



Come scegliere la MISURA adatta a Te:
How to choose the correct SIZE:
Cómo seleccionar el TAMAÑO:
So wählen Sie die richtige GRÖÙE:

Figli/Gravidanze Children/Pregnancy Hijos/Embarazos Geburten/Schwangerschaften	Età inferiore a 30 anni Under 30 years old Menor de 30 años Unter 30 Jahre	Età superiore a 30 anni Over 30 years old Mayor de 30 años Über 30 Jahre
Non ho avuto figli If I never had children No he tenido hijos Keine Geburten	Piccola (P) Small Pequeña Klein	Grande (G) Large Grande Groß
Ho avuto figli con parto naturale If I have had children by natural birth He tenido hijos con parto natural Natürliche Geburten	Grande Large Grande Groß	Grande Large Grande Groß
Ho avuto figli con parto cesareo If I have had children by Caesarean section He tenido hijos con cesárea Kaiserschnitte	Piccola Small Pequeña Klein	Grande Large Grande Groß

Ed. 07/2022

Distribuito da / Distributed by / Distribuido por / Vertrieben durch:

Farmacare®

Via A. Gramsci, 8/10/12/14
40018 San Pietro in Casale (BO) Italia
www.farmacare.it

Made in



FARMACUP - Coppetta mestruale riutilizzabile

ISTRUZIONI PER L'USO

Ci complimentiamo per il tuo acquisto della **Coppetta Mestruale Farmacup**.

Farmacup è una sicura, ecologica e pratica alternativa agli assorbenti tradizionali interni. Rispetta il tuo corpo e l'ambiente perché è ipoallergenica e riutilizzabile.

È molto economica rispetto ai tamponi tradizionali e rispettosa dell'ambiente.

Farmacup è molto facile da usare in ogni occasione, sia di giorno che di notte, in viaggio, durante lo sport e nel tempo libero. Prodotta in morbido silicone

medicale platinato al 100%. Invece di assorbire il flusso mestruale, lo raccoglie rispettando l'equilibrio naturale del tuo corpo.

Puoi portare con te sia la coppetta che il necessario per la sua pulizia usando il **Farmacup Kit** - cod. 970396267 (Misura G) e cod. 970396255 (Misura P).

PRIMA DELL'UTILIZZO

Prima di qualsiasi operazione lava sempre accuratamente le mani.

Controlla, (sia visivamente che al tatto) la tua **Farmacup** facendo attenzione ai piccoli fori presenti sulla circonferenza più larga.

Sono fondamentali per facilitarne l'estrazione e sbloccare l'effetto "sigillo"; è importante quindi che siano sempre liberi.

Se occorre, togliere l'eventuale ostruzione facendo passare un piccolo ago attraverso gli stessi.

Sterilizza la tua **Farmacup** immersandola nell'acqua e facendola bollire almeno 5-7 minuti.

Assicurati di aver immerso completamente la coppetta nell'acqua; questo eviterà di danneggiarla.

Se usi il forno a Microonde (temperatura massima 200°C) puoi utilizzare il pratico CLEANER CUP - cod. 970486561, che troverai in Farmacia.

La sterilizzazione va effettuata ad ogni inizio ciclo (**disegno A**).

UTILIZZO DELLA COPPETTA MESTRUALE Farmacup - INSERIMENTO DELLA COPPETTA MESTRUALE Farmacup

Ora, dopo il controllo e la pulizia, puoi procedere con l'inserimento della tua **Farmacup** (**disegno B**); questa operazione è facile: RILASSATI e lo sarà ancora di più. Per le prime volte può essere necessario fare un po' di pratica al fine di trovare la posizione a te più adatta, sia per inserirla che per rimuoverla.

Pratica che, all'inizio, ti consigliamo di fare durante gli ultimi due giorni del ciclo, dove il flusso è meno abbondante.

Per inserirla, soprattutto per le giovanissime può essere necessario utilizzare un lubrificante a base aquosa o inserirla avendo l'accortezza di bagnarla con acqua. Il corretto posizionamento è più in basso rispetto ad un normale assorbente interno:

1. Lava le mani con un sapone neutro.

2. Piega la tua **Farmacup** a metà in verticale, come se dovessi formare una "U". Va tenuta tra il pollice e l'indice (**disegno 1**).

