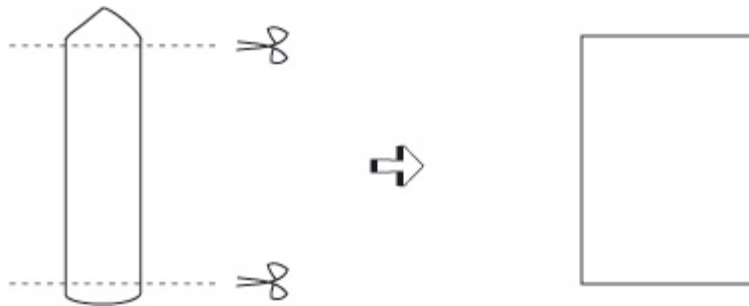


## Une digue dentaire, ça sert à quoi ?

La digue dentaire est utilisée pour la protection lors de rapports bouche/sexe (cunnilingus) ou bouche/anus (annulingus).

Lors d'un cunnilingus, les risques existent de transmettre des infections sexuellement transmissibles. En effet, les sécrétions vaginales peuvent être une source de contamination du virus du SIDA, et les risques sont multipliés en période de règles. La contamination par d'autres IST lors d'un cunnilingus est également possible, en particulier l'herpès. L'utilisation d'une digue dentaire reste le seul moyen de protection.

Lors d'un annulingus, les risques de transmettre le virus du SIDA sont faibles, mais existent si la personne qui reçoit l'annulingus présente des saignements au niveau de l'anus. En revanche, les risques de contaminations par d'autres IST et par l'hépatite A ne sont pas négligeables. La digue dentaire est la seule façon d'écartier tout risque.



### Comment s'en servir ?

1. Sortir la digue de son emballage ou découper le préservatif.
2. Mettre un lubrifiant à base d'eau (gel à base d'eau) sur un côté.
3. Appliquer le côté lubrifié contre le sexe (ou l'anus).
4. Maintenir la digue avec ses doigts sur les bords, sans trop la tendre.
5. Après utilisation, jeter la digue.

**Il ne faut jamais utiliser deux fois une digue et toujours changer de digue si l'on passe du vagin à l'anus et vice-versa (pour éviter de transmettre des bactéries).**