

Vaginale dilatatieset

4 pelottes in verschillende lengte en diameter met een handvat verpakt in een etui met sachets glijmiddel.

Voor het eerste gebruik

Inspecteer bij ontvangst of de dilatatieset compleet en onbeschadigd is. Neem contact op met de leverancier wanneer er problemen zijn of wanneer de dilatatieset niet aan uw verwachtingen voldoet. Gebruik de dilatatieset niet wanneer er onderdelen beschadigd zijn. De verzegelde verpakking garandeert dat de dilatatieset ongebruikt en schoon is. De dilatatieset is niet steriel. Voor het eerste gebruik raden wij aan de dilatatieset met water en milde zeep te reinigen.

Gebruiksaanwijzing

Deze vaginale dilatatieset is uitsluitend bedoeld voor persoonsgebonden gebruik. De gebruikte onderdelen, de pelottes en het handvat, dienen na gebruik gereinigd te worden met warm water en zeep. Spoel ze goed af en droog de onderdelen grondig voor u ze weer in het etui verpakt. Het bijgesloten glijmiddel is dermatologisch getest en heeft het keurmerk van TÜV.

Voor het oefenen volg de instructies van uw behandelaar.

Algemene instructie:

1. Bevestig de pelotte waar u mee wilt oefenen aan het handvat. Ga op uw rug liggen met uw hoofd en schouders gesteund. Plaats uw benen gebogen en een beetje uit elkaar (een andere mogelijkheid is staan met één voet op een verhoging). Breng wat glijmiddel aan op de pelotte en rond de opening van uw vagina.
2. Breng voorzichtig de pelotte in zover als dat voor u comfortabel is. Het mag drukkend of rekkend voelen maar het mag niet pijnlijk zijn. Afhankelijk van uw aandoening beweegt u de pelotte op en neer of laat u het hulpmiddel enkele minuten zitten.
3. Desgewenst herhaalt u de procedure met een grotere pelotte. Frequentie en duur van de behandeling zijn afhankelijk van uw aandoening en kunt u het beste met uw behandelaar afstemmen.



Er zijn geen absolute contra-indicaties bekend. Gebruik tijdens zwangerschap echter alleen na instructie door uw behandelend therapeut, arts of verloskundige.

Belangrijk: Deze informatie is niet bedoeld als vervanging voor medische behandeling of advies. Lichte bloedingen, spots of een onplezierig gevoel kunnen optreden als gevolg van het gebruik van pelottes. Wanneer deze klachten echter aan blijven houden of erger worden, dient u met oefenen te stoppen en uw behandelaar te consulteren.

Let op: De pelottes mogen niet gereinigd worden in een autoclave. Pelottes niet in water boven de 95°C reinigen. Controleer de pelottes en het handvat voor elk gebruik op beschadigingen. Bij beschadigingen mag de vaginale dilatatieset niet gebruikt worden.

Afvoer einde levensduur: de vaginale dilatatieset bevat materialen die schadelijk kunnen zijn voor het milieu, informeer bij de lokale instanties naar de plaatselijke voorschriften inzake afvalbeheer.

Vaginal Dilation Set

Consisting of 4 dilators of differential length and diameter, with a grip, in a durable cassette.

Before use:

Upon receipt, inspect the set for missing or damaged items and contact your supplier to report any problems or when the product does not meet your expectations. Do not use if damaged. An intact tamper-proof packet shows that it the dilation set is clean and untouched. The dilation set is supplied non-sterile. Before using the product for the first time, we would advise cleaning the dilators with soap and subsequently rinsing them thoroughly.

Directions for use:

This dilation set is strictly for single-patient use. After use, the parts, dilators and grip, have to be washed in warm soapy water and be rinsed well, removing all traces of soap. Dry completely before placing in the storage cassette. The enclosed lubricant has been dermatologically tested and quality-approved by TÜV.

See your healthcare provider for individual instructions.

General instructions for using vaginal dilators:

1. Attach the dilator you want to practice with to the grip. Find a private place and lie comfortably on your back, supporting head and shoulders, with your legs bent and spread apart (or stand with one leg raised onto an elevation). Spread some lubricant around the dilator tip as well as the opening of your vagina.
2. Stress and relax the muscles of your vagina a few times. Gently insert the dilator during a relaxation moment into your vagina for as far as it is comfortable. You can feel some pressure but it is supposed not to hurt. Depending on your disease (condition), you can either move the dilator or keep it in its place for some time.
3. If required (or if you so desire) you can repeat the procedure with a dilator of a larger diameter.

Frequency and length of the treatment will depend on the nature of your disease (condition) and are best discussed with your healthcare provider.



