

INTIMINA™

Lily Cup™ Line

MANUALE D'USO





Lily Cup™



Lily Cup™ Compact



Lily Cup™ One

Lily Cup™

Grazie per aver scelto Lily Cup™. E adesso prenditi un minuto per leggere questo libretto di istruzioni prima di usare la tua coppetta; per saperne di più e avere un'idea generale del prodotto, vai su www.intimina.com

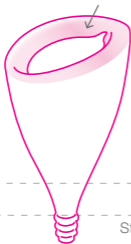
Lily Cup™ è una coppetta ultra morbida e riutilizzabile per il contenimento del flusso mestruale, fatta di un silicone ipoallergenico per offrirti la massima protezione durante il ciclo mestruale.

Lily Cup™ Compact ha una caratteristica in più: è pieghevole, così è più facile portarla con sé. L'inizio delle mestruazioni non sarà mai più un'emergenza!

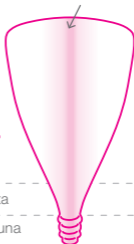
Lily Cup™ One è stata progettata appositamente per le principianti: è di un design unico, si inserisce facilmente ed è dotata di un anello che ne facilita l'estrazione.

Le informazioni e i consigli di utilizzo contenuti nel presente manuale non intendono presentarsi come informazioni mediche. Nel caso in cui tu abbia dubbi di natura medica o ginecologica, consigliamo di consultare il medico di fiducia prima di usare la Lily Cup™.

Doppio bordo anti perdite



Nervatura per un facile inserimento



Silicone
per uso medico,
ultra morbido

Base della coppetta

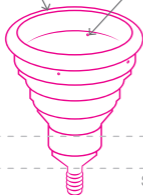
Stelo scanalato per una
facile presa



Se ritieni che la Lily Cup™ sia troppo lunga per te, puoi tagliare lo stelo subito sotto la terza scanalatura, in modo da avere una scanalatura per la presa della coppetta.

Doppio bordo anti perditre

Fori per il passaggio dell'aria



Silicone
per uso medico,
ultra morbido

Base della coppetta

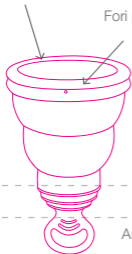
Stelo scanalato per una
facile presa



Se ritieni che la Lily Cup™ Compact sia troppo lunga per te, puoi tagliare lo stelo subito sotto la terza scanalatura, in modo da avere due scanalature per la presa della coppetta.

Doppio bordo anti perdite

Fori per il passaggio dell'aria



**Silicone
per uso medico,
ultra morbido**

Base della coppetta

Anello per un'estrazione
più facile



Se la tua Lily Cup™ One è troppo lunga, puoi accorciarla tagliando l'anello dal gambo.

Per iniziare

Imparare a usare Lily Cup™ richiederà un po' di pratica all'inizio, ma usandola volta dopo volta, diventerà sempre più facile e comoda. È importante lavare la tua Lily Cup™ prima e dopo ogni utilizzo (per maggiori dettagli, vedi la sezione "Pulizia e manutenzione", pag. 15).



Lavarsi con cura le mani usando acqua e sapone prima di usare la tua Lily Cup™.



Al primo utilizzo, immergere completamente Lily Cup™ in acqua bollente per 5-8 minuti.

Come piegarla

Opzione 1 (per tutte le Lily Cup™)



1. Tenere la coppetta verticale con il bordo alto in posizione opposta a te.



2. Usa l'indice della mano destra per spingere in giù il bordo più basso.



3. Tieni saldamente tra le dita il corpo della coppetta.



4. Inserisci per prima l'estremità appuntita.

Opzione 2 (solo per Lily Cup™)



1. Impugna la base della coppetta.



2. Appiattisci l'apertura con il bordo alto rivolto in posizione opposta a te.



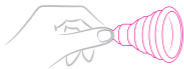
3. Arrotola saldamente la coppetta verso l'alto.



Arrotolarla portandola alle dimensioni di un assorbente interno.

4. Tienila saldamente prima di inserirla.

Opzione 3 (solo per Lily Cup™ Compact e Lily Cup™ One)



1. Impugna la base della coppetta.



2. Appiattisci l'apertura.



3. Piega a metà.

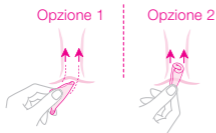


4. Tienila saldamente prima di inserirla.

Quando si sceglie una tecnica di piegatura, ricordarsi che ciascun corpo è diverso. Scegli il modo di inserimento che sia il più comodo ed efficace per te.

