

INTIMINA™

Ziggy Cup™ 2

MODE D'EMPLOI



Ziggy Cup™ 2

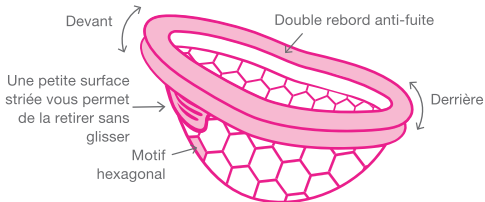
Merci d'avoir choisi Ziggy Cup™ 2. Veuillez prendre le temps de lire le présent manuel avant d'utiliser votre coupe menstruelle ou consultez le site intimina.com/fr pour avoir une vue d'ensemble de ce produit.



Ziggy Cup™ 2 est une nouvelle génération de coupe menstruelle plate. Renforcée, aussi fine qu'un pétale, elle est facile à insérer et s'adapte à la forme de votre corps de sorte que vous ne la sentez pas. Son double rebord vous garantit une protection sans fuites, tandis qu'une petite surface striée vous permet de la retirer facilement, sans glisser.

Ziggy Cup™ 2 est réutilisable et s'insère dans le vagin pour récolter le flux menstruel. Les conseils et informations indiqués dans ce manuel ne représentent en aucun cas un avis médical. Si vous souffrez d'un problème gynécologique ou médical quelconque, nous vous conseillons de consulter votre médecin avant d'utiliser cette coupe menstruelle.

Design plat



Silicone ultra doux de qualité médicale

Avant de commencer

Apprendre à se servir de la coupe menstruelle Ziggy Cup™ 2 demandera un peu de pratique au début, mais avec l'habitude, ce sera plus facile et confortable. Il est essentiel de bien nettoyer votre coupe avant et après chaque utilisation (voir la section « nettoyage et entretien »).

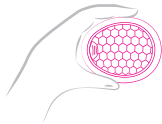


Lavez-vous soigneusement les mains avec de l'eau et du savon avant d'utiliser votre Ziggy Cup™ 2.

Avant la première utilisation, immergez complètement votre Ziggy Cup™ 2 dans de l'eau bouillante pendant 5 à 8 minutes.

Ziggy Cup™ 2 se positionne parfaitement sous le col de l'utérus afin de récolter le flux menstruel. Nous vous conseillons de commencer par trouver votre col de l'utérus en insérant un doigt propre dans votre vagin. Au toucher, il s'apparente au bout du nez.

Comment la plier



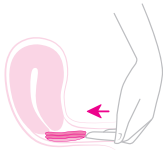
1. Repérez l'arrière de la coupe et tenez cette partie au plus près de vous.



2. Servez-vous de votre pouce et de votre index pour serrer les côtés de la coupe et former un 8.

Comment l'insérer ?

Accroupissez-vous ou asseyez-vous sur les toilettes et détendez les muscles de votre vagin. Vous pouvez aussi appliquer du lubrifiant à base d'eau à l'entrée du vagin pour plus de confort.



Insérez le bord arrière de la coupe en premier et utilisez votre index pour la pousser aussi loin que possible, sans nuire au confort. Inclinez la coupe en arrière et légèrement vers le bas pour qu'elle se positionne derrière le col de l'utérus.

Placez l'avant de la coupe derrière votre os pelvien pour la positionner correctement autour de votre col.



Éviter les fuites

Il est important de s'assurer que le rebord arrière de la coupe est bien positionné derrière le col de l'utérus et que le rebord avant est bien placé derrière l'os pubien. Une fois la coupe correctement placée, vous ne la sentirez plus du tout.

Pour vérifier que votre Ziggy Cup™ 2 est bien en place, glissez un doigt jusque sous la coupe afin de sentir votre col de l'utérus au travers et de vous assurer ainsi qu'il est bien positionné dans la coupe. Déplacez ensuite votre doigt sur le rebord avant pour vous assurer que celui-ci est bien placé derrière l'os pelvien et qu'il n'y a pas d'espace entre le rebord et la paroi vaginale.

Ziggy Cup™ 2 ne bloque pas le canal vaginal, c'est pourquoi elle peut être portée pendant les rapports, car vous ne la sentirez pas. Ce n'est pas un contraceptif et elle n'empêchera ni les IST ni de tomber enceinte.

Comment la retirer et la vider ?

Ziggy Cup™ 2 offre jusqu'à huit (8) heures de protection non-stop. Nous recommandons de la vider deux à trois fois par période de 24 heures. Vous comprendrez bientôt la fréquence à laquelle vous devez la vider en fonction de votre flux menstruel.

Pour la retirer, lavez vos mains puis asseyez-vous confortablement sur les toilettes ou accroupissez-vous.



Détendez-vous, insérez votre doigt dans le vagin et attrapez le rebord de la coupe menstruelle (là où se trouve la petite surface striée qui l'empêche de glisser).



Tirez doucement tout en veillant à ce qu'elle reste en position horizontale pour éviter d'en renverser le contenu.

Videz-la dans les toilettes, rincez-la et remettez-la. Si vous n'avez aucun moyen de la nettoyer, vous pouvez la réinsérer sans la laver du moment que vos mains sont propres.

Que faire en cas de difficulté à retirer votre Ziggy Cup™ 2 ?

