කොන්ඩම් භාවිතය

MINISTRY OF HEALTH

NATIONAL STD/AIDS CONTROL PROGRAMME

ප්‍රණාමය

මෙම ප්‍රකාශනය එළිදැක්වීමට මූල්‍යමය දායකත්වය ලබාදුන්, ලෝක සෞඛ්‍ය සංවිධානයේ ශ්‍රී ලංකා කාර්යාලයට හෘදයාංගම ස්තූතිය පුද කරනු ලැබේ.

සම්බන්ධීකරණය

වෛද්‍ය චන්ද්‍රිකා ජයකොඩි - විශේෂඥ වෛද්‍ය ලිංගාශ්‍රිත රෝග

සංස්කරණ මණ්ඩලය

වෛද්‍ය චන්ද්‍රිකා ජයකොඩි - විශේෂඥ වෛද්‍ය ලිංගාශ්‍රිත රෝග
වෛද්‍ය අජිත් කරවිට - විශේෂඥ වෛද්‍ය ලිංගාශ්‍රිත රෝග
වෛද්‍ය ඉරුැකා රාජපක්ෂ - විශේෂඥ වෛද්‍ය ලිංගාශ්‍රිත රෝග
වෛද්‍ය අනුරුද්ධ කරුණාරත්න - විශේෂඥ වෛද්‍ය ලිංගාශ්‍රිත රෝග (වැඩබලන)
වෛද්‍ය චම්පික ගුණවර්ධන - ජ්‍යෙෂ්ඨ ලේඛකාධිකාරී

පටුන

කොන්ඩම් යනු කුමක්ද	04
පිරිමි කොන්ඩමය පළඳින ආකාරය	06
කොන්ඩම් භාවිතයේදී සිදුවන සුලබ වැරදි	10
කොන්ඩම් පලුදු වීමකදී හෝ ගැලවී යාමකදී කල යුතු දෑ	11
කොන්ඩම් සහ පොදු මිත්‍යාමත	12
මිත්‍යාව දුරලමු	13
කොන්ඩම් වර්ග	14
කාන්තා කොන්ඩමය පළඳින්නේ කෙසේද	16
සහකරු/සහකාරිය කොන්ඩම් භාවිතයට කැමති කරවා ගන්නේ කෙසේද?	18
කොන්ඩම් වල අමතර වාසි	21
ලිහිසි ද්‍රව්‍ය ගැන දැනගතයුතු විශේෂ කරුණු	23
ලිහිසි ද්‍රව්‍ය භාවිතා කරන අයුරු.	24
කොන්ඩම් සහ ලිහිසි ද්‍රව්‍ය ලබාගත හැක්කේ කොහෙන්ද?	27
ක්ෂණික ඇමතුම් සහ සම්බන්ධතා විස්තර	28

කොන්ඩම් යනු කුමක්ද?

පිරිමින් සදහා වූ කොන්ඩම්

ශිෂ්නය ආවරණය කරන ඉතා තුනී ආරක්ෂිත ආවරණයකි.

කාන්තාවන් සදහා වූ කොන්ඩම්

යෝනිය තුලට ඇතුල්කර තබා ගත හැකි ඉතා තුනී ආරක්ෂිත රැදවනයකි.

හැඳින්වීම

කොන්ඩම් යනු ශිෂ්නය මත පළඳන හෝ යෝනිය තුලට ඇතුල් කරන ඉතා තුනී ආරක්ෂිත ආවරණයකි. පින්තූරයේ දක්වා ඇත්තේ එසේ පිරිමින් හා කාන්තාවන් සඳහා වූ කොන්ඩම්ය. (ඔබගේ සේවාදායකයට කොන්ඩම් දැක හඳුනා ගැනීමේ අවස්ථාව සලසා දෙන්න).

(සටහන: පිරිමින් සදහාවූ කොන්ඩම් ජනප්‍රිය සේම බහුලව භාවිතා වේ. නමුත් ජනප්‍රියතාවයෙන් අඩු වුවද කාන්තා කොන්ඩම භාවිතයේ පූර්ණ අයිතිය කාන්තාව සතුවේ.)

කොන්ඩම් භාවිතයේ වාසි මොනවාද?

ඔබට ද්විත්ව ආරක්ෂාවක් ලැබේ. අනවශ්‍ය ගැබ් ගැනීම් වලින් හා ලිංගිකව බෝවන රෝගවලින් (සුදු බිං දුම, HIV හා අනෙකුත් ලිංගික රෝග) ආරක්ෂා කරයි. තවද එය අඩු මිලට හා පහසුවෙන් ලබාගත හැක.

කොන්ඩම් භාවිතය මගින් ලිංගික ඇසුරකින් බෝවන රෝග හා ගැබ් ගැනීම් ගැන වූ මානසික පීඩාව/බය අඩුකරනවා සේම ලිංගික ඇසුරේ වින්දනය වැඩි කිරීමට උපකාරී කරගත හැක.

