



FERTI · LILY

LITT HJELP TIL Å LAGE ET STORT MIRAKEL

A. FERTI-LILY BEFRUKTNINGSBEGER

B. HVORDAN DU BRUKER FERTI-LILY BEFRUKTNINGSBEGER
C. HVORDAN FJERNE FERTI-LILY BEFRUKTNINGSBEGER
D. HVORDAN RENGJØRE FERTI-LILY BEFRUKTNINGSBEGER
E. HVOR OFTE BØR DU BYTTE FERTI-LILY BEFRUKTNINGSBEGER
F. FORSIKTIGHETSREGLER
G. KONTAKT OG FORBRUKERSERVICE

Takk for at du kjøpte Ferti-Lily® befruktningsbeger. Ferti-Lily begeret fungerer som en beskyttende vugge for sperm, oppmuntrer flere sædceller til å svømme gjennom livmorhalsen og dermed øke sjansene for at en av cellene når egget ditt.

A. FERTI-LILY BEFRUKTNINGSBEGER

Ferti-Lily befruktningsbeger er et testet og godkjent medisinsk utstyr utviklet av fruktbarhetsspesialister som vil at par skal oppfylle sin drøm om å starte en familie. Ferti-Lily beger oppmuntrer til intimitet og vil ikke forstyrre romantikken eller spontaniteten fordi den er designet for komfortabel bruk etter samleie. Med Ferti-Lily er vårt oppdrag å hjelpe deg med å øke oddsen for å bli gravid, uten å komme i veien for gleden.

Begeret er designet for å øke mengden sædceller som kommer inn i livmorhalsen, åpningen av livmoren din. Kliniske studier viser at bruk av Ferti-Lily øker mengden av sædceller som kommer inn i livmorhalsen.

Ferti-Lily er lett å plassere i skjeden etter samleie. Den er laget av myk, fleksibel silikon som er enkel og behagelig å sette inn, bære og fjerne.

Ved bruk av Ferti-Lily øker antallet spermier rundt beskyttelsesmiljøet i din livmorhalsslimhinne, som fungerer som et reservoar for forlenget sperm overlevelse.

FORDELER VED BRUK AV FERTI-LILY BEFRUKTNINGSBEGER:

- Spermiene er sikret innenfor Ferti-Lily begeret og beskyttet for mindre kontakttid i skjeden, som vanligvis har et pH-nivå som er giftig for sæd.
- Ferti-Lily kan forbli på plass i opptil 1 time, og øker hvor lang tid individuelle sædceller kan svømme inn i den fruktbare livmorhalsen.
- Hvis du ikke allerede har hatt orgasme, prøv å få en når du har satt inn begeret. Orgasmer kan hjelpe deg med å bli gravid. Hvis du allerede har hatt en orgasme, ikke la tilstedeværelsen av begeret stoppe deg fra å få en til. Vaginal penetrasjon er ikke ideell når begeret er i.
- Du kan urinere, dusje, sove, eller gjøre noe annet etter samleie uten å bekymre deg for å miste noen av hans sædceller.
- Kos etterpå så lenge du vil. Det er ikke nødvendig å holde beina i luften når du bruker Ferti-Lily

VISSTE DU?

- Den lave pH i skjeden din dreper faktisk sædcellene. Jo mindre tid i vagina som spermien bruker, desto bedre odds for overlevelse.
- Normalt opptil 60% av spermiene kan strømme ut av vagina etter fullendt samleie.
- Forskning tyder på at kvinnelig orgasme øker dine sjanser for å bli gravid.
- Stress reduserer dine sjanser for å bli gravid. Slapp av, ikke bekymre deg og prøv ha det gøy.
- Man kan se på fargen og konsistensen i livmorslimhinnen når du er mest fruktbar.
- Urinering etter samleie bidrar til å redusere sjansene for blæreinfeksjoner (UTI).
- For flere tips and triks se www.FertiLily.no.

SE



FERTI · LILY

LITE HJÅLP FØR ATT SKAPA ETT LITET MIRAKEL

A. FERTI-LILY-BEFRUKTNINGSKOPP
B. HUR DU ANVÄNDER FERTI-LILY-KOPPEN
C. HUR DU TAR UT FERTI-LILY-KOPPEN
D. HUR DU RENGÖR FERTI-LILY-KOPPEN
E. HUR OFTA SKA DU BYTA UT FERTI-LILY-KOPPEN
F. VARNINGAR OCH FÖRSIKTIGHET
G. KONTAKTUPPGIFTER OCH KUNDSERVICE

Tack för att du köpte Ferti-Lily®-befruktningskoppen. Ferti-Lily-koppen utgör ett skydd för spermerna, vilket gör att mer spermier kan simma genom slemmet i livmoderhalsen. Detta ökar möjligheten att en av spermerna når ägget.

A. FERTI-LILY BEFRUKTNINGSKOPP

Ferti-Lily-befruktningskoppen är en testad och godkänd medicinteknisk produkt utvecklad av fertilitetsexperten som vill att paren ska uppfylla sina drömmar om att starta en familj. Ferti-Lily-koppen oppmuntrar till intimitet och står inte romantiken eller spontaniteten eftersom den sätts in efter samlaget och sitter bekvämt. Vår mission är att hjälpa dig att öka dina möjligheter till befruktning utan att minska njutningen.

Koppen är utvecklad för att styra så många spermier som möjligt till livmoderhalsen och livmoderunnen. Kliniska studier visar att användning av Ferti-Lily-koppen ökar antalet spermier som når slemmet i livmoderhalsen.

Ferti-Lily-koppen är lätt att föra in i slidan med fingrarna efter samlaget. Den är tillverkad av mjukt, flexibelt silikon, vilket gör att den är lätt att sätta in, använda och ta ut.

