natù® menstrualcup

Natù ist eine wiederverwendbare Menstruationstasse. Sie ist einfach anzuwenden und wurde aus medizinischem Platin-Silikon hergestellt, das zu 100% hypoallergen ist. Dieses Material passt sich nach dem Einführen perfekt an die Form der Vaginalwand an und sammelt die Menstruationsflüssigkeit, anstatt sie aufzusaugen. So kann nichts auslaufen, die Umwelt wird geschont und das Gleichgewicht der Vaginalflora wird erhalten. **Natù** ist sicher, praktisch, bequem und komfortabel. Diese Menstruationstasse kann am Tag und auch nachts verwendet werden und erlaubt das Ausfüren von jedem Sport, auch von Wassersportarten. Müll durch Binden und Tampons ist nicht länger notwendig - **Natù** bietet eine innovative und ökologische Lösung, die das Wohlbefinden von Frauen ebenso berücksichtigt wie unsere Umwelt! Denn: **Natù** liebt Sie und unsere Erde!

VOR DER ANWENDUNG VON NATÙ, LESEN SIE BITTE GRÜNDLICH DIE GEBRAUCHSANWEISUNG!

Welche ist die richtige Größe für mich?

Natu ist in zwei Größen erhältlich, um jeder Frau den maximalen Komfort zu bieten.

Größe 1 eignet sich für Frauen unter 30, die noch keine Kinder zur Welt gebracht haben.

Größe 2 ist für Frauen über 30 bzw. Frauen gedacht, die bereits ein Kind auf natürliche Weise zur Welt gebracht haben.

ANWENDUNG

Die Verwendung von **Natù** erfordert etwas Übung, bis man die beste Technik und die optimale Position der Menstruationstasse gefunden hat. Haben Sie erst den Dreh heraus, werden Sie überrascht sein, wie einfach und effektiv **Natù** ist! Üben Sie die erste Anwendung am besten an den letzten beiden Tagen der Monatsblutung, an denen die Blutung nicht mehr so stark ist. Nehmen Sie sich Zeit, um zu entspannen und um Vertrauen zu diesem innovativen Produkt zu finden!

VOR DER ANWENDUNG

Stellen Sie sicher, dass die vier Löcher am oberen Rand der Menstruationstasse offen sind. Vor der Verwendung, sterilisieren Sie **Natù**, indem Sie sie für 3-5 Minuten in kochendes Wasser legen. Um Beschädigungen des Materials zu vermeiden, sollte **Natù** vollständig mit Wasser bedeckt sein. Wiederholen Sie die Sterilisation von **Natù** zu Beginn jeder Monatsblutung.

EINFÜHREN VON NATÙ

Natù muss nicht so tief eingeführt werden wie ein Tampon. Waschen Sie sich vor dem Einführen die Hände gründlich mit einer milden Seife. Biegen Sie **Natù** U-förmig und halten Sie sie zwischen Daumen und Zeigefinger fest, um sie in Form zu halten (Abb. 1). Drücken Sie mit der freien Hand die äußeren Schamlippen leicht auseinander und führen Sie die zusammengefaltete Menstruationstasse vorsichtig ein, bis sich der Tassenboden etwa 2-3 cm. hinter dem Scheideneingang befindet (Abb. 2). Um sicherzustellen, dass sich **Natù** im Körperinneren wieder vollständig entfaltet, drehen Sie sie leicht.

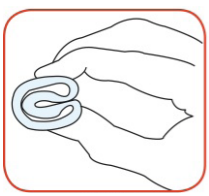

Abb. 1

Abb. 2

ENTFERNEN VON NATÙ

Natù sollte alle 4 bis 8 Stunden entleert, gereinigt und wieder eingeführt werden - abhängig von der Intensität des Menstruationsflusses. Es ist wichtig, dass Sie beim Entfernen entspannt sind, damit sich die Menstruationstasse leicht herausnehmen lässt. Wenn Sie sie mit den Fingern nicht gut erreichen können, können Sie auch mit der Beckenbodenmuskulatur nachhelfen. Waschen Sie sich vor dem Entfernen von **Natù** immer gründlich die Hände. Setzen Sie sich anschließend auf die Toilette oder in der Dusche in die Hocke. Die hockende Position erleichtert sowohl das Einsetzen, als auch das Entfernen von **Natù**.

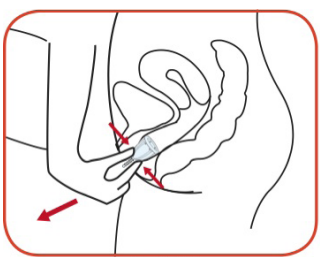

Abb. 3

Führen Sie Daumen und Zeigefinger in die Vagina ein und halten Sie **Natù** am unteren Teil der Tasse fest. Nun können Sie **Natù** vorsichtig herausnehmen (Abb. 3). Halten Sie **Natù** möglichst vertikal, um nichts zu verschütten. Entleeren Sie den Becher in die Toilette (Abb. 4), spülen Sie ihn mit klarem Wasser aus (Abb. 5) und führen Sie ihn wieder ein.

