

INTIMINA™

Ziggy Cup™

MANUEL D'UTILISATION



Ziggy Cup™

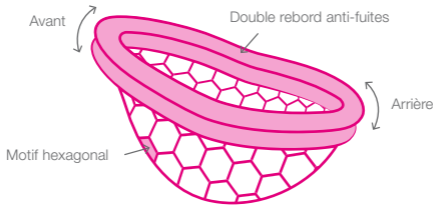
Merci d'avoir choisi la Ziggy Cup™. Veuillez prendre quelques instants pour lire ce manuel avant d'utiliser votre coupe ou rendez-vous sur www.intimina.com pour une vue d'ensemble du produit.



La coupe menstruelle Ziggy Cup™ est réutilisable, extra plate et son silicone médical ultra doux fin comme un pétale vous garantit un confort total pendant vos règles.

Les conseils et informations indiqués dans ce manuel ne représentent en aucun cas un avis médical. Si vous avez le moindre problème gynécologique ou médical, nous vous conseillons de demander l'avis de votre médecin avant d'utiliser la coupe menstruelle Ziggy Cup™.

Design ultra fin



Silicone médical ultra doux

Pour commencer

Apprendre à utiliser la coupe menstruelle Ziggy Cup™ vous demandera un peu d'entraînement au début, mais avec l'habitude, son utilisation deviendra plus facile et plus confortable. Il est essentiel de bien nettoyer votre Ziggy Cup™ avant et après chaque utilisation (voir la section "nettoyage et entretien" p8).



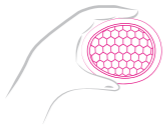
Lavez-vous soigneusement les mains à l'eau et au savon avant d'utiliser votre Ziggy Cup™.



Avant la première utilisation, immergez complètement votre Ziggy Cup™ dans l'eau bouillante pendant 5 à 8 minutes.

La Ziggy Cup™ se positionne parfaitement sous le col de l'utérus afin de collecter le flux. Nous vous conseillons de commencer par trouver votre col de l'utérus en insérant un doigt propre dans votre vagin. Au toucher, le col de l'utérus s'apparente au bout du nez.

Comment la plier



1. Repérez l'arrière de la coupe, et tenez cette partie au plus près de vous.



2. Utilisez le pouce et l'index pour rapprocher les côtés de la coupe l'un contre l'autre de façon à former un 8.

Comment l'insérer

Accroupissez-vous ou asseyez vous sur les toilettes et détendez les muscles de votre vagin. Vous pouvez aussi appliquer du lubrifiant à base d'eau à l'entrée du vagin pour plus de confort.



Insérez d'abord le rebord arrière de la coupe et utilisez votre index pour pousser la coupe à l'intérieur du vagin aussi loin que cela reste confortable. Orientez la coupe vers l'arrière et légèrement vers le bas de façon à ce que le rebord se place juste derrière le col de l'utérus.

Glissez le rebord avant derrière votre os pubien pour positionner correctement la coupe autour de votre col de l'utérus afin de collecter le flux.



Éviter les fuites

Il est important de s'assurer que le rebord arrière de la coupe est bien positionné derrière le col de l'utérus et que le rebord avant est bien placé derrière l'os pubien. Une fois la coupe correctement placée, vous ne la sentirez plus du tout.

Pour vérifier que la coupe est bien en place, glissez un doigt jusque sous la coupe afin de sentir votre col de l'utérus au travers et de vous assurer ainsi qu'il est bien positionné dans la coupe. Déplacez ensuite votre doigt sur le rebord avant pour vous assurer que celui-ci est bien placé derrière l'os pelvien et qu'il n'y a pas d'espace entre le rebord et la paroi vaginale.

La Ziggy Cup™ ne bloquant pas le canal vaginal, elle peut être portée pendant les rapports sans que vous ne la sentiez. La Ziggy Cup™ n'est pas un contraceptif et n'empêchera ni les IST ni de tomber enceinte.

Comment la retirer et la vider

Vous pouvez porter la Ziggy™ Cup pendant jusqu'à 8 heures. Nous recommandons de la vider 2 à 3 fois par période de 24 heures. En fonction de votre flux menstruel, vous saurez bientôt la fréquence à laquelle vous devez vider la coupe.

Pour la retirer, lavez-vous les mains puis mettez-vous en position accroupie ou asseyez-vous sur les toilettes.



Détendez-vous, insérez votre doigt et placez-le derrière le rebord avant de la coupe.