Användning av Ferti-Lily-koppen ökar antalet spermier som når det skyddande slemmet i livmoderhalsen där spermerna överlever längre.

FÖRDELAR MED FERTI-LILY-BEFRUKTNINGSKOPPEN:

- Spermier som är skyddade i Ferti-Lily-koppen exponeras mindre för slidans surhet som är toxisk för spermerna.
- Ferti-Lily-koppen kan sitta kvar i slidan i högst 1 timme, vilket ger mer tid för individuella spermier att simma till livmoderhalslemmet.
- Om du ännu inte fick en orgasm, försök få en sådan efter att du satt in koppen. Orgasmer kan hjälpa till med befruktningen. Om du redan fick en orgasm, låt inte koppen förhindra dig att få en annan. Vaginalt samlag är inte idealt efter att koppen har satts in, men du kan ha roligt på andra sätt.
- Du kan kissa, duscha, sova eller fortsätta med dina sysslor efter samlaget utan att oroa dig för att spermerna rinner ut.
- Ni kan kela med varandra så länge ni vill efter samlaget. Du behöver inte hålla upp benen efter samlaget när du använder Ferti-Lily-koppen.

VISSTE DU?

- Slidans låga pH dödar spermier. Ju mindre tid spermerna ligger kvar i slidan, desto längre överlever de.
- Normalt kan upp till 60 procent av spermerna rinna ut ur slidan efter samlaget.
- Studier tyder på att kvinnans orgasm kan hjälpa till med befruktningen.
- Stress minskar möjligheterna till att bli gravid. Koppla av, oroa dig inte och försök att ha roligt.
- Färgen och konsistensen på slemmet i livmoderhalsen berättar när du är som mest fertilt.
- Att kissa efter samlaget hjälper till att minska risken för urinvägsinfektioner.
- Mer tips på sidan www.fertiLily.com.

B. HVORDAN DU BRUKER FERTI-LILY BEFRUKTNINGSBEGER

! **Viktig produkt og sikkerhets informasjon.** Ikke bruk Ferti-Lily før du leser og forstår disse instruksjonene.

i **Oppbevares for senere bruk.** Denne brukerhåndboken er informativ og bør ikke betraktes som medisinsk rådgivning, og erstatter heller ikke en konsultasjon med legen din. Hvis du har noen medisinske bekymringer eller forhold, vennligst kontakt legen din før du bruker begeret.

▶ For en **praktisk video** om hvordan du bruker Ferti-Lily, ta en titt på www.FertiLily.no

▲ **Før første bruk, kok Ferti-Lily begeret i en åpen gryte med kokende vann i 5-10 minutter.** Tørk Ferti-Lily og lagre den i den økologiske bomullsposen som følger med.

For førstegangsbrukere anbefales det at Ferti-Lily begeret settes inn, plasseres og fjernes et antall ganger før samleie til du er kjent med innsetting og fjerning. Vær forsiktig når du setter inn og fjerner Ferti-Lily hvis du har lange negler.

Bruk Ferti-Lily befruktningsbeger under den ovulatoriske fasen av menstruasjonssyklusen. Ved hjelp av eggløsningstest vil prediktorer hjelpe deg med å bestemme dagene til de månedlige syklusene med høyest fruktbarhet.

TRINN 1

Før innsetting, vask Ferti-Lily begeret grundig i 15-20 sekunder med varmt vann og mild olje- og parfymetri såpe (du kan bruke din intime såpe). Husk å ha Ferti-Lily nær sengen, slik at du ikke trenger å stå opp etter samleie.

TRINN 2

Ha samleie (Bilde A). Etter at partneren din har ejakulert inne i deg, sett inn begeret uten å sitte eller stå opp, for å unngå at sæden flyter tilbake ut av skjeden. Vri begeret innvendig for å ligne en paraply (Bilde B). Hold Ferti-Lily med stilkten som peker mot fettene og en finger i paraplyformen (Bilde C).



Bilde A



Bilde B



Bilde C

TRINN 3

Skyv forsiktig begeret inn i skjeden din (Bilde D). Dette vil presse sæden mot livmorhalsen. Når du når toppen av vaginalkanalen, fjern fingeren og trekk forsiktig på ledningen så Ferti-Lily kommer tilbake til sin opprinnelige form (Bilde E). Hvordan kan du vite om du har gjort det riktig? Du kan faktisk føle når begeret er i riktig form, og du kan knapt føle dem når den er i paraplyformen. (Prøv dette noen ganger når du holder begeret i hendene før du bruker det. Hvis du ikke kan fortelle om begeret er i sin opprinnelige form eller paraplyform, ikke bekymre deg for mye. Du har sperm der oppe og begeret vil stoppe den fra å flyte tilbake. Bare la begeret være på plass. Øvelsen gjør det perfekt, så neste gang det skal gå greit.

Ferti-Lily kan brukes 20 påfølgende minutter opp til maksimalt 1 time (Bilde F). Se fjerningsinstruksjonene nedenfor



Bilde D



Bilde E



Bilde F

B. HUR DU ANVÄNDER FERTI-LILY-KOPPEN

! **Viktig säkerhetsinformation.** Använd inte Ferti-Lily-koppen innan du har läst och förstått dessa anvisningar.

i **Förvara denna information för senare användning.** Dessa bruksanvisningar är informativa och de ska inte anses som medicinska råd, och de ersätter inte diskussion med din läkare. Om du har frågor om din hälsa eller om du har några sjukdomar, kontakta läkare innan du använder koppen.

▶ **En behändig video** om hur du använder Ferti-Lily-koppen finns på www.FertiLily.com.

▲ **Innan du använder Ferti-Lily-koppen för första gången koka den i en kastrull, utan lock, i kokande vatten i 5 till 10 minuter.** Torka Ferti-Lily-koppen och förvara den i den ekologiska bomullspåsen som kom med koppen.

