

INTIMINA™

Lily Cup™

INSTRUKCJA OBSŁUGI





Lily Cup™



Lily Cup™ Compact



Lily Cup™ One

Lily Cup™

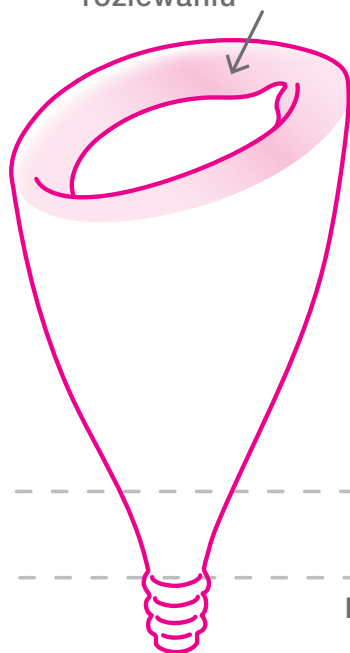
Dziękujemy, że wybrałaś Lily Cup™. Prosimy poświęć chwilę na przeczytanie tej instrukcji obsługi przed użyciem Twojego kubeczka lub aby mieć pełną informację o produkcie odwiedź www.intimina.com.

Lily Cup™ to ultra miękki kubeczek menstruacyjny wielokrotnego użytku wykonany z silikonu medycznego zapewniający najbezpieczniejszą ochronę podczas miesiączki.

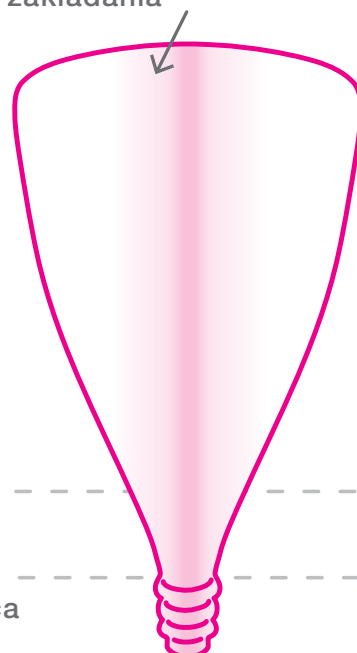
Lily Cup™ Compact ma dodatkową zaletę: możliwość składania, co ułatwia przenoszenia go ze sobą, aby Twój okres już nigdy Cię nie zaskoczył!

Informacje i porady zawarte w niniejszej instrukcji obsługi nie są poradą medyczną. Jeśli masz jakiegokolwiek problemy ginekologiczne lub medyczne, radzimy skontaktować się z lekarzem przed użyciem kubeczka Lily Cup™.

