

Sposób działania!

Kubeczek menstruacyjny Lunette uktada się tagodnie i przyjemnie, trzyma się we właściwej pozycji przez uszczelnienie uformowane ze ścian pochwy i mięśni pochwowych. Twoje wnętrze jest kluczowe i wykonuje całą pracę - praktycznie nie poczujesz różnicy!

Kubeczek jest w całości umieszczona w dolnej części pochwy, tuż za kością tonową, poniżej szyjki macicy.

Pochwy są naturalnie odchyłone do tyłu, także wprowadzenie kubeczek w stronę części pleców, i ustawienie góra - dół pomoże wybrać poprawne i komfortowe ułożenie.

Przekręć kubeczek, aby sprawdzić, czy została otwarta w całości i nie przecieka. Szyjka macicy może się poruszać w trakcie menstruacji, dlatego aplikacja kubeczek wymaga praktyki i znajomości swojej anatomii.

Porady korzystania z kubeczek

- Wiele osób preferuje wyjmować kubeczek stojąc rozkrokiem nad toaletą lub kucając, co pomaga rozluźnić pochwę i przybliżyć kubeczek do jej przedniej części.
- Zawsze wyciągaj kubeczek trzymając za jej prążkowany dół. Nie ciągnij trzonka, spowoduje to wylanie się zawartości i może go uszkodzić.
- Nie ma potrzeby wyjmować Lunette do oddawania moczu, aczkolwiek po defekacji należy się upewnić czy kubeczek znajduje się w odpowiednim miejscu. Umyj dokładnie dtonie!

.....
JEŚLI CIERPISZ NA PROBLEMY
GINEKOLOGICZNE, SKONSULTUJ KORZYSTANIE
Z LUNETTE ZE SWOIM LEKARZEM.

- Czasami kubeczek znajduje się głęboko w środku pochwy, co sprawia, że ciężko ją dosięgnąć (może się to zdarzyć podczas snu). Kubeczek NIE MOŻE ZGINAĆ W POCHWIE — zostanie wypchnięta siłą grawitacji.
- Poczekał przynajmniej pół godziny, pozostań w pozycji stojącej, aby pozwolić misecze się ułożyć i spróbuj ponownie.
- Przechowuj swoją kubeczek menstruacyjną Lunette w woreczku z dobrym przepływem powietrza zamiast w plastikowej torebce lub pudetku.
- Jeśli nie masz możliwości dokładnie umyć kubeczek skorzystaj z Lunette Cupwipes.
- W przypadku odczuwania dyskomfortu spowodowanego długością trzonka, można go przyciąć nożyczkami.

Wiedza medyczna

- Korzystaj z kubeczek menstruacyjnej Lunette tylko podczas menstruacji.
- Wymień Lunette na nową w przypadku zaobserwowania jakichkolwiek uszkodzeń.
- Lunette powinna być ułożona w dolnej części pochwy i służyć jako zbiornik na krwawienie menstruacyjne. Jeśli szyjka macicy będzie przybłokowana, możesz odczuwać dyskomfort.
- Lunette to nie urządzenie antykoncepcyjne i nie można z niego korzystać podczas stosunku.
- Lunette nie chroni użytkownika przed chorobami przenoszonymi drogą płciową.
- Pamiętaj, aby dokładnie myć dtonie obchodząc się z Lunette.
- Nie korzystaj z Lunette jednorazowo przez więcej niż 12 godzin.

- Usuń Lunette i skontaktuj się z lekarzem jeśli odczujesz symptomy takie jak: ból, pieczenie, podrażnienie, zapalenie w okolicach intymnych lub dyskomfort podczas oddawania moczu.
- Lunette nie powinno być wykorzystywane na problemy z krwawieniem pourodzeniowym z powodu wyższego ryzyka infekcji.
- Trzymaj Lunette z dala od dzieci i zwierząt.
- Możesz korzystać z Lunette razem z wkładką domaciczną lub pierścieniem antykoncepcyjnym, aczkolwiek skonsultuj to dla pewności ze swoim lekarzem. Smyczki wkładki IUD powinny być jak najkrótsze i należy regularnie monitorować ich długość podczas okresu. Jeśli smyczki wydają się dłuższe niż zazwyczaj, może to oznaczać, że wkładka IUD przemieściła się — w takim przypadku niezwłocznie skonsultuj się ze swoim lekarzem.
- Jeśli kubeczek ulegnie uszkodzeniu lub chcesz wymienić ją na nową - spal starą kubeczek, aby chronić środowisko i nie produkować odpadów!

SYNDROM SZOKU TOKSYKOLOGICZNEGO (SST)

jest to infekcja spowodowana przez bakterię dostające się do organizmu przez rany lub błony śluzowe.

SYMPTOMY:

nagła wysoka gorączka, ból gardła wymioty, biegunka, dreszcze, wysypka przypominająca poparzenia słoneczne, bóle mięśni, osłabienie, utrata przytomności.