3. Con l'altra mano, allarga le grandi labbra delicatamente ed inserisci la coppetta piegata ad "U" all'interno della vagina. Deve essere inserita in modo che si fermi a circa una falange dall'esterno (**disegno 2**).

4. Verifica con le dita che **Farmacup** sia aderente alle pareti della vagina.

ESTRAZIONE DELLA COPPETTA MESTRUALE Farmacup

Per una facile estrazione, assumi una posizione comoda, possibilmente accovacciata e che ti faccia rilassare la muscolatura addominale (**disegno 3**).

1. Lava le mani con un sapone neutro.

2. Introduci ed il pollice nella vagina, premi la coppetta alla base oppure se necessario, inserisci un dito lungo la parete esterna; aiutati con il gombo oppure contraendo e rilasciando i muscoli vaginali che possono trattenere la coppetta. Fai prima uscire un bordo e poi l'altro, inclinando alternativamente i due lati opposti della coppetta **Farmacup** (**disegno 4**).

3. E' possibile avvertire un rumore di stacco della coppetta dalle pareti vaginali. Questo è l'effetto "sigillo o vuoto" che va sbloccato prima di estrarla. Se dovessi accorgerti che la coppetta fa resistenza non spaventarti e continua a rilassarti; se i muscoli vaginali sono in tensione, la tratteranno ulteriormente; non c'è alcun pericolo che la coppetta si "perda" all'interno.

4. Sfila la coppetta delicatamente inclinandola leggermente; questo permetterà di estrarla con facilità, senza rovesciare accidentalmente il contenuto.

5. Svuota la coppetta nelle toilette (**disegno 5**). Una volta risciacquata accuratamente, la coppetta si può reinserire (**disegno 6**).

ACCORGIMENTI / CONSIGLI - IL GAMBO - PERDITE - MISURE

Il Gambo: non deve darti alcun senso di disagio ed è importante che non sporga dalla vagina.

Se dovesse risultare troppo lungo per il tuo corpo è possibile accorciarlo in modo che arrivi solo fino al bordo, avendo l'accortezza di arrotondare gli eventuali spigoli che si potrebbero creare in conseguenza del taglio.

Il gambo andrà accorciato solo dopo aver determinato con certezza che è troppo lungo, quindi dopo aver utilizzato la coppetta più volte (**disegno C**).

Nell'ipotesi che il gambo sia completamente da tagliare, è possibile farlo, ma solamente se sei sicura di riuscire ad estrarla anche senza il suo aiuto.

Il primo indizio che ti fa accorgere che il gambo è da tagliare, è dato dal fastidio che potresti avere nel sederti o nel camminare.

Taglia un pezzettino alla volta e prova la lunghezza per evitare di tagliare il gambo troppo corto.

Perdite: se la tua **Farmacup** è posizionata correttamente non si avranno perdite. Nel caso in cui succeda, questo può essere dovuto alla sua POSIZIONE, al GAMBO, all'ADERENZA, alla MISURA.

• Posizione: se la coppetta è inserita troppo in alto (vedi paragrafo INSERIMENTO);

• Gambo: (vedi paragrafo ACCORGIMENTI/CONSIGLI);

• Aderenza: se la coppetta non aderisce perfettamente alle pareti vaginali occorre far scorrere un dito intorno al bordo; o ruotala completamente premendola alla base; oppure fare contrarre i muscoli addominali per "sigillarla".

• Misura: forse stai utilizzando la taglia piccola (P); probabilmente devi utilizzare la taglia superiore (G).

PULIZIA E MANUTENZIONE DELLA COPPETTA MESTRUALE Farmacup

È importante tenere la coppetta **Farmacup** sempre pulita.

Prima di ogni inserimento, tra un cambio e l'altro lava accuratamente la tua **Farmacup** con sapone neutro ed acqua calda.

Risciacqua abbondantemente per eliminare ogni traccia di sapone onde evitare eventuali irritazioni.

Per pulire le parti più nascoste puoi utilizzare uno spazzolino pulito e togliere eventuali ostruzioni dai 4 piccoli fori sotto l'imboccatura.

È possibile che con il tempo il colore della coppetta sbiadisca, ma questo non ne pregiudica l'efficacia.

Sostituisci la tua coppetta se dovessi accorgerti di qualsiasi deformazione o lacerazione.

Riponila nel suo sacchetto/custodia in dotazione.

Quando non utilizzata, non conservarla all'interno di sacchetti di plastica o dentro vasetti con chiusura ermetica.