Krawędź zapobiegająca rozlewaniu



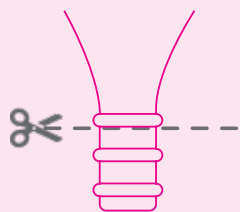
Wzmocnienie dla łatwiejszego zakładania



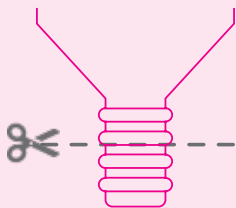
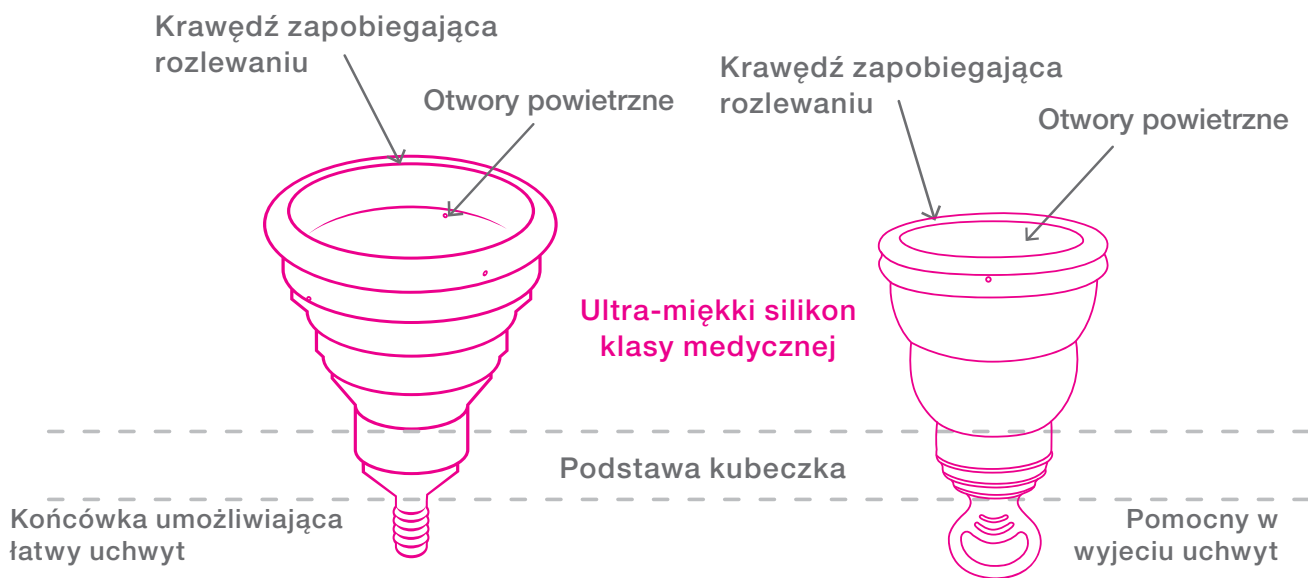
Ultra-miękki silikon
klasy medycznej

Podstawa kubeczka

Końcówka umożliwiająca
łatwy uchwyt



Jeśli stwierdzisz, że końcówka Lily Cup™ jest za dla Ciebie za długa, możesz bezpiecznie przyciąć końcówkę tuż poniżej trzeciego pierścienia - pozostawiając 1 pierścień dla wygodnego trzymania kubeczka.



Jeśli stwierdzisz, że końcówka Lily Cup™ Compact jest za dla Ciebie za długa, możesz bezpiecznie przyciąć końcówkę tuż poniżej trzeciego pierścienia - pozostawiając 2 pierścienie dla wygodnego trzymania kubeczka.



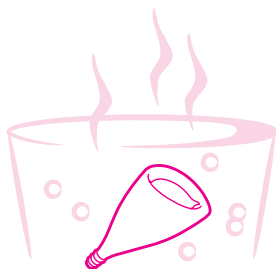
Jeśli okaże się że kubeczek Lily One™ jest dla Ciebie za długi, możesz bezpiecznie przyciąć pętelkę na jego końcu.

Pierwsze kroki

Przed pierwszym użyciem, całkowicie zanurz Lily Cup™ we wrzącej wodzie na 5 do 8 minut. Nauczenie się korzystania z Lily Cup™ na początku wymaga pewnej praktyki, ale przy kolejnych aplikacjach stanie się łatwiejsze i bardziej komfortowe. Przed i po każdym użyciu należy dokładnie wyczyścić Lily Cup™ (szczegółowe informacje znajdują się w części Czyszczenie i pielęgnacja” na str. 32). “



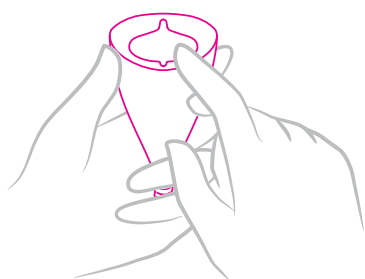
Przed użyciem kubeczek Lily Cup™ umyć ręce wodą z mydłem.



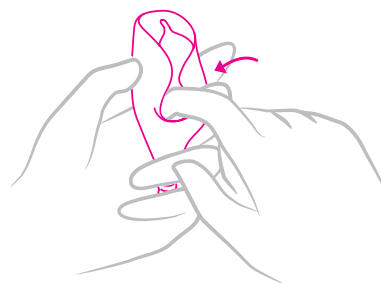
Kubeczek Lily Cup™ zanurz całkowicie we wrzącej wodzie na 5 do 8 minut.