När du använder Ferti-Lily-koppen för första gången rekommenderar vi att du för in koppen, sätter den på plats och tar ut den flera gånger före samlaget tills du är van vid att sätta in och ta ut koppen. Var försiktig när du sätter in och tar ut Ferti-Lily-koppen om du har långa naglar.

Använd Ferti-Lily-koppen i ägglossningsfasen i menstruasjonsykeln. Du kan använda ägglossningstest för att ta reda på de mest fertila dagarna i menstruasjonsykeln.

STEG 1

Innan du sätter in Ferti-Lily-koppen rengör den med varmt vatten och mild olje- och doftfri tvål i 15–20 sekunder (du kan också använda intimt tvål). Kom ihåg att hålla Ferti-Lily-koppen nära sängen så att du inte behöver stiga upp efter samlaget.

STEG 2

Ha samlag (bild A). Efter att din partner har ejakulerat in i dig, ta koppen utan att du sätter dig eller stiger upp för att undvika att spermier rinner ut från slidan. Vänd koppen ut och in så att den ser ut som ett paraply (bild B). Håll Ferti-Lily-koppen så att piggen pekar mot dina fötter och med ett finger inuti koppen (bild C).



Bild A



Bild B



Bild C

STEG 3

För försiktigt in koppen i slidan (bild D). Detta skjuter spermerna mot livmoderhalsen. När du når slidans övre del, ta ut fingret och dra försiktigt på piggen tills Ferti-Lily-koppen återfår sin ursprungliga form (bild E). Hur vet du att du har gjort det rätt? Du kan känna de små inbuktningarna när koppen är i sin ursprungliga form, men när koppen är i paraplyform känner du dem nästan inte alls. (Om du vill, kan du prova detta några gånger när du håller koppen i handen innan du använder koppen.) Om du inte vet om koppen är i sin ursprungliga form eller i paraplyform, oroa dig inte för mycket. Spermerna finns var de ska och koppen förhindrar att de rinner ut. Lämnå koppen på sin plats för närvarande. Övning ger färdighet, så nästa gång går det smidigt.

Ferti-Lily-koppen kan användas i 20 minuter till högst 1 timme (bild F). Se anvisningarna för uttagning nedan.



Bild D



Bild E



Bild F

C. HVORDAN FJERNE FERTI-LILY BEFRUKTNINGSBEGER

Vask hendene med såpe og vann. I en behagelig stilling, enten du står opp eller sitter på toalettet, trykk i en serie forsiktig nedover-trykk med buk / bekenbunnsmuskulene (som om du har en avføring). Siden skjeden er bare 8-10 cm lang, kan du sette fingeren opp langsomt til du når fjernelsesstangen hvis den ikke allerede er tilgjengelig. Trekk forsiktig og sakte stilkten horisontalt til du kan føle basen av Ferti-Lily ved åpningen av skjeden din (Bilde G). Klem grundig på begeret for å løse tetningen og trekk den forsiktig ut av skjeden. Når du har fjernet det, kan du bare tømme innholdet i toalettet. Vask Ferti-Lily grundig og oppbevar som angitt (Bilde H).



Bilde G



Bilde H

Påminnelse: Det er ikke nødvendig å fjerne Ferti-Lily før du urinerer eller har avføring.

D. HVORDAN RENGJØRE FERTI-LILY BEFRUKTNINGSBEGER

Rengjør Ferti-Lily med varmt vann og mild såpe som er olje- og parfymefri. **Ikke** bruk eddik, parfymert såpe, castil / peppermynte såpe, oljebasert såpe, rengjøringsalkohol, antibakteriell såpe, håndrens, pre-fuktet kluter, oppvaskmiddel, hydrogenperoksid, blekemiddel eller harde kjemikalier, da disse kan skade silikonet og forårsake irritasjon.

Ferti-Lily kan naturligvis misfarges litt over tid. Dette forringer ikke funksjonaliteten. Etter behov kan det kokes i 5-10 minutter i en åpen kasserolle med rikelig med vann. Ikke la kokekaret være uovervåket. Hvis du ved et uhell brenner koppen din fordi kjelen kokes tørr, kan begeret din bli ødelagt og skal byttes ut.

De små hullene som befinner seg under ringen, er ment å unngå vakuum når du fjerner begeret og må alltid holdes åpent og rent. Forsiktig strekk hvert hull under varmt rennende vann for å fjerne eventuell rusk. På slutten av din fruktbare periode anbefales det å vaske og koke Ferti-Lily som beskrevet ovenfor og tørk Ferti-Lily helt. Oppbevar den i den medfølgende økologiske bomullsposen, **ikke** i en plastpose eller lufttett beholder.

Hvis du ikke er i stand til å vaske Ferti-Lily direkte etter fjerning (for eksempel hvis du bruker et offentlig toalett), vask hendene grundig før du går inn på toalettet, tøm innholdet i toalettet og bruk bare et tørt eller fuktig papir for å rengjøre begeret. Ved første neste praktisk mulighet, rengjør som beskrevet. Når du reiser, vask alltid begeret med drikkevann (trygt å drikke).

Holdes tørr. Holdes unna direkte sollys. Holdes unna barn. Oppbevares ved romtemperatur mellom bruk.

E. HVOR OFTE BØR DU BYTTE FERTI-LILY BEFRUKTNINGSBEGER

Medisinsk silikon er veldig slitesterkt, men levetiden til Ferti-Lily varierer, avhengig av faktorer som er unike for hver kvinne. Kontroller begeret ditt før hver bruk for tegn på forringelse, for eksempel ved klissete eller pulverformig rester, brudd i silikonet, alvorlig misfarging eller lukt. En generell retningslinje er å erstatte den etter 6 syklusers bruk, eller tidligere hvis koppen viser tegn på forverring.