AVVERTENZE

Ricorda di svuotare, risciacquare e reinserire la tua **Farmacup** ogni 4/8 ore, secondo il flusso.

Per pulire la tua coppetta, oltre a bollarla come descritto nel paragrafo "Pulizia e manutenzione" e "prima dell'utilizzo", è anche possibile immergerla in una soluzione al 5% di ipoclorito di sodio (segui le istruzioni fornite dal produttore di tale soluzione) e non superando il tempo di immersione che normalmente è di circa 10 minuti. Non utilizzare prodotti aggressivi che possono danneggiare la tua coppetta e provocare irritazioni; in particolare non utilizzare prodotti corrosivi, oli essenziali, saponi profumati. Non mettere la tua **Farmacup** in lavastoviglie. Ricordati che non è un metodo contraccettivo e che non ti protegge da malattie a trasmissione sessuale. Se avverti bruciore o dolore durante la minzione estrai subito la coppetta. In caso di problemi ginecologici consulta il tuo Medico prima di utilizzare **Farmacup**.

La Coppetta va tolta prima di ogni rapporto sessuale, ma non è necessario estrarla per la minzione o la defecazione.

Non prestare, ne scambiare la tua **Farmacup** con nessuno.

Tieni la coppetta **Farmacup** lontana dagli animali domestici.

Questo prodotto non prevede la sostituzione e/o il rimborso

Non contiene lattice, né fthalati, né sostanze di origine animale (BSE-TSE), né coloranti, né profumi, né sostanze chimiche pericolose.

Conforme alle norme FDA - USP CLASS VI ISO 10993 - ROHS - REACH

Sindrome da Shock Tossico (TSS)

L'utilizzo delle coppette mestruali risale agli anni 30 e non è mai stato associato alla Sindrome da Shock Tossico (TSS). La TSS è una patologia estremamente grave e, talvolta, fatale causata da una tossina di origine batterica legata allo Stafilococco Aureus. La TSS è spesso associata all'utilizzo di assorbenti tradizionali. I suoi sintomi sono affini a quelli dell'influenza ed includono: febbre alta ed improvvisa (> di 39 °C), dolori muscolari, vomito, mal di testa, diarrea, vertigini, svenimenti, eruzioni cutanee simili ad un eritema o a un'insolazione. Se doveste riscontrare uno di questi sintomi, togliete Farmacup e consultate immediatamente un Medico. Qualora abbiate già sofferto in precedenza di TSS, consultate preventivamente il vostro Medico prima di utilizzare la coppetta Farmacup.



FARMACUP - Reusable menstrual cup

INSTRUCTIONS FOR USE

Congratulations on your purchase of the **FarmaCup - Menstrual Cup**.

FarmaCup is a safe, ecological and practical alternative to traditional internally used absorbent tampons. It respects both your body and the environment because it is hypoallergenic and reusable. It is very economic when compared to traditional tampons and respects the environment.

FarmaCup is easy to use on any occasion, both during the day or at night, while travelling or when involved in sports activities. It is manufactured in soft, 100% platinum cured medical silicone. Instead of absorbing the menstrual flow, it collects it, respecting the natural equilibrium of your body.

FarmaCup is conveniently portable and the **FarmaCup kit** - code 970396267 (Size L) - code 970396255 (Size S) contains everything necessary for hygienic use.

BEFORE USE

Before proceeding, always wash your hands accurately. Check your **FarmaCup** both visually and by touch, paying attention to the small holes that are present on the wider circumference. These are fundamental to facilitate the removal of the cup and avoid the "sealing" effect; it is therefore important that these holes are always open. If necessary, remove any obstructions from the holes by passing a small needle through them. Sterilise your **FarmaCup** by immersing it in water and boiling at least 5-7 minutes. Make sure to immerse the cup in water completely; this will avoid any damage to the cup. If you use the Microwave (max. 200°C) you can use the practical CLEANER CUP - code 970486561, accessory which can be purchase in the Pharmacy. Sterilisation should be performed at the start of each cycle (**Fig. A**).