(උදා: කොන්ඩම් විවිධ රස වලින් හා පෘශ්ඨීය වෙනස්කම් සහිතව ලබාගත හැක).

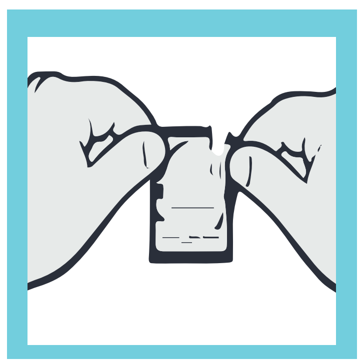
කොන්ඩම් සදා ඇත්තේ මොනවාගෙන්ද?

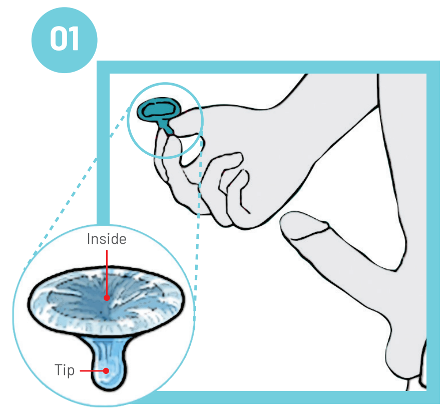
ලේටෙක්ස් රබර්, පොලි අයිසොප්‍රේන් හෝ පොලි යුරේතීන් වලිනි.

පිරිමි කොන්ඩමය පළඳින ආකාරය

නිවැරදි පැත්ත

වැරදි පැත්ත





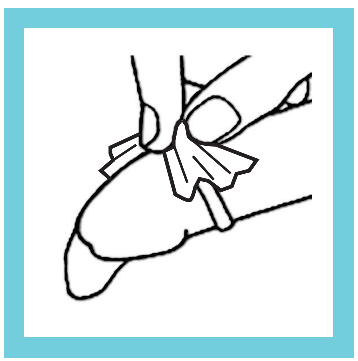
පිරිමි කොන්ඩමය පළඳින ආකාරය

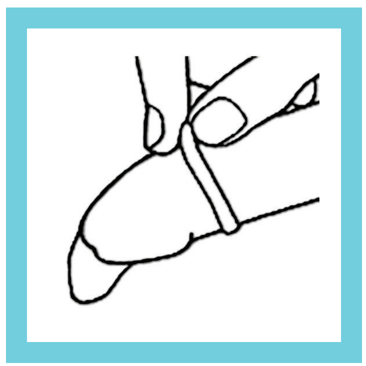
- සෑම විටම අලුත් කොන්ඩමයක් භාවිතා කරන්න.
- කල් ඉකුත් වීමේ දිනය පරීක්ෂා කරන්න.
- කොන්ඩම් අසුරනය පලුදු වී ඇත්දැයි බලන්න.
- ඇඟිලි තුඩු වලින් පැකට්ටුවේ දැති සහිත දාරයෙන් ඉරා පැකට්ටුව විවෘත කරන්න (කතුරු, දත් හෝ වෙනත් තියුණු උපකරණ භාවිතා නොකරන්න).
- කොන්ඩමයේ දිගහැරෙන පැත්ත තෝරා ගන්න කොන්ඩමයේ පුඩුව පිටතට යොමු වී තිබිය යුතුය.

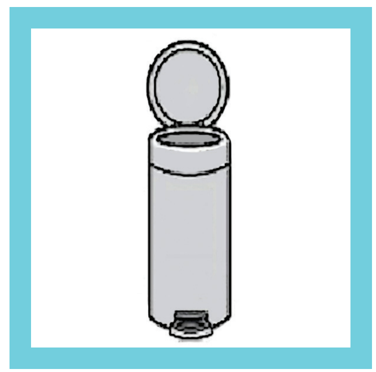
02

03

04







පිරිමින් සදහා වූ කොන්ඩමය නිවැරදිව භාවිත කරන්නේ කෙසේද?

- ## ශිෂ්නය ආවරණය කරගැනීම

  කොන්ඩමයේ පුඩුවක් වැනි කොටස ඇඟිලි දෙකකින් අල්වා තදකර, රූපයේ සදහන් ආකාරයට, ප්‍රාණවත් වූ පසු පෙර සම පසුපසට කර ශිෂ්නය මත තබාගන්න. මුළු ශිෂ්නයම ආවරණය වනසේ පහලට දිගහැර ගන්න. සහකරුගේ/සහකාරියගේ මුඛය, යෝනිය හෝ ගුදය ස්පර්ශ වීමට ප්‍රථමයෙන් කොන්ඩමය නිසිලෙස පැළඳ සිටීම අත්‍යවශ්‍යවේ.

- ## සංසර්ගය

  ලිංගික සංසර්ගය සිදුවන මුළු කාල සීමාව පුරාම නිසිලෙස කොන්ඩමය පැළඳ සිටිය යුතුය.

