

Nous sommes très contents que vous ayez choisi une coupe hygiénique Yuuki.

La coupe Yuuki est fabriquée dans un matériau en silicone médical et sa forme garantit une utilisation confortable.

Au cas où vous n'auriez aucune expérience, il est possible que vous rencontriez de petits problèmes lors des premières applications. N'ayez pas peur. Il faut un certain temps d'adaptation jusqu'à ce que vous trouviez votre propre façon d'utiliser confortablement la coupe.

Avant d'utiliser la coupe hygiénique Yuuki, lisez attentivement le mode d'emploi.

#### AVANT L'APPLICATION

Pour un essai concluant, ne coupez pas l'extrémité – la queue qui sert à une meilleure prise lors de l'enlèvement. Après essai, avec le temps, vous pourrez réduire la queue à la longueur souhaitée. En coupant la queue, faites l'attention à ne pas endommager la coupe! Avant chaque début d'un cycle menstruel, il est important de faire bouillir votre coupe Yuuki dans l'eau bouillante pendant une durée de cinq minutes au minimum. Ainsi, vous détruisez les bactéries. Dans le récipient pour l'immersion de la coupe, il faut qu'il y ait assez d'eau. La coupe doit être parfaitement recouverte! S'il y a trop peu d'eau dans le récipient, la coupe pourrait subir une déformation.

#### APPLICATION DE LA COUPE



Avant l'application de la coupe lavez-vous les mains et repliez la coupe. Trouvez une position confortable. Les pliages de la coupe les plus courants sont illustrés sur les figures. Nous recommandons la position demi-fléchie comme meilleure position pour l'application. Ensuite, introduisez la coupe repliée dans le vagin de sorte que le fond de la coupe se trouve environ à 1 cm de l'entrée vaginale. Après l'introduction, la coupe doit se déployer parfaitement et s'appliquer à la paroi vaginale.

Sinon, ne paniquez pas. Prenez la queue de la coupe et orientez la coupe correctement. Une autre variante réside dans un arrêt de la coupe à l'aide de l'auriculaire. S'il y a un problème lors de l'application de la coupe, cela peut-être dû au fait qu'elle est trop sèche. Il vaut mieux introduire la coupe mouillée ou vous pouvez aussi utiliser un gel lubrifiant à base d'eau.

Il est possible qu'après les premières applications la coupe coule un peu car le bord de la coupe ne s'adapte pas parfaitement à la paroi vaginale. Cette situation est tout à fait courante et chaque femme s'adapte pour une application correcte. Vous verrez qu'avec un peu de patience vous obtiendrez une totale satisfaction.

#### ENLEVEMENT DE LA COUPE

Les menstruations de chaque femme sont différentes. C'est pourquoi il est impossible de déterminer avec précision un enlèvement ainsi qu'un vidage de la coupe. Le cycle courant de la vidange varie entre 4 et 8 heures. Procédez aussi à l'enlèvement de la coupe en même position qu'à l'application. Saisissez le fond renforcé de la coupe aux entailles ou à l'extrémité renforcée. Pressez la coupe légèrement afin que la surpression se libère, et enlevez-la. Lors de l'enlèvement, vous pouvez vous aussi vous aider par une contraction des muscles vaginaux. Videz la coupe, lavez-la à l'eau et appliquez la à nouveau. Si vous lavez la coupe avec du savon, n'utilisez que des produits neutres adaptés pour cela. Parfois, il arrive que vous n'ayez pas d'eau à proximité. Dans ce cas, prenez une petite bouteille d'eau pour le nettoyage ou nettoyez la coupe avec une serviette en papier. Faites attention à ce que ne restent pas dans la coupe des restes en papier de la serviette.

#### NETTOYAGE DE LA COUPE

Les soins à apporter à la coupe Yuuki sont simples. Il faut conserver la coupe dans l'emballage original ou la conserver dans un endroit sec et bien ventilé. Ne jamais stocker la coupe dans des emballages imperméables comme dans des sachets en feuille plastique. Avant chaque utilisation vérifiez que les petits trous autour du périmètre de la coupe ne soient pas bouchés. Il y en a quatre et ils servent à la détente de la sous-pression. Vous pouvez nettoyer les petits trous avec une épingle mais faites attention à ne pas endommager la coupe!

#### SOLUTION DES PROBLEMES

Au moindre problème médical lors de l'utilisation de la coupe hygiénique, consultez immédiatement votre médecin. Vous trouverez d'autres recommandations sur nos pages Internet [www.yuuki.cz](http://www.yuuki.cz)

Nous vous souhaitons une totale satisfaction avec l'utilisation de la coupe Yuuki.

#### YUUKI

Křižanská 1  
460 10 Liberec  
CZECH REPUBLIC

[yuuki@email.cz](mailto:yuuki@email.cz)  
[www.yuuki.cz](http://www.yuuki.cz)