USE OF THE FARMACUP - INSERTION OF THE **FarmaCup** - MENSTRUAL CUP

Now, after checking it and cleaning it, you may proceed to insert your **FarmaCup** (**Fig. B**); this operation is easy: RELAX and it will be even easier. The first few times it may be necessary to practice finding the right position for yourself, both to insert and remove the cup. Practice at the beginning is suggested to be best performed during the last two days of your cycle, when the flow is less abundant. To insert it, especially for younger users, it may be necessary to use a water based lubricant, or to insert it after first wetting it with water. The correct positioning is lower than a normal internal tampon would be:

1. Wash your hands with neutral soap.
2. Bend your **FarmaCup** in half vertically, as if to form a "U" shape. Hold it between the thumb and index finger (**Fig. 1**).
3. With the other hand, widen the large vaginal lips delicately and insert the cup folded into the "U" shape inside the vagina. It must be inserted in a way that it stops at about a phalange from the outside (**Fig. 2**).
4. Check with your fingers that the **FarmaCup** adheres well to the vaginal walls.

REMOVAL OF THE **FarmaCup** MENSTRUAL CUP

For easy removal, assume a comfortable position, possibly squatting and which allows abdominal muscle relaxation (**Fig. 3**).

1. Wash your hands with neutral soap.
2. Introduce the index and thumb into the vagina, press the cup at the base, or if necessary, insert a finger along the external wall; help yourself with the stem or by contracting or relaxing the vaginal muscles that hold the cup in place. Allow first one edge and then the other to come out by inclining the **FarmaCup** (**Fig. 4**).
3. It is possible to hear a removal sound made by the cup being detached from the vaginal walls. This is the "seal or vacuum" effect that must be unblocked before removal. If you realise that the cup resists removal, do not be afraid. Continue to relax; if the vaginal muscles are tense, they will continue holding the cup; there is no danger that the cup will be "lost" internally.
4. Extract the cup delicately, inclining it slightly; this allows easy extraction, without accidentally spilling the contents.
5. Empty the cup into the toilette (**Fig. 5**). Once the cup has been rinsed accurately, it may be reinserted (**Fig. 6**).

SUGGESTIONS/RECOMMENDATIONS - THE STEM - LEAKS - SIZES

The stem: it mustn't give you an uncomfortable feeling and it is important that it doesn't extend outside the vagina. If it is too long for your body it is possible to shorten it so that it ends at the edge. The stem should be shortened only after determining for certain that it is too long. Therefore, after using the cup repeated times (**Fig. C**). Should it be necessary to cut the stem off completely, it is possible to do so, but only if you are certain to be able to remove the cup without it. The first indication that the stem might need to be shortened or cut is if it feels bothersome either when sitting or walking. Cut only a small piece at a time and try each length first, so to avoid cutting the stem too short. When cutting the stem be careful to round off any sharp edges that may be created. **Leaks:** If your **FarmaCup** is positioned correctly there will be no leaks. In the event a leak occurs it may be due to the POSITION, the STEM, the ADHERENCE or the SIZE.

- Position: if the cup is inserted too high (see the paragraph on INSERTION);
- Stem: (see the paragraph on SUGGESTIONS/RECOMMENDATIONS);
- Adherence: if the cup does not adhere perfectly to the vaginal walls it is necessary to slide a finger around the border, or rotate it completely, pressing at the base; or contract the abdominal muscles to create a seal effect.
- Size: you may be using the small size (S); you probably need to use the larger size (L).

CLEANING AND MAINTENANCE OF THE **FarmaCup** MENSTRUAL CUP

It is important to always keep your **FarmaCup** clean. Before each insertion, between a change and another, wash your **FarmaCup** accurately with neutral soap and hot water. Rinse well to eliminate all traces of soap and therefore avoid possible irritations. To clean the more hidden areas you can use a clean brush to remove any obstructions from the 4 small holes located under the mouth brim. It is possible that in time the colour of the cup may fade, but this does not compromise its efficiency. Substitute your cup if you notice any deformation or lacerations. Store in its bag/container that comes with the cup. When not in use, do not store in plastic bags or inside hermetically sealing jars.

WARNINGS

Remember to empty, rinse and reinsert your **FarmaCup** every 4/8 hours, depending on flow. To clean your cup, besides boiling it as described in the "Cleaning and Maintenance" paragraph, it is also possible to immerse it in a 5% solution of sodium hypochlorite (following the indications supplied by the manufacturer of that solution) and not beyond the immersion time normally indicated, which is about 10 minutes. Do not use aggressive products that can damage your cup and/or cause irritations; in particular do not use corrosive products, essential oils or soaps with perfume. Do not put your **FarmaCup** in the dishwasher. Remember that the cup is not a contraceptive method and does not protect you against sexually transmitted diseases. If you experience burning or pain during urination, remove the cup immediately. In case of gynecological problems, consult your Doctor before using the **FarmaCup**. The Cup should be removed every time before having sexual relations, but it is not necessary to remove it to urinate or defecate. Do not loan or exchange your **FarmaCup** with anyone else. Keep the **FarmaCup** our of reach of pets.