- ## සංසර්ගයෙන් පසු ශිෂ්නය ඉවත්කර ගැනීම

  ලිංගික සංසර්ගයෙන් පසු ශිෂ්නය අප්‍රාණික වීමට ප්‍රථමව ඉවත් කරගන්න. කොන්ඩමය ගලවන විට මුදුවෙන් අල්වා හෝ ටිෂු කඩදාසියක උපකාරයෙන් අල්වා ඉවත්කර ගන්න.

- ## බැහැර කිරීම

  සනීපාරක්ෂක ලෙස ටිෂු කඩදාසියක ඔතා සාමාන්‍ය අපද්‍රව්‍ය සහිත කසළ බඳුනකට දමන්න.
  (කිසිවිටෙකත් වැසිකිළි බඳුන් තුලට නොදමන්න).
  එක් කොන්ඩමයක් භාවිතා කළ හැක්කේ එක් අවස්ථාවකදී පමණි.

කොන්ඩම් භාවිතයේදී සිදුවන සුලබ වැරදි

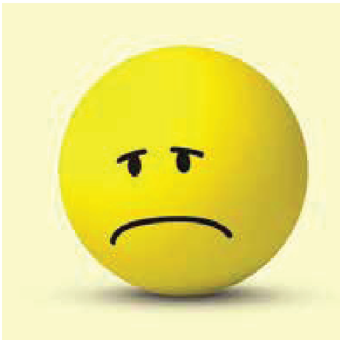
- ලිංගික සංසර්ගය පුරාවටම කොන්ඩම් භාවිතා නොකිරීම
- කොන්ඩමය පැළඳීමේදී අග ඇති වායු කොටස මිරිකා ඉවත් නොකිරීම
- කොන්ඩමය කණපිට පැලදීම
- කොන්ඩම් සඳහා සුදුසු නොවන ලිහිසිකාරක භාවිතය (උදා: පොල්තෙල්)
- වැරදි ලෙස කොන්ඩමය ඉවත්කිරීම

කොන්ඩම් පලුදු වීමකදී හෝ ගැලවී යාමකදී කල යුතු දෑ

බොහෝවිට මෙසේ වීමට හේතුව කොන්ඩම් භාවිතය හා සම්බන්ධ දෝෂයක්ය.

- **අනවශ්‍ය ගැබ් ගැනීම් වළක්වාලීම**
  උපත්පාලන පෙති හෝ අනෙකුත් ගැලපෙන හදිසි උපත්පාලන ක්‍රමයක් අවශ්‍යවේ.
- **ලිංගිකව බෝවන රෝග වළක්වා ගැනීම**
  ලගම ඇති ලිංගිකව බෝවන රෝග සායනයට ගොස් වැඩිදුර ප්‍රතිකාර ලබා ගත යුතුය. උදා: පසු රෝග නිවාරන ඖෂධ
- **අධි අවදානම් තත්ත්ව**
  HIV සඳහාවන පසු රෝග නිවාරණ ඖෂධ ලබාගත හැක.
  (දවස් 03ක් ඇතුලත ලබාගත යුතුය)
- **නැවත මෙවැනි දේ සිදු නොවීමට උපදෙස් ලබා දිය යුතුයි**
  කොන්ඩම් භාවිතයේදී සුලබව සිදුවන වැරදි ගැන සාකච්ඡා කරන්න. (භාවිතයේ සහ පැළඳීමේ දෝෂ, ලිහිසි කාරක භාවිතය, ගබඩා කිරීමේ ගැටළු ආදිය).

කොන්ඩම් සහ පොදු මිත්‍යාමත

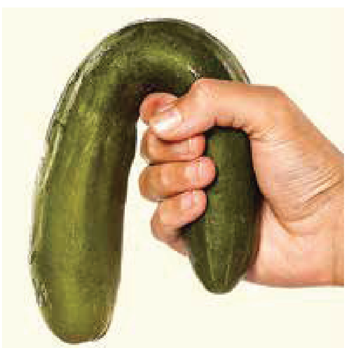


ලිංගික සතුට අඩුකරයි

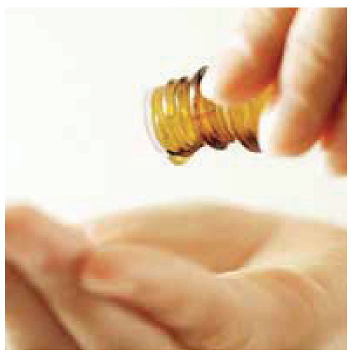
විශ්වාසවන්ත නම්
කොන්ඩම් අනවශ්‍යයි

මුඛ සංසර්ගයට
කොන්ඩම් අනවශ්‍යයි

කොන්ඩම් දෙකක්
පැළඳීමෙන්
වැඩි ආරක්ෂාවක්



කොන්ඩම් ප්‍රාණවත්
වීම අඩු කරයි



පොල්තෙල්, ක්‍රීම් වැනි දෑ
ලිහිසිකාරක ලෙස යෙදිය හැක

කොන්ඩම් අනියම්
සම්බන්ධතා වැඩිකරයි

කොන්ඩම් නීතියෙන්
අනුමත නොවේ

මිත්‍යාව දුරලමු

- **ලිංගික සතුට අඩුකරයි**

  සතුට ඇත්තේ මනසේ වන අතර ලිංගිකව බෝවන රෝග, අනවශ්‍ය ගැබ් ගැනීම් ගැන වූ අනිසි බිය ලිංගික සතුට නැති කරයි. ඉතා තුනී සහ විවිධ වර්ගයේ අනිකුත් කොන්ඩම් වර්ග ලිංගික සතුට වැඩි කරයි.