F. FORSIKTIGHETSREGLER

- Brukes kun i henhold til instruksjonene som er oppgitt.
- Ferti-Lily er ikke en prevensjonsanordning og vil ikke beskytte deg mot seksuelt overførbare infeksjoner.
- Ferti-Lily beger og TSS: Det er ingen kjent sammenheng mellom Toksisk Sjøkk Syndrom (TSS) og beger som Ferti-Lily. Rådfør deg med legen din før du bruker Ferti-Lily, hvis du tidligere har blitt

diagnostisert med TSS. TSS er en sjelden tilstand, vanligvis forbundet med bruk av tamponger, hvis symptomer må tas alvorlig. Fjern Ferti-Lily og kontakt legen din umiddelbart hvis du opplever noen av følgende symptomer: plutselig brekning, diaré, høy feber, hodepine, soleksem lignende utslett, muskelsmerter, forvirring eller anfall.

- Ikke bruk Ferti-Lily hvis du har en sopp eller bakterieell infeksjon. Gjennomta bruk når infeksjonen er fullstendig borte. Hvis du har brukt Ferti-Lily mens du har hatt en infeksjon, anbefales det at du bytter begeret med et nytt for å sikre mot gjentatt infeksjon.
- Kastes i vanlig søppel. Skyll ikke Ferti-Lily ned i toalettet.
- Hvis du opplever noen bivirkninger, må du avslutte bruken og konsultere legen din.

Ferti-Lily bidrar til å øke mengden av sædceller som svømmer inn i livmorhalsen. Det er mange faktorer som kan påvirke fruktbarheten som Ferti-Lily ikke har noen innflytelse på. Hvis du fortsatt ikke er gravid etter 12 måneder med å prøve eller er bekymret for fruktbarheten, vennligst kontakt legen din.

Denne enheten er ment som et hjelpemiddel i unnfangelsen og garanterer ikke graviditet.

G. KONTAKT OG FORBRUKERSERVICE

Følg disse instruksjonene nøye for å få de beste resultatene. Besøk FertiLily.no for mer informasjon. For andre spørsmål, ta kontakt med vårt kundeservicesteam via telefon +47 62 42 63 80 eller email på info@tmos.no.

Ferti-Lily befruktningsbeger er et registrert varemerke for Ferti-Lily. Dette er den offisielle brukerhåndboken for Ferti-Lily befruktningsbeger, og innholdet kan endres uten forvarsel. Besøk FertiLily.no for oppdatert informasjon.

CE

Ferti-Lily befruktningsbeger er et **medisinsk utsyr** klasse 1

Produsent:

Ferti-Lily
Mr Treublaan 7
1097DP Amsterdam
The Netherlands
www.FertiLily.com

Distributor:

TMOS Pharma AS
Camilla Colletts veg 31
2407 Elverum
Norge

Dato for siste revisjon: april 2019
V1480800
19D1

FI



FERTI · LILY

HIUKAN APUA
PIENEN IHMEEN LUOMISEEN

- A. FERTI·LILY -HEDELMÖITYSKUPPI
- B. MITEN FERTI·LILY -KUPPIA KÄYTETÄÄN
- C. MITEN FERTI·LILY -KUPPI POISTETAAN
- D. MITEN FERTI·LILY -KUPPI PUHDISTETAAN
- E. MITEN USEIN FERTI·LILY -KUPPI ON VAIHDETTAVA
- F. VAROITIMET JA VAROITUKSET
- G. YHTEYSTIEDOT JA KULUTTAJAPALVELU

Kiitos, että hankit Ferti-Lily* -hedelmöityskupin. Ferti-Lily -kupissa siittiöt ovat suojassa, jolloin suurempi määrä siittiöitä pääsee uimaan kohdunkaulan ilman läpi ja on todennäköisempää, että yksi siittiöistä saavuttaa munasolun.

- A. FERTI·LILY -HEDELMÖITYSKUPPI

Ferti-Lily -hedelmöityskuppi on tutkittu ja hyväksytty lääkinällinen laite. Sen ovat kehittäneet hedelmällisyyden asiantuntijat, jotka haluavat pariskuntien toteuttavan unelmansa perheen perustamisesta. Ferti-Lily -kuppi kannustaa läheisyyteen eikä häiritse romantiikkaa tai spontaaniutta, koska se on tarkoitettu käytettäväksi yhdynnän jälkeen ja sen käyttäminen on miellyttävää. Me Ferti-Lilyllä haluamme auttaa sinua suurentamaan hedelmöitymisen todennäköisyyttä olematta nautinnon tiellä.

Kuppi on suunniteltu ohjaamaan mahdollisimman paljon siittiöitä aivan kohdunkaulaan ja kohdunsuule. Kliiniset tutkimukset osoittavat, että Ferti-Lily -kupin käyttö suurentaa kohdunkaulan liman pääsevien siittiöiden määrää.

Ferti-Lily -kuppi on helppo asettaa sormilla emättimen yhdynnän jälkeen. Se on valmistettu pehmeästä, joustavasta silikonista, minkä ansiosta sen asettaminen, käyttö ja poistaminen on miellyttävää.

Ferti-Lily -kupin käyttö suurentaa kohdunkaulan liman pääsevien siittiöiden määrää. Liman suojissa siittiöt selviytyvät kauemmin.