Jak zwinąć kubeczek Lily Cup™

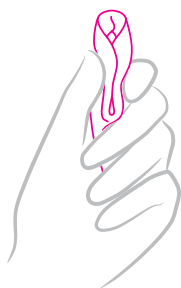
1. Opcja (dla kubeczka Lily Cup™ i Lily Compact Compact™)



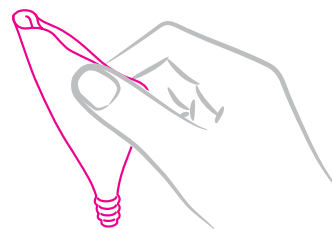
1. Trzymaj kubeczek pionowo, niższą częścią krawędzi bliżej Ciebie



2. Użyj prawego palca wskazującego, aby nacisnąć kubeczek od strony niższej krawędzi i złoż kubeczek wzdłuż na pół

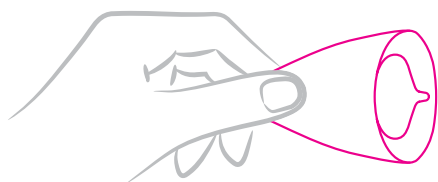


3. Mocno przytrzymaj złożony kubeczek.

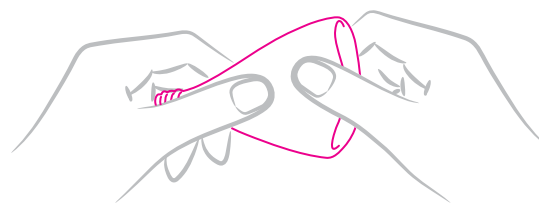


4. Włóż kubeczek, wprowadzając najpierw najbardziej wystającą część jego krawędzi.

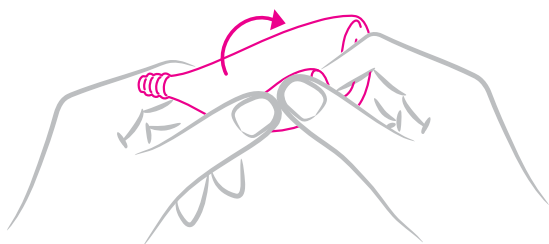
2. Opcja 2 (tylko dla Lily Cup™)



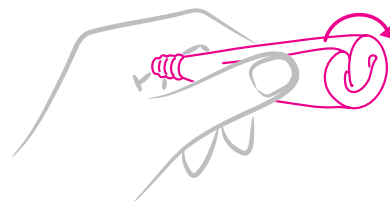
1. Przytrzymaj kubeczek za podstawę.



2. Wyższą częścią krawędzi bliżej Ciebie.



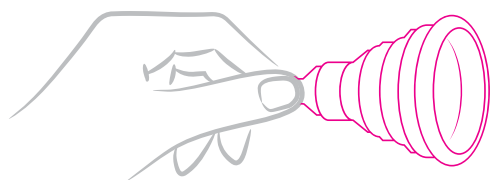
3. Spłaszcz otwór kubeczka mocno go ściskając.



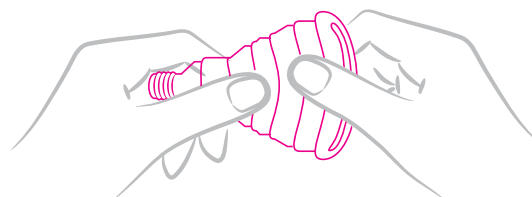
4. Trzymaj mocno przed włożeniem.

