

HASZNÁLATI UTASÍTÁS

Bevezető:

A FemCap méhszájsapka többször használatos, rendkívül hatékony mechanikus fogamzásgátló eszköz nők részére. Az eszköz fizikailag gátolja meg, hogy a spermiumok elérjék a petesejtet, így megakadályozza a fogamzást.

A FemCap hatékonysága spermicid géllal kombinálva eléri a 96 %-ot.

Mélyen a hüvelyben, a méhnyakra kell felhelyezni. Akár több órával az aktus előtt is feltehető, így nem veszi el a szexualitás spontaneitását.

A méhszájsapka teljesen lefedi a méhnyakat és a hüvelyboltozatot, ezzel megakadályozva a spermiumok méhbe jutását, míg a hüvelyfalak szabadon maradnak, így nem zavarja a teljes bőrkontaktust. A helyesen felhelyezett FemCap nem érezhető, és nem zavarja a partnerek érintkezését. Használata kényelmes, biztonságos és nem zavarja a komplex élményt.

A FemCap antiallergén orvosi szilikonból készül. A helyes méretet a méhnyak méretének megfelelően kell kiválasztani. Hátrahajló méh esetén is használható. A Femcap 3 méretben elérhető:

- A legkisebb (22 mm) – még nem szült nők részére. Amennyiben nem biztos benne, hogy nem volt spontán vetélése, használja a 26 mm-es kivitel.
- A középső (26 mm) – Már szült nők részére akik nem hüvelyi úton szültek, vagy elvetéltek (akár már a terhesség 2. hetében). Amennyiben nagyon kinyílt méhszájjal, császárral szült, használja a 30 mm-es kivitel.
- A legnagyobb (30mm) – Hüvelyi úton vagy nagyon kinyílt méhszájjal, császárral szült nők részére

A FemCap az igénybevétel gyakoriságától függvényében akár 2 évig is használható.

A FemCap helyes használatának szabályai

Minden alkalommal használja a FemCap-et.

A szexuális együttlétet követően leghamarabb 6 órával vegye ki.

Legfeljebb 48 óráig hagyja bent.

A termék használata spermiciddel/kontragéllal együtt javasolt.

Használat előtt ...

Figyelmesen olvassa el a használati utasítást, amely tartalmazza a helyes használatához szükséges összes információt.

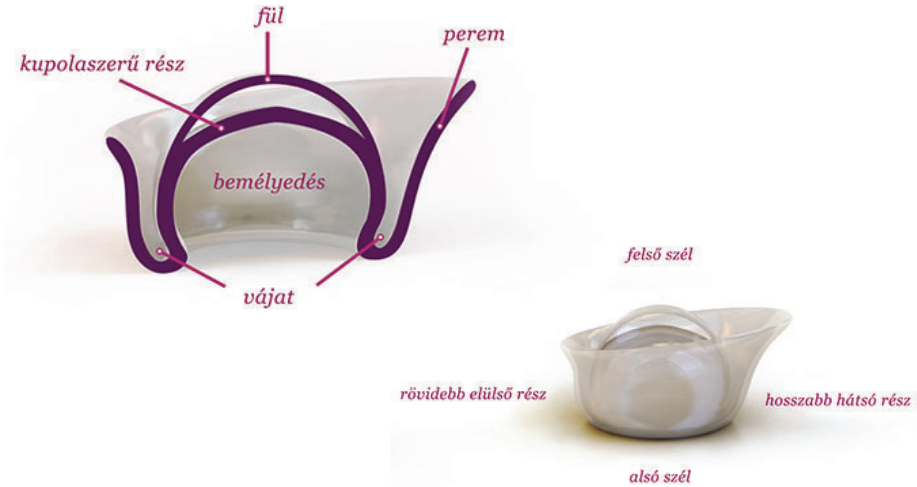
A behelyezéshez a nőnek pontosan tisztában kell lennie hüvelye anatómiájával. Ennek érdekében - mivel a hormonok hatására a méhnyak folyamatosan változtatja a formáját és állagát - vizsgálja meg belülről a hüvelyét.