Come inserirla

Piega leggermente le gambe e rilassa i muscoli vaginali. Se necessario, applicare un po' di lubrificante a base di acqua sull'apertura vaginale per dare sollievo.



La Lily Cup™ si posiziona più in basso rispetto a un assorbente interno. La parte terminale dello stelo dovrebbe collocarsi a 1,5 cm all'interno dell'apertura vaginale.

Come si fa con gli assorbenti interni, inclinare la coppetta verso l'osso sacro e inserirla verso l'alto fino a che lo stelo non sia all'interno della vagina. Il bordo più alto della coppetta dovrebbe trovarsi verso la parte posteriore del corpo (solo per Lily Cup™).



Per evitare le perdite

Qualunque sia la tecnica di piegatura utilizzata, è estremamente importante assicurarsi che il bordo superiore della coppetta si apra completamente una volta che sia stata inserita. Premere delicatamente la base della coppetta (non lo stelo) per farla aprire all'interno del corpo.

Per evitare di macchiarsi, assicurati che si sia formata una sigillatura tra le pareti vaginali e Lily Cup™.

Ci sono molti modi per far sì che si formi una sigillatura:

- Ruotare la coppetta leggermente a destra e a sinistra
 - Muovere la coppetta su e giù, avanti e indietro
 - Far scorrere un dito sulla coppetta per assicurarsi che sia aperta
 - Premere leggermente verso il basso sulla coppetta
- Se non si muove, il sigillo si è formato

Come rimuoverla e svuolarla

Si può tenere la coppetta Lily Cup™ fino a 8 ore; si raccomanda di svuotarla 2-3 volte nell'arco della giornata. A seconda della quantità di flusso mestruale e aumentando la frequenza d'uso della coppetta nel tempo, ti diventerà sempre più facile capire quando bisogna svuotarla.

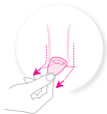
Per rimuovere la coppetta, lavarsi le mani e piegare leggermente le gambe.



Rilassare il corpo e usare i muscoli vaginali per spingere delicatamente la coppetta verso l'esterno, afferrare lo stelo e tirare lentamente.



Una volta che si riesce a sentire la base della coppetta, premere delicatamente la base per rilasciare la tenuta del sigillo. Se hai difficoltà a far rilasciare la tenuta del sigillo, muovi delicatamente la coppetta da una parte all'altra.



Tira delicatamente lo stelo verso il basso e quando senti che la base è quasi uscita, inclinala leggermente per evitare fuoriuscite.

Getta il fluido mestruale nel water, lava la coppetta e reinseriscila (vedi "Pulizia e manutenzione" a pag. 86). Se non è possibile pulire la coppetta, puoi reinserirla senza lavarla, purché tu abbia le mani pulite.

Cosa fare nel caso in cui tu abbia difficoltà a rimuovere la tua Lily Cup™?

Resta calma se non riesci a rimuovere la coppetta: è normale avere un po' di difficoltà all'inizio. Piega leggermente le gambe e fai una serie di spinte delicate, dirette verso il basso usando i muscoli vaginali per far abbassare la coppetta. Segui le istruzioni per rimuovere la coppetta, e rilassa il corpo; questo aiuta a rendere più facile tutto il procedimento.

In caso di ulteriori dubbi, contatta sempre il tuo medico di fiducia.

Quale misura devo scegliere?

Come conoscere la misura corretta della tua Lily Cup™?

Siccome le mestruazioni sono diverse per ogni donna, Lily Cup™ è disponibile in due diverse misure. Lily Cup™ è progettata per darti il massimo della comodità e non si deve sentire quando si indossa. In caso di fastidi o scomodità, potrebbe essere necessario cambiare la misura.

