

INTIMINA™

Lily Cup™ Line

BEDIENUNGSANLEITUNG





Lily Cup™



Lily Cup™ Compact



Lily Cup™ One

Vielen Dank, dass Sie sich für Lily Cup™ entschieden haben. Bitte nehmen Sie sich einen Augenblick Zeit, um diese Gebrauchsanweisung für Lily Cup™ zu lesen. Einen kompletten Überblick über das Produkt finden Sie auf www.intimina.com

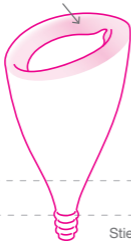
Lily Cup™ ist eine ultra-weiche Menstruationstasse aus medizinischem Silikon für den größtmöglichen Schutz während Ihrer Periode.

Lily Cup™ Compact hat den zusätzlichen Vorteil faltbar zu sein und ist somit leicht zu transportieren; so sind Sie auch unterwegs vor unliebsamen Überraschungen sicher!

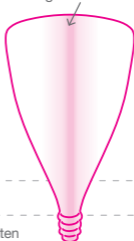
Lily Cup™ One bietet Erstanwenderinnen einen einfachen Einstieg in die Welt der Menstruationstassen. Mit Lily Cup™ One ist die Periode von Anfang bis Ende ein Kinderspiel

Die in dieser Gebrauchsanweisung enthaltenen Informationen und Tipps sind nicht als ärztliche Empfehlung zu verstehen. Sollten Sie gynäkologische oder medizinische Bedenken haben, raten wir Ihnen, vor Benutzung der Lily Cup™ Ihren Arzt zu konsultieren.

Überlaufschutz



Verstärkung für leichtes Einführen



Unterseite der
Menstruationstasse

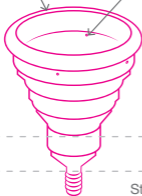
Stiel zum einfachen Halten



Falls Lily Cup™ zu lang für Sie ist, können Sie ohne Bedenken den dreifach geriffelten Stiel bündig unterhalb des dritten Rings abschneiden – so dass noch ein Ring für leichteres Entfernen übrig bleibt.

Überlaufschutz

Entlüftungslöcher



Ultra-weiches,
medizinisches
Silikon

Unterseite der
Menstruationstasse

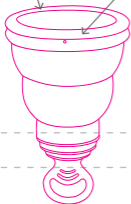
Stiel zum einfachen Halten



Falls Lily Cup™ Compact zu lang für Sie ist, können Sie ohne Bedenken den geriffelten Stiel bündig unterhalb des dritten Rings abschneiden – so dass noch zwei Ringe für leichteres Entfernen übrig bleiben.

Auslaufsicherer Doppelrand

Entlüftungslöcher



Ultra-weiches,
medizinisches
Silikon

Unterseite der
Menstruationstasse

Ringe für leichtes
Entfernen!



Falls Lily Cup™ One zu lang für Sie ist, können Sie die Ringe einfach stutzen für einen kürzeren Schaft.

Vorbereitungen

Um Lily Cup™ korrekt anzuwenden, bedarf es anfänglich etwas Übung, es wird jedoch von Anwendung zu Anwendung einfacher und komfortabler. Besonders wichtig ist es, die Lily Cup™ vor und nach jedem Gebrauch zu reinigen. (Details hierzu finden Sie auf Seite 15 unter 'Reinigung und Pflege')



Waschen Sie Ihre Hände gründlich mit Seife und Wasser bevor Sie Lily Cup™ verwenden.



Vor der ersten Anwendung tauchen Sie Lily Cup™ für 5 bis 8 Minuten in kochendes Wasser.

Falzmöglichkeiten

Variante 1 (Für alle Lily Cup™)



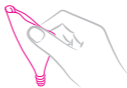
1. Halten Sie die Lily Cup™ aufrecht, den höheren Rand von Ihnen abgewandt.