FERTI·LILY -HEDELMÖITYSKUPIN KÄYTÖSTÄ SAATAVAT HYÖDYT:

- Ferti-Lily -kupin sisällä suojassa olevat siittiöt altistuvat vähemmän emättimen happamuudelle, joka on siittiöille vahingollista.
- Ferti-Lily -kupin voi jättää paikalleen enintään tunnin ajaksi, mikä antaa yksittäisille siittiöille enemmän aikaa uida kohdunkaulan liman.
- Jos et ole vielä saanut orgasmia, yritä saada sellainen kupin asettamisen jälkeen. Orgasmit voivat auttaa hedelmöitymistä. Jos olet ju saanut orgasmin, älä anna kupin estää sinua saamasta toista. Emätinyhdyntä ei ole ihanteellista, kun kuppi on paikoillaan, mutta voitte silti pitää hauskaa muilla tavoilla.
- Voit virtsaata, käydä suihkussa, nukkua tai puuhastella muita asioita yhdynnän jälkeen ilman huolta siittiöiden menettämisestä.
- Voitte hellä toisianne jälkikäteen niin kauan kuin haluatte. Ferti-Lily -kupin kanssa sinun ei tarvitse nostaa jalkoja ylös yhdynnän jälkeen.

TIESITKÖ TÄMÄN?

- Emättimen matala pH-arvo tappaa siittiöitä. Mitä vähemmän aikaa siittiö on emättimessä, sitä todennäköisemmin se selviytyy.
- Tavallisesti jopa 60 % siittiöistä valuu ulos emättimestä yhdynnän jälkeen.
- Tutkimukset viittaavat siihen, että naisen orgasmi voi parantaa hedelmöitymisen mahdollisuutta.
- Stressi heikentää hedelmöitymisen mahdollisuutta. Rentoudu, älä huolehdi ja yritä pitää hauskaa.
- Kohdunkaulan lima ja koostumus kertovat, milloin olet hedelmällisimmilläsi.



FERTI · LILY

LIDT HJÆLP TIL AT SKABE
ET STORT MIRAKEL

- A. FERTI·LILY BABYKOP
- B. HVORDAN ANVENDES FERTI·LILY BABYKOP
- C. HVORDAN FJERNES FERTI·LILY BABYKOP
- D. HVORDAN RENSES FERTI·LILY BABYKOP
- E. HVOR OFTE SKAL FERTI·LILY BABYKOP UDSKIFTES
- F. ADVARSLER
- G. KONTAKT OG KUNDESERVICE

Tak fordi du købte Ferti-Lily Babykop®, Ferti-Lily Babykop er designet til at bringe så meget af mandens sæd som muligt direkte til livmoderhalsen og øge mængden af sæd, der kommer ind i livmorhalsslimhinden.

A. FERTI·LILY BABYKOP

Ferti-Lily Babykop er testet og godkendt medicinsk udstyr, der er udviklet af fertilitetsspecialister, der ønsker at hjælpe par med at opfylde deres drøm om at starte en familie. Ferti-Lily Babykop opmuntrer til intimitet og vil ikke forstyrre romantik eller spontanitet, fordi den er designet til brug komfortabelt efter samleje. Hos Ferti-Lily Babykop er vores mission, at hjælpe dig med at øge chancerne for befrugtning, uden at komme i vejen for fornøjelsen.

Koppen er designet til at bringe så meget af mandens sæd som muligt lige til livmoderhalsen, åbningen af livmoderen. Kliniske undersøgelser viser, at brugen af Ferti-Lily Babykop øger mængden af sæd, der kommer ind i livmoderhalsslimen. Ferti-Lily Babykop er lavet af blødt, fleksibel medicinsk silikone, og er let anbragt i vagina med fingrene efter samleje. Den er behageligt at indsætte, bære og fjerne.

Ved hjælp af Ferti-Lily Babykop øges antallet af sædceller, der leveres til det beskyttende miljø i din livmoderhalsslimhinde, der fungerer som et reservoir for at forlænge sædens overlevelse.

FORDELE VED AT BRUGE FERTI·LILY BABYKOP:

- Sæden sikres inden for Ferti-Lily Babykop, hvilket resulterer i mindre kontakttid med vagina og dens ugunstige Ph-niveau.
- Ferti-Lily Babykop kan forblive på plads i op til 1 time, hvilket øger mængden af tid, som individuelle sædceller kan svømme ind i den frugtbare livmoderhalsslimhinde.
- Hvis du ikke allerede har haft en orgasme, så prøv at få en, efter du har indsat babykoppen. Orgasmer kan hjælpe dig med at blive gravid. Hvis du allerede har haft en orgasme, så lad ikke Babykoppens tilstedeværelse stoppe dig fra at få en orgasme mere. Vaginal penetration er ikke ideel, når Babykoppen er i, men du kan stadig have det sjovt på andre måder.
- Du kan urinere, tage brusebad, sove eller gøre noget helt andet efter samleje uden at bekymre dig om, at miste nogen af sædcellerne.
- Det er ikke nødvendigt at holde dine ben oppe i luften, hvis du bruger Ferti-Lily Babykop.

VIDSTE DU?

- Den lave pH i din vagina faktisk dræber sædceller. Jo mindre tid sæden er i vagina, desto bedre er dens overlevelse.
- Normalt kan op til 60% af sæden strømme ud af vagina efter samleje.
- Forskning tyder på, at kvindeligt orgasme kan hjælpe dine chancer for at blive gravid.
- Stress reducerer dine chancer for at blive gravid. Slap af, vær rolig og prøv at have det sjovt.
- Du kan ud fra farve og konsistens på dit udfilåd, se hvornår når du er mest frugtbar.
- Urinering efter samleje hjælper med at reducere risikoen for blæreinfektioner (UTI).
- For flere tips og tricks besøg www.FertiLily.dk.

- Virtsaaminen yhdynnän jälkeen pienentää virtsatieinfektioiden (VTI) riskiä.
- Lisätietoja va vinkkejä löytyy osoitteesta www.FertiLily.com.

B. MITEN FERTI·LILY –KUPPIA KÄYTETÄÄN



Tärkeää tietoa tuotteen turvallisuudesta. Älä käytä Ferti-Lily -kuppia ennen kuin olet lukenut ja ymmärtänyt nämä ohjeet.



