

Vor dem ersten Gebrauch

Deine FEE Menstruationstasse muss vor dem ersten Gebrauch 20 Minuten in kochendem Wasser desinfiziert werden. Danach ist es ausreichend, sie nach jeder Periode für 5 Minuten auszukochen.

Anwendung

Bevor Du die FEE Cup einführst oder entfernst, wasche Dir die Hände gründlich mit Seife!



Einführen

Feuchte Deine FEE Cup vor dem Einführen von außen mit etwas Wasser oder Gleitgel an.

Falte die Tasse so, dass sie leicht einzuführen ist (Faltbeispiel siehe Abb.).

Führe die FEE Menstruationstasse vorsichtig in die Scheide ein. Vergewissere Dich, dass sie sich richtig entfaltet hat, indem du einmal mit dem Finger um die Tasse fährst. Nur wenn sie richtig entfaltet ist, bleibt die Tasse dicht und es kann kein Menstruationsblut daran vorbeifließen.

Spanne deine Beckenbodenmuskulatur gut an, sodass die FEE Cup an die richtige Position geschoben wird.



Die richtige Position

Du kannst die FEE Cup Menstruationstasse tief in der Scheide, direkt unterhalb des Muttermundes (= Zervix oder Gebärmutterhals) oder auch etwas weiter unten positionieren (siehe Abb. Position). Die Menstruationstasse liegt komplett innerhalb der Scheide.

Achte darauf, dass Du die Menstruationstasse nicht am Muttermund vorbei schiebst. Der Muttermund sollte direkt über oder in der Öffnung der Menstruationstasse liegen, aber nicht daneben.



Entfernen

Vor dem Entfernen Deiner FEE Cup, wasche Deine Hände gründlich mit Seife.

Zum Entfernen der Menstruationstasse kannst Du Deine Beckenbodenmuskulatur nutzen, um sie nach unten zu drücken. Löse anschließend den Unterdruck, indem Du die FEE Cup am Boden leicht zusammendrückst. Nun kannst sie bei gelöstem Unterdruck vorsichtig herausziehen.

Entleere die Menstruationstasse restlos und reinige sie anschließend gründlich mit Wasser. Wasche die FEE Menstruationstasse immer erst mit kaltem Wasser ab, um Verfärbungen vorzubeugen.

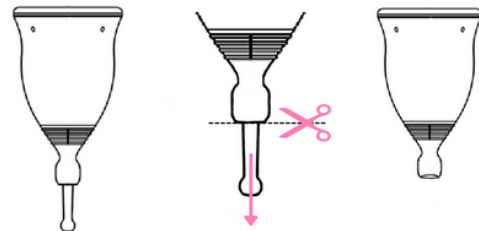
Nach dem Reinigen kannst Du sie direkt wiederverwenden. Reinige deine FEE Cup am Ende der Periode gut mit Wasser und lege sie anschließend für 5 Minuten in kochendes Wasser.

Nach dem Auskochen kannst Du Deine FEE Cup an der Luft trocknen lassen.

Stiel kürzen

Wenn Du den Stiel kürzen möchtest, kannst Du das direkt innerhalb der Greifkugel tun.

Ziehe hierfür an dem dünneren Ende des Stils und schneide diesen unter Zug, **innerhalb** der kleinen Vertiefung, in der Kugel ab, sodass die Schnittkante in der Kugel liegt.



Stiel in die Länge ziehen und innerhalb der Kugel abschneiden

Warnhinweise

Toxisches Schocksyndrom (TSS)

TSS ist ein schweres Kreislauf- und Organversagen, hervorgerufen durch Bakterientoxine. TSS ist selten und bisher sind kaum Fälle im Zusammenhang mit Menstruationstassen bekannt.

Symptome: Plötzlich auftretendes hohes Fieber >39 Grad, Blutdruckabfall, Übelkeit, Durchfall, Hautauschlag und Bewusstseinstörung. Sollte eines oder mehrere dieser Symptome während Deiner Periode auftreten, entferne bitte sofort deine Menstruationstasse aus der Scheide und suche umgehend einen Arzt auf.