2. Drücken Sie mit dem rechten Zeigefinger den unteren Rand Ihrer Lily Cup™ nach unten.



3. Rollen Sie Ihre Lily Cup™ straff nach oben.



4. Führen Sie nun das zugespitzte Ende zuerst ein.

Variante 2 (Nur für Lily Cup™)



1. Halten Sie die Unterseite der Lily Cup™ fest.



2. Drücken Sie die Öffnung flach zusammen, den höheren Rand von Ihnen abgewandt.



3. Rollen Sie Ihre Lily Cup™ straff nach oben.



Rollen Sie die Lily Cup™ auf die Größe eines Tampons

4. Vor dem Einführen fest zusammenhalten.

Variante 3 (Für die Lily Cup™ One und Lily Cup™ Compact)



1. Halten Sie die Unterseite der Lily Cup™ Compact fest.



2. Drücken Sie die Öffnungen flach zusammen.



3. Falten Sie Lily Cup™ Compact zusammen.

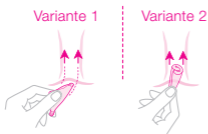


4. Vor dem Einführen fest zusammenhalten.

Bedenken Sie bitte bei der Wahl einer Faltechnik, dass jeder Körper unterschiedlich ist. Wählen Sie die Einführ-Möglichkeit, die für Sie am angenehmsten und effektivsten ist.

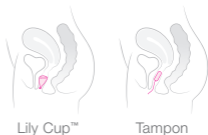
Einführen

Begeben Sie sich in eine leichte Hockposition und entspannen Sie Ihre Beckenbodenmuskeln. Verwenden Sie gegebenenfalls etwas Gleitgel auf Wasserbasis um das Einführen zu erleichtern.



Die Lily Cup™ wird nicht so weit wie ein Tampon eingeführt. Das Stielende sollte ca. 1,5 cm über Ihrer Vaginalöffnung sitzen.

Gehen Sie wie beim Einführen eines Tampons vor. Führen Sie die Tasse Richtung Steißbein ein bis der Stiel nicht mehr herausragt. Der höhere Rand sollte dabei in Richtung Ihres Rückens platziert sein (Nur für Lily Cup™).



Wie Sie ein Auslaufen verhindern

Egal welche Faltechnik Sie anwenden, versichern Sie sich nach dem Einführen, dass sich die Öffnung der Lily Cup™ komplett entfaltet hat. Drücken Sie sanft das untere Ende der Lily Cup™ (nicht den Stiel), um sie zu öffnen.

Um ein Auslaufen zu verhindern, stellen Sie sicher, dass die Lily Cup™ ein Vakuum bildet.

Zur Kontrolle des Vakuums gibt es mehrere Möglichkeiten:

- Drehen Sie die Lily Cup™ leicht nach links und rechts
- Bewegen Sie die Menstruationstasse leicht auf und ab, vor und zurück
- Fahren Sie mit Ihrem Finger rund um die Lily Cup™, um sicher zu stellen, dass sie sich entfaltet hat
- Ziehen Sie sanft an der Lily Cup™. Wenn Sie sich nicht bewegt, hat sich das Vakuum gebildet

Entfernen und Entleeren

Sie können Lily Cup™ bis zu 8 Stunden tragen. Wir empfehlen die Tasse 2-3 Mal innerhalb von 24 Stunden zu entleeren. Abhängig von der Stärke Ihrer Menstruation werden Sie schnell herausfinden, wie oft Sie am besten Ihre Tasse entleeren.

Bitte waschen Sie Ihre Hände gründlich vor dem Entfernen und begeben Sie sich in eine leicht hockende Position (z.B. über der Toilette oder dem Bidet).



Entspannen Sie sich und drücken Sie die Tasse mit Hilfe Ihrer Beckenbodenmuskeln nach unten. Greifen Sie den Stiel und ziehen Sie die Tasse langsam herunter.