- **විශ්වාසවන්ත නම් කොන්ඩම් අනවශ්‍යයි**

  විශ්වාසවනීයත්වය සැකසහිතයි. එබැවින් කොන්ඩම් භාවිතා කරන්න.

- **මුඛ සංසර්ගයට කොන්ඩම් අනවශ්‍යයි**

  මුඛ සංසර්ගයෙන්ද ලිංගිකව බෝවන රෝග බෝවිය හැක. උදා: හර්පීස්, උපදංශය, ගොනෝරියාව

- **කොන්ඩම් දෙකක් පැළඳීමෙන් වැඩි ආරක්ෂාවක්**

  එසේ වැඩි ආරක්ෂාවක් තහවුරු කර නැත.

- **ප්‍රාණවත් වීම අඩු කරයි**

  කොන්ඩමයේ රබර් මුදුව ශිෂ්ණය ප්‍රාණවත් වීමට උදව් කරයි. සුරාන්තය පමා කරයි. කොන්ඩමය පැලදීමට සහකරුගේ සහය ලබාගත හැක.

- **පොල්තෙල්, ක්‍රීම් වැනි දෑ ලිහිසිකාරක ලෙස යෙදිය හැක**

  කොන්ඩමය දුර්වල වී පලුදු වී යා හැක. ජලය මත පදනම් වූ ලිහිසිකාරක භාවිතා කරන්න.

- **කොන්ඩම් අනියම් සම්බන්ධතා වැඩිකරයි**

  මෙය අසත්‍යයකි. එසේ තහවුරු කර නැත.

- **කොන්ඩම් නීතියෙන් අනුමත නොවේ**

  ලියාපදිංචි වෛද්‍ය උපාංගයකි. කොන්ඩම් ළඟතබා ගැනීම, ගණිකා වෘත්තියේ යෙදීමට සාක්ෂියක් හෝ පොලිස් අත්අඩංගුවට ගැනීමට හේතුවක් හෝ නොවේ.