Cambia la misura se:

- Stai usando una misura A e senti che la coppetta non raccoglie bene il flusso mestruale e/o si verificano perdite o macchie; in questo caso è meglio cambiare e scegliere la misura B
- Stai usando una misura B e trovi difficile inserirla e/o senti fastidi o scomodità durante l'uso: in questo caso, scegli la misura A
- Nel caso in cui la tua Lily Cup™ risultasse un po' lunga, Lily Cup™ Compact può essere più adatta a te

Size guide

Lily Cup™

Lily Cup™
Compact

Lily Cup™ *One*

Size A

- I have not given birth
- I have given birth by Caesarean



Size B

- I have given birth naturally
- I have a weaker pelvic floor



One Size

- Perfect for beginners



Pulizia e manutenzione

Conserva la tua Lily Cup™ sempre pulita e in un luogo fresco e asciutto, si manterrà per molti anni. Sostituisci la coppetta se noti tagli o perforazioni o la formazione di uno strato oleoso/appiccicoso sul silicone. Con il passare del tempo è normale che si verifichi un leggero scolorimento, questo non compromette la funzionalità e la sicurezza della Lily Cup™.

Al primo utilizzo	Immergere completamente la Lily Cup™ in acqua bollente per 5-8 minuti, ma senza far evaporare l'acqua.
Utilizzo regolare	Lavare la tua Lily Cup™ prima e dopo ogni utilizzo con sapone leggero e acqua calda o con un detergente apposito. Sciacquare accuratamente per rimuovere eventuali residui di sapone, per evitare che siano causa di irritazioni. Per una pulizia più completa, lava la coppetta in acqua bollente ogni volta che vuoi. Se non hai la possibilità di sciacquare la coppetta sotto l'acqua corrente, basterà svuotarla e pulirla con un fazzoletto prima di reinserirla. E lavarla alla prima occasione.

Conservazione

Consigliamo di conservare la tua Lily Cup™ nella sua bustina anti batterica o nell'apposita custodia di protezione.

Attenzione: Non usare aceto, detersivi aggressivi, sostanze a base di gel di petrolio, olio dell'albero del tè, soluzioni alcoliche o candeggianti per pulire la tua Lily Cup™. In caso tu abbia domande su quali saponi o detersivi da evitare, puoi contattare un esperto all'indirizzo: customercare@intimina.com

Sindrome da shock tossico

La sindrome da shock tossico è una condizione rara, ma molto seria, che può addirittura essere fatale; questa sindrome è stata associata all'utilizzo prolungato di assorbenti interni. I sintomi possono includere improvvisa febbre alta, vomito, diarrea, vertigini, svenimento e irritazione epidermica simile all'insolazione. In caso uno di questi sintomi si manifestasse durante l'utilizzo di Lily Cup™, rimuovi la coppetta e contatta il tuo medico immediatamente.

Le donne che hanno sofferto della sindrome da shock tossico non dovrebbero utilizzare alcun tipo di protezione interna, incluse le coppette mensurali. Lily Cup™ è stata progettata per essere utilizzata solamente durante il ciclo mestruale. Prima e dopo ciascun utilizzo, assicurati di detergere a fondo con acqua calda e sapone sia le mani che la coppetta mestruale.

Avvertenze e raccomandazioni

- Lily Cup™ non è un contraccettivo e non previene gravidanze e/o malattie sessualmente trasmissibili. Togliere Lily Cup™ prima di avere rapporti sessuali
- In caso di dolore o fastidio durante l'uso di Lily Cup™ interrompere l'uso e rivolgersi a un medico di fiducia
- Tenere Lily Cup™ fuori dalla portata di bambini o animali
- Non esporre o avvicinare la coppetta a fiamme libere
- Non è necessario rimuovere Lily Cup™ per urinare o defecare
- Non fare uso di Lily Cup™ se hai avuto la TSS

In caso di ulteriori domande o dubbi, e se vuoi avere maggiori informazioni sui prodotti Intimina, ricordati di consultare il sito www.intimina.com oppure invia una mail direttamente a customercare@intimina.com.

Avvertenza: Le utilizzatrici di Lily Cup™ lo fanno a proprio rischio. Sia Intimina sia i suoi rivenditori declinano eventuali responsabilità per l'uso di Lily Cup™.

Al modello possono essere apportate modifiche e miglioramenti senza preavviso.

© 2021 LELOi AB. Tutti i diritti riservati.

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

Mette in commercio: LELOi AB, Karlavägen 41, 114 31 Stoccolma, Svezia

Paese di origine: Cina

www.intimina.com