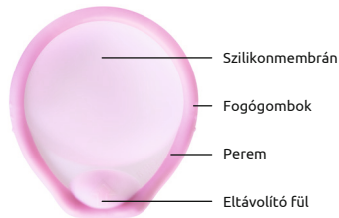


## Használati utasítás

**Alkalmazás előtt olvassa el a használati útmutatót.**

Az Ön Caya® diafragmája egyszerűen használható, biztonságos fogamzásgátló szer. Ez mindig egy pesszárium géllal (pl. Caya® géllal együtt) használandó. A Caya® diafragma a női anatómiának megfelelően lett kialakítva. Ezt a formát és méretet tudományosan határozták meg és így a legtöbb nőnek tökéletesen megfelel.

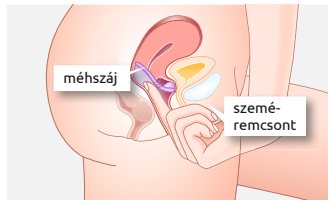
## Így néz ki az Ön Caya® diafragmája:



- **Szilikonmembrán:** betakarja a méhszájat, hogy a spermiumok ne tudjanak bejutni a méhbe.
- **Fogógombok:** megkönnyíti a behelyezést a hüvelybe.
- **Perem:** rugalmas, biztosítja a helyes helyzetet.
- **Eltávolító fül:** megkönnyíti a vaginából való kivételt.

## Hol fekszik a Caya® pesszárium a hüvelyben?

Teljes mértékben betakarja a méhszájat a vagina felső boltozatában.



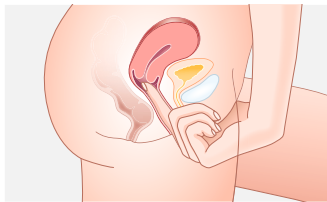
Az aktus során és utána a Caya® pesszárium megakadályozza, hogy a spermiumok bejussanak a méhbe.

**FIGYELEM:** Kérjük használja a pesszáriumot mindig valamilyen pesszárium géllal (pl. Caya® gél) együtt.

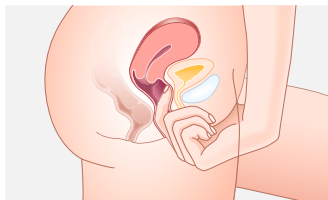
Az első használat előtt gyakorolja a pesszárium felhelyezését.

### Az első használat előtt:

- Ha lehetősége van rá, nézze meg az interneten, a [www.caya.eu](http://www.caya.eu) címen található videót.



- Tapogassa ki a méhszáját – ennek olyan a tapintása, mint egy orrhegynek.



- Tapogassa ki a szeméremcsontját is (a hüvelyben).

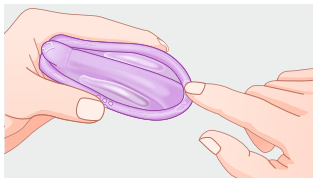
### Így helyezze fel a Caya® pesszáriumot:

**FIGYELEM:** A Caya® pesszáriumot közvetlenül az aktus előtt helyezze fel.

1. Vegye ki a Caya® pesszáriumot a dobozából. Az első alkalmazás előtt mossa le a Caya® pesszáriumot meleg vízzel és szappannal és törölje szárazra egy puha, tiszta törülközővel.
2. Helyezze a pesszárium gélt pl. a Caya® gél a membrán közepére (kb. 4 ml).



A könnyebb felhelyezés érdekében tegyen egy kis gélt a szélére is.



Nyomja össze a fogógomboknál fogva.

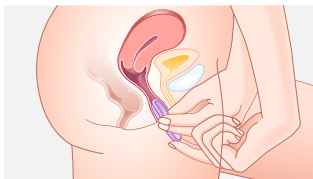
3. Helyezkedjen el egy kényelmes pozícióba: fekve, leguggolva vagy egyik lábát magasra téve.



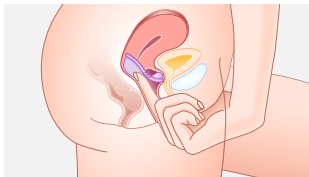
4. Tartsa a Caya® diafragmát egy kézzel. Hüvelyk és mutató ujj a fogógombokon, a peremnél legyen. A nyíl az Ön teste felé mutat.



5. A szabad kezével nyissa szét szeméremajkait. A hátsó hüvelyfal mentén helyezze be a diafragmát olyan mélyre, amilyen mélyre csak lehet (a tamponhoz hasonlóan).



6. Most ellenőrizze egy ujjal, hogy méhszáját a Caya® pesszárium membránja teljesen elfedi-e.



A méhszájnak teljesen lefedettnek kell lennie. Tapogassa ki a membránon keresztül, tapintása hasonló az orrhegyéhez.

Ha a méhszájat vagy a Caya®-t nem tudta kitapintani, vegye ki azt és helyezze fel újra.

