



80000004_V07 / 2018-03

Claripharm™
LABORATOIRE

9, rue des Croix Roses
22400 Saint-Alban - France
contact@claripharm.com



www.claripharm.com

Fabriqué en France - Made in France

POURQUOI CLARICUP™, C'EST MA CUP ?

Claricup™ est une coupe menstruelle en silicone médical biocompatible et antimicrobien.

Claricup™ est fournie avec sa boîte Claribox, qui facilite le transport, le nettoyage et la désinfection de Claricup™.

Claricup™ n'a pas d'influence sur les sécrétions vaginales, vous pouvez la porter en prévention avant le début de votre cycle, et tout au long du cycle, que vos pertes soient peu ou très abondantes.

Attention : la Claricup™ ne se porte pas hors période de règles.

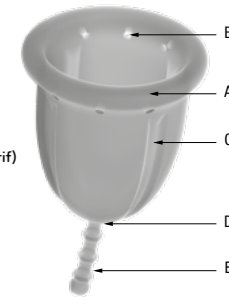
Claricup™ est réutilisable à loisir, jour et nuit, en déplacement et lors de vos activités sportives.

Claricup™ est votre Cup, c'est un objet intime et personnel qui se conserve dans sa Claribox hors période de règles.



DESCRIPTIF DE LA CLARICUP™

- A) Col
- B) Perforations permettant d'annuler l'effet de ventouse lors du retrait
- C) Stries externes
- D) Base renforcée
- E) Tige



QUELLE TAILLE CHOISIR ? (à titre indicatif)

- **Taille 0 - Flux très léger :**
L : 71 mm ; Ø : 36 mm ; Contenance : 13,7 ml
- **Taille 1 - Flux léger à normal :**
L : 74 mm ; Ø : 41 mm ; Contenance : 20,2 ml
- **Taille 2 - Flux abondant :**
L : 74 mm ; Ø : 46 mm ; Contenance : 29,5 ml
- **Taille 3 - Flux très abondant :**
L : 74 mm ; Ø : 51 mm ; Contenance : 36 ml

FR - NOUS VOUS RECOMMANDONS DE LIRE CETTE NOTICE AVANT TOUTE UTILISATION

QUELLES PRÉCAUTIONS D'EMPLOI AVANT UTILISATION ?

- Lavez-vous soigneusement les mains avant toute utilisation.
- Vérifiez l'intégrité de votre Claricup™ avant toute utilisation.
- Nettoyez votre Claricup™ à l'eau froide avec le gel douche intime Clarigyna™ ou un savon doux et rincez abondamment à l'eau claire.
- Désinfectez votre Claricup™ :
 - Option 1 : placez votre Claricup™ tige vers le bas dans sa Claribox, remplissez d'eau jusqu'au trait **SCHEMA 1** ; puis placez la Claribox couvercle ouvert pendant 5 min à 750 Watt aux micro-ondes.
 - Option 2 : plongez votre Claricup™ dans une casserole d'eau bouillante pendant 7 minutes.
- Votre Claricup™ est maintenant désinfectée. Attendez que votre Claricup™ refroidisse avant de l'utiliser pour éviter les risques de brûlure et de déchirure du silicone.

COMMENT METTRE VOTRE CLARICUP™ ?

- Lavez-vous les mains avant toute manipulation de votre Claricup™.
- Pliez votre Claricup™ en **tulipe** ou en **U** **SCHEMAS 2.1 et 2.2** et la maintenir fermement entre le pouce et l'index, le plus près possible de la base, sans la déplier.
- Avec votre main libre, écartez vos lèvres et insérez votre Claricup™ dans votre vagin à 1 cm de l'entrée du vagin.
- Retirez vos doigts, votre Claricup™ se déploiera toute seule et se positionnera en bas du vagin **SCHEMA 3**, contrairement au tampon qui se positionne en haut du vagin.

COMMENT RETIRER VOTRE CLARICUP™ ?

- Lavez-vous les mains avant toute manipulation de votre Claricup™.
- Votre Claricup™ doit être vidée toutes les 6 heures, ou plus régulièrement pour des règles abondantes.
- Asseyez-vous sur les toilettes et détendez-vous pour le retrait de votre Claricup™ (votre Claricup™ est maintenue par vos muscles vaginaux, toute tension entrainera des difficultés du retrait de votre Claricup™).
- **Vous devez d'abord annuler l'effet ventouse :** la tige de la Claricup™ vous sert de guide pour retrouver sa base. Pincez la base entre deux doigts ou glissez un doigt entre la paroi vaginale et la Claricup™ pour annuler l'effet ventouse **SCHEMAS 5.1 et 5.2**.