Sobald Sie den Boden der Tasse sanft fühlen können, drücken Sie die Basis zusammen, um das Vakuum zu lösen. Falls sich die Tasse nur schwer lösen lässt, schieben Sie die Tasse vorsichtig von Seite zu Seite.



Ziehen Sie langsam den Stiel nach unten. Wenn Sie fühlen, dass Sie die Unterseite fast ganz heraus gezogen haben, halten Sie die Tasse leicht angewinkelt, um nichts zu verschütten.

Entsorgen Sie die Menstruationsflüssigkeit in der Toilette, reinigen Sie Ihre Tasse und führen Sie sie wieder ein (siehe, 'Reinigung und Pflege' auf Seite 15). Falls es nicht möglich sein sollte die Lily Cup™ sofort zu reinigen, führen Sie sie wieder ein. Achten Sie dabei lediglich auf saubere Hände.

Wie ist vorzugehen, wenn ich meine Lily Cup™ nicht entfernen kann?

Bleiben Sie ruhig, wenn Sie Ihre Menstruationstasse nicht entfernen können – es ist normal, wenn Sie damit anfänglich Schwierigkeiten haben. Da Lily Cup™ bis zu 12 Stunden getragen werden kann, ist keine Eile geboten. Versuchen Sie durch mehrmaliges Anspannen Ihrer Beckenbodenmuskeln die Menstruationstasse weiter nach unten zu befördern. Folgen Sie den Anweisungen zur Entfernung und entspannen Sie sich, um den Vorgang zu erleichtern.

Sollten Sie weiterhin Bedenken haben, wenden Sie sich bitte an Ihren behandelnden Arzt.

Wie Sie Ihre Größe bestimmen

Woher weiß ich die richtige Lily Cup™ -Größe?

Da der Körper einer Frau während ihres Lebens verschiedene Veränderungen durchmacht, ist die Lily Cup™ in zwei verschiedenen Größen erhältlich. Lily Cup™ wurde für maximalen Tragekomfort entwickelt und sollte bei der Anwendung nicht zu spüren sein. Sollten Sie ein unangenehmes Tragegefühl verspüren, müssen Sie vielleicht eine andere Größe wählen.

Wählen Sie eine andere Größe, wenn:

- Sie Größe A tragen und das Gefühl haben, Ihre Tasse nimmt Ihre Regelblutung nicht zuverlässig auf und/oder wiederholt Flecken auftreten, dann wechseln Sie zu Größe B.
- Sie Größe B tragen und Schwierigkeiten beim Einführen haben und/oder während der Anwendung ein unangenehmes Tragegefühl verspüren, dann wechseln Sie zu Größe A.
- Falls Ihnen die Länge von Lily Cup™ unangenehm ist, kann Lily Cup™ Compact eventuell besser geeignet sein.

Größenbestimmung

Lily Cup™

Lily Cup™
Compact

Lily Cup™ *One*

Größe A

- Ich habe noch nicht entbunden
- Ich habe per Kaiserschnitt entbunden



Größe B

- Ich habe natürlich entbunden
- Ich habe einen schwachen Beckenboden



Eine Größe

- Die perfekte Einsteigertasse



Reinigung und Pflege

Korrekte Reinigung und Aufbewahrung von Lily Cup™ stellt sicher, dass Sie das Produkt mehrere Jahre verwenden können.

Erste Anwendung	Tauchen Sie Ihren Lily Cup™ für 5 bis 8 Minuten vollständig in kochendes Wasser. Nicht ohne Wasser kochen.
Regelmäßige Anwendung	Waschen Sie Lily Cup™ vor und nach jeder Anwendung entweder mit milder Seife, heißem Wasser oder einem speziell hierfür hergestellten Reinigungsmittel. Spülen Sie die Menstruationstasse gründlich ab, um Reste von Seife oder Reinigungsmitteln zu entfernen, die sonst zu Reizungen führen können. Für eine noch gründlichere Reinigung können Sie die Tasse so oft wie gewünscht in kochendes Wasser legen. Falls Sie keinen unmittelbaren Zugang zu Wasser haben (z.B. in einer öffentlichen Toilette), leeren Sie Ihre Lily Cup™ und wischen Sie sie lediglich mit einem Taschentuch oder Toilettenpapier aus und führen Sie sie wieder ein. Sie können sie dann bei nächster Gelegenheit auswaschen.

