



KUUKAUTISKUPPI

KAIKILLE NAISILLE, JOTKA HALUAVAT MUKAVAMPAA ELÄMÄÄ

Onnittelemme Sinua päätöksestäsi ostaa naisten intiimihygieniatuotteiden ehdoton uutuus. Se on valmistettu laadukkaasta lääkäreiden käyttämästä silikonista lääketieteellistä ja elintarviketieteellistä asiantuntemusta hyödyntäen kestävämaan vartalonsisäistä käyttöä jopa 12 tuntia. LadyCupin muotoilu ja pinta on suunniteltu helppokäyttöisyyttä ja vaivatonta puhdistusta silmällä pitäen.

HYÖTY

• Ei allergioita • Ei aiheuta hiivaa tai virtsatietulehduksia • Ei tunnettuja myrkytysoireita-pauksia • Ei vaikuta haitallisesti terveessä emättimessä • Sopii käytettäväksi urheillessa, matkoilla, öisin • Sopii käytettäväksi yhdessä tavallisten ehkäisyvälineiden kanssa

PAIKALLEEN ASETTAMINEN

Ennen LadyCupin käsittelyä huolehdi käsien perusteellisesta puhdistamisesta! Ennen ensimmäistä käyttöä sterilisoi LadyCup! LadyCupin paikalleen asettamiseen suosittelemme jotakin seuraavista asennoista: istuen, polvet jostaen, polvistuneena, seisten. Kokeile näitä asentoja ja valitse niistä itsellesi parhaiten sopiva. Helpottaaksesi LadyCupin paikalleen asettamista kostuta se vedellä tai käytä vesipohjaista liukastusgeeliä. Asta LadyCup sormiesi väliin ja paina. Edelleen toisen käden sormia apuna käyttäen aseta LadyCup asteittain puolitiehen. Pidä LadyCup yhden käden sormilla alimmassa asennossa ja vie emättimeen vinosti taaksepäin. LadyCupin oikea asento on alempana kuin tampoinin. Työnnettyäsi sen emättimeen irrota sormet ja anna LadyCupin täysin aueta ja asettua paikalleen. Tarkista asento tunnustelemalla sormin kupin kaartaa.

KÄYTTÖ

Tyhjennä LadyCup vähintään kerran 12 tunnissa vuotosi runsaudesta riippuen.

POISTAMINEN

Ennen LadyCupin käsittelyä huolehdi käsien perusteellisesta puhdistamisesta! Valitsemassasi asennossa (istuen, seisten ym.) tunnustelee „kahvaa“ tai LadyCupin alaosa. Voit myös auttaa painamalla emätinlihaksilla, jotka reunustavat LadyCupia. Paina LadyCupin alaosa ja vedä sen jälkeen kevyesti LadyCupista. Ennen ensimmäistä poistokertaa on vartalosi lihasten täydellinen lepo ja sisäinen rentoutuminen ensiarvoisen tärkeää. Mikäli et onnistu irrottamaan LadyCupia tällä tavoin, käytä apuna sormeja, jolla vähennät painetta ja irrota sitten kuppi emättimen seinästä. Seuraavalla kerralla LadyCupin irrottaminen käy kevyesti vetämällä. Tyhjennä sisältö wc-pytyyn.

UUELLEENKÄYTTÖ

Peset LadyCup helpon lämpimällä vedellä ja halutessasi luonnollisella pesuaineella. Huuhtelee LadyCup huolellisesti juoksevan veden alla niin, että se on valmiina uuteen käyttöön. Ollessasi matkalla tai kun sinulla ei muuten ole käytössäsi vettä, voit käyttää myös puhdasta paperia. Pese LadyCup heti, kun se jälleen on mahdollista.

KAHVAN LYHENTÄMINEN

Voit omien tarpeidesi mukaan lyhentää kahvaa käsin. Suosittelemme mieluummin asteittaista lyhentämistä, kunnes löydät parhaan mahdollisen pituuden. Voit leikata kahvan myös saksilla tai poistaa sen terävällä veitsellä. Tärkeää on, ettei LadyCupin alaosa vahingoitu. Oikea pituus on sellainen, ettei kahva tunnu esim. kävellessä tai istuessa.

PUHDISTAMINEN JA HUOLTAMINEN

Pese LadyCup kuukautisten aikana lämpimällä vedellä ja luonnollisella pesuaineella. Kuukautisten loputtua on välttämätöntä keittää tai sterilisoida LadyCup. Suosittelemme tätä toimenpidettä myös aina ennen uutta käyttöä. Varoitus: vesiastiassa 2-5 min. Sterilisointi: upota sterilisointiliuokseen (toimi sterilisointiliuoksen valmistajan ohjeiden mukaan). Tarkista, etteivät pienet ilmareitit LadyCupin yläosassa ole tukkeutuneet. Puhdistaminen käy vaikkapa nuppineulalla. Oikealla ja säännöllisellä huollolla pidennät kupin ennestään pitkää käyttöikää. Säilytä LadyCup sen mukana tulevassa puu-

villapussissa. Älä säilytä sitä ilmatiiviissä pakkauksissa!