EN - WE RECOMMEND THAT YOU READ THESE INSTRUCTIONS BEFORE USE

WHY IS CLARICUP™ THE CUP FOR ME?

Claricup™ is a menstrual cup made of biocompatible and anti-microbial medical grade silicone. Claricup™ comes in its Claribox, which is used to carry, clean and disinfect Claricup™. Claricup™ does not alter vaginal secretions, so you can safely wear it as a precaution against spotting before your period begins, and throughout your period, whether your flow is light or heavy. **Warning:** Claricup™ should only be worn during menstruation. Claricup™ can be reused, day and night, during travel and physical activities. Claricup™ is your cup. It's a personal, intimate care product that you can store in the Claribox when you are not on your period.

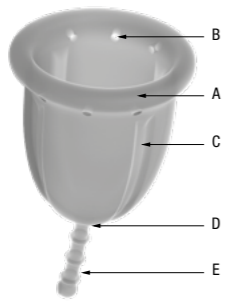


DESCRIPTION OF CLARICUP™

- A) Rim
- B) Perforations to break the suction effect during removal
- C) External ridges
- D) Reinforced base
- E) Stem

WHAT SIZE SHOULD I CHOOSE?

- (for information purposes only)
- **Size 0 - Very light flow:**
L: 71 mm ; Ø: 36 mm ; Capacity: 13.7 ml
 - **Size 1 - Light to normal flow:**
L: 74 mm ; Ø: 41 mm ; Capacity: 20.2 ml
 - **Size 2 - Heavy flow:**
L: 74 mm ; Ø: 46 mm ; Capacity: 29.5 ml
 - **Size 3 - Very heavy flow:**
L: 74 mm ; Ø: 51 mm ; Capacity: 36 ml



WHAT ARE THE PRECAUTIONS FOR USE?

- Wash your hands thoroughly before use.
- Check the integrity of the Claricup™ before each use.
- Clean your Claricup™ with cold water and Clarigyna™ intimate wash or a gentle soap and rinse thoroughly with water.
- Disinfect your Claricup™:
 - Option 1: place your Claricup™ stem down in the Claribox, fill with water up to the mark **FIGURE 1**. Leave the lid open and heat the Claribox in a 750 Watt microwave oven for 5 minutes.
 - Option 2: plunge your Claricup™ into a pot of boiling water for 7 minutes.
- Your Claricup™ is now disinfected.
- Wait for your Claricup™ to cool before use to avoid the risk of burns or damaging the silicone.

- Vous pouvez maintenant retirer votre Claricup™ en tirant délicatement sur la base **SCHEMA 4**.
- Versez le contenu dans les toilettes.
- Procédez au nettoyage de votre Claricup™ avant de la remettre ou utilisez une seconde Claricup™ et placez votre Claricup™ sale dans sa Claribox (parfois les toilettes où vous vous trouvez ne permettent pas de nettoyer discrètement votre Claricup™).

QUE FAIRE EN CAS D'INCONFORT OU DE FUITES ?

- En cas d'inconfort pendant la marche, l'assise ou de sensation de pincement de votre vagin, il faut couper la tige de votre Claricup™ pour l'adapter à la longueur de votre vagin. Prenez le temps d'obtenir la longueur adéquate à votre vagin. Coupez la tige petit à petit avec des ciseaux propres et réinsérez votre Claricup™ pour vérifier que la tige repose juste à l'intérieur de votre vagin **SCHEMAS 6.1, 6.2 et 6.3**.
- En cas de fuites, repositionnez votre Claricup™ à 1 cm de l'entrée de votre vagin. Vérifiez la longueur de la tige.
- Vérifiez l'effet ventouse de votre Claricup™ dans votre vagin en 2 gestes **SCHEMAS 7.1, 7.2 et 7.3** :
 - 1- passez un doigt autour de votre Claricup™ pour vérifier qu'elle est bien ouverte dans votre vagin,
 - 2- pincez la base de votre Claricup™ pour la faire pivoter dans votre vagin.