There are no absolute contra-indications known. When pregnant, please first contact your physician/general practitioner or obstetrician/midwife before using the dilation set.

Important notice: This information is not meant to replace medical treatment or advice. Spotting/light bleeding or discomfort may be experienced when using vaginal dilators. If complaints of this kind persist or become worse, discontinue using the dilators and consult a physician.

Notice: Do not autoclave. Do not clean in water hotter than 95°C. Examine the dilators and the grip for damages before each use. When damaged, the vaginal dilation set must not be used.

Disposal: The Vaginal Dilation Set contains materials that can be harmful for the environment. Before disposing of these materials, enquire about the local waste management regulations.

Vaginaldehner-Satz

4 Vaginaldehner (Vaginaldilatoren) unterschiedlicher Längen und Durchmesser, mit Handgriff, verpackt in einem Etui mit Gleitmittel-Beuteln.

Vor der ersten Anwendung

Kontrollieren Sie beim Erhalt erst, ob der Vaginaldehner-Satz komplett und unbeschädigt ist. Falls Sie dabei Probleme feststellen oder der Vaginaldehner-Satz nicht Ihren Erwartungen entspricht, nehmen Sie bitte Kontakt mit dem Lieferanten auf. Sollten Sie Beschädigungen feststellen, dürfen Sie den Vaginaldehner-Satz auf keinen Fall benutzen. Die versiegelte Verpackung garantiert, dass der Dehner-Satz unbenutzt und sauber ist. Der Vaginaldehner-Satz ist nicht steril. Vor der ersten Anwendung empfehlen wir, den Satz mit Wasser und milder Seife zu reinigen.

Bedienungsanweisung:

Dieser Vaginaldehner-Satz ist ausschließlich für die personengebundene Verwendung bestimmt. Die benutzten Teile (Dehner und Handgriff) müssen nach der Verwendung mit Warmwasser und Seife gereinigt werden. Spülen Sie sich gut ab und trocknen Sie die Einzelteile gründlich, bevor Sie diese wieder im Etui verpacken. Das mitgelieferte Gleitmittel ist dermatologisch getestet und mit dem TÜV-Prüfsiegel versehen.

Zur Ausführung der Übungen befolgen Sie bitte die Anweisungen Ihres Therapeuten.

Allgemeine Anweisungen:

1. Befestigen Sie den Vaginaldehner, mit dem Sie üben wollen, am Handgriff. Legen Sie sich auf den Rücken, wobei Kopf und Schultern unterstützt werden. Stellen Sie Ihre Beine gekrümmt und leicht gespreizt (als Alternative können Sie auch stehen, mit einem Fuß auf einer Erhöhung.). Bringen Sie etwas Gleitmittel auf dem Vaginaldehner und um die Öffnung Ihrer Vagina an.
2. Führen Sie den Vaginaldehner vorsichtig so weit ein, wie dies für Sie komfortabel ist. Ein drückendes oder dehndes Gefühl ist in Ordnung, es darf aber auf keinen Fall ein schmerzhaftes Gefühl entstehen. Je nach Ihrer Symptomatik bewegen Sie den Dilator auf- und abwärts bzw. lassen Sie ihn einige Minuten eingeführt.
3. Auf Wunsch wiederholen Sie diese Behandlung mit einem größeren Vaginaldehner.

Häufigkeit und Dauer der Behandlung sind von Ihrem Beschwerdebild abhängig, dies können Sie am besten mit Ihrem Therapeuten abstimmen.



Absolute Kontraindikationen sind nicht bekannt. Während der Schwangerschaft darf die Verwendung jedoch ausschließlich nach Anweisung Ihres behandelnden Therapeuten, Ihres Arztes/Geburtshelfers oder Ihrer Hebamme ausgeführt werden.

Wichtiger Hinweis: Diese Informationen sind nicht als Ersatz für eine ärztliche Behandlung oder Beratung bestimmt. Infolge der Verwendung von Vaginaldilatoren können leichte Blutungen, Spotting oder ein unangenehmes Gefühl auftreten. Sollten diese Beschwerden aber nicht vorübergehend sein bzw. sich verschlimmern, müssen Sie die Übungen einstellen und Ihren Therapeuten hinzuziehen.

Achtung: Die Vaginaldehner dürfen nicht im Autoklav gereinigt werden. Die Vaginaldehner dürfen nicht in Wasser über 95°C gereinigt werden. Kontrollieren Sie Dehner und Handgriff vor jeder Verwendung auf Beschädigungen. Bei Beschädigungen darf der Vaginaldehner-Satz auf keinen Fall benutzt werden.