A Caya® akkor fekszik helyesen, ha a méhszájat teljesen elfedi és a hüvely felső boltozatában, a szeméremcsont és a hüvely hátsó ürege közti mélyedésben van.

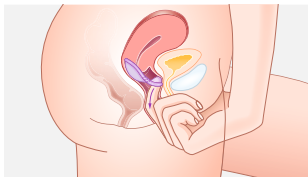


Ha mindkettőt ellenőrizte és a Caya® pesszárium helyesen fekszik, akkor Ön biztonságosan védett. Most közösülhet.

7. A közösülést követően a Caya® pesszáriumnak legalább 6 órán át a hüvelyben kell maradnia.

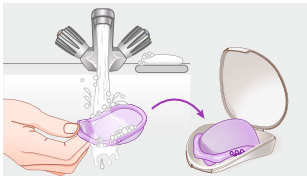
**FIGYELEM:** A Caya® pesszárium soha ne legyen megszakítás nélkül 24 óránál hosszabb ideig a hüvelyben, mert hüvelyi baktériumok szaporodását segítheti elő. Ezek a baktériumok Toxic Shock Syndrom-ot (»mérgezési sokk szindróma«, TSS) okozhatnak.

8. A kivételhez nyúljon egy ujjal a hüvelyébe és a Caya® diafragmát az eltávolító fűlnél húzza ki.



## Tisztítási és ápolási útmutató

9. A pesszáriumot minden egyes alkalmazást követően gondosan le kell mosni szappanos vízzel és ezt követően szárazra kell törölni egy puha, száraz törülközővel. A pesszáriumot nem szabad melegíteni szárítás céljából. Na használjon szintetikus tisztítószerket vagy szerves oldószereket. Vizsgálja meg a pesszáriumot minden egyes tisztítás után: kis lyukak és elvékonyodott felület nem lehet rajta és a gyűrű (perem) teljességgel be kell legyen vonva szilikonnal.



Hüvelyi fertőzés esetén használjon egy új Caya® diafragmát.

Megfelelő tisztítás és átlagos használat esetén a Caya® pesszárium két éven át alkalmazható. Ha a pesszárium elhasználódás, kopás jeleit mutatja, azonnal ki kell cserélni. Kérjük, ehhez jegyezze fel az első alkalmazás napját a pesszárium dobozára. Szilikonolaj tartalmú síkosító szerek kárt tesznek a szilikon alapú termékeken. Kérjük, az általunk ajánlott pesszárium gélt használja, vagy ha szükséges, vízben oldódó síkosító szert alkalmazzon. Tárolja a Caya® pesszáriumot a dobozában, ha nem használja.

10. Minden használat előtt ellenőrizze a Caya® pesszáriumát, hogy rendben van-e.

A Caya® pesszárium egy pesszárium géllal kombinálva biztonságos védelmet nyújt a nem kívánatos terhesség ellen. Egyetlen fogamzásgátló szer sem tud 100%-os védelmet nyújtani a nem kívánatos terhesség ellen. A Caya® nem nyújt védelmet a nemi betegségek ellen.

**FIGYELEM:** A Caya® pesszárium mindig gyermekektől távol tartandó.

## Használatkor soha se feledje:

- Mindig egy pesszáríum géllel kombinálva használja.
- Ellenőrzésként a méhszájat kítapogatni, hogy a Caya® pesszáríum teljesen befedi-e.
- Az utolsó aktus után legalább 6 óráig hagyja a hüvelyben.
- Soha ne legyen megszakítás nélkül 24 óránál hosszabb ideig a hüvelyben.

## Ellenjavallat:

- Használat a szülést követő első 6 héten belül.
- Ha ezelőtt 60,85 vagy 90 mm-es diafragmát használt.
- A medencefenék erős süllyedése / méhsüllyedés (prolaps) esetén.

## Forduljon orvoshoz / szülésznőhöz, ha:

- gondot okoz a Caya® pesszáríum megfelelő felhelyezése (ritka eset).
- hüvelyi gyógyszert egyidejűleg használni szeretne (ritka eset).
- alhasi vagy hüvelyműtéten esett át korábban (nagyon ritka eset).
- valaha kapott már mérgezési sokkot / Toxic Shock Syndrom (nagyon ritka eset).
- további, személyes gyógyászati kérdései vannak.

**FIGYELEM:** Amennyiben a Caya® pesszáríumot elfelejtette használni, vagyis védekezés nélkül közösült, haladéknél forduljon orvoshoz, hogy a sürgősségi fogamzásgátlást elvégezzék.

## Információk

info@hormonmentes.hu

<https://hormonmentes.hu>

## Műszaki adatok

### Anyag:

Szilikon (LSR), Poliamid 66 (PA66)

### Tartalma:

- egy darab Caya® pesszáríum
- használati utasítás
- tároló doboz



### FIGYELEM:

A Caya® pesszáríumot soha ne használja szilikonoljat tartalmazó síkosítóval. Csakis személyes használatra alkalmas. Más személynek nem szabad továbbadni.

