



MENŠTRUAČNÝ KALIŠOK

PRE VŠETKY ŽENY, KTORÉ CHCÚ POHODLNEJŠÍ ŽIVOT
NOVÝ POCIT – NOVÝ ŽIVOT

Blahoželáme Vám k zakúpeniu najmodernejšieho výrobku dámskej intímnej hygieny. Je vyrobený z veľmi kvalitného lekárskeho silikónu s výhradným použitím v lekárstve a potravinárstve, ktorý umožňuje, aby bol zavedený v tele až 12 hodín. Tvar a povrch LadyCup je vyrobený pre jednoduché používanie a čistenie.

VÝHODY:

• žiadne alergie • nespôsobuje vytváranie plesní a močových zápalov • žiadne známe prípady syndrómu toxického šoku • neovplyvňuje negatívne zdravé vaginálne prostredie • použitie pri športe, cestovaní, v spánku... • použitie s bežnými antikoncepčnými prostriedkami

ZAVEDENIE:

Pred manipuláciou s LadyCup dbajte na dôkladnú čistotu rúk! Pred prvým zavedením sterilizujte LadyCup! Zavedenie LadyCup odporúčame v niektorej z týchto polôh: sed, podrep, klak, stoj. Vyskúšajte si jednu z týchto polôh a vyberte si pre seba tú najvhodnejšiu. Pre jednoduchšie zavedenie môžete LadyCup navlhčiť vodou alebo použiť lubrikačný gel na vodnej báze. LadyCup uchopte prstami a stlačte. Potom pomocou prstov druhej ruky preložte LadyCup pozdĺžne na polovicu. Držte LadyCup prstami jednej ruky za čo najnižšiu polohu a zaveďte do pošvy šikmo smerom dozadu. Správna poloha LadyCup je nižšie než je umiestnenie tampónov. Po zasunutí do pošvy uvoľnite prsty a nechajte LadyCup plne rozvinúť a prilnúť. Skontrolujte nahmataním obvodu kalíšku.

POUŽÍVANIE:

Vyprázdňujte LadyCup min. 1x za 12 hod., v závislosti na sile Vašej menštruácie

VYBRATIE:

Pred manipuláciou s LadyCup dbajte na dôkladnú čistotu rúk! Vo Vami zvolenej polohe (sed, stoj apod.) nahmatajte držiak alebo spodnú časť LadyCup. Môžete si pomôcť zatlačením pošvových svalov, ktoré Vám LadyCup priblížia. Stlačte spodnú časť LadyCup a po uvoľnení podtlaku jemne LadyCup vytiahnite. Pre prvé vybratie je dôležitý klud a vnútorné uvoľnenie Vášho tela. Pokiaľ LadyCup nejde týmto spôsobom vytiahnuť, použite k odstráneniu prst, ktorým zrušíte podtlak a oddelíte kalíšok od pošvovej steny. Následne sa bude dať LadyCup/PinkCup ľahko vytiahnuť. Obsah vyprázdňte do toalety.

ĎALŠIE POUŽITIE:

LadyCup umyte najlepšie teplou vodou, prípadne prírodným mydlom. Dôkladne LadyCup opláchnite pod tečúcou vodou tak, aby bol pripravený pre nové použitie. Pokiaľ cestujete alebo v inom prípade, keď nemáte k dispozícii vodu, môžete použiť aj čistý papier. LadyCup umyjete kedykoľvek neskôr podľa možnosti.

SKRACOVANIE DRŽIATKA:

Na základe Vašich telesných dispozícií, môžete držiak rôzne skracovať. Odporúčame Vám postupné skracovanie než nájdete optimálnu dĺžku. Držiak môžete aj úplne odstrihnúť nožnicami alebo odrezať ostrým nožom. Dôležité je, aby nedošlo k poškodeniu spodnej časti LadyCup. Správna dĺžka je taká, pri ktorej nebudete cítiť držiak napríklad pri chôdzi alebo v sede.

ČISTENIE A ÚDRŽBA:

V priebehu menštruácie umývajte Váš LadyCup teplou vodou a prírodným mydlom. Po skončení menštruácie je nutné LadyCup vyvariť alebo vysterilizovať. Túto činnosť odporúčame i pred opätovným použitím. Vyváranie: v nádobe s vodou 2-5 min. Sterilizácia: ponorenie do sterilizačného roztoku (postupujte podľa návodu výrobcu sterilizačného prostriedku). Skontrolujte priechodnosť malých podtlakových otvorov v hornej časti LadyCup. Čistenie je možné napr. špendlíkom. Správnu a pravidelnou údržbou predĺžite jeho dlhú životnosť. LadyCup uchovávajte v priloženom bavlnenom vrecku. Neuskladňujte ho v nepriedušných obaloch!