කොන්ඩම් වර්ග

විවිධ රසැති කොන්ඩම්

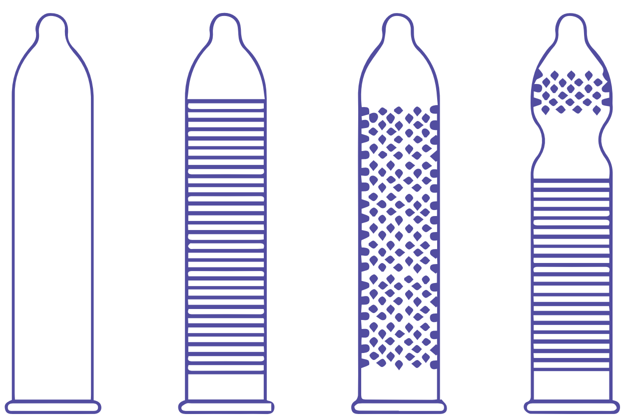
ස්ට්‍රෝබෙරි රසැති

මිදි රසැති

කෙසෙල් රසැති

චොකලට් රසැති

මතුපිට විවිධ වූ කොන්ඩම්

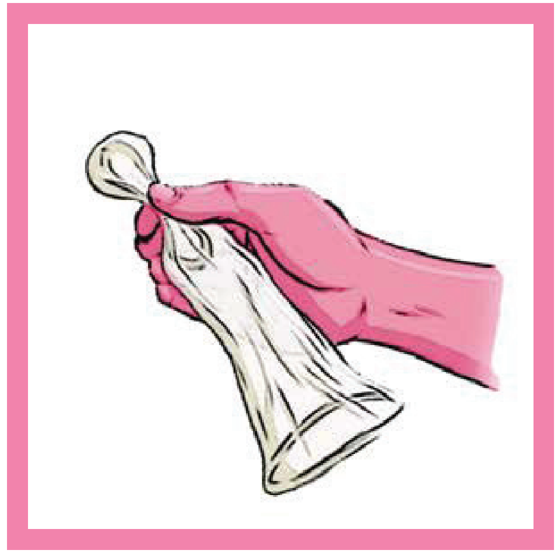


- සරල කොන්ඩම්
- පෙරුම් සහිත කොන්ඩම්
- Anatomical (ශිශ්නයේ හැඩයට සමාන) කොන්ඩම්

කොන්ඩම් වර්ග

වර්ගය	විස්තරය
විවිධ රසැති කොන්ඩම්	දොඩම් රසැති, ස්ට්‍රෝබෙරි රසැති, චොකලට් රසැති, කෙසෙල් රසැති
මතුපිට ස්වභාවය අනුව	○ සරල/සාමාන්‍ය කොන්ඩම ○ ගැටිති, හෙරැම් හෝ දාර සහිත ○ Anatomical (ශිශ්නයේ හැඩයට සමාන)
ඝනකම අනුව	○ සාමාන්‍ය කොන්ඩම් (ප්‍රීති/ඩියුරෙක්ස්) ○ තුනී කොන්ඩම් ○ අතිරේක ඝනකම සහිත කොන්ඩම්
සුරාන්තය පාලනය	සුරාතාන්තය පාලනය කරයි (නිර්වින්දන රසායන ද්‍රව්‍ය මගින්)
රසායනික ද්‍රව්‍ය මත	○ ස්වභාවික රබර් ○ Polyisoprene ○ Polyurethine
වර්ණ සහිත	අඳුරේදී ලුමිනස් වර්ණ සහිත කොන්ඩම්
විවිධ සංවේදනයන්	○ fire -> උණුසුම ○ fire -> සිසිල වැනි සංවේදනයක් දැනේ

කාන්තා කොන්ඩමය
පළඳින්නේ කෙසේද?



පියවර 01

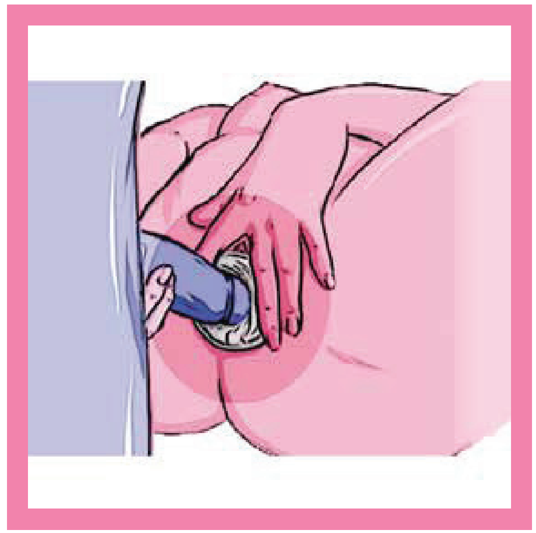
අභ්‍යන්තර වළල්ල පැන්සලක්
රඳවා තබා ගන්නා මෙන්,
පැති එකට සිටින සේ අල්ලා ගන්න.

පියවර 02

යෝනි මාර්ගයට අභ්‍යන්තර මුද්ද
සහ කොන්ඩමය ඇතුළු කරන්න.

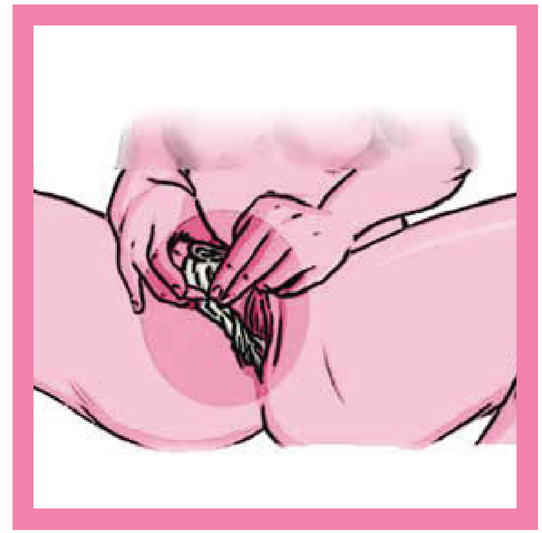
පියවර 03

කොන්ඩමය යෝනිය තුලට දමා ඇඟිල්ලෙන් තව දුරටත් තල්ලු කරන්න. එය ගැබ් ගෙල දක්වා ගිය පසු ස්වාභාවිකව ප්‍රසාරණය වන අතර ඔබට එය තවදුරටත් දැනීමට නොහැකි වේ.



පියවර 04

කොන්ඩමය ඇතුළු කර ලිංගික සංසර්ගය සඳහා සූදානම් වූ පසු සහකරුගේ ලිංගය යෝනි මාර්ගයෙන් පිටත එල්ලෙන බාහිර වළල්ල තුලට යොමු කරවන්න.



පියවර 05

පුරුෂයා ශුක්‍රාණු පිට කළ පසුව කාන්තා කොන්ඩමය ඉවත් කර බැහැර කළ හැකිය. කොන්ඩමයේ ඇතුල් පැත්ත නොඇල්ලා, කොන්ඩම් එක කරකවා පිටතට ගන්න.

සහකරු/සහකාරිය කොන්ඩම් භාවිතයට කැමති කරවා ගන්නේ කෙසේද?

01 සෘජුවම ඉල්ලීම

කොන්ඩම් භාවිතා කරන ලෙස සෘජුවම සහකරුගෙන් ඉල්ලීම.

