

Drago nam je da ste se odlučili za Yuuki menstrualnu čašicu. Yuuki čašica je napravljena od medicinskog silikona, a njen oblik osigurava udobno korišćenje. Ako nemate iskustva s menstrualnim čašicama, možda ćete na samom početku imati malo poteškoća. Ne brinite! Potrebno je samo malo vežbe.

Pre nego što počnete da koristite Yuuki menstrualnu čašicu, pažljivo pročitajte ovo uputstvo.

PRE UMETANJA

Nakon prvih nekoliko korišćenja, radi udobnosti, donji nastavak čašice možete postepeno skratiti na željenu dužinu. Budite oprezni kod skraćivanja nastavka, kako ne bi oštetili čašicu.

Pre svakog menstrualnog ciklusa, u mikrotalasnoj rerni otkuvajte Yuuki čašicu tokom najmanje pet minuta u pripadajućoj kutijici (INFUSER BOX). Otkuvavanjem ćete ukloniti bakterije. Čašica se mora potpuno potopiti u vodu, na način koji je prikazan na spoljnoj ambalaži. U slučaju da nema dovoljno vode, čašica se može oštetiti. Čašicu, takođe, možete da sterilizujete putem hladne sterilizacije ili na klasičan način, prokuvavanjem.

UMETANJE ČAŠICE

Pre umetanja čašice, operite ruke. Preklopite čašicu kao što je prikazano na slici.



Nađite udoban položaj da je umetnete. Preporučujemo duboki čučanj. Ubacite čašicu u vaginu, tako da kraj donjeg nastavka bude oko jedan centimetar od ulaza u vaginu. Nakon umetanja, čašica mora u potpunosti da se otvori kako bi ravnomerno prionula na zidove vagine. Ako se to ne dogodi, ne brinite. Samo uhvatite donji nastavak čašice i čašicu lagano okrenite u krug. Drugi metod je da prstom prođete između čašice i zida vagine u krug. Ako imate problem prilikom umetanja jer je čašica suva, pokvasite je, ili koristite bezalkoholni lubrikant. Ako dodje do curenja, znači da se čašica nije u potpunosti otvorila i ravnomerno prionula na zid vagine. Ovakva situacija je normalna. Za pravilnu upotrebu čašice biće vam potrebno samo malo prakse.

UKLANJANJE ČAŠICE

Svaka žena ima različit intenzitet menstrualnog ciklusa. Interval uklanjanja i pražnjenja čašice nije kod svih žena isti. Uobičajeno vreme za uklanjanje čašice je nakon 4 do 8 sati.

Uklonite čašicu u istom dubokom čučnju, kao kod umetanja. Uхватite donji deo nastavka, blago povucite i stisnite tako da popusti pritisak, a zatim polako uklonite čašicu. Da biste olakšali uklanjanje čašice, koristite vaginalne mišiće. Isprznite čašicu, operite je i možete je ponovo umetnuti. Ako je perete sapunom, koristiti samo blagi sapun.

U slučaju kada nemate pristup vodi ponesite flašicu s vodom u toalet ili možete da koristite papirne maramice ili toalet papir. Obavezno proverite da se tragovi papira nisu zadržali na čašici.

ČIŠĆENJE ČAŠICE

Briga o Yuuki čašici nije zahtevna. Redovno čistite čašicu i čuvajte je u originalnom pakovanju ili na dobro provetrenom, suvom mestu. Nije preporučljivo držati čašicu zatvorenu bez dotoka vazduha, na primer u plastičnoj kesi. Pre svake upotrebe proverite da li su rupice na čašici prohodne. Ukupno ima 4 rupice i one pomažu pri oslobađanju pritiska. Rupice možete da očistite uz pomoć čačkalice, ali vodite računa da čašicu tom prilikom ne oštetite.

U SLUČAJU PROBLEMA

Ako se tokom menstrualnog ciklusa pojavi neki zdravstveni problem, obratite se lekaru. Dodatne informacije o Yuuki čašicama pronađite na web stranici www.menstrualnecasice.rs

Verujemo da ćete u potpunosti biti zadovoljni Yuuki menstrualnom čašicom.

Proizvodi:

YUUKI, Krizinska 1, 46010 Liberec, Češka republika

Ekskluzivni distributer za Srbiju:

AMG Sport Nutrition d.o.o, Iriska 15, 11080 Zemun, Srbija