COMMENT NETTOYER ET ENTREtenir VOTRE CLARICUP™ ?

- Il est important que votre Claricup™ soit toujours propre.
- Nettoyez votre Claricup™ avant chaque introduction et en fin de cycle avec le gel douche intime Clarigyna™ ou un savon doux. **Ne jamais utiliser de substances pétrochimiques (vaseline), d'huiles essentielles, de nettoyants corrosifs, de savons parfumés ou de lave-vaisselle pour nettoyer votre Claricup™.**
- Rincez votre Claricup™ abondamment à l'eau claire.
- Pendant vos règles, désinfectez votre Claricup™, vous avez deux options :
 - Option 1 : placez votre Claricup™ tige vers le bas dans sa Claribox. Remplissez d'eau jusqu'au trait. Laissez le couvercle ouvert et placez la Claribox pendant 5 min à 750 Watt au micro-onde **SCHEMA 1**.
 - Option 2 : plongez votre Claricup™ dans une casserole d'eau bouillante pendant 7 minutes.
- A la fin de votre cycle, après le nettoyage, bien sécher votre Claricup™ à l'air libre pour éviter les odeurs et la conserver dans sa Claribox jusqu'aux prochaines règles. Des dépôts blancs peuvent apparaître après le séchage de la Claricup™. Il s'agit probablement de dépôts de calcaire, ils n'affectent en rien l'efficacité de la Claricup™.
- Si vous constatez une déchirure ou tout autre changement dans l'apparence, l'odeur ou la texture de votre Claricup™, nous vous recommandons de la remplacer.
- Si vous respectez les conditions d'utilisation et d'entretien, votre Claricup™ peut être utilisée pendant 5 ans.

HOW DO I INSERT MY CLARICUP™?

- Wash your hands before handling your Claricup™.
- Fold your Claricup™ into a **punch down fold** or a **U** shape as shown in **FIGURES 2.1 and 2.2** and hold it firmly between your thumb and index finger as close to the base as possible while keeping it folded.
- With your other hand, gently separate your labia and insert your Claricup™ approximately one centimetre from the vaginal entrance.
- Release your grasp and your Claricup™ will automatically position itself at the the base of the vagina **FIGURE 3**, unlike tampons which are positioned at the top of the vagina.

HOW DO I REMOVE MY CLARICUP™?

- Wash your hands before handling your Claricup™.
- Your Claricup™ must be emptied every 6 hours, more often for heavier flow.
- Sit down comfortably on the toilet to remove your Claricup™ (your Claricup™ is held in place by your vaginal muscles. If you are tense, it will be harder to remove the Claricup™).
- **You must first release the seal:** use the stem of the Claricup™ as a guide to find the base. Pinch the base between two fingers or insert a finger between the vaginal wall and the Claricup™ to release the seal **FIGURES 5.1 and 5.2**.

- You can now remove your Claricup™ by gently pulling on the base **FIGURE 4**.
- Empty the contents into the toilet.
- Clean your Claricup™ before reinsertion or use an alternate Claricup™ and place the used cup in the Claribox (in some restrooms you may not be able to discreetly clean your Claricup™).

WHAT TO DO IF YOU EXPERIENCE DISCOMFORT OR LEAKS?

- If you experience any discomfort while walking or while seated, or feel a pinching sensation in your vagina, you should trim your Claricup™ stem to the correct length for your vagina. Take time to ensure a proper fit. Trim the stem incrementally with clean scissors and reinsert your Claricup™ to ensure that the stem fits comfortably inside your vagina **FIGURES 6.1, 6.2 and 6.3**.
- In case of leaking, reposition your Claricup™ one centimetre from the vaginal entrance. Check the length of the stem.
- Check the vacuum seal on your Claricup™ inside your vagina in two simple steps **FIGURES 7.1, 7.2 and 7.3** :
 - 1- slide one finger around your Claricup™ to ensure that it opened properly inside your vagina,
 - 2- pinch the base of your Claricup™ to rotate it inside your vagina.

HOW DO I CLEAN AND CARE FOR MY CLARICUP™?

