

Caya®

Ergonomsko oblikovana
d i a f r a g m a

Navodilo za uporabo

Diafragma CAYA je varna kontracepcijska zaščita, ki je preprosta za uporabo. Diafragma CAYA vedno uporabljajte skupaj s kontracepcijskim gelom (npr. Gelom CAYA). Oblikovana je tako, da se ergonomsko prilega ženskemu telesu. Enotna velikost diafragme ustreza večini žensk.

Videz diafragme CAYA:



Silikonska membrana se namesti čez maternični vrat in prepreči spermijem prehod v maternico.

Upogljiv obod, ki zagotavlja pravilno lego diafragme.

Oprijemne izboklinice za lažjo vstavitve diafragme.

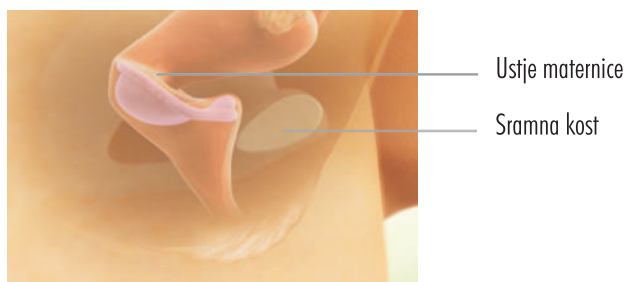
Izboklina za odstranitev na prednji strani diafragme je namenjena lažjemu odstranjevanju.

Kakšna je lega diafragme Caya v nožnici?

Če diafragma namestite pravilno, prekriva ustje maternice. Nameščena je na zgornjem delu nožnice, med sramno kostjo in vaginalnimi stenami.

Diafragma CAYA prepreči prehod spermijev skozi ustje v maternico med in po spolnem odnosu. To prepreči neželeno zanositev.

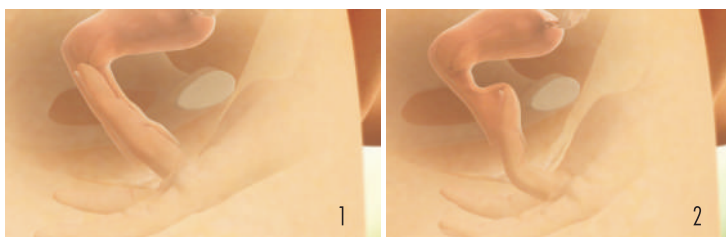
OPOZORILO: Diafragma CAYA vedno uporabljajte skupaj s kontracepcijskim gelom (npr. gelom CAYA).



Večkrat vadite vstavljanje diafragme CAYA, preden jo boste prvič uporabili pred spolnim odnosom.

Pred prvo uporabo diafragme CAYA

- Vzemite si čas.
- Natančno preberite navodila.
- Če je mogoče, si predvajajte CD ali pa si oglejte predstavitev na spletnem mestu www.caya.eu.
- Otipajte maternično ustje, čutite ga kot konico nosu (slika 1).



Kako se vstavi diafragma CAYA?

OPOZORILO: Diafragma CAYA vstavite pred spolnim odnosom.

1. Diafragma CAYA vzemite iz embalaže s čistimi rokami in jo pred prvo uporabo umijte z vodo in milom.
2. Pred vstavitvijo diafragme CAYA nanesite na silikonsko membrano 4 ml (čajno žličko) kontracepcijskega gela (npr. gela CAYA). Razporedite gel po upogljivem obodu, kar vam bo olajšalo vstavljanje v nožnico. Pred vstavljanjem v vagino primite za oprijemne izbokline diafragme CAYA in jo stisnite.

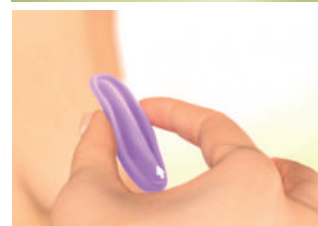


OPOZORILO: če vstavite diafragma več kot dve uri pred spolnim odnosom, morate ponovno dodati kontracepcijski gel

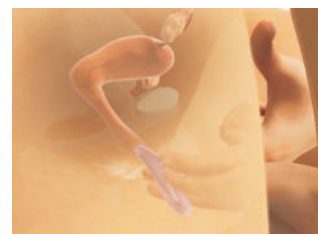
3. Izberite najbolj ugoden položaj počepnite, se ulezite ali stojte in privzdignite eno nogo.



4. Držite diafragma CAYA v eni roki. Primite s palcem in kazalcem za oprijemne izboklinice na obodu. Puščica mora kazati v smer proti vašemu telesu.