**Zroluj
kubeczek
do rozmiaru
tamponu**

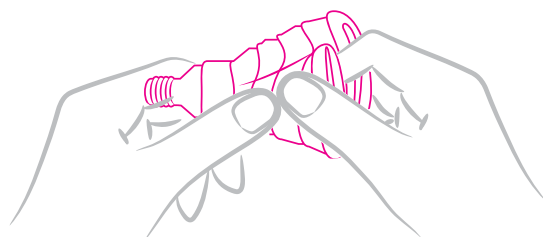
3. Opcja (tylko dla Lily Cup™ Compact)



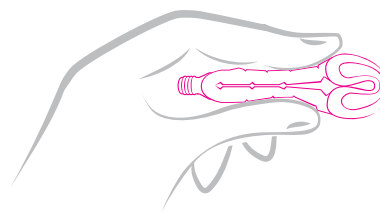
1. Przytrzymaj kubeczek za podstawę.



2. Spłaszcz otwór kubeczka.



3. Złóż na pół.

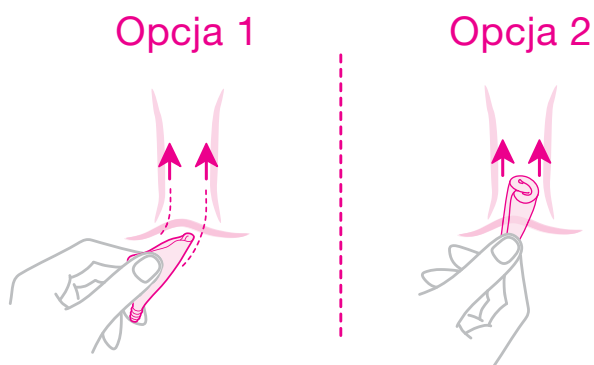


4. Przytrzymaj mocno przed włożeniem.

Przy wyborze techniki wprowadzania kubeczka należy pamiętać, że każde ciało jest inne. Wybierz opcję, która jest najbardziej komfortowa i skuteczna dla Ciebie.

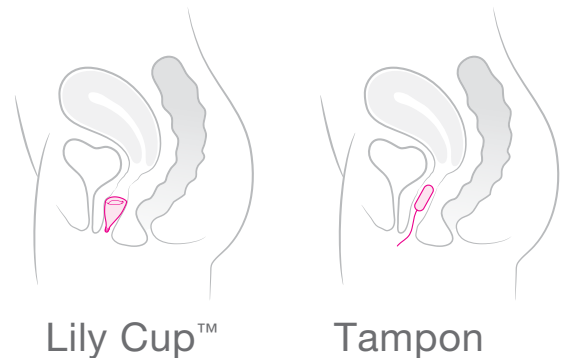
Jak założyć kubeczek

Usiądź na toalecie lekko pochylając się do przodu lub przykucnij i zrelaksuj mięśnie pochwy. Jeśli to konieczne, zastosuj środek nawilżający na bazie wody u wejścia do pochwy, aby zapewnić sobie dodatkowy komfort.



Kubeczek Lily Cup™ umieszczany jest w niższej pozycji niż tampon. Końcówka kubeczka powinna znajdować się około 1,5 cm nad wejściem do pochwy.

Podobnie jak w przypadku tamponu, skieruj kubeczek w kierunku kości ogonowej i wsuń go do środka pochwy. Wyższa krawędź Lily Cup™ powinna być umieszczona od strony pleców.



Jak uniknąć przeciekania

Niezależnie od techniki składania, bardzo ważne jest, aby upewnić się, że kubeczek całkowicie otworzył się po włożeniu.

Delikatnie ściśnij podstawę kubeczka (nie trzon), aby go otworzyć w ciełe. Aby uniknąć plamienia, upewnij się, że kubeczek Lily Cup™ jest założony szczelnie i dopasowany do ciała.

Istnieje wiele sposobów zapewnienia właściwego uszczelnienia:

- Obróć kubeczek lekko w lewo i w prawo.
- Poruszaj kubeczkiem w górę i w dół, w tył i w przód.
- Przesuń palcem dookoła kubeczka, aby upewnić się, że jest otwarty.
- Lekko pociągnij kubeczek w dół. Jeśli się nie porusza, jest założony szczelnie.