This product may not be substituted and/or refunded.

Does not contain latex, phthalates or substances of animal origin (BSE-TSE), nor colourings, perfumes or dangerous chemical substances. Conforms to standards: FDA - USP CLASS VI - ISO 10993 - ROHS - REACH

Toxic Shock Syndrome (TSS):

Use of menstrual cups began in the 1930's and has never been associated with Toxic Shock Syndrome (TSS). TSS is an extremely dangerous pathology and at times fatal, caused by a toxin of bacterial origin from the *Staphylococcus Aureus* strain. TSS is often associated with use of traditional tampons. The symptoms resemble those of influenza and include: high and sudden fever (> 39 °C), muscle pains, vomiting, headache, diarrhea, vertigo, fainting, rash similar to erythema or sunburn. If you should experience one or more of these symptoms, remove **FarmaCup** and immediately consult a doctor. If you have had TSS previously, consult your doctor before using **FarmaCup**.



FARMACUP - Copa menstrual reutilizable

INSTRUCCIONES DE USO

Te felicitamos por tu compra de la **Copa Menstrual FarmaCup**.

FarmaCup es una alternativa segura, ecológica y práctica a las opciones absorbentes internas tradicionales. Al ser hipoalergénica y reutilizable, respeta a tu cuerpo y el medio ambiente. Frente a los tampones tradicionales, representa una opción muy económica y respetuosa con el medio ambiente.

FarmaCup es muy fácil de usar en cualquier situación, tanto de día como de noche, en un viaje, durante la práctica de deporte y en el tiempo libre.

Se fabrica con silicona médica platínica al 100%.

En lugar de absorber el flujo menstrual, lo recoge respetando el equilibrio natural de tu cuerpo. Puedes llevar contigo la copa o el material necesario para su limpieza usando el **Kit FarmaCup** cod. 970396267 (Talla G) - cod. 970396255 (Talla P).

ANTES DEL USO

Antes de manipularla, lávate siempre bien las manos. Vigila (visualmente o con el tacto) tu **FarmaCup** prestando atención a los pequeños agujeros presentes en la circunferencia más ancha. Son esenciales para facilitar la extracción y desbloquear el efecto de "sellado", por lo que resulta importante que estén siempre libres. En caso de resultar necesario, limpia la posible obstrucción pasando una pequeña aguja por los mismos. Esteriliza tu **FarmaCup** sumergiéndola en agua hirviendo durante al menos 5-7 minutos. Asegúrate de haber introducido totalmente la copa en el agua, a fin de evitar daños. Si utilizas el horno o el microondas (temperatura máxima de 200 °C), puedes utilizar el práctico CLEANER CUP - cod. 970486561, que encontrarás en la farmacia. La esterilización debe realizarse en cada inicio de ciclo (**Fig. A**).

USO DE LA FARMACUP - INTRODUCCIÓN DE LA COPA MENSTRUAL **FarmaCup**

Después del control y la limpieza, puedes proceder a introducir tu **FarmaCup** (**Fig. B**).

Esta operación es fácil: RELÁJATE y será todavía más sencillo. Las primeras veces puede ser necesario practicar un poco para encontrar la posición más adecuada para ti, tanto para introducirla como para retirarla. Al principio, te recomendamos realizar esta práctica en los dos últimos días del ciclo, momento en que el flujo es menos abundante. Para introducirla, especialmente en el caso de las más jóvenes, puede necesitarse el uso de lubricante con base acuosa o introducirla después de mojarla con agua. La colocación correcta es más abajo que un elemento absorbente interno tradicional:

1. Lávate las manos con un jabón neutro.
2. Pliega tu **FarmaCup** por la mitad, en vertical, en forma de "U". Sujétala con el pulgar y el índice (**Fig. 1**).
3. Con la otra mano, abre suavemente los labios mayores e introduce la copa plegada en "U" en el interior de la vagina. Debes introducirla deteniéndote aproximadamente con una falange en el exterior (**Fig. 2**).
4. Comprueba con los dedos que **FarmaCup** esté pegado a las paredes de la vagina.