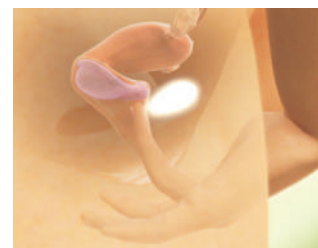
5. Z drugo roko razprite sramne ustnice. Potisnite diafragma CAYA globoko vzdolž spodnje strani vaginalne stene proti hrbtu, dokler ni ustje maternice prekrto z membrano diafragme.



6. Z prstom preverite, ali je ustje prekrto z membrano diafragme CAYA. Ali lahko začutite prekrto ustje? Če ga, potem ste diafragma pravilno vstavili. (Če ne morete začutiti ustja: odstranite diafragma CAYA in jo poskusite ponovno vstaviti.)



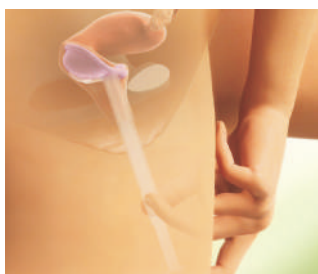
Del z izboklino za odstranitev naj bo varno nad zgornjim delom sramne kosti. Če ste preverili prekritje ustja in namestitve nad sramno kostjo, je zagotovljena varna kontracepcija. Sedaj ste pripravljeni za spolni odnos.



7. Po spolnem odnosu mora diafragma CAYA **ostati v nožnici vsaj šest ur**. Bodite pozorni, da ni vstavljena neprekinjeno več kot 24 ur.

OPOZORILO: Diafragme CAYA ne pustite neprekinjeno v nožnici več kot 24 ur. Če bi jo imeli vstavljeno več kot 24 ur, bi lahko tvegali razmnožitev bakterij v nožnici. Te bakterije lahko povzročijo sindrom toksičnega šoka.

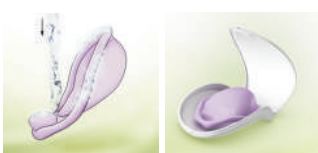
Če se spolni odnos ponovi, ali če ste diafragmo CAYA vstavili več kot dve uri pred spolnim odnosom, uporabite vaginalni aplikator in z njim vnesite globoko v nožnico dodatno količino gela.



8. Za odstranitev diafragme CAYA vstavite prst v vagino in s pomočjo vbokline za odstranitev izvilcite diafragmo.



9. Čiščenje in nega diafragme CAYA: Po odstranitvi diafragme jo očistite z vodo in milom ter pustite, da se posuši na zraku. Diafragmo shranite v originalni embalaži in jo tako zaščitite pred zunanjimi vplivi.



Diafragma CAYA je namenjena večkratni uporabi. Po prvi uporabi jo lahko uporabljate še dve leti.

10. Pred vsako uporabo preverite, da diafragma ni preluknjana ali raztrgana. Bodite pozorni, da je ne poškodujete z nohti.

Oblika in varnost diafragme Caya je rezultat intenzivnega večletnega raziskovanja v Ameriki kot tudi svetovnih študij.

Če jo uporabljate skupaj s kontracepcijskim gelom, predstavlja diafragma CAYA varno zaščito pred neželjeno nosečnostjo. Kljub temu se je treba zavedati, da nobena kontracepcijska metoda ne more zagotoviti 100-odstotne zaščite pred neželjeno nosečnostjo.

OPOZORILO: Diafragma CAYA vedno shranjujte v originalni embalaži in nedosegljivo otrokom.

Pomembni napotki pri uporabi

- Diafragme nikoli ne vstavite več kot dve uri pred spolnim odnosom.
- Diafragma vedno uporabljajte skupaj s kontracepcijskim gelom.
- Zagotovite pravilno lego diafragme tako, da preverite prekrivanje ustja z diafragmo CAYA.
- Počakajte z odstranitvijo diafragme CAYA vsaj šest ur po spolnem odnosu.
- Diafragme nikoli ne pustite neprekinjeno v nožnici več kot 24 ur.

Kontraindikacije

- Uporaba diafragme v prvih 6 tednih po porodu.
- Če je bila predhodna velikost diafragme večja od 85 mm ali manjša od 60 mm.

Za nasvet vprašajte zdravniško osebje, če:

- imate težave s pravilnim vstavljanjem ali prileganjem diafragme CAYA,
- se zdravite zaradi nožnične okužbe,
- imate pogoste okužbe sečil (redko),
- ste imeli operacijo nožnice (zelo redko),
- ste bili kadar koli diagnosticirani s sindromom toksičnega šoka (zelo redko).
- o vseh ostalih strokovnih vprašanjih se posvetujte s svojim zdravnikom.

OPOZORILO: če ste pozabili uporabiti diafragmo CAYA in ste imeli nezaščiten spolni odnos, se nemudoma posvetujte z zdravnikom o uporabi nujne kontracepcije (»jutranje tabletk«).

