

Comment bien choisir ses préservatifs ?

Qui n'a jamais ressenti de la gêne ou de la honte, au moment de passer devant le.la pharmacien.ne, à la caisse du supermarché ou tenter de cacher la boîte de préservatifs entre d'autres courses pour passer incognito. Cela augmente la difficulté d'acheter les préservatifs pourtant si indispensables à la bonne santé de chacun.e Heureusement, **il existe de nombreuses solutions pour s'en procurer. Quelle que soit la tienne, soit fier.e de toi, car tu es une personne responsable, tes rapports sexuels sont protégés !**

Tout le monde achète du dentifrice, du shampoing ou du déodorant. Pourquoi pas des préservatifs ? Tu as peut-être l'impression que tout le monde te regarde ou que la caissière te juge. En réalité, les autres ne te prêtent pas vraiment attention... la seule personne gênée dans l'histoire, c'est toi !

Réflexion et action...

Grâce à internet, il est aujourd'hui possible de te renseigner avant de passer à l'achat. En déterminant la marque (toutes se valent), la taille et le prix que tu souhaites, il sera possible de passer moins de temps dans le magasin. Si tu es un garçon, **tu peux mesurer ton pénis en érection pour t'aider à choisir la bonne taille**. Sur le site de plusieurs marques tu peux trouver tous les conseils nécessaires pour choisir la bonne taille de préservatif : [le-guide-parfait-des-tailles-de-preservatifs](#).

Où aller ?

Tu peux trouver **des préservatifs gratuitement à l'infirmierie de ton établissement scolaire, au centre de santé sexuelle, dans les CeGIDD et les centres de santé**. Tu en trouveras

également dans les distributeurs automatiques de certains lieux publics, à l'abri des regards indiscrets.

Tu peux aussi choisir une pharmacie ou un commerce. Si tu crains de croiser une connaissance, tu peux te rendre dans un lieu de vente loin de chez toi et éviter les heures de pointe (en général les magasins sont moins remplis tôt le matin et tard le soir).

Internet peut être tentant et sembler moins cher à condition de vérifier le sérieux du site avant l'achat pour éviter les mauvaises surprises ensuite. Les fabricants offrent aujourd'hui une gamme très variée de produits, à toi de **choisir le type de préservatifs selon tes pratiques**. Sur la boîte, il est noté à quel usage chaque type de préservatif est réservé. **Toutes les marques et les styles se valent mais la mention « NF » ou « NE » qui signifie Norme Française ou Norme Européenne garantit que tu achètes un produit de qualité**. Sans ces sigles sur la boîte, n'achète pas !

Que choisir ?

Les pieds de deux individus ne se ressemblent pas, leurs sexes non plus... ! Pour rappel, la taille standard d'un sexe en érection est de 15 cm environ et les deux tiers des verges se situent entre 13 et 17 cm. La forme du gland est très variable également (en champignon, en hameçon, en pot à crayons, en poupée russe, en casque allemand...). Certaines tailles de préservatifs peuvent aller jusqu'à 20 cm de long et 5,4 cm de large. Il faut noter qu'une taille standard d'un fabricant peut être le "grande taille" d'un autre ! **Faire différents essais te permettra de savoir quel est le préservatif dans lequel tu te sens le mieux. Il peut donc être pertinent de faire un petit essayage pour évaluer tes sensations et vérifier que tu n'es pas trop serré car il y a alors un risque de déchirure**. Pour éviter cette dernière, l'achat d'un tube de [lubrifiant](#) (que tu veilleras à acheter compatible avec le latex des préservatifs) facilitera les

frottements... Certains préservatifs sont déjà lubrifiés... mais pas tous donc il faut le vérifier sur la boîte.

A chacun ses goûts (fraise, cassis ou sans goût...), à chacun sa couleur et son style, à toi de trouver la capote qu'il te faut. L'important est de se protéger ! Dans toutes les boîtes, tu trouveras une notice pour t'expliquer comment les utiliser. Si tu ne comprends pas, tu peux appeler Fil Santé Jeunes, nous la lirons ensemble et t'expliquerons...

Si les préservatifs pour garçons sont les plus vendus et les plus connus, il existe aussi des [préservatifs féminins ou internes](#). Plus chers et peut être moins évidents à utiliser les premières fois, ils permettent parfois de changer un peu les habitudes et de supprimer la « sensation serrée » des préservatifs pour garçons.

Conserve tes préservatifs non utilisés dans un lieu frais et sec. Vérifie la date d'expiration avant de les utiliser. Si la date est expirée, il faudra les jeter.

Avec ces conseils vous devriez trouver « *chaussure à votre pied* » avant de le prendre...