Entsorgung: Der Vaginaldehner-Satz enthält Materialien, die umweltschädlich sein können; informieren Sie sich bei der zuständige Behörde nach den vor Ort geltenden Entsorgungsvorschriften.

Ensemble de dilatation vaginale

4 pelotes de taille et de diamètre différents, une poignée, emballées dans un étui avec des sachets de lubrifiant.

Avant le premier emploi:

Contrôlez à la réception si l'ensemble de dilatation est complet et non endommagé. Contactez votre fournisseur s'il y a des problèmes ou si l'ensemble de dilatation ne répond pas à vos attentes. N'utilisez pas l'ensemble de dilatation s'il y a des pièces endommagées. L'emballage scellé garantit que l'ensemble de dilatation est propre et qu'il n'a jamais été utilisé. L'ensemble de dilatation n'est pas stérile. Avant le premier emploi, nous vous conseillons de nettoyer l'ensemble de dilatation avec de l'eau et du savon doux.

Mode d'emploi:

Cet ensemble de dilatation vaginale est uniquement destiné à un usage personnel. Les pièces utilisées, les pelotes et la poignée, doivent être nettoyées après usage avec de l'eau chaude et du savon. Rincez-les bien et séchez-les les pièces minutieusement avant de les remettre dans l'étui. Le lubrifiant inclus a été contrôlé sur le plan dermatologique et porte le poinçon du TÜV.

Pour les exercices, suivez les instructions de votre médecin traitant.

Instructions générales:

1. Fixez la pelote avec laquelle vous voulez vous exercer à la poignée. Couchez-vous sur le dos, avec un appui sous votre tête et les épaules. Courbez vos jambes et écartez-les un peu (une autre possibilité est de rester debout en mettant un pied sur une hauteur). Appliquez un peu de lubrifiant sur la pelote et autour de l'ouverture de votre vagin.
2. Introduisez délicatement la pelote aussi loin que possible sans ressentir d'inconfort. Vous pouvez ressentir une pression ou un étirement, mais cela ne doit pas être douloureux. En fonction de votre affection, vous pouvez actionner la pelote de haut en bas ou bien laisser agir l'outil pendant quelques minutes.
3. Si vous le désirez, vous pouvez répéter la procédure avec une pelote plus grande.

La fréquence et la durée du traitement dépendent de votre affection; il est préférable d'en décider en accord avec votre médecin traitant.



Il n'y a pas de contre-indications absolues connues à ce jour. En cas de grossesse, n'utilisez l'ensemble de dilatation que sur avis médical de votre thérapeute, médecin ou obstétricien traitant.

Important: Ces informations ne peuvent remplacer un traitement ou avis médical. Des saignements légers, des taches ou une sensation désagréable peuvent survenir suite à l'utilisation. Si ces désagréments persistent ou s'aggravent, vous devez arrêter les exercices et consulter votre médecin traitant.

Attention: Ne pas nettoyer les pelotes dans un autoclave. Ne pas laver les pelotes dans une eau à plus de 95°C. Contrôlez avant chaque usage si les pelotes et la poignée ne sont pas endommagées. En cas de détérioration, ne pas utiliser l'ensemble de dilatation vaginale.

Évacuation à la fin de durée de vie: L'ensemble de dilatation vaginale contient des matériaux qui peuvent être nuisibles à l'environnement. Renseignez-vous auprès des services municipaux pour connaître les règlements locaux en matière de gestion des déchets.

ES — Español

Set de dilatación vaginal

Se presenta en un estuche compuesto por 4 dilatadores vaginales de distinto grosor y longitud, un dispositivo de sujeción y sobres con gel lubricante.

Antes de usar:

Revise el set y asegúrese de que todos los elementos están en perfecto estado y de que no falta ninguno. Consulte con el suministrador si tiene alguna duda o si el producto no cumple sus expectativas. No lo utilice si está defectuoso.

El precinto garantiza que el producto no ha sido utilizado y que está limpio. El set de dilatación no está esterilizado. Antes de la primera utilización, se aconseja lavar los dilatadores con agua y jabón neutro. Aclarar abundantemente.

Consejos para su uso:

El set de dilatación está indicado exclusivamente para uso individual. Después de su utilización, los dilatadores y el dispositivo de sujeción deben lavarse en agua jabonosa y caliente. Aclarar las piezas hasta que desaparezca todo rastro de jabón. Secarlas completamente antes de volver a colocarlas en el estuche.

Para indicaciones más específicas, consulte con su especialista.