Tapogassa ki a kezével a méhnyakat és a hüvelyboltozatot. Még nem szült nő esetében a méhnyak szőlőszemre vagy orrhegyre emlékeztet, középen a méhszájjal, ami egy gombostűfej méretű nyílás. Már szült nő esetében minden valamivel nagyobb és a méhszáj hoszúkás alakú nyílás. A legkönnyebb kitapintást a menstruáció előtti és utáni időszak kínálja, ekkor ajánlott elkezdni az eszköz felhelyezésének gyakorlását is. Peteérés körül a méhnyak puhább, így a felhelyezés gyakorlása is nehezebb.

Mielőtt a gyakorlatban is használni kezdené a FemCap-et, próbálja meg néhányszor gyakorlásképp felhelyezni és kivenni, optimális esetben a teljes menstruációs időszak különböző fázisaiban, hogy e téren megfelelő rutin szerezzen.

Kezdetben a biztonság kedvéért más fogamzásgátló módszer párhuzamos alkalmazását is javasoljuk.

Leírás



Behelyezési útmutató:

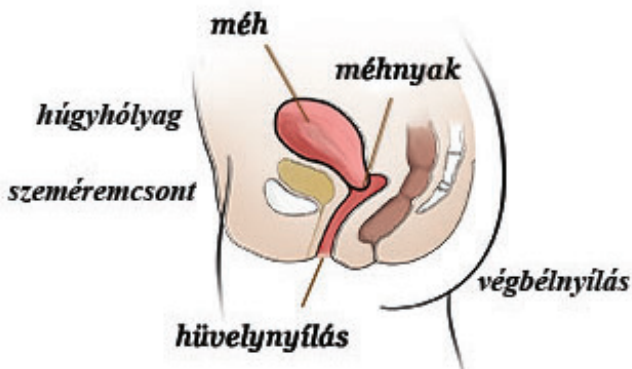
Még nem szült nő esetén a méhszájsapka általában guggolva helyezhető fel a legkönnyebben, mert ilyenkor kerül a méhnyak a legközelebb a hüvelybemenethez, és így könnyebb elérni. Már szült nő esetében ajánlott az egyik lábat székre helyezni, így a hátsó hüvelyboltozat több helyet kínál a méhszájsapka hátsó részének behelyezésére. A két pozíció kombinálható – a méhszájsapka hátsó részének méhnyak mögé történő behelyezésére ajánlott a felemelt lábas pozíciót választani, majd az egész méhszájsapkát már guggolva ajánlott a méhnyakra felhelyezni stb.

Spermicid krém alkalmazása esetén helyezzen egy fél teáskanálnyi belőle a méhszájsapka külső vájatába és a hüvely felőli bemélyedésbe is. Közösüléskor innen fejt ki a hüvelyben található spermiumokkal szembeni spermaölő hatását.

Ez által a spermicid krém közvetlenül a méhnyakra kerül. A méhszájsapka könnyebb behelyezése érdekében egy kevés spermicid krém a peremen is szétkenhető. Hagyja azonban szárazon az ujjai között tartott részt, hogy a méhszájsapka ne csúszkáljon a kezében.

1. Fordítsa el úgy a FemCap-et, hogy
 - a) a bemélyedéssel előre nézzen – a testben a bemélyedés a szeméremcsont és a méhnyak felé néz majd,
 - b) szélesebb szélével a hüvelybemenet felé, azaz felfelé nézzen.
2. Nyomja össze a hüvelykujja és a középső ujj között a méhszájsapkát.
3. A másik kezével húzza szét a szeméremajkait, és helyezze be a méhszájsapkát a hüvelybe. Behelyezéskor nyomja a végbélnyílás irányába, hogy a FemCap hátsó széle a méhnyak mögé kerüljön.