Material: medicinski silikon, najlon

Vsebina: 1 diafragma CAYA, navodila za uporabo + DVD, škatla za shranjevanje

Pogosto zastavljena vprašanja

Kako zanesljiva je uporaba diafragme CAYA?

Nobena kontracepcija ne zagotavlja 100-odstotne zaščite pred neželjeno nosečnostjo. Diafragma CAYA je vsaj toliko varna kot klasične diafragme. Bolj pogosto kot boste uporabljali diafragmo CAYA, bolj boste zaupali varnosti te kontracepcijske metode.

Kako vem, da je diafragma CAYA pravilno vstavljena in da se prilega?

Uporabite najdaljši prst (najpogosteje sredinec), da preverite pravilno lego diafragme: prepričajte se, da membrana prekriva ustje in da je izboklina za odstranitev nad sramno kostjo. V tem primeru ste dobro zaščiteni.

Kako dolgo lahko uporabljam diafragmo Caya?

Po prvi uporabi lahko diafragmo CAYA uporabljamo dve leti.

Zakaj mora diafragma CAYA ostati v nožnici še šest ur po spolnem odnosu?

Po tem obdobju spermiji niso več aktivni. Teh 6 ur je namenjenih vaši varnosti in preprečitvi neželene zanositve.

Zakaj ne sme biti diafragma vstavljena neprekinjeno več kot 24 ur?

Neprekinjena uporaba diafragme CAYA več kot 24 ur lahko povzroči razmnožitev bakterij v nožnici. Bakterije lahko povzročijo sindrom toksičnega šoka.

Kaj moram storiti, če pozabim odstraniti diafragmo po 24 urah?

Odstranite diafragmo in se posvetujte z zdravnikom.

Ali imam lahko večkratne zaporedne spolne odnose z uporabo diafragme CAYA?

Da, diafragma CAYA ostane v enaki legi, vendar morate s pomočjo aplikatorja dodati kontracepcijski gel. Aplikator za vstavljanje gela je priložen gelu CAYA.

Ali se lahko diafragma CAYA uporablja tudi med menstruacijo?

Uporaba diafragme je možna tudi med menstruacijo.

Na kaj moram biti pozorna pri nožnični okužbi?

Za zdravljenje nožnične okužbe (npr. glivične) obiščite svojega zdravnika. Med zdravljenjem uporabljajte kondom in NE diafragme. Po končanem zdravljenju se za lastno varnost raje odločite za nakup nove diafragme CAYA.

Ali lahko uporabim lubrikante skupaj z diafragmo CAYA?

Uporaba lubrikantov na vodni osnovi (npr. Silk) ne vpliva na uporabo in varnost diafragme CAYA.

Ali lahko moj partner čuti diafragmo CAYA?

To je zelo malo verjetno. V redkih primerih lahko vaš partner čuti obod diafragme.

Ali diafragma CAYA vpliva na mojo spolno slo?

Ne, diafragma CAYA ne vpliva na vašo spolno slo, ker ne vsebuje hormonov.

Kaj bi lahko povzročilo bolečino pri spolnem odnosu zaradi uporabe diafragme CAYA?

Najprej preverite pravilno lego diafragme CAYA z uporabo prsta. Če diafragma CAYA še vedno povzroča bolečino, obiščite zdravnika.

Obstajajo omejitve glede uporabe diafragme CAYA?

Ne, paziti morate le na to, da uporabite diafragmo, ko jo potrebujete pred spolnim odnosom. Večkrat kot boste uporabili diafragmo, hitreje se boste navadili na njeno uporabo.

Ali se lahko diafragma zlomi ali raztrga?

To je skoraj nemogoče. Vendar, če opazite, da je diafragma CAYA po spolnem odnosu poškodovana, nemudoma obiščite zdravnika glede možnosti uporabe nujne kontracepcije (»jutranje tabletk«).

Kako lahko vplivam na varnost uporabe diafragme CAYA?

Redna uporaba in uporaba kontracepcijskega gela (npr. gela Caya) pomembno prispevata k zagotovitvi varnosti. Nadalje je treba diafragmo vstaviti pred spolnim odnosom in ne med njim.

Kaj naj naredim, če se diafragma CAYA izloči med spolnim odnosom?

Ponovno vstavite diafragmo CAYA in uporabite več kontracepcijskega gela. Če se diafragma izloči po ejakulaciji vašega partnerja ali se ne počutite varno, obiščite zdravnika in se posvetujte o uporabi nujne kontracepcije.

Gel Caya® je kontracepcijski gel, ki se uporablja skupaj z diafragmo iz naravnega lateksa oziroma silikona.



Medicinski pripomoček

Distributor: Kessel GmbH, 64546 Morfelden/Walldorf, N

Uvoznik: DR. GORKIČ, d.o.o. Obrtniška ul. 11, 1370 Logatec, SLO

www.caya.si

KE-13-005-01
zadnja sprememba 05/2013