RIEŠENIE PROBLÉMOV:

Zavedenie:

Niektoré ženy môžu mať problém so zavedením LadyCup veľkosti S(mall). Odporúčame navlhčiť LadyCup vodou alebo použiť lubrikačný gel na vodnej báze.

Vybratie:

Pri probléme s vybratím zachovajte klud. Dôležité je celkové svalové vnútorné uvoľnenie, obzvlášť pošvových svalov. Skúste zmeniť polohu pre vybratie. Použite stlačenie pošvových svalov, ktorými si priblížite LadyCup. Stlačenie niekoľkokrát opakujte než ucítite výraznejšie posunutie.

Pretekánie:

Pokiaľ Vám LadyCup preteká, skontrolujte správnu polohu zavedenia. Je pravdepodobné, že posadenie LadyCup nie je správne. Skontrolujte (prstom), či je Váš LadyCup plne rozbalený a jeho steny sa dotýkajú pošvovej steny. Skontrolujte priechodnosť malých podtlakových otvorov. V prípade, že ani jedno z vyššie uvedených riešení nepomáha odstrániť problém, pravdepodobne ste chybné zvolila výber veľkosti LadyCup. U veľkosti L(arge) je možné odstránenie problému pretekania cvičením určitých svalov. Informujte sa u svojho gynekologického lekára o tejto možnosti.

DÔLEŽITÉ UPOZORNENIE:

Používajte LadyCup max. 12 hod! • Umývajte LadyCup len prírodnými mydlami! • Čistite LadyCup len doporučenými prostriedkami a spôsobmi! • Používajte výhradne lubrikačné gely na vodnej báze! • LadyCup nie je antikoncepčný prostriedok! • Nepoužívajte LadyCup pri pohlavnom styku! • LadyCup nechráni pred pohlavnými chorobami! • Používajte výhradne vlastný LadyCup! • Dodržujte základné hygienické zásady! • V prípade akýchkoľvek príznakov problémov v oblasti pošvy, kontaktujte gynekologického lekára!

Syndróm toxického šoku (TSS) je mimoriadne vzácne, ale vážne toxické ochorenie. Je spôsobené toxínmi produkovanými baktériami, ktoré bežne žijú v ľudskom organizme. TSS je spojovaný s používaním tamponov. Príznaky: ak počas menštruácie náhle pocítite silnú nevoľnosť, aj keď ste predtým bola zdravá, ak máte vysokú teplotu (39°C alebo viacej), zvraciate, máte hnačku, bolesti hlavy, bolesti v krku, omdlievate, bolia Vás svaly alebo sa objaví vyrážka ako pri spálení pokožky na slnku, okamžite vyhľadajte lekársku pomoc. Pokiaľ sa už u Vás objavil TSS, poraďte sa pred ďalším používaním LadyCup s lekárom. Menštruačné kalíšky nie sú spojované s týmto ochorením (TSS).

METÓDA MILTON: BEZPEČNÁ A RÝCHLA DEZINFEKCIA V 15 MINÚTACH!

- 1) Opláchnite LadyCup pred každou sterilizáciou. Umyte LadyCup teplou vodou s vhodným umývacím prostriedkom. Potom ho opláchnite studenou vodou.
- 2) Pripravte si roztok Milton. Naplňte plastovú nádobu 5 litrami vody. Pridajte 1 tabletu Milton.
- 3) LadyCup úplne ponorte. Uistite sa, že vo vnútri nezostali vzduchové bubliny. LadyCup sú pripravené k používaniu po 15 minútach pôsobenia aj v nasledujúcich 24 hodinách. LadyCup vyberajte zo sterilizačného roztoku umytými rukami. Osušte ich, nie je potrebné ich oplachovať. Okamžite ich uzavrite. Po každej manipulácii si opláchnite a osušte ruky.

Aktívna látka: Dichlorisokyanurát sodný 800 mg v 1 tablete.

V prípade ďalších otázok nás kontaktujte na: support@jaguara.eu alebo navštívte FAQ'S n a webovej prezentácii www.ladycup.sk.

Adresa spoločnosti:

Jaguara, s.r.o.: Truhlarska 1108/3, 110 00 Prague 1, Czech Republic
email: info@ladycup.eu / www.ladycup.sk