Jak wyjąć i opróżnić kubeczek

Możesz używać kubeczka Lily Cup / Lily Cup Compact do 12 godzin, zalecamy opróżnienie kubeczka 2-3 razy w ciągu 24 godzin. W zależności od nasilenia Twojego krwawienia miesięczkowego, szybko zorientujesz się, jak często powinnaś opróżniać kubeczek.

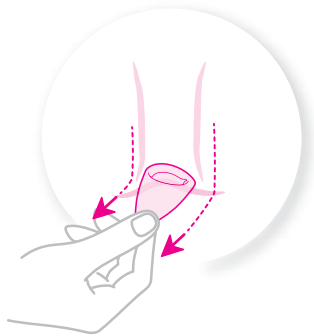
Aby usunąć kubeczek, umyj ręce i kucnij lub usiądź w lekko pochylonej pozycji, np. na toalecie.



Rozluźnij ciało i użyj mięśni pochwy, aby delikatnie wypchnąć kubeczek. Złap jego końcówkę i powoli pociągnij w dół.



Kiedy poczujesz podstawę kubeczka, lekko ją naciśnij, aby rozszczełnić mocowanie kubeczka. Jeśli masz z tym trudność, delikatnie przesunij kubeczek z boku na bok.



Delikatnie pociągnij końcówkę do dołu i kiedy poczujesz, że trzon kubeczka jest prawie na zewnątrz, lekko go zagnij, aby uniknąć wycieku.

Wylej zawartość kubeczka do toalety, umyj go wodą i załóż ponownie (patrz 'Czyszczenie i pielęgnacja' na str. 32). Jeśli nie masz możliwości wyczyszczenia kubeczka, możesz założyć go ponownie bez umycia, o ile Twoje ręce są czyste.

Co należy zrobić, jeśli masz trudności z wyjęciem Lily Cup™?

Nie przejmuj się, jeśli nie możesz wyjąć kubeczka - bardzo często na początku pojawiają się niewielkie trudności z jego usunięciem. W lekko pochylonej pozycji, użyj delikatnych wypychających ruchów mięśni pochwy aby przesunąć kubeczek niżej. Postępuj zgodnie z instrukcją wyjmowania kubeczka i zrelaksuj swoje ciało, ponieważ ułatwi to proces.

Jeśli masz jakiegokolwiek dodatkowe obawy zawsze skontaktuj się z lekarzem.

Jaki rozmiar wybrać?

Jak dobrać właściwy rozmiar Lily Cup™?

Ponieważ ciało kobiety przechodzi wiele zmian w ciągu życia, kubeczek Lily Cup™ jest dostępny w dwóch różnych rozmiarach. Lily Cup™ został stworzony dla maksymalnego komfortu i nie powinnaś go wogóle czuć w trakcie używania. Jeśli odczuwasz dyskomfort, być może powinnaś zmienić jego rozmiar.

Zmień rozmiar, jeśli:

- Używasz rozmiaru A i czujesz, że Twój kubek nie zabezpiecza prawidłowo Twojego miesięczkowego przepływu i / lub doświadczasz ciągłego plamienia, wtedy zmień rozmiar na B.
- Używasz rozmiaru B i trudno Ci jest go założyć i / lub czujesz dyskomfort podczas używania, wtedy zmień rozmiar na A.
- Jeśli Lily Cup™ jest dla Ciebie trochę za długi, wtedy kubeczek Lily Cup™ Compact może być dla Ciebie odpowiedniejszy.

Tabela rozmiarów

	Lily Cup™	Lily Cup™ Compact	Lily Cup™ One
<p>Rozmiar A</p> <ul style="list-style-type: none">• Nie rodziłam• Rodziłam poprzez cesarskie cięcie			<p>Rozmiar uniwersalny</p> <ul style="list-style-type: none">• Idealny kubeczek menstruacyjny dla początkujących!
<p>Rozmiar B</p> <ul style="list-style-type: none">• Rodziłam drogą naturalną• Mam słabsze mięśnie dna miednicy			

Czyszczenie i pielęgnacja

Właściwe czyszczenie i przechowywanie Twojego kubeczka Lily Cup™ zapewni, że będzie Ci służył wiele lat. Wymień swój kubeczek, jeśli zauważysz jakiegokolwiek pęknięcia, przebicia lub lepką warstwę na silikonie. Nieznaczne odbarwienie jest normalne i może wystąpić z czasem. Nie wpływa to na działanie ani bezpieczeństwo Lily Cup™.