EXTRACCIÓN DE LA COPA MENSTRUAL **FarmaCup**

Para una extracción fácil, adopta una posición cómoda, por ejemplo de cuclillas, y que relaje tu musculatura abdominal (**Fig. 3**).

1. Lávate las manos con un jabón neutro.
2. Introduce el índice y el pulgar en la vagina, presiona la copa en la base o, si resulta necesario, introduce un dedo a lo largo de la pared externa; ayúdate con el apéndice o contrayendo y relajando los músculos vaginales que puedan retener la copa. Primero haz salir un borde y después el otro, inclinando alternativamente los dos lados opuestos de la copa **FarmaCup** (**Fig. 4**).
3. Es posible oír un ruido al despegarse la copa de las paredes de la vagina, es el efecto de "sellado o vacío" que debe desbloquearse antes de extraerla. Si sientes que la copa ofrece resistencia, no te asustes y continúa relajándote, ya que si los músculos vaginales están tensos la retendrán más. No existe ningún peligro de que la copa se "pierda" en el interior.
4. Retira la copa suavemente inclinándola ligeramente, así podrás extraerla fácilmente sin derramar accidentalmente el contenido.
5. Vacía la copa en el inodoro (**Fig. 5**). Una vez bien aclarada con agua, la copa puede volver a introducirse (**Fig. 6**).

TRUCOS/CONSEJOS - EL APÉNDICE - PÉRDIDAS - MEDIDAS

El apéndice: no debe molestarte en absoluto y es importante que no sobresalga de la vagina. Si es demasiado largo para tu cuerpo, puede recortarse de modo que solo llegue al borde, siempre prestando atención a redondear los posibles picos que puedan crearse al realizar el corte. Recorta el apéndice solo después de haberte asegurado de que realmente es demasiado largo, es decir, después de haberlo utilizado varias veces (**Fig. C**). Si debe cortarse todo el apéndice, puede hacerse, pero solo si estás segura de que podrás sacar la copa sin ayuda del mismo. El primer indicio de que debe cortarse el apéndice es una molestia al sentarte o al caminar. Corta un trozo pequeño cada vez y prueba con la nueva longitud, a fin de evitar cortarlo demasiado.

Pérdidas: si tu **FarmaCup** está correctamente colocado, no se producirán pérdidas. En caso de producirse, puede deberse a la POSICIÓN, al APÉNDICE, a la ADHERENCIA o a la MEDIDA.

- Posición: si la copa se introduce demasiado arriba (ver el párrafo INTRODUCCIÓN);
- Apéndice: (ver el párrafo TRUCOS/CONSEJOS);
- Adherencia: si la copa no se adhiere perfectamente a las paredes vaginales, deberá pasarse un dedo en torno al borde; o rótala completamente presionando la base; o contrae los músculos abdominales para "sellárla".
- Medidas: tal vez estés utilizando el tamaño pequeño (P) y probablemente necesites utilizar el tamaño superior (G).

LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO DE LA COPA MESTRUAL **FarmaCup**

Es importante mantener la copa **FarmaCup** siempre limpia. Antes de introducirla, entre un cambio y otro, lava bien tu **FarmaCup** con jabón neutro y agua caliente. Aclara con abundante agua para eliminar cualquier traza de jabón y así evitar posibles irritaciones. Para limpiar las partes más escondidas, puedes utilizar un cepillo pequeño y limpio y retirar posibles obstrucciones de los 4 agujeros que se encuentran debajo de la boca. Puede que la copa se decoloore con el tiempo, pero esto no reduce su efectividad. Sustituye la copa cuando observes signos de deformación o fijación. Vuelve a guardarla en su bolsa. Cuando no la utilices, no la guardes en bolsas de plástico o en recipientes con cierre hermético.

ADVERTENCIAS

Recuerda vaciar, aclarar y reintroducir tu **FarmaCup** cada 4/8 horas, dependiendo del flujo.