Abb. 4

Abb. 5

INSTANDHALTUNG UND REINIGUNG

Es ist besonders wichtig, **Natù** immer sauber zu halten. Sterilisieren Sie **Natù** vor jeder Monatsblutung wie zuvor beschrieben in kochendem Wasser oder alternativ dazu in einem Dampfsterilisator. Während der Monatsblutung ist es ausreichend, **Natù** einmal täglich mit warmem Wasser und Seife zu reinigen, ebenso nach der letzten Anwendung am Ende einer Monatsblutung. Stellen Sie jedoch sicher, dass keine Seifenreste auf dem Material bleiben, um die Vaginalflora nicht zu reizen. Die kleinen Löcher am Tassenrand können Sie vorsichtig mit einer weichen Bürste oder einem Wattestäbchen reinigen. Sie müssen unbedingt frei sein, da sie dafür sorgen, dass **Natù** nach dem Einführen wirklich dicht ist. Die Färbung von **Natù** kann sich im Laufe der Zeit leicht ändern, was jedoch keinen Einfluss auf die Funktion der Menstruationstasse hat. Falls Ihnen jedoch Risse oder Veränderungen der Oberflächenbeschaffenheit auffallen, sollten Sie sie austauschen. **Natù** wird in einer kleinen Schachtel und in einem Baumwollsäckchen geliefert. Dort sollten Sie sie auch weiterhin aufbewahren. Verwenden Sie als Aufbewahrungsbehälter keinesfalls Plastiktüten oder luftdichte Behälter.

MÖGLICHE PROBLEME UND IHRE LÖSUNGEN

NATÙ RUTSCHT WÄHREND DER ANWENDUNG HERAUS

Normalerweise geschieht dies nur, wenn die Menstruationstasse nicht richtig im Körper sitzt. Um sicherzustellen, dass sie sich vollständig an die Scheidenwände anlegt, sollte sie daher nach dem Einführen leicht gedreht werden. Außerdem wird sie nicht so tief eingeführt wie ein Tampon (Abb. 6).
Wenn dieses Problem bei der Verwendung von Größe 1 auftritt und **Natù** richtig eingeführt wurde, versuchen Sie es mit Größe 2. Auch das regelmäßige Ausführen von Beckenbodenübungen kann hier helfen.

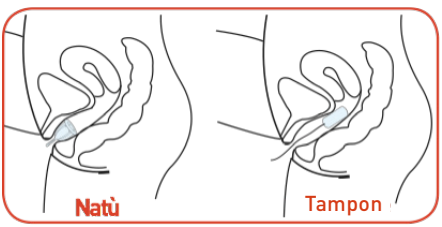

Abb. 6

DER STIEL IST IM WEG

Der kleine Stiel am Boden der Menstruationstasse dient zum leichteren Entfernen. Er sollte nicht aus der Scheide herausragen und wurde daher so gestaltet, dass er sich leicht je nach Bedarf mit einer Schere kürzen lässt (Abb. 7).

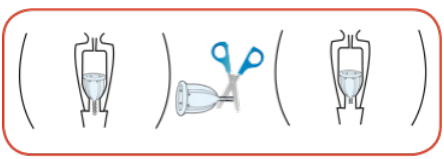

Abb. 7

HINWEIS

Die Verwendung von **Natù** hat keinerlei Einfluss auf die Vaginalschleimhaut und kann bereits am Tag vor Beginn der Monatsblutung begonnen werden. Für ein zusätzliches Gefühl der Sicherheit können Sie bei den ersten paar Anwendungen zusätzlich eine Slipeinlage verwenden. Dies ist zwar nicht notwendig, manche Frauen fühlen sich auf diese Weise aber wohler. **Natù** kann grundsätzlich problemlos in Kombination mit der Spirale oder einem Verhütungsring verwendet werden, in diesen Fällen sollten Sie allerdings zusätzlich Ihren Gynäkologen konsultieren. Weitere Informationen finden Sie unter www.natulovesyou.com.

SICHERHEITSHINWEISE

Natù ist kein Verhütungsmittel und schützt auch nicht vor sexuell übertragbaren Krankheiten. Nehmen Sie nach dem Einführen Schmerzen im Vaginalbereich, Brennen, Irritationen oder Entzündungen sowie Schmerzen beim Wasserlassen wahr, beenden Sie die Anwendung sofort und konsultieren Sie einen Arzt. Sie müssen **Natù** zum Wasserlassen nicht entfernen. Vor dem Geschlechtsverkehr muss **Natù** jedoch entfernt werden. Sie sollten Ihre Menstruationstasse nicht weitergeben oder die von anderen Menschen benutzen. Außerhalb der Reichweite von Kindern und Haustieren aufbewahren.

Natù wird aus platinisiertem Silikon hergestellt, einem Material mit wesentlich höherer Haltbarkeit, Qualität und Biokompatibilität, als sie andere Silikone aufweisen. Dieses Material entspricht dem Standard USP Klasse VI, FDA 21 CFR 177.2600 und ist zu 100% hypoallergen.