Behelyezés



Nem árt tudni, hogy a méh a szervezetben nem a hüvely közvetlen folytatása, hanem előrehajlik a húgyhólyag fölé, a méhnyak pedig hátrafelé, a hüvely hátsó fala, a keresztcsont felé hajlik (lásd a képet).

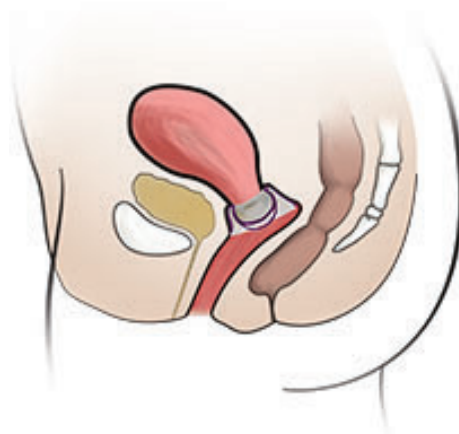
4. Lazítson a hüvelykujj és a középső ujj szorításán, hogy a FemCap kiülhasson.
5. A méhszájsapkát a peremet a köldök felé nyomva helyezheti fel a méhnyakra. Akassza be az ujját a perem elülső része mögötti vájatba, fordítsa át a méhszájsapkát, és húzza rá az elülső részét a méhnyakra, majd ugyanitt nyomja a méhszájsapkát a lehető legmélyebbre, hogy az elülső perem is felfeküdjön a hüvelyfalra.

6. Végezetül nyomja meg a méhszájsapka kupolaszerű részét (a méhszáj felé), és tartsa mintegy 10 másodpercig teljesen összenyomva. A méhszájsapka ezáltal végleg a helyére kerül, és kialakul a megfelelő nyomáshiány. Ezt követően jártassa körbe az ujját a peremen, hogy jobban illeszkedjen a hüvelyfalra.

- A méhszájsapka hátsó szélét a méhnyak mögé, a hátsó hüvelyboltozathoz kell juttatnia
- A méhszájsapkát a méhnyak mögé fordítva nyomja be mélyen az elülső részt
- A nyomáshiány létrehozásához nyomja meg a kupolaszerű részt

Ha hátrahajló a méhe, lehetséges, hogy a behelyezési műveletet saját anatómiai viszonyaihoz kell igazítani. Mindenesetre a következő érvényes:

Helyesen



- Több pozíció is megfelelő a méhszájsapka behelyezéséhez (fekve, guggolva, állva az egyik lábat székre helyezve). Tapasztalja ki, hogy melyik a legkényelmesebb, megoldás, majd a legmegfelelőbbet alkalmazza.

A FemCap használatával kapcsolatos kockázatok

Az alapvető tisztálkodási szabályok be nem tartása esetén hüvelyfertőzés vagy húgyúti gyulladás veszélye áll fenn.

Ezért a következőkre van szükség:

A FemCap behelyezése és kivétele előtt mosson alaposan kezét.

Legkésőbb a behelyezését követő 48 óra elteltével távolítsa el a FemCap-et.

Tartsa tisztán a FemCap-et.

Ne használja a FemCap-et menstruáció és hüvelyfertőzés esetén.

A szülést követően 10 hétig, vetélést követően 6 hétig ne használja.

Ne használja méhnyakrák esetén.

Nagyon ritka esetekben **toxikus sokk** szindróma léphet fel.

A szindrómát a Staphylococcus baktériumok által termelt toxinok okozzák. Ez a baktérium a hüvelyben anélkül is előfordulhat, hogy bármilyen tünetet okozna. A sokk abban az esetben fordulhat elő, ha a baktérium elszaporodik és a toxinok a véráramba kerülnek (erre menstruáció vagy hüvelyi fertőzés esetén kerülhet sor). Főleg jelentősen legyengült immunrendszerű személyek esetén súlyos egészségügyi állapot következhet be, amely azonnali orvosi beavatkozást igényel. A toxikus sokk szindróma tünetei: a hirtelen magas láz (a testhőmérséklet néhány percen belül 39°C fölé szökik), rosszullét, ájulás. Amennyiben Önél már előfordult a toxikus sokk szindróma, abban az esetben a FemCap használata határozottan nem javasolt.