SST jest niezwykle rzadkim i potencjalnie śmiertelnym schorzeniem występującym u mężczyzn, kobiet i dzieci. SST jest bezpośrednio powiązana z tamponami chłonnymi. Wczesne wykrycie i kuracja są kluczowe, dlatego jeśli doświadczasz wymienionych powyżej symptomów, niezwłocznie wyjmij wkładkę i skontaktuj się ze swoim lekarzem wspominając możliwość zakażenia SST.

.....
WYPRODUKOWANO PRZEZ LUNE GROUP OY LTD
KOPSAMONTIE 138, 35540, JUUPAJOKI, FINLANDIA

Lunette[®]
KUBECZEK MENSTRUACYJNY

**NOWY NAJLEPSZY
PRZYJACIEL
TWOJEJ POCHWY**

Polski

Prosimy dokładnie zapoznać się z instrukcją przed użyciem kubeczek po raz pierwszy. Zachowaj instrukcję wraz z opakowaniem.

PRZED PIERWSZYM UŻYCIEM

Przygotuj się z Lunette



1. SPRAWDŹ OTWORY

Sprawdź czy otwory odpowietrzające u góry kubeczek są otwarte. Umyj starannie dłonie.



2. UMYJ DŁONIE



3. UMYJ KUBECZEK

Umyj starannie swoją Lunette korzystając z Feelbetter Cup Cleanser, optukaj i gotuj przez 20 minut w garnku z dużą ilością wody. Upewnij się, że w garnku znajduje się wystarczająca ilość wody, aby nie przypalić kubeczek.



4. WYGOTUJ KUBECZEK



ZŁÓŹ + TRZYMAJ

UMYJ najpierw dłonie. Rozluźnij się: możesz włożyć kubeczek siedząc, stojąc lub kucając. Rozłożenie nóg pomoże we właściwej i komfortowej aplikacji. Rozluźnij się.

ZŁÓŹ kubeczek do środka na płasko, a następnie w pół tworząc formę litery C.

WIĘCEJ PORAD DOTYCZĄCYCH SKŁADANIA:
www.lunette.com

WYPRODUKOWANO PRZEZ LUNE GROUP OY LTD
KOPSAMONTIE 138, 35540, JUUPAJOKI, FINLANDIA



WŁÓŹ

Upewnij się, że kubeczek pozostaje zrolowana, a następnie wprowadź ją do pochwy. Aby sprawdzić czy kubeczek otworzyła się całkowicie, wsuń czysty palec do momentu dotknięcia dna kubeczek - powinno być zaokrąglone.

Lunette może być używana w każdym momencie cyklu menstruacyjnego, niezależnie od ilości płynów menstruacyjnych. Możesz dokonać aplikacji w dzień, na który przewidujesz rozpoczęcie okresu.



NOŚ + UCZ SIĘ

Lunette powinna być opróżniana 2-4 razy dziennie, może być stosowana do 12 godzin, także przez całą noc. Linie zaznaczone na miseczkach pomagają monitorować ilość płynów menstruacyjnych i umożliwiają poznanie rytmu miesięczkowego.



MODEL 1:
13,5ml / 0,46 oz
5ml / 0,17 oz



MODEL 2:
15ml / 0,5 oz
7,5ml / 0,25 oz



WYJMII + OPRÓŹNIJ

Umyj dłonie i rozluźnij mięśnie. Złap za dół kubeczek palcem wskazującym i kciukiem. Aby rozerwać plombę, ściśnij dolną część kubeczek, aż poczujesz, że puściła.

Delikatnie ją wysuń poruszając w przód i tył. Upewnij się, że nie wyciągasz kubeczek trzymając samego trzonka.

Wylej zawartość do toalety. Splucz i użyj ponownie.

SCHLUDNIE, CZYSTO I ŁATWO!



CZYŚĆ + DEZYNFEKUJ

Lunette powinna być czyszczona przed i po cyklu menstruacyjnym, a także po opróżnieniu. Aby uniknąć przykrego zapachu i dekoloryzacji, najpierw optukaj zimną wodą, a następnie umyj w gorącej wodzie i płynie Feelbetter Cup Cleanser zaprojektowanym specjalnie do silikonowych miseczek. Po okresie zdezynfekuj kubeczek wygotowując ją w garnku z dużą ilością wody przez 5-10 minut. Aby wyczyścić kubeczek możesz także skorzystać z:

- Lunette Cupwipe
- Łagodnego mydła bez perfum i olejków
- Środka odkażającego

UWAGA! SILNE DETERGENTY MOGĄ POZOSTAWIĆ OSAD NA MISECZCE, KTÓRY SPOWODUJE PODRAŻNIENIE BŁON ŚLIZOWYCH TWOJEJ POCHWY.

Lunette[®]
the power within

PAMIĘTAJ - PRAKTYKA CZYNI MISTRZA.

JESTEŚMY Z TOBĄ!

www.lunette.com
info@lunette.fi | [@LunetteCup](https://www.instagram.com/LunetteCup)
+358 50 355 4064