Gyártási okoknál fogva a szín egyhén eltérő lehet. Ennek semmilyen hatása nincs a minőségre vagy a biztonságra.

## Gyakori kérdések

### Mennyire biztonságos a Caya pesszárium használata?

Nincs olyan fogamzásgátló eszköz, amely a nem kívánt terhességtől 100%-os biztonsággal megvédené. A Caya® pesszárium annyira biztonságos, mint egy klasszikus pesszárium. Minél gyakrabban használja a Caya® pesszáriumot, annál biztosabban fogja alkalmazni ezt a védőeszközt, és a védekezés annál nagyobb biztonságot nyújt Önnek.

### Hogyan győződhetek meg arról, hogy a Caya® pesszáriumot biztonságosan helyeztem fel, és az jól illeszkedik?

Tapogassa ki a leghosszabb ujjával (a leggyakrabban ez a középső ujj) a pesszárium megfelelő helyzetét: ellenőrizze, hogy a membrán takarja-e a méhszájat és az eltávolított fül pontosan a szeméremcsontja mögött van-e. Ha mindkét feltétel teljesül, Ön megfelelő módon, biztonságosan védett.

### Mennyi ideig használhatom a Caya® pesszáriumot?

A Caya® pesszárium az első használatba vételtől számított, legfeljebb 2 évig alkalmazható.

### Miért kell a Caya® pesszáriumnak a közösülés után 6 órán át a hüvelyben maradnia?

A spermiumok ennyi idő után már nem nemzőképesek. Ez a 6 óra szükséges ahhoz, hogy a nem kívánt terhességet elkerülje.

### Miért nem használhatom a Caya® pesszáriumot megszakítás nélkül 24 óránál hosszabb ideig?

A 24 óránál tovább tartó, egybefüggő használat elősegítené a hüvelyi baktériumok elszaporodását. Ezek a baktériumok toxikus sokk szindrómát (TSS) okozhatnak.

### A Caya® pesszáriummal egymás után többször is közösülhetek?

Igen, a Caya® bent maradhat a hüvelyben, de a behelyezett Caya® elé applikátorral újabb adag pesszárium gélrt tud felhelyezni.

### Használhatom-e a Caya® pesszáriumot a menstruáció alatt?

Ez elvileg lehetséges.

### Mit tegyek hüvelyi fertőzés esetén?

Hüvelyi fertőzés (pl. gomba) esetén a megfelelő kezelés céljából forduljon az orvosához! A kezelés ideje alatt NE pesszáriumot, hanem gumióvszert használjanak a védekezésre! Kezelés befejezése után használjon új Caya® pesszáriumot.

### Használhatok-e síkosító anyagot a Caya® pesszáriummal egyidőben?

Igen, de CSAK vízbázisú síkosítót használjon. A Caya® pesszáriummal együtt szilikonolajat tartalmazó síkosítót használni TILOS. A pesszárium

gélek és a síkosítók együttes használatáról nem készültek klinikai tanulmányok. Ezért a pesszáríum gélek hatékonyságának esetleges csökkenését nem lehet kizárni. Alternatívaként a Caya® gélt is használhatja síkosítónak. Tejsavból és cellulózból készült és nem tartalmaz parabéneket.

A Caya® pesszáríum használható szilikonolajjal bevont óvszerrel együtt.

### **A partnerem érzékelheti-e a Caya® pesszáríumot?**

Ez nagyon valószínűtlen.

Ritkán előfordulhat, hogy a pesszáríum szélét megérezheti a partnere.

### **Befolyásolhatja-e a Caya® pesszáríum a nemi vágyat?**

A felhasználók a hormonális fogamzásgátlókkal szemben jobb libidóról tudósítottak.

### **Mit tegyek, ha a Caya® a közösülés közben fájdalmat okoz?**

Ellenőrizze ujjával, hogy a Caya® a megfelelő helyzetben van-e. Amennyiben a Caya® pesszáríum továbbra is fájdalmat okoz, keresse fel az orvosát.

### **Berepedhet-e, elszakadhat-e a Caya®?**

Olyan eset nem ismert, amely során a Caya® diafragma megsérült volna.

### **Miként fokozhatom a Caya® pesszáríum használatával elérhető biztonságot?**

Nagyon fontos, hogy a pesszáríumot a helyes módon használjuk egy pesszáríum géllal (pl. Caya® géll) együtt. A pesszáríumot mindig a közösülés előtt, és sohasem a közösülés alatt helyezzük fel.

### **Ki lehet főzni vagy fertőtleníteni a Caya® diafragmát?**

Használat után elegendő, ha a Caya®-t vízzel és szappannal megtisztítja. Fertőtlenítő szerek használata nem szükséges és nem is javallott. Kifőzése alapján véve lehetséges. Egy hüvelyfertőzés után vegyen új Caya® pesszáríumot.