Pierwsze użycie	Kubeczek Lily Cup™ zanurz całkowicie we wrzącej wodzie na 5 do 8 minut.
Regularnie użycie	Regularnie myj kubeczek Lily Cup™ przed i po każdym użyciu delikatnym mydłem z gorącą wodą lub specjalnym preparatem przeznaczonym do czyszczenia. Dokładnie wypłucz, aby usunąć pozostałości mydła lub preparatu czyszczącego, ponieważ może to spowodować podrażnienie. W celu dokładniejszego oczyszczenia, gotuj swój kubeczek tak często, jak chcesz. Jeśli nie masz dostępu do wody (np. w łazience publicznej) po prostu opróżnij kubeczek, wytrzyj go chusteczką i załóż ponownie. Możesz go umyć dokładniej w najbliższym dogodnym czasie.

Przechowywanie

Zalecamy przechowywanie kubeczka Lily Cup™ w dołączonym woreczku antybakteryjnym lub pudełku ochronnym.

Uwaga: Nie używaj octu, drażniących środków czyszczących, substancji na bazie ropy naftowej, oleju z drzewa herbacianego, alkoholu ani substancji wybielających do czyszczenia kubeczka Lily Cup™.

Jeśli masz pytania odnośnie środków czyszczących, których należy unikać napisz do: customercare@intimina.com

Zespół Wstrząsu Toksycznego

Kubeczek miesięczkowy jest używany od lat 30-tych i nigdy nie był związany z Zespołem Wstrząsu Toksycznego. Jest to rzadka, ale poważna choroba, która może być śmiertelna i jest kojarzona z wysoką chłonnością i przedłużonym użyciem tamponów. Objawy mogą obejmować nagłą gorączkę, wymioty, biegunkę, zawroty głowy, omdlenia i wysypka przypominająca oparzenie słoneczne. Jeśli zauważysz jakiegokolwiek niepokojące objawy podczas korzystania z kubeczka Lily Cup™, wyjmij go i niezwłocznie skontaktuj się z lekarzem.

Ostrzeżenia i zalecenia

- Lily Cup™ nie jest środkiem antykoncepcyjnym i nie zapobiegnie ciąży i / lub chorobom przenoszonym drogą płciową. Usuń Lily Cup™ przed stosunkiem płciowym.
- Przestań używać kubeczka i skonsultuj się z lekarzem, jeśli doświadczasz bólu lub dyskomfortu podczas korzystania z Lily Cup™.
- Chronić przed dziećmi i zwierzętami.
- Nie wystawiaj kubeczka Lily Cup™ na źródło otwartego ognia.
- Kubeczek Lily Cup™ nie musi być usuwany w celu oddania moczu ani wypróżnienia.
- Nie używaj Lily Cup™, jeśli doświadczyłaś Zespołu Wstrząsu Toksycznego.

Jeśli masz dodatkowe pytania lub wątpliwości i chciałabyś dowiedzieć się więcej o produktach firmy Intimina wejdź na: www.intimina.com lub wyślij wiadomość bezpośrednio do działu obsługi klienta: customercare@intimina.com.

Oświadczenie: Użytkownicy korzystający z Lily Cup™ robią to na własne ryzyko. Ani firma Intimina, ani sprzedawcy detaliczni nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za używanie Lily Cup™.

Model może ulec zmianie bez wcześniejszego powiadomienia.

© 2017 LELOi AB. Wszelkie prawa zastrzeżone.

Wyprodukowano przez: Suzhou Armocon Technology Co Ltd, 3-5 / F, nr 77
Suhong Middle Road, SIP, 215027 Jiangsu, Chiny

Siedziba: LELOi AB, Birger Jarlsgatan 22, 114 34 Sztokholm, Szwecja

www.intimina.com