RATKAISUJA MAHDOLLISIIN ONGELMATILANTEISIIN

Asettaminen

Joillain naisilla voi olla vaikeuksia asettaa paikalleen LadyCup kokoa S(mall). Suosittelemme kostuttamaan LadyCupin vedellä tai käyttämään vesipohjaista liukastusgeeliä.

Poistaminen

Pysy rauhallisena, jos sinulla on vaikeuksia kupin poistamisessa. Tärkeää on sisäisten lihasten, ennenkaikkea emätinlihasten, täydellinen kokonaisrentoutuminen. Kokeile poistamisasennon vaihtamista. Auta painamalla emätinlihaksilla, jotka ovat lähinnä LadyCupia. Toista lihasliikkeet muutaman kerran ennen voimakkaampaa vetämistä.

Vuotaminen

Mikäli LadyCup vuotaa, tarkista, että se on oikein asetettu. On mahdollista, että se ei ole oikeassa asennossa. Tarkista (sormella), että LadyCup on täysin auennut ja sen reunat ovat kiinni emättimen seinämissä. Tarkista pienet ilma-aukot. Mikäli mikään näistä ei auta, olet mahdollisesti valinnut väärän LadyCup-koon. Koossa L(arge) voidaan joitakin ongelmia ratkaista tiettyjä lihaksia harjoittamalla. Keskustele gynekologisi kanssa tästä mahdollisuudesta.

TÄRKEÄÄ HUOMIOITAVAA

Käytä LadyCupia enintään 12 tuntia! • Pese LadyCup ainoastaan luonnollisella pesuaineella! • Puhdista LadyCup ainoastaan suositelluin tavoin ja välinein! • Käytä ainoastaan vesipohjaista liukastusgeeliä! LadyCup ei ole ehkäisyväline! • Älä käytä LadyCupia sukupuoliyhteyden aikana! • LadyCup ei suojaa sukupuolitaudeilta! • Käytä ainoastaan omaa henkilökohtaista LadyCupiasi! • Huolehdi perushygieniasta! • Havaitessasi ongelmia tai oireita emättimen alueella, ota yhteys gynekologiin

Myrkytysshokki-oireyhtymä (TSS, tamponitauti) on äärimmäisen harvinainen, mutta erittäin vakava sairaus. Sen aiheuttaa ihmisen elimistössä yleisesti elävä bakteeri. TSS on yhteydessä tamponin käyttöön. Oireet: mikäli sinulle ilmaantuu kuukautisten aikana äkillistä voimakasta pahoinvointia, vaikka olet hetkeä aikaisemmin tuntenut itsesi täysin terveeksi, mikäli sinulla on korkea kuume (39°C tai yli), mikäli oksennat, sinulla on ripulia, kurkkukipua, pyöräytystä, lihaksesi särkevät tai ihollesi ilmaantuu samankaltainen läiskä kuin polttaessasi ihosi auringossa, hakeudu välittömästi lääkäriin. Mikäli sinulla on jo ollut TSS, keskustele lääkärisi kanssa ennen LadyCupin käyttöä. Tämä tauti (TSS) ei ole ollut yhteydessä kuukautiskuppien käyttöön.

MILTON-MENETELMÄ: TURVALLINEN JA NOPEA DESINFOINTI 15 MINUUTISSA!

- 1) Huuhtelee LadyCup. Pese LadyCup lämpimällä vedellä ja sopivalla pesuaineella. Huuhtelee sen jälkeen kuppi kylmällä vedellä.
- 2) Valmista Milton-liuos Täytä muoviasiaa 5 litralla vettä. Lisää 1 Milton-tabletti.
- 3) Upota LadyCup siihen kokonaan. Varmista, ettei sisään jää ilmakuplia. LadyCup on suunniteltu käytettäväksi 15 minuutin vaikuttamisen jälkeen seuraavien 24 tunnin ajan. Aseta LadyCup steri lisoivaan liuokseen pestyäsi ensin kädet. Kuivaa se, huuhtelu ei ole tarpeen. Sulje välittömästi. Huuhtelee ja kuivaa kädet jokaisen käsittelyn jälkeen

Mahdollisiin muihin kysymyksiin saat vastauksen ottaessasi yhteyttä meihin osoitteessa: custom@ladycup.eu tai katsomalla kotisivuiltamme usein kysytyjä kysymyksiä kohdasta FAQ.

Yrityksen osoite:

Jaguara, s.r.o.: Jeruzalemska 5/961, 110 00 Prague 1, Czech Republic
e-mail: info@ladycup.eu / www.ladycup.eu