

Retrait

La coupe menstruelle doit être retirée et remplacée toutes les 8 à 12 heures, voire plus tôt en fonction de votre flux menstruel.

Pour la retirer, trouvez à nouveau une position confortable. Insérez simplement deux doigts dans le vagin pour localiser la base de la coupe menstruelle. Pincez doucement la base de la coupe pour briser le joint, puis tirez doucement pour la retirer.

Certains des endroits les plus courants pour retirer la coupe et éliminer les fluides sont les toilettes, en position accroupie sous la douche, ou même en soulevant une jambe au-dessus de la baignoire.

Nettoyage et rangement

Après avoir vidé le contenu de votre coupe, lavez-la simplement à l'eau tiède et avec un savon doux et non parfumé, stérilisez-la et laissez-la sécher à l'air. Une fois sèche, rangez-la dans un sac en tissu.

SYNDROME DU CHOC TOXIQUE (TSS)

Le TSS est une maladie rare mais grave qui peut être mortelle et a été associée à l'utilisation de tampons à haute capacité d'absorption et à une utilisation prolongée des tampons. Contracter le syndrome du choc toxique tout en utilisant la coupe menstruelle est peu probable, mais cela s'est produit en particulier chez des femmes qui ont oublié la coupe pendant plusieurs jours. Pour le prévenir, il est conseillé de ne pas porter la coupe pendant plus de 12 heures.

Les symptômes peuvent inclure une fièvre soudaine, des vomissements, de la diarrhée, des vertiges, des évanouissements et une éruption cutanée ressemblant à un coup de soleil. Si vous présentez l'un de ces signes lors de l'utilisation de PapayaCup, retirez-la et contactez immédiatement votre médecin.

Attention

PapayaCup n'est pas un contraceptif et ne prévient pas la grossesse et/ou les maladies sexuellement transmissibles.

- Cessez l'utilisation et consultez un professionnel de la santé si vous ressentez une douleur ou un inconfort lors de l'utilisation de PapayaCup.
- Il est recommandé de porter PapayaCup pendant une période maximale de 12 heures consécutives.
- PapayaCup n'a pas besoin d'être retirée pour uriner ou pour la défécation.
- PapayaCup ne doit être utilisée que pendant les menstruations.
- Tenir hors de la portée des enfants et des animaux.
- Si vous avez du mal à retirer la coupe, respirez d'abord et essayez de vous calmer. Accroupissez-vous et poussez comme si vous alliez uriner, en exerçant une pression vers le bas, et essayez de pincer la coupe en utilisant le tiret, mais ne tirez pas fort. Si vous essayez plusieurs fois sans succès, consultez un professionnel de la santé. Mais ne vous inquiétez pas, la coupe ne peut pas se perdre à l'intérieur de vous.

Taille S

Pour les moins de 30 ans n'ayant pas accouché par voie vaginale et les personnes ayant un col bas

Taille L

Personnes de plus de 30 ans ou ayant accouché par voie basse et personnes ayant un col haut



PapayaCup

Manuel de l'utilisateur

Voir d'autres langues sur:
<https://www.papayacup.com/pages/manual>

SUIVEZ-NOUS
@papayacup



Comment utiliser une coupe menstruelle

1. Stérilisez la coupe menstruelle à l'aide d'un stérilisateur.
2. Pliez la coupe menstruelle de la manière qui vous convient le mieux.
3. Tenez la coupe menstruelle d'une main, écartez les lèvres vaginales de l'autre et insérez-la doucement en vous tenant debout avec un pied sur les toilettes, en la relâchant une fois qu'elle est complètement à l'intérieur du vagin. Rappelez-vous que le vagin n'est pas perpendiculaire à votre corps, il est incliné vers l'arrière, donc vous devez insérer la coupe dans la direction de l'anus.
4. Si vous sentez qu'elle est pliée à l'intérieur, cela signifie qu'elle n'est pas correctement positionnée. Si nécessaire, utilisez un peu de lubrifiant ou de l'eau, tenez la coupe par la base et faites-la tourner doucement pour l'ouvrir et créer un joint approprié.

Vous disposez d'une vidéo explicative qui peut vous aider, il vous suffit de scanner le QR code collé sur le couvercle de votre emballage PapayaCup.

Comment utiliser PapayaCup

1- Placez la coupe dans le stérilisateur avec un peu d'eau et mettez-la au micro-ondes ou faites-la bouillir dans une casserole pendant 3 minutes.



2- Avec des mains propres



3- Façons de plier votre coupe menstruelle



4- Dans une position confortable, insérez la coupe.



5- La coupe menstruelle devrait rester en place comme ceci.



Et ensuite?

1- Pincez la coupe avec vos doigts (serrez-la très doucement), videz-la en la pliant, si nécessaire, tirez doucement sur la poignée, puis saisissez la coupe avec vos doigts et retirez-la lentement et avec précaution.



2- Videz votre coupe et rincez-la à l'eau. Si votre période n'est pas encore terminée, réinsérez-la.



3- Lorsque votre période est terminée, sortez-la, rincez-la à nouveau et stérilisez-la avant de la ranger dans votre sac PapayaCup.



Portez jusqu'à 12 heures!