A FemCap esetében mindeddig toxikus sokk szindróma egyetlen esete sem került dokumentálására. A FemCap bizonyos mértékig véd a méhnyakrákot okozó papillomavírussal szemben, ellenben nem nyújt védelmet sem a HIV vírussal, sem a legtöbb nemi betegséggel szemben.

Eltávolítás

1. A nemkívánt teherbeesés megelőzése érdekében a FemCap leghamarabb az aktust követő **hat óra elteltével** vehető ki!!! (a spermiumok a hüvely savas környezetében csak pár óráig életképesek, hat óra elteltével már nem mutatható ki élő spermium. Ezért fontos megvárni ezt az időtartamot. Ellenben a méhbe jutva a spermiumok akár 5 napig is életképesek)
2. A FemCap méhszájsapka a kupolaszerű részen található fül segítségével vehető ki. Akassza be az ujját a fülbe, forgassa el a FemCap-et, majd húzza ki a hüvelyből. A méhszájsapka elforgatásával megszünteti a kivételt esetlegesen megnehezítő vákuumot.
3. A fül könnyebb megfogása érdekében a kivétel előtt elforgathatja a FemCap-et.
4. A FemCap legkönnyebben guggolva vehető ki, esetleg a másik kezével nyomást fejthet ki az alhasi részre, hogy a méhnyak közelebb kerüljön a hüvelybemenethez.
5. **Ha nem éri el a fület, még a behelyezés előtt ráköthet egy pamutzsinórt.**
A zsinórt higiéniai okok miatt rendszeresen cserélje.

Tisztítás

Az általános tisztításhoz elegendő a használatot követően a FemCap-et langyos, szappanos vízben elmosni, majd erős vízszugárral leöblíteni, levegőn megszáritani, és visszahelyezni a dobozába. Szükség esetén a FemCap kifőzéssel, egészségügyi fertőtlenítőszerrel vagy mikroban gőzferőtlenítővel fertőtleníthető (pl sterilizáló tojás segítségével). Kifőzéskor a FemCap-nek egész idő alatt teljesen el kell merülnie. 3 percig 100°C fokos vízben forralja.

Behelyezési tippek

A fül rögzítésénél a FemCap fala vastagabb, és kevésbé rugalmas. Használja ki ezt a tulajdonságot a FemCap hüvelyen belüli mozgatásához. Behelyezéskor enyhén jobbra vagy balra forgathatja a FemCap-et annak függvényében, merre néz inkább a méhszáj (kisméretű nyílás a méhnyakon). A FemCap magabiztos, rutinos behelyezésének elsajátításához időre van szükség. A behelyezés gyakorlásakor próbáljon ki többféle pozíciót. Nem feltétlenül találja meg elsőre a legmegfelelőbbet. Amint kellő gyakorlatra tesz szert, a FemCap behelyezése már csak pár másodpercet vesz majd igénybe.

Figyelem!

Behelyezett FemCap-pel ne végezzen hüvelyöblítést. Soha ne használjon láthatóan sérült FemCap-et! A FemCap-re a Polgári Törvénykönyv szerinti jótállás vonatkozik. Higiéniai okokból a már használt FemCap cseréjére nincs mód. Kérjük, hogy bármilyen kérdés esetén vegye fel velünk a kapcsolatot! A FemCap méhszájsapka az érvényes európai jogi szabályozás szerinti megfelelőségi nyilatkozattal rendelkezik. A termék gyártására ISO 13485: 2003 minőségügyi standardokkal összhangban kerül sor.

Készült: USA. 0470

Magyarországi forgalmazó:

HoMe Kreatíva Kft.

Székhely: 2133 Sződliget, Kossuth Lajos utca 5.

www.hormonmentes.hu

Kérdés esetén írjon nekünk: info@hormonmentes.hu