Lagerung

Wir empfehlen die Lagerung von Lily Cup™ in der mitgelieferten anti-bakteriellen Aufbewahrungstasche oder Aufbewahrungsschutz.

Achtung: Bitte verwenden Sie keinen Essig, scharfe Reinigungsmittel, Substanzen auf Öl-Basis, Teebaumöl, Alkohol oder Bleiche, um Ihre Lily Cup™ zu reinigen. Bitte wenden Sie sich mit Fragen zu Reinigungsmitteln an customercare@intimina.com

Toxisches Schocksyndrom

TSS ist zwar eine seltene, jedoch schwere Krankheit, die tödlich verlaufen kann und mit folgendem in Verbindung steht zu hohe Saugfähigkeit und längere Verwendung von Tampons. Zu den Symptomen können plötzlich auftretendes hohes Fieber, Erbrechen, Durchfall, Schwindel, Ohnmacht und ein Ausschlag wie ein Sonnenbrand gehören. Wenn Sie eines dieser Symptome aufweisen, während Sie Lily Cup™ verwenden, entfernen Sie diese und kontaktieren Sie sofort Ihren Arzt. Frauen, die ein toxisches Schocksyndrom erlebt haben, sollten keinerlei inneren Schutz verwenden, einschließlich Menstruationscups. Lily Cup™ ist nur für den Gebrauch während der Menstruation bestimmt. Achten Sie darauf, dass Sie Ihre Hände und Ihre Tasse vor und nach jedem Gebrauch gründlich mit warmem Wasser und Seife reinigen.

Warnungen und Empfehlungen

- Lily Cup™ ist kein Verhütungsmittel und schützt weder vor Schwangerschaft noch vor sexuell übertragbaren Krankheiten. Entfernen Sie Lily Cup™ vor dem Geschlechtsverkehr.
- Unterbrechen Sie die Anwendung von Lily Cup™ bei Schmerzen oder Beschwerden und wenden Sie sich an Ihren behandelnden Arzt.
- Außerhalb der Reichweite von Kindern und Tieren aufbewahren.
- Ersetzen Sie Ihre Lily Cup™ beim Auftreten von Rissen, Löchern oder einer öligen Schicht. Leichte Farbveränderungen sind normal und können im Laufe der Zeit auftreten. Verfärbungen schränken die Anwendung oder Sicherheit von Lily Cup™ nicht ein. Setzen Sie Lily Cup™ nicht offenem Feuer aus.
- Lily Cup™ muss beim Urinieren oder Stuhlgang nicht entfernt werden.
- Bitte benutzen Sie Lily Cup™ nicht, wenn Sie bereits das Toxische Schocksyndrom (TSS) hatten.

Sollten Sie weitere Fragen oder Bedenken haben und mehr Informationen über Intimina-Produkte benötigen, besuchen Sie bitte www.intimina.com oder schicken Sie eine E-Mail an customercare@intimina.com

Haftungsausschluss: Die Verwendung von Lily Cup™ erfolgt auf eigenes Risiko. Weder Intimina noch die Vertriebshändler des Unternehmens übernehmen die Verantwortung oder Haftung für die Verwendung von Lily Cup™.

Kann zu Verbesserungszwecken ohne vorherigen Hinweis verändert werden.

© 2021 LELOi AB. Alle Rechte vorbehalten.

Hersteller: Suzhou Armocon Technology Co. Ltd. 3-5 / F 77 SuHong Middle Road, SIP, 215027 Jiangsu, China

Vermarktung: LELOi AB, Karlavägen 41, 114 31 Stockholm, Schweden

Herkunftsland: China

www.intimina.com