02 ලිංගික හැසිරීම් වලක්වා ගැනීම/ප්‍රතික්ෂේප කිරීම

කොන්ඩම් නොමැතිව ලිංගිකව හැසිරීම ප්‍රතික්ෂේප කිරීම.

03 සම්බන්ධතාවේ වැදගත් බව තහවුරු කිරීම

හවුල්කරුවා ගැන සැලකිලිමත් වීම ප්‍රකාශ කරයි.

04 අවදානම පැහැදිලි කිරීම

HIV සහ ලිංගාශ්‍රිත රෝග අවදානම පිළිබඳව තොරතුරු ලබා දෙයි.

05 වෙනත් හේතුවක් ඉදිරිපත් කිරීම

ගැබ් ගැනීම වැළැක්වීම වැනි හේතුවක් ලබා දේ
(සත්‍ය හේතුව එච්අයිවී සහ ලිංගාශ්‍රිත රෝග වැළැක්වීම)

06 වසඟ කිරීම හා වාචික නොවන

සහකරු ලිංගිකව උත්තේජනය කර
පසුව කොන්ඩම භාවිතයට කැමති කරගැනීම.

කොන්ඩම් වල අමතර වාසි

පිරිමි සඳහා වූ කොන්ඩම්

ලිංගික දුර්වලතා සඳහා
උදා: ක්ෂණික ශුක්‍රාණු මෝචනය වැළැක් වීම සඳහා
බෙන්සොකේන් අඩංගු කොන්ඩම්.

කාන්තාවන් සඳහා වූ කොන්ඩම්

- ශුක්‍රාණු පිට වූ වහාම ශිෂ්ණය ඉවත් කිරීම අවශ්‍ය නොවේ.
- පිටත වළල්ල නිසා කාන්තාවට අමතර උත්තේජනයක් සපයයි.
- කොන්ඩම් භාවිතයට සහකරුගේ කැමැත්ත අත්‍යවශ්‍ය නොවේ.

ලිහිසි කාරක/ ලිහිසි ද්‍රව්‍ය

ලිහිසි ද්‍රව්‍ය යනු මොනවාද?
ඒවායින් ඇති ප්‍රයෝජන මොනවාද?

ලිහිසි ද්‍රව්‍ය ගැන දැනගතයුතු විශේෂ කරුණු

- **ලිහිසි ද්‍රව්‍ය යනු මොනවාද?**

ලිංගික සංසර්ගයේදී එකිනෙකාගේ ලිංගික අවයව එකට ඇතිල්ලීමේදී සිදුවන සියුම් සීරීම් අඩු කර, පහසු ලිංගික ක්‍රියාවලියක් සිදු කිරීමට භාවිත කරන දියර හෝ ජෙලි වැනි ද්‍රව්‍යයකි.

- **මේවා ආලේප කරන්නේ කොහේද?**

ලිහිසි ද්‍රව්‍ය ගුද මාර්ගය අවට, යෝනි මාර්ගය අවට, ශිෂ්නයේ හෝ ලිංගික ක්‍රියාකාරකම් සඳහා භාවිත කරන මෙවලම් වල ආලේප කල හැක. කොන්ඩමයක් භාවිත කිරීමේදී කොන්ඩමය පැළඳි පසු ඒ වටා සහ කාන්තා කොන්ඩම් ඇතුළතද ලිහිසි ද්‍රව්‍ය ගැල්විය හැක.

- **ලිහිසි ද්‍රව්‍යක් භාවිතා කිරීමේ ප්‍රයෝජන මොනවද?**

(1)යෝනි මාර්ගයේ ඇතිවන වියලි බව නිසා සිදුවන අපහසුතා අඩුකිරීමට. (2)ලිංගික සතුට වැඩි දියුණු කිරීමට (3)මෙමගින් ලිංගික සංසර්ගයේදී සිදුවන සියුම් සීරීම් සහ තුවාල අඩු කරන නිසා,ආරක්ෂිත ලිංගික ආස්වාදයක් ලබාදීමට.(4)කොන්ඩමය ඉරීම හා ලිස්සා යාම් වැලක්වීමට (5)ගුද මාර්ගික ලිංගික සංසර්ග පහසු කිරීමට (6)ලිංගික ක්‍රියාකාරකම් සඳහා විවිධ මෙවලම් භාවිත කිරීමේදී

- **වෙළඳ පොළේ ඇති ලිහිසි ද්‍රව්‍ය**

මේවා එක වරක් භාවිත කල හැකි තනි පැකට් හෝ ටියුබ් ලෙස මිලදී ගත හැකිය.