Wochenfluss

Die Menstruationstasse ist nicht zur Anwendung während des Wochenflusses geeignet.

Hymen (Jungfernhäutchen)

Durch den Gebrauch der Menstruationstasse kann das Hymen verletzt werden

Schmerzen

Solltest Du bei eingeführter Menstruationstasse starke, kolikartige Schmerzen bekommen, entferne die Tasse sofort aus der Scheide. Sollte keine Besserung eintreten, kontaktiere einen Arzt.

Verhütungsmittel

Die Menstruationstasse ist KEIN Verhütungsmittel und darf während des Geschlechtsverkehrs nicht getragen werden - Dies könnte zu Verletzungen führen! Solltest Du die Spirale als Verhütungsmittel verwenden, ist die Menstruationstasse evtl. nicht für Dich geeignet. Bitte bespreche das zuerst mit Deinem Gynäkologen

Anwendung mit anderen Mitteln

Seife

Reinige Deine FEE Cup ausschließlich mit PH-neutraler, parfümfreier Seife. Normale Seife könnte Deine Vaginalflora stören oder Allergien hervorrufen.

Gleitgel

Verwende bitte nur Gleitgel auf Wasserbasis, welches für Silikon geeignet ist.

Hygienehinweise

Candidainfektion

Wenn du Deine Menstruationstasse während einer vaginalen Pilzinfektion verwendet hast, kannst Du sie mit einem Schuss Essig im Wasser 3 x 20 Minuten auskochen und zwischendurch an der Luft trocknen.

Bakterielle Scheideninfektion

Einige Bakterien bilden Sporen, welche sich an Deiner Menstruationstasse anhaften können. In diesem Fall empfehlen wir Dir, die Menstruationstasse während der Zeit der Infektion nicht zu verwenden.

8 Stunden maximale Sicherheit

Entleere und reinige Deine Menstruationstasse, je nach Blutungsstärke, spätestens alle 6 bis max. 8 Stunden. Verwende die Menstruationstasse nie länger als 8 Stunden am Stück, ohne sie zwischendurch zu reinigen.

Sonstige Hinweise und Entsorgung

Scharfkantige Gegenstände

Scharfe Gegenstände oder lange Fingernägel können die FEE Menstruationstasse beschädigen. Achte daher auf eine korrekte Lagerung und drücke die FEE Cup nicht direkt mit den Fingernägeln zusammen.

Lagerung

Bewahre die FEE Cup an einem sauberen Ort außerhalb der Reichweite von Kindern und Tieren auf und vermeide direkte Sonneneinstrahlung. Zu keiner Zeit sollte die Menstruationstasse in einem luftdichten Behälter gelagert werden.


Wie lange kann ich die FEE Cup verwenden?

Wir empfehlen Dir die FEE Menstruationstasse nach 3-5 Jahren auszutauschen. Sollte deine Menstruationstasse Beschädigungen oder Materialermüdung aufweisen, tausche Sie bitte schon vorher aus. Du kannst Die FEE Cup einfach über den Restmüll entsorgen.

KAUFBERATER

FEE Menstruationstassen

Größe	FEE CLASSIC (mittelfest)		FEE SPORT (fest)	
	1	2	1	2
Muttermundstand	5cm -8,5cm	5,5cm -9cm	5cm -8,5cm	5,5cm -9cm
Beckenbodenmuskulatur	mittelkräftig	mittelkräftig	kräftig	kräftig
Anzahl vaginale Geburten	0-1	1-mehrere	0-1	1-mehrere
Stärke der Periode	👉👉	👉👉👉	👉👉	👉👉👉

made in Germany 

Tipps & Tricks

rund um die FEE Menstruationstasse findest Du auf unserer Webseite unter www.feecup.com



C. Isabel Fleschhut
Uhlandstr. 59
88400 Biberach an der Riß
www.feecup.com



Menstruationstasse

Gebrauchsanleitung

Bitte vor Gebrauch vollständig lesen und aufbewahren. Diese Gebrauchsanleitung ersetzt keinen ärztlichen Rat.