Säilytä tulevaa käyttöä varten. Tämä käyttöohje on tarkoitettu vain tiedoksi, eikä sen sisältöön pidä suhtauta suhtautua lääketieteellisinä neuvoina. Se ei myöskään korvaa keskustelua lääkärin kanssa. Jos sinulla on terveyteesi liittyviä huolenaiheita tai sairauksia, keskustele lääkärin kanssa ennen kupin käyttöä.



Ferti-Lily -kupin käytöstä löytyy **kätevä video** osoitteesta www.FertiLily.com.



Keitä Ferti-Lily-kuppia kiehuvassa vedessä ilman kantta 5-10 minuuttia ennen ensimmäistä käyttökertaa. Kuivaa Ferti-Lily -kuppi ja säilytä sitä pakkauksen mukana tulevassa luomupuuvillasta valmistetussa pussissa.

Jos käytät Ferti-Lily -kuppia ensimmäistä kertaa, kuppi kannattaa viedä emättimen, asettaa paikoilleen ja poistaa useita kertoja ennen yhdyntää, kunnes sen asettaminen ja poistaminen on sinulle tuttua. Noudata varovaisuutta Ferti-Lily -kupin asettamisessa ja poistamisessa, jos sinulla on pitkät sormenkynnet.

Käytä Ferti-Lily -kuppia kuukautiskierron ovulaatiovaiheen aikana. Ovulaatiotestien käyttäminen auttaa sinua määrittämään, mitkä ovat kiertosi hedelmällisimmät päivät.

VAIHE 1

Pese Ferti-Lily -kuppia ennen käyttöä 15-20 sekunnin ajan lämpimällä vedellä ja miedolla, öljytömällä ja hajustamattomalla saippualla (voit käyttää intiimialueiden pesuun tarkoitettua saippuaa). Muista pitää Ferti-Lily -kuppi lähellä sänyä, jotta sinun ei tarvitse nousta ylös yhdynnän jälkeen.

VAIHE 2

Ole yhdynnässä (kuva A). Kun kumppanisi on saanut siemensyöksyn sisääsi, ota kuppi nousematta istumaan tai seisomaan, jotta siemenneste ei pääse valumaan ulos emättimestäsi. Käännä kuppi nurinpäin, niin että se näyttää sateenvarjolta (kuva B). Pidä Ferti-Lily -kuppia siten, että antenni osoittaa jalkiasi kohti ja yksi sormi on sateenvarjon muotoisen osan sisällä (kuva C).



Kuva A



Kuva B



Kuva C

VAIHE 3

Työnnä kuppi varovasti emättimeesi (kuva D). Tämä työntää siemennestettä kohdunkaulaa kohti. Kun pääset emättimen yläosaan, ota sormi pois ja vedä varovasti antennista, jotta Ferti-Lily -kuppi palautuu alkuperäiseen muotoonsa. Mistä tiedät, teitkö sen oikein? Kun kuppi on alkuperäisessä muodossaan, tunnet siinä olevat painaumat hyvin, mutta kun se on sateenvarjon muotoinen, niitä hädin tuskin tuntee. (Jos haluat, voit kokeilla tätä muutaman kerran ennen käyttöä, kun pidät kuppia käsissäsi.) Jos et lainkaan osaa sanoa, onko kuppi alkuperäisessä muodossaan vai sateenvarjon muodossa, älä huolehdi asiasta liikaa. Siittiöt ovat siellä missä niiden pitää olla, ja kuppi estää niitä valumasta takaisin. Jätä vain kuppi toistaiseksi paikalleen. Harjoitus tekee mestarin: seuraava kerta sujuu luultavasti ongelmitta.

Ferti-Lily -kuppia voi käyttää 20 minuuttista enintään tuntiin (kuva F). Ks. poistamisohjeet alla.

B. HVORDAN ANVENDES FERTI·LILY BABYKOP



Vigtige produkt sikkerhedsinformation. Brug ikke Ferti-Lily Babykop før du har læst og forstået disse instruktioner.



Gem denne brugervejledning. Denne brugervejledning er informativ og bør ikke betragtes som lægehjælp og erstatter heller ikke en konsultation med din læge. Hvis du har nogen medicinske bekymringer eller forhold, bedes du kontakte din læge inden du bruger Ferti-Lily Babykoppen.



For en **praktisk video** om hvordan du bruger Ferti-Lily Babykop kan du kigge på www.FertiLily.dk.



Før brug: kog Ferti-Lily Babykop i en gryde, uden låg, i 5-10 minutter. Tør Ferti-Lily Babykop og opbevar den i den medfølgende økologiske bomuldspose.

For førstegangsbrugere anbefales det, at Ferti-Lily Babykop indsættes, placeres og fjernes et par gange før samleje, indtil du er bekendt med at indsætte og fjerne Ferti-Lily Babykop. Vær forsigtig, når du indsætter og fjerner Ferti-Lily Babykop, hvis du har lange fingernegle.

Brug Ferti-Lily Babykop i æglesningsfasen af din menstruationscyklus. Æglesningstests vil kunne hjælpe dig med at bestemme dagene i dine månedlige cyklusser med den højeste fertilitet.

TRIN 1

Før Indsætning skal du vaske Ferti-Lily Babykop grundigt I 15-20 sekunder med varmt vand og mild olie- og parfume fri sæbe (du kan bruge din Intimsæbe). Husk at opbevare Ferti - Lili Babykop tæt på sengen, så du ikke bliver nødt til at rejse dig op efter samleje.

TRIN 2

Hav samleje (Piktogram A). Når din partner har ejakuleret inde i dig, skal du sætte babykoppen op, uden at du sætter eller rejser dig op, for at undgå at sæden flyder ud af din vagina. Vend koppen med indersiden udfar for at få den til at ligne en paraply (Pictogram B). Hold Ferti-Lily Babykop med stilken pegende mod dine fødder og en finger inde i paraplyformen (Pictogram C).