Instrucciones de uso:

1. Coloque el dilatador que vaya a utilizar en el dispositivo de sujeción. Busque un lugar tranquilo y tumbese sobre la espalda con la cabeza y los hombros bien apoyados. Flexione y separe las piernas ligeramente (otra posibilidad es quedarse de pie con uno de los pies apoyado sobre una tarima u otra elevación). Aplique una pequeña cantidad de lubricante en el dilatador y en la apertura vaginal.
2. Relaje y contraiga los músculos de la vagina durante algunos minutos. En uno de los momentos de relajación inserte con cuidado el dilatador en la vagina hasta donde le sea posible. Podrá sentir una leve presión o estiramiento muscular pero en ningún caso debe sentir dolor.
3. Dependiendo de su dolencia, usted puede mover el dilatador o mantenerlo fijo en su sitio durante algunos minutos. Si es necesario (o usted así lo desea) puede repetir el procedimiento con un dilatador mayor diámetro.

La frecuencia y la duración del tratamiento dependerán de la naturaleza de su dolencia. Consúltelo con su especialista.



No se conoce ninguna contraindicación al uso de este producto. Si usted está embarazada o pudiera estarlo, consulte con su médico antes de utilizar este producto.

Importante: Esta información no supe el tratamiento indicado por un especialista. Durante el tratamiento pueden aparecer hemorragias muy leves o manchas así como pequeñas molestias. Si estos síntomas persisten o empeoran, suspenda el tratamiento y consulte con su especialista.

Atención: No utilizar autoclave para la limpieza del producto ni lavarlo con agua a temperatura superior de 95 °C.

IT — Italiano

Set di dilatazione vaginale

4 pessari di diversa lunghezza e diametro, con impugnatura, confezionati in un astuccio con sacchetti di lubrificante.

Primo uso:

All'arrivo controllare che il set di dilatazione sia completo e intatto. Prendere contatti con il fornitore in caso di problemi o quando il set non soddisfa le aspettative. Non usare il set in caso di parti danneggiate. La confezione sigillata garantisce che il set è pulito e non usato. Il set non è sterile. Per il primo uso si consiglia di lavarlo con acqua e sapone delicato.

Istruzioni per l'uso:

questo set di dilatazione vaginale si intende per uso esclusivamente personale. Le parti usate, i pessari e l'impugnatura, devono essere lavati dopo l'uso con acqua calda e sapone. Sciacuarli con cura e asciugare bene le parti prima di rimetterli nell'astuccio. Il lubrificante accluso è dermatologicamente testato ed ha il marchio TÜV.

Per la pratica seguire le istruzioni della persona presso cui si è in cura.

Istruzioni generali:

1. Fissare il pessario che si vuole usare all'impugnatura. Sdraiarsi sulla schiena con la testa e le spalle sorrette. Flettere le gambe e divaricarle un po' (un'altra possibilità è stare in piedi con un piede su un rialzo). Mettere un po' di lubrificante sul pessario e intorno all'apertura della vagina.
2. Introdurre lentamente il pessario nella vagina fino a quando non diventa fastidioso. Si può avvertire una sensazione di oppressione o di tensione ma questa non deve mai essere dolorosa. Dipendentemente dall'affezione muovere il pessario su e giù o lasciarlo in sito per alcuni minuti.
3. Se si desidera si può ripetere il procedimento con un pessario più grande.

La frequenza e la durata del trattamento dipendono dal problema e si consiglia di seguire i consigli della persona presso cui si è in cura.



Non si conoscono controindicazioni assolute. Tuttavia in caso di gravidanza usare il set solo dopo aver consultato il terapeuta, il medico o l'ostetrica.

Importante: Queste informazioni non sostituiscono trattamenti o consigli medici. E' possibile che si verifichino leggere emorragie, perdite o sensazioni spiacevoli. Tuttavia quando questi disturbi si protraggono o aumentano, sospendere il trattamento e consultare la persona presso cui si è in cura.

Attenzione: I pessari non possono essere lavati in un'autoclave e in ogni caso mai ad una temperatura superiore ai 95 °. Prima di ogni uso controllare che i pessari e l'impugnatura non siano danneggiati. In quest'ultimo caso il set non deve essere utilizzato.

Smaltimento finale: il set di dilatazione vaginale contiene materiali che possono essere nocivi all'ambiente. Informarsi presso le autorità locali sulle regole in merito alla gestione dei rifiuti.

Vaginaal dilatatieset

Vaginal Dilation Set

Vaginaldehner-Satz

Ensemble de dilatation vaginale

Set de dilatación vaginal

Set di dilatazione vaginale



Gebruiksaanwijzing

Directions for use

Bedienungsanweisung

Mode d'emploi

Instrucciones de uso

Istruzioni per l'uso