

FEMI.EKO MENSTRUÁCIÓS DISZK – HASZNÁLATI UTASÍTÁS

Gratulálunk! A Femi.Eko megvásárlásával tettél egy lépést egy fenntartható világért!

A Femi.Eko menstruációs diszk magas minőségű, 100%-ban orvosi szilikonból készül, ami biokompatibilis, felületén nem tudnak megtapadni a baktériumok. Nem okoz irritációt, nem szívja magába a vézést. Nem tartalmaz dioxinokat és allergéneket, használata során nincsenek kellemetlen szagok, és a mindennapi általános tevékenységekben sem korlátoz semmilyen módon. Egyetlen univerzális méretben elérhető.

A diszk javasolt használati ideje 8 óra egy nap során, de legfeljebb egyhuzamban 12 órán át viselhető! A diszk megfelelő kezelés és tisztítás függvényében 2–5 éven keresztül át használható.



HOGYAN MŰKÖDIK?

A diszk hatékonyan összegyűjti a menstruációs vézést. Használata nem jár semmilyen kellemetlen szaggal vagy baktériumképződéssel, mivel a vér nem érintkezik a levegővel (mint pl. a tamponok, betétek esetében). Ugyanez igaz az irritációra is.

A tamponhoz hasonlóan szükséges a hüvelybe helyezni (összehajtván nem nagyobb egy tampon méreténél). Egyes kelyhekkel ellentétben nem képez vákuumot a hüvelyben, így könnyebb az eltávolítása is. Alkalmas bármilyen méhnyakállás esetén, akár spirált használó nőknek is.

A hüvelyben ferdén helyezkedik el a hüvelyboltozat alatt, felhelyezés után szétnyílik és rögzül a szeméremcsont mögött. Akár szexuális együttlét közben is viselhető, mivel nem foglal jelentős helyet a hüvelyben, így mindkét fél számára komfortos élményt nyújt – fogamzásgátlásra azonban nem alkalmas!

HASZNÁLATA

Fontos: első használat előtt, illetve minden menstruációs ciklus végén sterilizálni szükséges az eszközt!

1. Először is alaposan moss kezet. A diszk szintén legyen tiszta és steril.
2. Hajtsd félbe a diszket.
3. Tartsd erősen a mutató- és hüvelykujjad között. **A hüvelybemenetet elhagyva told tovább a diszket a hüvelybe a farkcsont irányába. A diszkek a szeméremcsont mögött kell elhelyezkednie, lefedve a méhnyakat.** Told olyan mélyre a hüvelyben, amennyire csak lehet.
4. **Eltávolítás esetén a legfontosabb szabály, hogy lazíts!** Az ujjaddal a hüvelybe nyúlva fogd meg a kihúzó gyűrűt. Finoman kezd el kihúzni a diszket. Ha esetleg nem éred el az eszközt, nyomj az alhasi izmaiddal (ahogyan wc-zés során).
5. Ürítsd ki a diszk tartalmát (javasoljuk, hogy a zuhanyzóban vagy a wc-csésze fölött végezd ezt). Alaposan öblítsd ki a diszket meleg vízzel, és mosd el az olajmentes tisztítószerrel. Ezután újra használhatod.
6. Amikor az aktuális menstruációs ciklusod végére értél, mosd el a diszket, és mindig fertőtlenítsd is. Ezután alapos szárítást követően a kis zsákban tudod tárolni a következő használatig.

TIPPEK ÉS TRÜKKÖK

- Az eltávolítást segítő gyűrűt nem szabad érezned az eszköz viselése közben (a gyűrűnek a hüvelyen belül kell elhelyezkednie). Amennyiben mégis érzed a gyűrűt, ellenőrizd, hogy elég mélyen feltoltad-e a diszket a méhnyak alá.
- Ne felejtse el eltávolítani a diszket 8–12 óránként. Beállíthatod magadnak emlékeztetőt is, hogy biztosan ne feledkezz meg róla!
- Ha esetleg kivételkor nem érnéd el a diszket, helyezkedj el egy másik pozícióban és próbáld meg újra.

TISZTÍTÁS ÉS FERTŐTLENÍTÉS

Minden használat után el kell mosni a diszket meleg vízzel, intim tisztítószerrel, vagy amennyiben nincs ilyened, natúr, olajmentes szappant is használhatsz. Tipp: rászáradt vérfoltokhoz használj egy puha kefért, akár egy erre rendszeresített fogkefét.

Első használat előtt szükséges sterilizálni az eszközt, valamint minden menstruációs ciklus végén. Forralj vizet egy edényben és tedd bele a diszket. Forrald 10 percig. (Vigyázz, a kemény víz vízkőlerakódást okozhat az eszközön!) Ügyelj rá, hogy az eszköz ne érjen hozzá az edény aljához. Adhatsz egy kis ecetet is a vízhez a vízkőlerakódás elkerülése és a fertőtlenítő hatás miatt.

A diszket optimális 2 évente cserélni, ugyanakkor akár 5 évig is biztonsággal használható megfelelő kezelés és tisztítás mellett.

FIGYELMEZTETÉSEK

- Semmiképp se használd a diszket 12 óránál hosszabb ideig! Javasoljuk 8 óra után cserélni!
- Ne használj a diszk anyagát károsító szereket, mint pl. teafaolajat, antibakteriális szappant, kézfertőtlenítőt, hidrogén-peroxidot és egyéb házi praktikákat.
- Ne használj a diszket, ha lázad vagy hányingered van az eszköz használata következtében.
- A diszk nem véd a teherbeeséstől és a szexuális úton terjedő betegségektől!
- Ne használj a diszket, ha bakteriális vagy gombás hüvelyi fertőzésed van.

Javasoljuk, hogy cseréld le a diszket egy újra, amennyiben:

- használtad hüvelyi fertőzés mellett
- beleejtetted a wc-be
- ragacsos vagy porszerű réteget észlelsz a felületén.

Érdemes konzultálni az orvosoddal a diszk használata előtt, ha:

- a közelmúltban volt szexuális úton terjedő fertőzésed vagy aktuálisan van
- nemrég estél át nőgyógyászati műtéten, szültél vagy elvetéltél
- szűz vagy és aggódsz a szűzhártyád épsége miatt.

GYÁRTÓ	FORGALMAZÓ
Femieko ApS. (Dánia) Bjerget 24, Varde, 6800 https://femieko.com/	HoMe Kreatíva Kft. Hormonmentes.hu 2133 Sződliget Kossuth Lajos u. 5. info@hormonmentes.hu