Pictogram A



Pictogram B



Pictogram C

TRIN 3

Skub forsigtigt babykoppen op i din vagina (Pictogram D). Dette vil føre sæden mod livmoderhalsen. Når du når toppen af din vaginale kanal, fjern fingeren og træk forsigtigt i stilken så Ferti-Lily Babykop vender tilbage til sin oprindelige form (Pictogram E). Hvordan ved du, om du har gjort det rigtigt? Du kan føle omridset af Babykoppen når koppen er i sin korrekte form, og du kan næsten ikke føle den, når den er i paraplyformen. (Prøv dette et par gange, når du holder koppen i dine hænder før brug, hvis du vil.) Hvis du ikke kan mærke, om koppen er i sin oprindelige form eller dens paraplyform, skal du ikke bekymre dig for meget. Du har sæden deroppe, og bæreret stopper det fra at flyde tilbage. Bare lad Babykoppen være på plads for no. Øvelse gør mester.

Ferti-Lily Babykop skal sidde I 20 på hinanden følgende minutter og op til maksimalt 1 time (Pictogram F). Se nedenstående instruktioner for at fjerne Babykoppen.



Pictogram D



Pictogram E



Pictogram F



Kuva D



Kuva E



Kuva F

C. MITEN FERTI·LILY -KUPPI POISTETAANN

Pese kædet saippualla ja vedellä. Asetu mukavaan asentoon, joko seisaallesi tai istumaan WC-istuimelle, ja ponnista vatsan ja lantionpohjan lihaksilla useita kertoja kevyesti alaspäin (ikän kuin olisit ulostamassa). Koska emätin on vain noin 8-10 cm pitkä, voit työntää etusormesi hitaasti sisään, kunnes yletyt poistamisantenniin, jolle se ole jo esillä. Vedä antennia varovasti ja hitaasti vaakasuunnassa, kunnes tunnet Ferti-Lily -kupin pohjan emättimen aukolla (kuva G). Purista kupin pohjaa napakasti kahden painauman kohdalta vapauttaaksesi alipaineen ja vedä kuppi varovasti ulos emättimestä. Poistamisen jälkeen voit yksinkertaisesti tyhjentää sisällön WC:hen. Pese Ferti-Lily -kuppi huolellisesti ja säilytä sitä ohjeiden mukaisesti (kuva H).



Kuva G



Kuva H

Muistutus: Ferti-Lily -kuppia ei tarvitse poistaa ennen virtsaamista tai ulostamista.

D. MITEN FERTI·LILY -KUPPI PUHDISTETAAN

Puhdista Ferti-Lily -kuppi lämpimällä vedellä ja miedolla, öljytömällä ja hajustamattomalla saippualla. **Älä käytä** etikkaa, teepuuöljyä, hajustettua saippuaa, kastiliiansaippuaa, piparminttusaippuaa, öljyphojaista saippuaa, etanolia, käsin desinfiointiainetta, kosteuspyyhkeitä, astianpesuainetta, vetyperoksidia, valkaisuainetta tai voimakkaita kemikaaleja, sillä ne voivat vahingoittaa silikonia ja aiheuttaa ärsytystä.

Ferti-Lily -kuppi saattaa luonnostaan värjäytyä hieman ajan myötä. Tämä ei heikennä sen toimintaa. Sitä voi tarpeen mukaan keittää 5-10 minuuttia runsaassa vedessä ilman kantta. Älä jätä kiehuvaa kattilaa ilman valvontaa. Jos kuppi palaa vahingossa pohjaan, se saattaa vahingoittua ja sinun on hankittava uusi.

Reunan alla olevat pienet reiät on tarkoitettu estämään alipaineen syntyminen kuppia poistettaessa, ja ne on aina pidettävä avoimina ja puhtaina. Venytä jokaista reikää hellävaraisesti lämpimän juoksevan veden alla poistaaksesi mahdolliset jäämät. Hedelmällisen jakson lopussa on suositeltavaa pestä ja sen jälkeen keittää Ferti-Lily yllä olevien ohjeiden mukaisesti ja kuivata Ferti-Lily -kuppi kokonaan. Säilytä sitä pakkauksen mukana tulleessa luomupuuvillasta valmistetussa pussissa, **äiä** muovipussissa tai ilmativiissä astiassa.

Jos et pysty pesemään Ferti-Lily -kuppia heti poistamisen jälkeen (jos esimerkiksi käytät julkista WC:tä), pese kædet huolellisesti ennen kopiin menemistä, tyhjennä kupin sisältö WC:hen ja puhdista kuppi kuivalla tai kostealla paperiiliinalla. Puhdista kuppi ohjeiden mukaan seuraavan kerran, kun siihen on mahdollisuus. Kun olet matkoilla, pese kuppi aina juomakelpoisella vedellä..

Pidä kuivana. Säilytä auringonvalolta suojattuna. Pidä poissa lasten ulottuvilta. Säilytä huoneenlämmössä käyttökertojen välillä.

E. MITEN USEIN FERTI·LILY -KUPPI ON VAIHDETTAVA

Lääketieteellinen silikoni on hyvin kestävää, mutta Ferti-Lily -kupin elinkaari vaihtelee yksilöllisesti. Tarkista kuppi ennen jokaista

käyttökertaa kulumisen merkkien varalta. Niitä voivat olla esimerkiksi tahmeat tai jauhemaiset jäämät, halkeamat silikonissa, voimakkaat värjäytymät tai haju. Yleinen suositus on vaihtaa kuppi 3 kuukauden käytön jälkeen tai aiemmin, jos kupissa on kulumisen merkkejä.