Para limpiar tu copa, además de introducirla en agua hirviendo tal como se ha descrito en los párrafos "Limpieza y mantenimiento" y "Antes del uso", también puede sumergirse en una solución de hipoclorito de sodio al 5% (siguiendo las instrucciones proporcionadas por el fabricante de dicha solución) sin superar el tiempo de inmersión, que normalmente es de unos 10 minutos. No utilices productos agresivos que puedan dañar tu copa y provocar irritaciones; en particular no deben utilizarse productos corrosivos, aceites esenciales ni jabones perfumados. No metas tu **FarmaCup** en el lavavajillas. Recuerda que no es un método anticonceptivo y que no te protege contra enfermedades de transmisión sexual. Si sientes ardores o dolores durante la micción, extrae rápidamente la copa. En caso de sufrir problemas ginecológicos, consulta a tu médico antes de utilizar **FarmaCup**.

La copa debe retirarse antes de mantener relaciones sexuales, pero no es necesario extraerla antes de la micción o de la defecación. No prestes ni intercambies tu **FarmaCup** con nadie. Mantén tu copa **FarmaCup** fuera del alcance de los animales domésticos.

Este producto no prevé la sustitución y/o reembolso.

No contiene látex, ni ftalatos, ni sustancias de origen animal (BSE-TSE), ni colorantes, ni perfumes, ni sustancias químicas peligrosas. Conforme a las normas FDA - USP CLASS VI - ISO 10993 - ROHS - REACH

Síndrome de Shock Tóxico (SST)

El uso de copas menstruales se remonta a los años 30 y no se asoció nunca con Síndrome de Shock Tóxico (SST). El SST es una patología extremadamente grave, y en ocasiones mortal, causada por una toxina de origen bacteriano vinculada al *Staphylococcus Aureus*. El SST se asocia con frecuencia con el uso de elementos absorbentes tradicionales. Sus síntomas son similares a los de la gripe e incluyen: fiebre alta y repentina (> 39 °C), dolores musculares, vómitos, dolor de cabeza, diarrea, vértigos, desmayos y erupciones cutáneas similares a un eritema o a una insolución. Si experimentas alguno de estos síntomas, retira el **FarmaCup** y consulta inmediatamente a un médico. En caso de haber sufrido ya SST en el pasado, consulta a tu médico antes de utilizar la copa **FarmaCup**.



FARMACUP - Weiche, wiederverwendbare Menstruationstasse

GEBRAUCHSANLEITUNG

Herzlichen Glückwunsch zum Kauf der **Menstruationstasse FarmaCup**. **FarmaCup** ist eine sichere, umweltfreundliche und praktische Alternative zu herkömmlichen Tampons. Sie respektiert Ihren Körper und die Umwelt, da sie hypoallergen und wiederverwendbar ist. Im Vergleich zu herkömmlichen Tampons ist sie besonders kostengünstig und umweltfreundlich.

FarmaCup ist in jeder Situation besonders einfach anzuwenden: sowohl tagsüber als auch nachts, auf Reisen, beim Sport und in der Freizeit. Hergestellt aus 100 % weichem medizinischem Platin-Silikon. Die Tasse saugt das Menstruationsssekret nicht auf, sondern fängt es auf und respektiert so das natürliche Gleichgewicht Ihres Körpers.

Mit dem praktischen **FarmaCup Kit** - code 970396267 (Größe L) - code 970396255 (Größe S), haben Sie sowohl die Tasse als auch alles Erforderliche zu ihrer Reinigung immer bei sich.

VOR DER VERWENDUNG

Waschen Sie sich zunächst gründlich die Hände. Kontrollieren Sie (sowohl auf Sicht als auch durch Abtasten) Ihre **FarmaCup** und achten Sie dabei auf die kleinen Löcher am äußeren Umfang: Zum Entnehmen und Lösen des „Versiegelungseffektes“ ist es wichtig, dass diese stets frei sind. Befreien Sie verstopfte Löcher mit einer kleinen Nadel. Sterilisieren Sie Ihre **FarmaCup**, indem Sie sie in Wasser tauchen und mindestens 5-7 Minuten lang kochen lassen. Vergewissern Sie sich dabei, dass die Tasse vollständig unter Wasser ist; auf diese Weise lassen sich Beschädigungen vermeiden. Wenn Sie eine Mikrowelle verwenden möchten (mit einer maximalen Temperatur von 200°C), können Sie den praktischen CLEANER CUP nutzen - code 970486561, den Sie in der Apotheke erhalten. Die Sterilisation muss bei jedem Zyklusbeginn vorgenommen werden (**Zeichnung A**).

VERWEND