

# natu<sup>®</sup>

## menstrualcup

**Natu** je menstrualna šalčka, namenjena za večkratno uporabo. Njena uporaba je izredno enostavna, njena sestava pa je iz medicinskega platin-silikona in tako 100% hipoalergena. Material se po vstavitvi prilaga obliki nožnice in tako zbira menstrualno tekočino in je ne vpija. Tako ne pride do izliva, samo okolje pa je varovano in vaginalna flora ohranjena. **Natu** je varen, praktičen, udoben in komforten. Menstrualna šalčka se lahko uporablja podnevi in ponoči in vam omogoča, da izvajate različne športe, tudi športe v vodi. Odpadki zaradi tamponov in vložkov so povsem odvečni- **Natu** ponuja inovativno in ekološko rešitev, ki je odgovorna tako do žensk kot tudi do okolja! Saj: **Natu** ljubi tako vas kot našo zemljo!

**PRED UPORABO NATUJA, VAS VLJUDNO NAPROŠAMO, DA TEMELJITO PREBERETE NAVODILA ZA UPORABO!**

### Katera velikost je primerna za mene?

**Natu** je na voljo v dveh velikostih, tako ponuja vsaki ženski maksimalno udobje.

Velikost 1 je primerna za ženske, ki so mlajše od 30 in, ki še nimajo otrok.

Velikost 2 primerna za ženske, starejšim od 30 oz. za ženske, ki imajo že otroke in so te rodile po naravni poti.

## NAVODILA ZA UPORABO

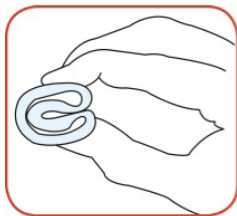
Uporaba **Natu** zahteva malo vadbe, preden se najde optimalen položaj menstrualne šalčke. Ko boste imeli položaj v malem prstu boste presenečene kako lahka in učinkovita je uporaba! Najbolje je, da vadite vstavljanje v zadnjih dneh vašega menstrualnega cikla, kjer je tok menstrualne tekočine manj intenziven. Vzamite si čas, sprostite se in si pridobite zaupanje za ta inovativen izdelek!

### PRED SAMO UPORABO

Prepričajte se, da so vse 4 luknje, na zgornjem delu roba menstrualne šalčke, odprte. Pred samo uporabo sterilizirajte **Natu** in to tako, da šalčko 3-5 minut prekuhate v vreli vodi. Da preprečite poškodbo materiala mora biti celotna šalčka prekrita z vodo. Uporabite sterilizacijsko pred vsakim novim vnosom.

### VSTAVLJANJE NATU

**Natu** ni potrebno vstavljati tako globoko kot tampon. Pred samim stavljanjem si temeljito umijte roke z nežnim milom. Upognite **Natu** - v črko U in ga držite s palcem in kazalcem (slika 1). S prosto roko nežno odmaknite sramne ustnice in vstavite menstrualno šalčko v obliki črke U počasi v nožnico in sicer dokler se dno šalčke ne nahaja prib. 2-3 mm globlje od ustja nožnice (slika 2). Da se prepričate, da se je sama šalčka razvila v svojo prvotno obliko lahko le to rahlo zavrtite.



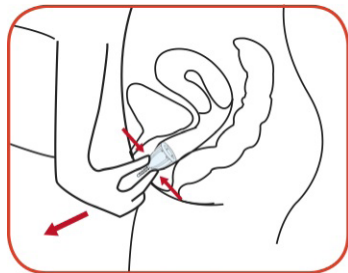
Slika 1



Slika 2

### ODSTRANITEV NATU

**Natu** je potrebno vsake 4 do 8 ure izprazniti, očistiti in ponovno vstaviti – odvisno od količine menstrualne tekočine. Zelo pomembno je, da ste med odstranitvijo sproščene, saj tako olajšate odstranitev šalčke iz nožnice. V kolikor šalčke ne uspete temeljito primiti s prsti si lahko pomagata z medenično muskulaturo. Pred samo odstranitvijo šalčke si vedno temeljito umijte roke. Na stranišču, v kadi ali v kabini za prhanje počepnite. Počep olajša tako odstraniti kot tudi vstaviti menstrualno šalčko. S palcem in kazalcem primite šalčko na sponđjem delu. Sedaj lahko **Natu** enostavno izvlečete iz nožnice (slika 3).



Slika 3

Držite **Natù** koliko je možno vertikalno, da ne polijete menstrualne tekočine. Šalčko izpraznite v toaletno (slika 4), splahnite s čisto vodo (slika 5) in ponovno vstavite **Natù** v nožnico.