F. VAROITIMET JA VAROITUKSET

- Käytä annettujen ohjeiden mukaisesti.
- Ferti-Lily -kuppi ei ole ehkäisyväline, eikä se suojaa sukupuolitaudeilta.
- Ferti-Lily -kuppi ja TSS: Toksisen sokkioireyhtymän (TSS) ja Ferti-Lily -kupin kaltaisten kuppien välillä ei ole tunnettua yhteyttä. Keskustele lääkärin kanssa ennen Ferti-Lily kupin käyttöä, jos sinulla on aiemmin todettu TSS. TSS on harvinaisen, usein tamponien käyttöön liittyvä sairaus, jonka oireisiin on suhtauduttava vakavasti. Poista Ferti-Lily kuppi ja ota välittömästi yhteys lääkäriin, jos sinulla esiintyy seuraavia oireita: äkillinen oksentaminen, ripuli, korkea kuume, päänsärky, auringonpolttamaa muistuttava ihottuma, lihaskivut, sekavuus tai kouristuskohtaukset.
- Älä käytä Ferti-Lily -kuppia, jos sinulla on hiiva- tai bakteeritulehdus. Jatka käyttöä, kun tulehdus on täysin parantunut. Jos olet käyttänyt Ferti-Lily -kuppia tulehduksen aikana, on suositeltavaa vaihtaa kuppi uuteen infektion uusiutumisen välttämiseksi.
- Hävität sekojätteenä. Älä huutele Ferti-Lily -kuppia alas WC:stä. Jos havaitset haittavaikutuksia, lopeta käyttö ja keskustele lääkärin kanssa.

Ferti-Lily auttaa lisäämään kohdunkaulaan uivien siittiöiden määrää. On paljon hedelmällisyyteen vaikuttavia tekijöitä, joihin Ferti-Lily ei pysty vaikuttamaan. Jos et tule raskaaksi 12 kuukauden yrittämisen jälkeen tai sinulla on hedelmällisyytesi liittyviä huolia, keskustele lääkärin kanssa.

Tämä laite on tarkoitettu hedelmöittymisen avuksi, eikä se takaa raskaaksi tulemista.

G. YHTEYSTIEDOT JA KULUTTAJAPALVELU

Noudata näitä ohjeita huolellisesti parhaiden tulosten saavuttamiseksi. Lue lisää osoitteesta FertiLily.com. Jos sinulla on muuta kysyttävää, ota yhteyttä kuluttajapalvelumme puhelimitse numeron +47 62 42 63 80 tai sähköpostitse osoitteeseen help@FertiLily.com.

Ferti-Lily -kuppi on Ferti-Lily -yhtiön rekisteröity tavaramerkki. Tämä on Ferti-Lily -kupin virallinen käyttöohje, ja sisältö saattaa muuttua ilman ennakkovaroitusta. Ajantasaista tietoa on saatavilla osoitteessa FertiLily.com

<p>CE</p>	
<p>Ferti-Lily -hedelmöityskuppi on luokan I lääkinnällinen laite</p>	
<p>Valmistaja: Ferti-Lily Mr Treublaan 7 1097DP Amsterdam Hollanti www.FertiLily.com</p>	
<p>Jälleenmyyjä: TMOS Pharma Camilla Colletts veg 31 2407 Elverum Norge</p>	
<p>Tekstin muuttamispäivämäärä: huhtikuu 2019</p>	<p>V1480800 19D1</p>

CE

læge, inden du bruger Ferti-Lily Babykop, hvis du tidligere har været diagnosticeret med TSS. TSS er en sjælden tilstand, som normalt er forbundet med brug af tamponer. Symptomerne på TSS skal tages alvorligt. Fjern straks Ferti-Lily Babykop hvis du oplever en af følgende symptomer: Pludselig opkastning, diarre, høj feber, hovedpine, udslæt som ligner en solskoldning, muskelsmerter, forvirring eller anfald.
• Brug ikke Ferti-Lily Babykop hvis du har en gær- eller bakterieinfektion. Genoptag brug, når infektionen er helt væk. Hvis du har brugt Ferti-Lily Babykop mens du har haft en infektion, anbefales det at udskifte din Babykop med en ny for at sikre mod en gentagen infektion.
• Kasser I skraldespanden. Skyll Ikke Ferti-Lily Babykop ud i toiletlet.
• Hvis du oplever evt. bivirkninger, afbryd brugen og kontakt din læge.

Ferti-Lily Babykop hjælper med at øge mængden af sæd, der svømmer ind i livmoderhalsen. Der er mange faktorer, der kan påvirke frugtbarheden, som Ferti-Lily ikke har nogen indflydelse på. Hvis du stadig ikke er gravid efter 12 måneders forsøg eller er bekymret for din fertilitet, skal du kontakte din læge.

Dette device er beregnet som en hjælp til befrugtning, og garanterer ikke graviditet.

G. KONTAKT OG KUNDESERVICE

Følg disse instruktioner nøje for at opnå de bedste resultater. Besøg FertiLily.dk for mere information. For andre spørgsmål, kontakt vores kundeservice på telefon +47 62 42 63 80 eller email på info@tmos.dk

Ferti-Lily Babykop er registreret varemærke tilhørende Ferti-Lily. Dette er den officielle brugervejledning til Ferti-Lily Babykop og indholdet kan ændres uden forudgående varsel. Besøg FertiLily.dk for mere information.

CE

Ferti-Lily Babykop er beregnet som en hjælp til befrugtning, og garanterer ikke graviditet.

Dette device er beregnet som en hjælp til befrugtning, og garanterer ikke graviditet.

Ferti-Lily Babykop er beregnet som en hjælp til befrugtning, og garanterer ikke graviditet.

CE

Ferti-Lily Babykop er medicinsk udstyr klasse I

Manufacturer:
Ferti-Lily
Mr Treublaan 7
1097DP Amsterdam
The Netherlands
www.FertiLily.com

Distributor:
TMOS Pharma
Camilla Colletts veg 31
2407 Elverum
Norge

Dato for seneste revision: april 2019
V1480800
19D1