Tirez doucement sur la coupe tout en la maintenant bien à l'horizontal pour éviter toute fuite.

Jetez le contenu dans les toilettes, lavez la coupe, et réinsérez-la (voir "nettoyage et entretien" p8). Si vous n'avez aucun moyen de la nettoyer, vous pouvez la réinsérer sans la laver du moment que vos mains sont propres.

Que faire en cas de difficulté à retirer votre Ziggy Cup™ ?

Si vous ne parvenez pas à retirer votre coupe, restez calme, c'est très fréquent au début. En position accroupie, détendez tout votre corps afin de faciliter le processus et retirer la coupe plus facilement.

Si vous rencontrez d'autres problèmes, contactez votre médecin.

Nettoyage et entretien

Nettoyer et ranger soigneusement votre Ziggy Cup™ vous garantira qu'elle dure plus longtemps. Remplacez votre coupe si vous constatez la moindre coupure, déchirure, ou si une couche collante ou grasse se forme sur le silicone. Une légère décoloration est normale et pourra apparaître avec le temps. Elle n'affecte en rien le bon fonctionnement et la sûreté de la Ziggy Cup™.

First Use	Immergez complètement votre Ziggy Cup™ dans l'eau bouillante pendant 5 à 8 minutes. Ne pas laisser bouillir jusqu'à évaporation complète.
Utilisation régulière	Lavez votre Ziggy Cup™ avant et après chaque utilisation avec de l'eau et du savon ou un nettoyant spécifique. Rincez abondamment pour éliminer toute présence de savon ou résidu de nettoyant afin d'éviter les irritations. Pour un nettoyage plus intensif, faites bouillir votre coupe aussi souvent que vous le désirez. Si vous n'avez pas accès à de l'eau (dans les toilettes publiques par exemple) videz la coupe, essuyez-la avec du papier toilette et réinsérez-la. Vous pourrez la nettoyer à un autre moment plus approprié.

Rangement

Nous recommandons de ranger votre Ziggy Cup™ dans l'étui ultra hygiénique fourni.

Attention : Veuillez n'utiliser aucun nettoyant abrasif, de substances à base de pétrole, huile de théier, ou blanchissant pour nettoyer votre Ziggy Cup™.

Syndrome du Choc Toxique

Le SCT est une maladie rare très grave, possiblement mortelle, en lien avec une utilisation prolongée de tampons et une absorption élevée. Les symptômes sont fièvre sévère soudaine, vomissements, diarrhée, vertiges, évanouissements et rougeur à la manière d'un coup de soleil. Si vous observez le moindre de ces symptômes au cours de l'utilisation de votre Ziggy Cup™, retirez-la immédiatement et contactez votre médecin. Les femmes ayant déjà été victime du syndrome du choc toxique devraient éviter l'utilisation de toute forme de protection périodique interne, y compris les coupes menstruelles. La Ziggy Cup™ doit être utilisée uniquement durant vos règles. Lavez-vous soigneusement les mains à l'eau chaude et au savon avant et après chaque utilisation.

Avertissements et recommandations

- A Ziggy Cup™ n'est pas un contraceptif et n'empêchera ni grossesse ni contraction d'une IST
- Cessez immédiatement l'utilisation de la coupe et contactez un médecin si vous rencontrez la moindre douleur ou le moindre inconfort durant l'utilisation de la Ziggy Cup™
- Laissez hors de portée des enfants et des animaux
- N'exposez pas la Ziggy Cup™ directement au feu
- La Ziggy Cup™ n'a pas besoin d'être retirée pour uriner ou aller à la selle
- N'utilisez pas la Ziggy Cup™ si vous avez eu un SCT dans le passé

Si vous avez la moindre question ou le moindre problème, ou si vous souhaitez en savoir plus sur les produits Intimina, rendez-vous sur www.intimina.com ou écrivez à customercare@intimina.com

Clause de non responsabilité : Les utilisatrices de la Ziggy Cup™ le font à leurs propres risques. Ni Intimina ni ses revendeurs ne peuvent être tenus responsables quant à l'utilisation de la Ziggy Cup™.

Le model peut être modifié pour amélioration sans préavis.

© 2020 LELOi AB. Tous les droits sont réservés.

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

Mise sur le marché: LELOi AB, Karlavägen 41, 114 31 Stockholm, Suède

Pays d'origine: Chine

www.intimina.com