## NEGA IN ČIŠČENJE

Izredno pomembno je, da ohranjate **Natù** čistega. Pred vsako prvo uporabo je potrebno **Natù** sterilizirati, kot je opisano zgoraj v vreli vodi ali kot alternativo s parnim sterilizatorjem. Med menstruacijo je povsem zadostno, če **Natù** enkrat dnevno očistite s toplo vodo in milom, enako velja na koncu menstrualnega cikla. Vedno se prepričajte, da na samem materialu ni ostankov mila, da ne bi ta poškodovala floro nožnice. Majhne luknjice na šalčki lahko previdno in nežno očistite s ščetko ali vatirano palčko. Zelo pomembno je, da so te luknjice proste saj v drugačnem primeru šalčka ne more tesniti v nožnici.

Obarvanost **Natù** se lahko skozi čas spremeni, ta učinek pa nima nobenega vpliva na delovanje same šalčke. V kolikor pa na samem materialu opazite poškodbe ali rise, pa je izdelek potrebno zamenjati.

**Natù** je dostavljen v majhni škatlici in v bombažni vrečki. Prav v tej vrečki se priporoča nadaljne shranjevanje. V nobenem primeru pa za shranjevanje ne uporabljajte plastičnih vrečk ali posodic, ki ne prepuščajo zraka.



Slika 4

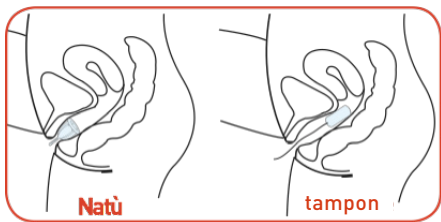


Slika 5

## MOGOČE TEŽAVE IN NJIHOVE REŠITVE

### NATÙ MED SAMO UPORABO ZDRSNE IZ NOŽNICE

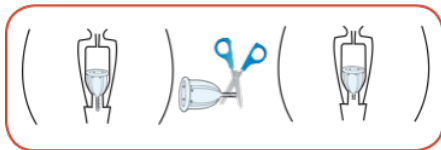
To se lahko pojavi samo v primeru, če **Natù** ni pravilno vstavljen in tako tesno zasidran v nožnici. Da se prepričate, da je **Natù** temeljito prilagojen na steno nožnice je potrebno tega po vstavitvi rahlo zavrteti. Poleg tega pa **Natù** ne vstavljajte tako globoko kot tampon (slika 6). V kolikor se vam ta težava pojavi z velikostjo 1 in ste se prepričali, da je šalčka temeljito vstavljena potem preizkusite z velikostjo 2. Pomaga vam lahko tudi redna vadba medeničnih mišic.



Slika 6

### DRŽAJ JE NA POTI

Majhen držaj na dnu menstrualne šalčke vam služi, da lažje izvlečete **Natù**. V nobenem primeru ne sme gledati iz ustja nožnice in je koncipiran tako, da se ga lahko s škarjami enostavno skrajša (slika 7).



Slika 7

### POSVET

**Natù** nima nobenega vpliva na sluznico nožnice in se ga lahko tako uporabi že dan prej pred začetkom menstruacije. Da boste na varni strani lahko pri prvi uporabi, uporabite tudi vložek. To seveda ni potrebno se pa ženske tako počutijo enostavno bolje. **Natù** je možno brez težav uporabljati tudi v kombinaciji s špiralo ali drugimi metodami za zaščito, priporočamo pa vam, da se pred uporabo posvetujete s svojim ginekologom. Dodatne informacije lahko najdete na [www.natulovesyou.com](http://www.natulovesyou.com).

## NAVODILA ZA VARNO UPORABO

**Natù** ni sredstvo za zaščito in ne ščiti pred spolno nalezljivimi boleznimi. Po sami vstavitvi bodite pozorni na bolečine v nožnici, pekoče občutke, vaginalne iritacije ali vnetja. V kolikor se te pojavijo takoj prenehajte s samo uporabo in se posvetujte s svojim osebnim zdravnikom. Za uriniranje vam **Natù** ni potrebno odstraniti. Pred spolnimi odnosi je vsekakor potrebno **Natù** odstraniti. **Natù** vsekakor ni priporočljivo posojati, sepravi, da bi tega uporabljajo več ljudi. Hranite na mestih izven dosega otrok in hišnih ljubljencev.

**Natù** je izdelan iz platiniziranega silikona, materiala, ki ima izredno visoko trpežnost, kakovost in bio-kompatibilnost, v primerjavi z drugimi vrstami silikona. Material zadostuje standardu USP, klasi VI, FDA 21 CFR 177.2600 in je 100% hipoalergen