



Gefeliciteerd met je keuze voor de Menstricup! Vanaf nu kun je ultieme vrijheid ervaren tijdens je menstruatie.

Lees deze instructies aandachtig door voordat je de Menstricup voor het eerst in gebruik neemt. Indien je gynealogische problemen hebt neem dan contact op met je arts alvorens de Menstricup te gebruiken.

De Menstricup menstruatiecup is gemaakt van 100% medische kwaliteit siliconen. De stevigheid is medium, geschikt voor de meeste vrouwen. Je kunt kiezen uit 2 maten, S en L.

Maat S is 42mm in doorsnee en heeft een totale lengte van 80mm. De inhoud is 25ml. Deze maat is geschikt voor vrouwen met een lichte menstruatie of lager liggende baarmoederhals.

Maat L is 47mm in doorsnee en heeft een totale lengte van 88mm. De inhoud is 35ml. Deze maat is geschikt voor vrouwen met een medium tot zware menstruatie of vrouwen die een wat hoger liggende baarmoederhals hebben. Vrouwen die een vaginale bevalling hebben gehad, hebben vaker deze maat.

Voor het eerste gebruik

Kook je Menstricup gedurende minimaal 5 minuten uit in een pan met kokend water voor het eerste gebruik, om deze volledig te steriliseren.

Hierdoor zorg je ervoor dat de kans op infecties en irritaties geminimaliseerd worden.

Dit dien je eens per cyclus te doen, zodat je langdurig plezier kunt hebben van je Menstricup.

Voor ieder gebruik

Was je handen voordat je de Menstricup inbrengt en spoel de Menstricup uit met water na iedere leging.

Inbrengen



Was je handen goed voor ieder gebruik.



Vouw de Menstricup dubbel.



Neem de gevouwen Menstricup tussen je vingers.



Houd je vagina met je vingers open.



Breng de Menstricup in totdat je weerstand voelt van je baarmoederhals.



Draai de Menstricup wat heen en weer totdat deze zich open vouwt.

Uitnemen

Was je handen goed.

Ga rustig zitten op het toilet, of ga staan met een been op de grond en de ander omhoog op de rand van het bad.

Trek met je wijsvinger en duim voorzichtig aan de steel totdat je de onderkant van de Menstricup voelt.

Knijp de bodem even samen, hierdoor wordt het vacuum verbroken.

Beweeg de cup voorzichtig heen en weer totdat deze uit de vagina is.

Je kunt de inhoud van de cup legen in het toilet en vervolgens onder de kraan afspoelen om opnieuw in te brengen.

Waarschuwingen

Volg deze instructies op en gebruik je Menstricup alleen tijdens je menstruatie.

Gebruik de Menstricup niet als je een vaginale schimmel- of bacteriële infectie hebt. Vervang de Menstricup indien je deze gebruikt hebt tijdens een vaginale schimmel- of bacteriële infectie.

Het toxischeshocksyndroom (TSS) is een uiterst zeldzame maar ernstige vergiftiging, die bij mannen, vrouwen en kinderen kan optreden. Het wordt door een giftige stof van een bacterie veroorzaakt die vaak bij mensen wordt gevonden. Ongeveer de helft van de TSS-gevallen komt voor bij menstruerende vrouwen en meisjes, met en zonder het gebruik van tampons of andere menstruatie hulpmiddelen. TSS kan levensgevaarlijk zijn en moet daarom vroeg worden herkend en behandeld. Als je je plotseling ziek voelt tijdens het gebruik van de cup, verwijder dan direct de cup en neem contact op met je arts.

Verwijder de Menstricup voordat je sex hebt, deze beschermt je niet tegen zwangerschap en SOA's (sexueel overdraagbare aandoeningen).

Meest gestelde vragen

Hoe vaak moet ik de Menstricup legen? De Menstricup kan tot wel 12 uur mee voordat deze geleegd moet worden. Het hangt af van de hoeveelheid bloed die je vandaag verliest. Na enig gebruik zul je exact weten hoe vaak dit voor jou is.

Hoe lang kan ik de Menstricup achter elkaar gebruiken? Je kunt de Menstricup gedurende je hele menstruatie inhouden.

Wat moet ik doen als ik de Menstricup niet kan verwijderen? In het begin kan het wat lastig zijn om de cup te verwijderen. De cup heeft een vacuum wat er voor zorgt dat deze niet lekt. De truc is om dit vacuum te verbreken, zodat de cup zich makkelijk laat verwijderen. Als het niet lukt met een knijpje in de onderkant van de cup, kun je met je vingertop de rand van de cup zoeken. Als je dan je vinger voorzichtig langs de rand haakt, verbreek je het vacuum en kun je de cup er uit halen. Het belangrijkste is dat je relaxed bent en je geen zorgen maakt!

De Menstricup vouwt zich al open tijdens het inbrengen? Dit is normaal. Je kunt de cup verder duwen totdat je de weerstand van je baarmoederhals voelt. Het gaat er om dat de opening van de cup zich om de baarmoederhals sluit en een vacuum creëert.

Je kunt verschillende vouwmethoden uitproberen om te zien wat het beste bij jou past!