- **ලිහිසි ද්‍රව්‍යක් භාවිතා කිරීමේ ප්‍රයෝජන මොනවද?**

කොන්ඩම් සමග එකට භාවිත කල හැකි බැවින් ජලය මත පදනම් වූ ලිහිසි ද්‍රව්‍යයක් තෝරාගන්න. සිලිකන් සහ තෙල් මත පදනම් වූ ලිහිසි ද්‍රව්‍ය මගින් කොන්ඩමයට හානි විය හැකි අතර සමහර අයගේ සමට ද අහිතකරව බලපෑ හැක. ලිහිසි ද්‍රව්‍ය විවිධ රසයෙන් ලබා ගත හැකි අතර සමහර ලිහිසි ද්‍රව්‍ය වලින්, උණුසුම, සිසිලස හා සියුම් කිතියක් ඇතිකළ හැකිය. එසේම ශුක්‍රාණු මෝචනය පමා කරන ලිහිසි ද්‍රව්‍යද ඇත. ළදරු ක්‍රීම් හා ළදරු තෙල් වර්ග ලිහිසි කාරක ලෙස භාවිතා නොකළ යුතුය.

- **අසාත්මිකතා**

ලිහිසි ද්‍රව්‍ය මගින් අසාත්මිකතා ඇතිවීම ඉතාමත් විරලය. නමුත් එවැනි අවස්ථා වලදී ලිහිසි ද්‍රව්‍ය භාවිතය නැවැත්විය යුතුය. ලිහිසි ද්‍රව්‍ය ආලේපිත **කොන්ඩමය සදහා අමතර ලිහිසි ද්‍රව්‍ය පාවිච්චිය අවශ්‍ය නැත.**

ලිහිසි ද්‍රව්‍ය භාවිතා කරන අයුරු

ලිහිසි ද්‍රව්‍ය භාවිතා කරන අයුරු

- ලිහිසි ද්‍රව්‍ය අඩංගු කුඩා පැකට්ටුව හෝ ටියුබය විවෘත කර එහි අඩංගු දේ ලිංගික අවයවය මත හෝ ලිංගික ක්‍රියාකාරකම් සඳහා භාවිත කරන මෙවලම් මතට කෙලින්ම යෙදිය හැක.
- නැතහොත් ලිහිසි ද්‍රව්‍ය ඇඟිල්ල මතට ගෙන ගුද මාර්ගයේ, යෝනි මාර්ගයේ හෝ ශිෂ්නයේ ආලේප කල හැක.
- එසේත් නැතිනම් කොන්ඩමය දැමූ පසු ඒ මත ආලේප කල හැක.
- පහසුවෙන් ලිස්සා යන බව දැනෙන තුරු ලිංගික අවයවය මතට හෝ ලිංගික මෙවලම් මතට අතිරේක ලිහිසි බින්දු එකතු කරන්න. අසාත්මික තත්වයක ලක්ෂණ ඇත්නම් වහාම ප්‍රතිකාර සඳහා යොමු වන්න.

සැළකිය යුතුයි !!

සමහර අය කොන්ඩම් සහ ලිහිසි ද්‍රව්‍ය වලට **අසාත්මික විය හැක.**

- ## මූලික ලක්ෂණ

  සාමාන්‍යයෙන් කොන්ඩමය ස්පර්ශවී මිනිත්තු 5-15ත් අතර අසාත්මික තත්වයේ ආරම්භය ඇතිවුවත් සමහර විට එය පැය ගණනකට හෝ දින ගණනකට පසුව වුවද ආරම්භ විය හැක.

- ## අසාත්මික තත්වයේ ලක්ෂණ

  කොන්ඩමය හෝ ලිහිසි ද්‍රව්‍ය සමේ ස්පර්ශ වූ ස්ථානයේ කැසීමක් , රතු වීමක් හෝ ඉදිමීමක් ඇතිවිය හැක. කලාතුරකින් මුළු ශරීරයේම කැසීමක් හෝ රතු වීමක් ඇති වී මුහුණ රතු වී ඉදිමීමක් විය හැක.

- ## අවවාද

  අසාත්මික තත්වයකදී කොන්ඩම් සහ ලිහිසි ද්‍රව්‍ය භාවිතය නවතා වෛද්‍ය උපදෙස් සඳහා යොමු වීම සඳහා අවවාද කරන්න. කොන්ඩම් සහ ලිහිසි ද්‍රව්‍ය සඳහා විකල්ප වෙළඳ නාමයන් පිළිබඳ උපදෙස් ලබා දෙන්න.

කොන්ඩම් සහ ලිහිසි ද්‍රව්‍ය ලබාගත හැක්කේ කොහෙන්ද?

ඔබට නොමිලේ කොන්ඩම් සහ ලිහිසි ද්‍රව්‍ය ලබාගත හැක්කේ

- දිවයින පුරා පිහිටි රජයේ ලිංගාශ්‍රිත රෝග සම්බන්ධ සායන මගින්
- සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්යාල වලින්
- ඔබේ දිස්ත්‍රික්කයේ සවි කර ඇති කොන්ඩම් බෙදා හැරීමේ යන්ත්‍ර මගින් පවුල් සංවිධාන සංගමය මගින්
- පවුල් සංවිධාන සංගමය මගින් ක්‍රියාත්මක රාජ්‍ය නොවන සංවිධාන වලින්

ඔබට කොන්ඩම් සහ ලිහිසි ද්‍රව්‍ය මිලදී ගත හැක්කේ

- ෆාමසි
- සුපිරි වෙළඳ සැල්
- රාජ්‍ය නොවන සංවිධාන වලින් මෙහෙයවන කොන්ඩම් යන්ත්‍ර මගින්.

