

Мы рады, что Вы выбрали менструальную чашечку Yuuki

Чашечка Yuuki изготовлена из медицинского силикона, а её форма гарантирует удобство применения.

Если у Вас нет опыта использования менструальной чашечки, то не исключено, что при первом введении у Вас могут возникнуть небольшие проблемы. Не переживайте. Для того , чтобы научиться обращаться с чашечкой, достаточно немного времени.

Прежде, чем начнёте пользоваться менструальной чашечкой Yuuki, прочитайте внимательно инструкцию.

ПЕРЕД ВВЕДЕНИЕМ

Не следует отрезать удлинённый кончик чашечки прежде, чем Вы научитесь уверенно её вводить, так как кончик служит для более удобной манипуляции при удалении.

Приобретя навык, Вы можете постепенно укоротить кончик до желаемой длины. Осторожно, не повредите чашечку, отрезая кончик!

Перед каждым началом менструального цикла необходимо чашечку Yuuki прокипятить в воде в течение пяти минут. Так Вы уничтожите бактерии. Следите за тем, чтобы в посуде, в которой будете кипятить чашечку, было достаточное количество воды. Чашечка должна быть полностью погружена в воду! Если в посуде будет мало воды, то чашечка может деформироваться.



ВВЕДЕНИЕ ЧАШЕЧКИ

Перед собственно введением чашечки вымойте руки. Теперь потренируйтесь правильно складывать чашечку и найдите удобное для Вас положение. Наиболее распространённые способы складывания чашечки изображены на рисунках. Для наиболее удобного введения чашечки рекомендуем присесть. Сложенную чашечку вставьте во влагалище так, чтобы дно чашки было ок. 1 см от входа во влагалище.

Вставленная чашечка должна полностью расправиться так, чтобы она прилегала к стенкам влагалища. Если сразу не получилось - не отчаивайтесь. Возьмите чашечку за ножку и попробуйте её немного повернуть. Второй вариант - обведите чашечку средним пальцем. Если у Вас возникают проблемы с введением чашечки из-за того, что она слишком сухая, то намочите чашечку в воде или используйте лубрикант на водной основе. Вполне возможно, что после первого введения будет чаша немного протекать, так как края чашечки не прилегают полностью к стенкам влагалища. Такая ситуация является совершенно нормальной, и каждая женщина должна приобрести навыки правильного введения чашечки. Увидите, что необходимая толика терпения быстро окупится.

УДАЛЕНИЕ ЧАШЕЧКИ

У каждой женщины менструальный цикл протекает с разной интенсивностью. Поэтому точное время удаления и опорожнения чашечки определить невозможно. Обычный цикл опорожнения чашечки колеблется в пределах 4-8 часов. Удалять чашечку следует в том же положении, как и её введение. Возьмите чашечку за утолщённое доньшко с рубчиками или за удлинённый кончик. Слегка сожмите чашечку, чтобы нарушить эффект вакуума и удалите её. При извлечении Вы можете помочь себе, сжимая мышцы влагалища. Опорожните чашечку, вымойте её водой и снова введите. Если вы моете чашечку с мылом, то следует пользоваться только нейтральными средствами, предназначенными для этой цели.

Иногда может случиться, что у Вас не будет доступа к воде. В таком случае следует носить с собой небольшую бутылочку с водой для ополаскивания или чашечку очистить бумажной салфеткой. Следите за тем, чтобы на чашечке не остались клочки бумажной салфетки.

УХОД ЗА ЧАШЕЧКОЙ

Чашечка не требует сложного ухода. Следует содержать её в чистоте и хранить в подлинной упаковке или на сухом месте с доступом воздуха. Чашечку не следует хранить в герметичных упаковках, таких как, например, пластиковые пакеты. Перед каждым использованием проверьте, не засорились ли отверстия по периметру чашечки. Эти четыре отверстия служат для удаления эффекта вакуума. Отверстия можно прочистить, например, булавкой, но осторожно, чтобы не была повреждена сама чашечка!

РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМ

Если во время использования менструальной чашечки у Вас возникнут какие-либо проблемы со здоровьем - обратитесь к своему врачу. Другие советы Вы найдёте на нашем сайте www.yuuki.cz

Желаем Вам с удовольствием пользоваться чашечкой Yuuki.

YUUKI

Křžanská 1
460 10 Liberec
CZECH REPUBLIC

yuuki@email.cz
www.yuuki.cz