



Menstruační kalíšek **t.o.c.** je vysoce kvalitní dámský hygienický výrobek z lékařského silikonu a plnohodnotná alternativa k tamponům nebo vložkám

- šetrný k životnímu prostředí
- ideální pro aktivní dámy, umožňuje volný pohyb během volnočasových aktivit, sportu a při práci
- nízké riziko infekce a zánětu
- veganský produkt
- bez přísad, zbytků celulózy, latexu a vůní
- vyrobeno z vysoce kvalitního lékařského silikonu
- snadno se udržuje v čistotě

Jak se kalíšky t.o.c. používají:

Příprava:

Před zavedením menstruačního kalíšku je důležité si umýt ruce a kalíšek sterilizovat 3 minuty ve vroucí vodě. Po každém použití očistěte čistou vodou a pH neutrálním mýdlem po dobu nejméně 20 sekund.

Zavedení:

Menstruační kalíšek složte a celý jej zaveďte. Je vhodné kalíšek zavádět v podřepu nebo se posadit na toaletu. Zkuste se uvolnit a v případě potřeby použijte k zavedení lubrikant. Na rozdíl od tamponů by se kalíšek t.o.c. měl umísťovat níže ve vaginálním kanálu, pod děložní čípek, kterého se nebude dotýkat. Po zavedení by se menstruační kalíšek měl ve vagíně plně rozvinout podél poševních stěn a zachycovat menstruační tekutinu. Správné umístění kalíšku zkontrolujete tím, že přejedete horní okraj kalíšku kolem dokola prstem. Spodní část kalíšku by měla být na dotyk okrouhlá a hladká. Pokud ucítíte jakékoli záhyby nebo důlky, pokuste se kalíšek (nikoli stopku) jemně zmáčknout, aby se pořádně rozvinul.

Vyprazdňování kalíšku:

Frekvence vyprazdňování menstruačního kalíšku t.o.c. závisí na intenzitě vaší menstruace. V závislosti na síle menstruace, ale nejpozději do 8 hodin, by měl být kalíšek vyprázdněn. Pokud chcete menstruační kalíšek vytáhnout, musíte nejprve odstranit podtlak. Sedněte si na toaletu nebo do podřepu a čistýma rukama, pomocí ukazováčku a palce, jemně zmáčkněte dolní část kalíšku (ne stopku). Tím se podtlak uvolní. Toho samého můžete dosáhnout zahnutím prstu směrem k hornímu okraji. Kalíšek by mělo být snadné vyjmout. Pokud ucítíte odpor nebo tření, pak se ještě neuvolnil podtlak. Abyste předešla povolení pánevního dna, je důležité pečlivě se řídit těmito pokyny a podtlak před vyjmutím kalíšku opravdu uvolnit. Kalíšek vyprázdněte a alespoň 20 sekund ho čistěte čistou vodou, pH-neutrálním mýdlem nebo speciálními čistícími ubrousky vhodnými pro výrobky z lékařského silikonu. Ujistěte se, že otvory v kalíšku zůstávají čisté. Aby nedošlo ke kontaminaci, před menstruací a po ní kalíšek vždy vyvařte (3 minuty). Změna barvy je možná, ale neškodná – lze ji odstranit tabletami na čištění zubních náhrad, citronovou šťávou nebo 3% peroxidem vodíku.

Skladování a přeprava:

Menstruační kalíšek t.o.c. uchovávejte vždy čistý a suchý v látkovém stahovacím sáčku, který je součástí balení.

Syndrom toxického šoku (STŠ) – informace:

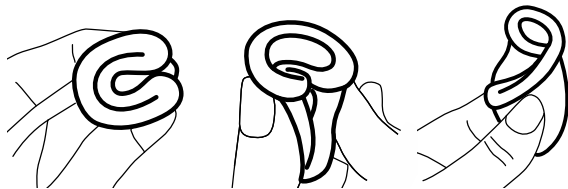
STŠ je mimořádně vzácné, ale závažné onemocnění, které způsobují bakterie a ke kterému může dojít při menstruaci. STŠ může být vyvolán použitím výrobků dámské hygieny, které se zavádějí dovnitř těla. Proto je obzvlášť důležité dbát při manipulaci s menstruačním kalíškem t.o.c. na správnou hygienu rukou. Kalíšek vyprazdňujte nejpozději po 8 hodinách a vždy ho čistěte podle pokynů. Pokud budete trpět jakýmkoliv příznakem STŠ, jako je teplota, zimnice, zvracení, průjem, bolest hlavy nebo svalů, okamžitě menstruační kalíšek vyjměte a obraťte se na lékaře s tím, že se může jednat o STŠ

Antikoncepční spirála / nitroděložní tělísko:

I pokud máte zavedenou antikoncepční spirálu nebo nitroděložní tělísko, je většinou možné menstruační kalíšek použít. Přesto vám doporučujeme, abyste se o tom poradila s lékařem. Je důležité, aby se nit nezachytily mezi menstruační kalíšek a vaginální stěnu – v případě potřeby může váš gynekolog nit zkrátit. Při vyjímání menstruačního kalíšku je velmi důležité zmáčknout spodní část kalíšku, aby se uvolnil podtlak a tím pádem se zabránilo tření děložního čípku. Menstruační kalíšek lze zavádět a používat až od druhé menstruace po zavedení spirály nebo nitroděložního tělíska.

Další informace naleznete na www.t-o-c.at, nebo je obdržíte, pokud nám pošlete e-mail na adresu office@t-o-c.at

Techniky skladu:



C-sklad

Technika blokowania

7-sklad