kertas secara benar dan dibuang.



3. 使用保險套者應經常剪短手指甲，以免弄破，並保持手部乾淨。
Pemakai kondom harus selalu memotong pendek kuku jari tangan agar tidak mengoyak kondom yang tipis, serta menjaga kebersihan tangan.

保險套 Kondom

• 優點：Kelebihan:

1. 可預防性傳染疾病及愛滋病
Mencegah penularan penyakit kelamin dan AIDS.
2. 使用簡便
Mudah digunakan.
3. 無禁忌症，無副作用
Tidak ada kontraindikasi, tidak ada efek samping.

• 缺點：Nuruc điểm:

1. 避孕效果較差，如有破損或精液外溢時，避孕會失敗
Keefektifan kontrasepsi kurang bagus. Jika kondom robek atau air mani tumpah akan berakibat kegagalan kontrasepsi.
2. 在每次性交前必須套上
Harus dipakai setiap sebelum melakukan hubungan seks.

• 資料來源：衛生福利部國民健康署

Disusun oleh: Badan Kesehatan Nasional Kementerian Kesehatan dan Kesejahteraan

• 感謝台灣婦產科醫學會協助修正

Terima kasih atas bantuan dari Asosiasi Obstetri dan Ginekologi Taiwan dalam pengoreksian naskah ini.

保險套

Bao Cao Su

• 避孕原理：

Nguyên lý tránh thai:

保險套為一種乳膠所製成的男性避孕套，性交前將保險套套在勃起的陰莖上，使精子無法進入陰道，達到避孕效果。

Bao cao su là được chế tạo từ một loại cao su mà là bao tránh thai dành cho nam giới, trước khi giao hợp, bao cao su phải được trùm lên dương vật đã cứng cứng, nhằm để tinh dịch không thể nào thâm nhập vào âm đạo, mà đạt được hiệu quả tránh thai.

• 避孕效果：

Hiệu quả tránh thai:

若每次性交均正確使用，效果約可達90%。

Nếu mà bao cao su đều được sử dụng đúng cách cho mỗi lần giao hợp, hiệu quả tránh thai lên tới 90% .

1. 使用前用手指捏住尚未展開的前端小袋，把空氣擠出，套在陰莖的龜頭上，再慢慢地展開套在勃起的陰莖上。

Trước khi sử dụng, dùng ngón tay nắm lấy phần nướm nhỏ ở đầu bao cao su chưa phồng lên, để giúp đẩy cho không khí thoát hết ra ngoài, chụp bao cao su vào quy đầu của dương vật, rồi từ từ lăn đều phần cuộn của bao cao su xuống tận gốc của dương vật đang cứng cứng.



2. 射精後立即將陰莖連保險套抽出陰道外，取下保險套，以免精液外溢，且以紙包妥丟棄。

Sau khi xuất tinh thì phải lập tức rút dương vật cùng lúc với bao cao su ra khỏi âm đạo, tháo bao cao su ra khỏi dương vật, tránh để tràn tinh dịch ra ngoài, và gói lại cẩn thận trong khăn giấy cho vào thùng rác.



3. 使用保險套者應經常剪短手指甲，以免弄破，並保持手部乾淨。Người sử dụng bao cao su thì phải thường xuyên cắt tỉa móng tay cho ngắn lại, tránh làm rách làm thủng bao cao su, và giữ tay cho sạch sẽ.

保險套 Bao Cao Su

• 優點： Ưu điểm:

1. 可預防性傳染疾病及愛滋病
Có thể phòng tránh các bệnh lây truyền qua đường tình dục và dự phòng lây nhiễm HIV/AIDS
2. 使用簡便
Cách sử dụng đơn giản
3. 無禁忌症，無副作用
Không thuộc diện chống chỉ định, không có tác dụng phụ

• 缺點： Nhược điểm:

1. 避孕效果較差，如有破損或精液外溢時，避孕會失敗
Hơi kém về hiệu quả tránh thai, khi mà bị rách bị thủng hoặc tinh dịch tràn ra ngoài, khiến cho việc tránh thai thất bại
2. 在每次性交前必須套上
Cần phải đeo bao cao su trước khi chuẩn bị giao hợp

• 資料來源：衛生福利部國民健康署

Thông tin xuất xứ từ: Sở Chăm Sóc Sức Khỏe Nhân Dân Của Bộ Phúc Lợi Y Tế biên soạn

• 感謝台灣婦產科醫學會協助修正

Cảm tạ Hiệp Hội Sản Phụ Khoa Y Học Đài Loan hỗ trợ về việc sửa đổi