ක්ෂණික ඇමතුම් සහ සම්බන්ධතා විස්තර

පළාත	සායනය	දුරකථන අංකය
මධ්‍යම	මහනුවර	081-2203622
	මාතලේ	066-2053746
	නුවරඑළිය	052-2223210
	දඹුල්ල	066-2284761
	නාවලපිටිය	054-2222261
නැගෙනහිර	අම්පාර	063-2224239
	මඩකලපුව	065-2057078
	කල්මුණේ	067-2223660
	ත්‍රිකුණාමලය	026-2222563
උතුරු මැද	අනුරාධපුරය	025-2236461
	පොලොන්නරුව	027-2225787
වයඹ	හලාවත	032-2220750
	කුරුණෑගල	037-2224339
	කුලියාපිටිය	037-2281261
	පුත්තලම	0322 265261
උතුරු	යාපනය	021-2217756
	වවුනියාව	024-2224575
	කිලිනොච්චිය	021-2283709
	මුලතිව්	021-2061414
	මන්නාරම	023-2250573

පළාත	සායනය	දුරකථන අංකය
සබරගමුව	කෑගල්ල	035-2231222
	රත්නපුරය	045-2226561
	ඇඹිලිපිටිය	047-2230261
දකුණු	බලපිටිය	091-2256822
	ගාල්ල	091-2245998
	හම්බන්තොට	047-2222247
	මාතර	041-2232302
	තංගල්ල	047-2240261
ඌව	බදුල්ල	055-2222578
	මොණරාගල	055-2276826
	මහියංගනය	055-4936779
බස්නාහිර	කොළඹ	011-2667163
	කළුබෝවිල	011-2763893
	අවිස්සාවේල්ල	036-2222003
	රාගම	011-2960224
	ගම්පහ	033-2234383
	මීගමුව	031-2239016
	වතුපිටිවල	033-2280261
	කළුතර	034-2236937
	පානදුර	038-2232261
	හෝමාගම	011-2855200

ලේඛක දායකත්වය

වෛද්‍ය රසාංජලී හෙට්ටිආරච්චි	- අධ්‍යක්ෂක, ජාතික ලිංගාශ්‍රිත රෝග සහ ඒඩ්ස් මර්දන වැඩසටහන
වෛද්‍ය ලිලානි රාජපක්ෂ	- නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂක, ජාතික ලිංගාශ්‍රිත රෝග සහ ඒඩ්ස් මර්දන වැඩසටහන
වෛද්‍ය චන්ද්‍රිකා ජයකොඩි	- විශේෂඥ වෛද්‍ය ලිංගාශ්‍රිත රෝග
වෛද්‍ය අජිත් කරව්ට	- විශේෂඥ වෛද්‍ය ලිංගාශ්‍රිත රෝග
වෛද්‍ය ලසන්ති සිරිවර්ධන	- විශේෂඥ වෛද්‍ය ලිංගාශ්‍රිත රෝග
වෛද්‍ය නිමාලි විදානගේ	- විශේෂඥ වෛද්‍ය ලිංගාශ්‍රිත රෝග
වෛද්‍ය දුලාරි ලියනගේ	- විශේෂඥ වෛද්‍ය ලිංගාශ්‍රිත රෝග (වැඩබලන)
වෛද්‍ය ඉරේෂ් ජයවීර	- විශේෂඥ වෛද්‍ය ලිංගාශ්‍රිත රෝග (වැඩබලන)
වෛද්‍ය දමිඳු තන්ත්‍රිගේ	- විශේෂඥ වෛද්‍ය ලිංගාශ්‍රිත රෝග (වැඩබලන)
වෛද්‍ය රචිනි පෙරේරා	- විශේෂඥ වෛද්‍ය ලිංගාශ්‍රිත රෝග (වැඩබලන)
වෛද්‍ය චම්පික ගුණවර්ධන	- ජ්‍යෙෂ්ඨ ලේඛකාධිකාරි
වෛද්‍ය උදාරි ගාල්ලගේ	- ජ්‍යෙෂ්ඨ ලේඛකාධිකාරි
වෛද්‍ය ගයාන් මහකුඹුර	- ජ්‍යෙෂ්ඨ ලේඛකාධිකාරි
වෛද්‍ය සම්පත් එදිරිසූරිය	- වෛද්‍ය නිලධාරි
දමයන්ති තලගල මිය	- මහජන සෞඛ්‍ය හෙද සොයුරිය
හිරාන් මාන්නප්පෙරුම මහතා	- මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක

MINISTRY OF HEALTH

NATIONAL STD/AIDS
CONTROL PROGRAMME