Si vous ne parvenez pas à retirer votre coupe, restez calme, cela arrive souvent au début. En position accroupie, détendez tout votre corps afin de la retirer plus facilement.

Si vous rencontrez d'autres problèmes, contactez votre médecin.

Comment choisir votre taille ?

Le corps féminin change au cours de la vie. C'est pourquoi Ziggy Cup™ 2 est disponible en deux tailles. Spécialement conçue pour garantir un maximum de confort, vous ne devriez pas la sentir lorsque vous la portez. Si vous ressentez une gêne quelconque, vous devriez changer de taille.

Changez de taille dans les cas suivants :

vous avez l'impression que la taille A n'est pas étanche et qu'il y a des fuites. Passez alors à la taille B ;

vous avez du mal à insérer la taille B ou ressentez une gêne quelconque. Passez alors à la taille A.

Guide des tailles

Taille A

- Capacité : 50 ml
- J'ai un col de l'utérus bas
- Mon flux menstruel varie de léger à moyen



Taille B

- Capacité : 76 ml
- J'ai un col de l'utérus haut
- Mon flux menstruel varie de léger à abondant



Nettoyage et entretien

En nettoyant et rangeant soigneusement votre Ziggy Cup™ 2, vous prolongerez sa durée de vie. Remplacez-la si vous constatez la moindre coupure, déchirure, ou si une couche collante ou grasse se forme sur le silicone. Elle peut se décolorer légèrement avec le temps, ce qui est parfaitement normal. Cela n'affecte en rien le bon fonctionnement et la sûreté de Ziggy Cup™ 2.

Première utilisation	Avant la première utilisation, immergez complètement votre Ziggy Cup™ 2 dans de l'eau bouillante pendant 5 à 8 minutes. Ne la laissez pas bouillir jusqu'à l'évaporation complète de l'eau.
Utilisation régulière	Lavez votre Ziggy Cup™ 2 avant et après chaque utilisation avec de l'eau et du savon doux ou un nettoyant spécifique. Rincez-la abondamment pour éliminer tout résidu de savon ou de nettoyant afin d'éviter les irritations. Pour un nettoyage plus intensif, faites bouillir votre coupe aussi souvent que vous le souhaitez. Si vous ne disposez pas d'eau (dans les toilettes publiques, notamment), videz la coupe, essuyez-la avec du papier toilette et réinsérez-la. Vous pourrez la nettoyer à un autre moment plus approprié.

Rangement

Nous recommandons de ranger votre Ziggy Cup™ 2 dans sa pochette ultra hygiénique en tissu (fournie avec le produit).

Attention : n'utilisez pas de nettoyant abrasif, de substances à base de pétrole, d'huile d'arbre à thé ou de blanchissant pour nettoyer votre Ziggy Cup™ 2.

Syndrome de choc toxique (SCT)

Le SCT est une maladie rare, très grave, possiblement mortelle, en lien avec une absorption élevée et une utilisation prolongée de tampons. Parmi les symptômes, on compte : une forte fièvre soudaine, des vomissements, la diarrhée, des vertiges, des évanouissements et des rougeurs (comme lors d'un coup de soleil). Si vous observez l'un ou l'autre de ces symptômes pendant l'utilisation de votre Ziggy Cup™ 2, retirez-la immédiatement et contactez votre médecin. Les femmes ayant déjà souffert de ce syndrome devraient éviter l'utilisation de toute forme de protection périodique interne (notamment les coupes menstruelles). Ziggy Cup™ 2 doit être utilisée uniquement pendant vos règles. Lavez-vous soigneusement les mains avec de l'eau chaude et du savon avant et après chaque utilisation.

Avertissements et recommandations

- Ziggy Cup™ 2 n'est pas un contraceptif et n'empêchera ni les infections sexuellement transmissibles ni de tomber enceinte.
- En cas de douleur ou d'inconfort, cessez l'emploi de Ziggy Cup™ 2 et consultez un médecin.
- N'utilisez pas la Ziggy Cup™ 2 si vous avez souffert du SCT dans le passé.
- Nous vous recommandons d'éviter de la porter pendant plus de huit (8) heures d'affilée.
- Ziggy Cup™ 2 ne doit pas être retirée pour uriner ou aller à la selle.
- Ziggy Cup™ 2 doit uniquement être utilisée pendant les règles.
- Tenir hors de la portée des enfants et des animaux.
- Ne pas exposer Ziggy Cup™ 2 directement au feu.

Pour toute question ou préoccupation, ou si vous souhaitez en savoir plus sur les produits Intimina, rendez-vous sur www.intimina.com ou envoyez un courriel à customercare@intimina.com

Clause de non-responsabilité : les usagères de Ziggy Cup™ 2 l'utilisent à leurs propres risques. Ni Intimina ni ses revendeurs ne sauront assumer de responsabilité quant à l'utilisation de ce produit.

Le modèle peut être modifié pour des améliorations sans préavis.

© 2021 LELOi AB. Tous droits réservés.

Fabricant : Suzhou Armocon Technology Co. Ltd. 3-5 / F 77 SuHong Middle Road, SIP, 215027 Jiangsu, Chine

Mise sur le marché : LELOi AB, Karlavägen 41, 114 31 Stockholm, Suède

États-Unis : LELO Inc., 4320 Stevens Creek Blvd., Suite 205, San Jose, CA95129, États-Unis

Pays d'origine : Chine

www.intimina.com