
UNYQA®

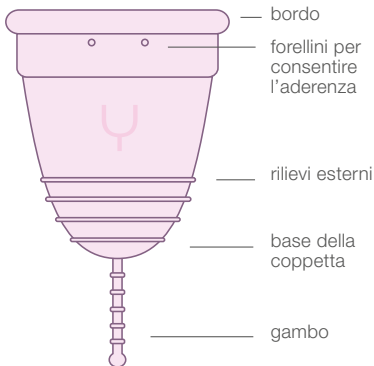
COPPETTA MESTRUALE

Istruzioni per l'uso

Leggere e conservare

Made in Italy

UNYQA®



Come sterilizzarla

Nel contenitore
medicale in dotazione
aggiungere una soluzione
sterilizzante diluita
secondo le indicazioni del
produttore e immergere
la coppetta per circa 7
minuti.

Effettuare la
sterilizzazione al primo
utilizzo e all'inizio di
ogni nuovo ciclo.



Come inserirla

Lavare sempre le mani con
sapone e acqua tiepida e
sciacquarle accuratamente, sia
prima di inserire la coppetta
che prima di toglierla.



.....

Scegliere la posizione più comoda (seduta, in piedi,
accovacciata o in ginocchio), provare i diversi
metodi di piega e scegliere quello più adatto a sé:

Metodo di piega 1



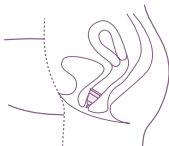
Metodo di piega 2



Consultare il sito per scoprire altri metodi di piega www.unyqa.it

Dopo averla piegata, tenerla saldamente in mano nella parte più bassa possibile e con l'altra mano allargare le grandi labbra.

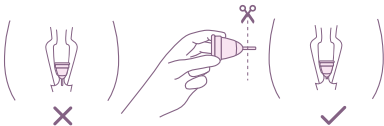
Inserire la coppetta nella vagina spingendola verso l'alto in direzione della schiena.



Come accorciare il gambo

Il gambo non deve trovarsi all'esterno della vagina. Essendo la vagina di lunghezza variabile, potrebbe essere necessario accorciarlo.

Se il gambo si trova all'esterno della vagina, andrà tagliato poco alla volta con forbicine pulite. Reinserrire la coppetta per controllare che sia della lunghezza giusta.



Come toglierla

L'estrazione della coppetta risulterà più facile assumendo una posizione accovacciata.



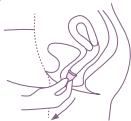
Svuotare la
coppetta
ogni 4-8 ore.



Lavare le mani con
sapone e acqua
tiepida e sciaquarle
accuratamente.

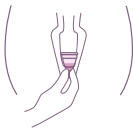
Per estrarre la coppetta, innanzitutto
è necessario togliere "l'effetto sigillo".

Premere delicatamente
la base della coppetta
per eliminare "l'effetto
sigillo".

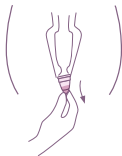


Se raggiungere la parte
bassa della coppetta
risulta difficile, tirare
delicatamente il gambo
e contemporaneamente
spingere con i muscoli
vaginali fino a quando
non si riesce ad
afferrare la coppetta.

Si percepirà
l'aderenza
che si allenta
e la coppetta
si distaccherà
facilmente dalla
parete della vagina.



Quando la base
della coppetta sarà
quasi all'esterno,
inclinare leggermente
per far uscire metà
del bordo,
poi inclinarla
dall'altro lato per
liberare anche l'altra
metà.



In questo modo
sarà permesso alla
coppetta di scivolare
fuori facilmente
mantenendo la
posizione verticale
con il fluido
all'interno.





Svuotare il contenuto della coppetta nel water, lavarla e reinserirla.

Come mantenerla e pulirla

Al termine del ciclo lavare e asciugare bene la coppetta prima di riporla nell'apposito sacchetto in cotone.

Prima di inserirla, per pulire a fondo la coppetta, scegliere tra questi due metodi:

Metodo 1

Nell'apposito contenitore medicale in dotazione, immergerla in una soluzione sterilizzante diluita secondo le indicazioni del produttore. Lasciarla immersa per il tempo minimo di sterilizzazione (in genere 7-10 minuti).

Metodo 2

In un pentolino riservato a questo uso farla bollire in acqua per 5 minuti, assicurandosi che ci sia sempre acqua nel contenitore.

Soluzione dei problemi

Ho piccole perdite:

Posizione: è la causa più frequente. La coppetta potrebbe essere troppo in alto nella vagina.

Aderenza: accertarsi che tra la coppetta e la vagina ci sia aderenza. È possibile verificarlo facendo scorrere il dito attorno alla coppetta per controllare che si sia aperta completamente, oppure pizzicando la base della coppetta e facendola ruotare, oppure contraendo i muscoli vaginali stringendo la coppetta.

Gambo: verificare che la lunghezza del gambo sia quella adatta.

Forellini: controllare che i forellini non siano ostruiti.

Misura: se si utilizza una coppetta di misura Small e si sposta e gocciola, potrebbe essere necessario usare una coppetta di misura Medium.

Faccio fatica a rimuovere la coppetta:

Per togliere la coppetta è fondamentale essere rilassate.

Se si hanno difficoltà a togliere la coppetta, cercare di rilassarsi. Essendo tenuta in posizione dai muscoli vaginali, la tensione rende più difficoltosa l'estrazione.

Mettersi in una posizione accovacciata, che accorcia la vagina, può aiutare a rimuovere la coppetta.

Se risulta difficile raggiungere la coppetta con la mano, andrà aiutata a scendere usando i muscoli vaginali. Dando una serie di spinte lente e leggere, la coppetta si sposterà verso il basso.

Per chiarimenti e approfondimenti consulta il sito.

www.unyqa.it

È importante mantenere pulita la coppetta, lavarla regolarmente con acqua calda e sapone neutro privo di profumi e risciacquarla attentamente per evitare irritazioni alla vagina.

È possibile usare una spazzolina morbida per pulire le parti in rilievo.

Accertarsi che i forellini sotto il bordo non siano ostruiti poiché sono loro che consentono l'aderenza alle pareti della vagina.

Se si notano lacerazioni o crepe nella coppetta raccomandiamo di sostituirla.

Se si tratta con attenzione, la coppetta durerà anni.

Avvertenze

La coppetta non elimina il rischio di gravidanza

La coppetta non previene il rischio di Malattie Sessualmente Trasmesse (STD)

UNYQA[®]

COPPETTA MESTRUALE

Prodotto e progettato in Italia
da Unyqa srl

www.unyqa.it

Per qualsiasi richiesta
o approfondimento
scansionare
il QR code