- It is important to always keep your Claricup™ clean.
- Clean your Claricup™ before each insertion and at the end of menstruation with Clarigyna™ intimate wash or a gentle soap. **Never use petroleum products (Vaseline), essential oils, corrosive cleaners, perfumed soaps or dish soap to clean your Claricup™.**
- Rinse your Claricup™ thoroughly with clean water.
- During your menstrual cycle, disinfect your Claricup™, in one of two ways:
 - Option 1: place your Claricup™ stem down in the Claribox. Fill with water up to the mark. Leave the lid open and heat the Claribox in a 750 Watt microwave oven for 5 minutes **FIGURE 1**.
 - Option 2: plunge your Claricup™ into a pot of boiling water for 7 minutes.
- At the end of your menstrual cycle, clean and then dry your Claricup™ in open air to prevent odours. Store your Claricup™ in its Claribox until your next period. Some white deposits may appear after drying the Claricup™. They are most probably limescale deposits, they do not affect Claricup™'s efficiency.

If you notice any damage or change in the appearance, the smell or texture of your Claricup™, you should replace it. Under the recommended conditions for use and maintenance, your Claricup™ can be used for 5 years.

AVERTISSEMENTS/CONTRE-INDICATIONS

- Claricup™ ne se porte pas hors période des règles.
- Claricup™ n'est pas un contraceptif.
- Si vous portez un contraceptif tel un stérilet ou un anneau contraceptif, demandez l'avis de votre médecin avant d'utiliser Claricup™ et bien déventouser la Claricup™.
- Claricup™ ne protège pas contre les infections sexuellement transmissibles (IST).
- Retirez Claricup™ avant tout rapport sexuel.
- Ne pas utiliser Claricup™ en cas d'allergie au(x) composant(s).
- Après un accouchement, chirurgie, fausse couche ou IVG, attendre que le vagin soit remis avant d'utiliser Claricup™.
- En cas d'infection vaginale, traitement par ovule ou tout autre crème intra-vaginale, ne pas utiliser la Claricup™.
- En cas d'irritation, sensation de brûlure, gêne urinaire, douleur, cessez immédiatement l'utilisation et contactez votre médecin.
- Claricup™ est réservée à un usage personnel.
- Retirer la Claricup™ avant tout examen médical.
- Tenir Claricup™ hors de portée des enfants.
- L'hymen peut ne pas être préservé avec l'utilisation de Claricup™.

COMPOSITION

Silicone médical platine biocompatible - Agent antimicrobien à base d'argent - Colorants pharmaceutiques.

INFORMATION SUR LE SYNDROME DU CHOC TOXIQUE (SCT)

Le SCT est une infection rare mais très grave, parfois même fatale. Il est dû à une toxine produite par une bactérie (Staphylocoque) présente communément dans votre corps. Les symptômes du SCT peuvent apparaître soudainement au cours des règles ou peu après. Ils ressemblent à ceux de la grippe et incluent : forte fièvre soudaine (>39°C), douleurs musculaires, vomissements, diarrhées, maux de tête, étourdissements, évanouissements, éruptions cutanées ressemblant à des coups de soleil. Si vous présentez l'un de ces symptômes pendant l'utilisation de Claricup™, retirez-la et consultez immédiatement votre médecin. Si vous avez déjà souffert de SCT, demandez conseil à votre médecin avant d'utiliser Claricup™.

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

Pour toute information complémentaire, vous pouvez nous contacter par email à l'adresse suivante : **contact@claripharm.com**, en nous rappelant le numéro de lot inscrit sur l'emballage de votre Claricup™.

WARNINGS/CONTRAINDICATIONS

- Claricup™ is only to be worn during the menstruation cycle.
- Claricup™ is not a contraceptive.
- If you use an IUD or contraceptive ring, ask your doctor prior to using Claricup™ and break the vacuum seal.
- Claricup™ does not protect against sexually transmitted diseases (STDs).
- Remove Claricup™ prior to sexual intercourse.
- Do not use Claricup™ if you are allergic to any of its components.
- After childbirth, surgery, miscarriage or abortion, give your vagina time to heal before using Claricup™.
- Do not use Claricup™ if you have a vaginal infection, or are receiving treatment with a vaginal suppository or other intra-vaginal cream.
- If you experience itching or burning, urinary discomfort or pain, stop using the product immediately and contact your doctor.
- Claricup™ is intended for personal use only.
- Remove Claricup™ before any medical exam.
- Keep Claricup™ out of the reach of children.
- The hymen may not be preserved with the use of Claricup™.

COMPOSITION

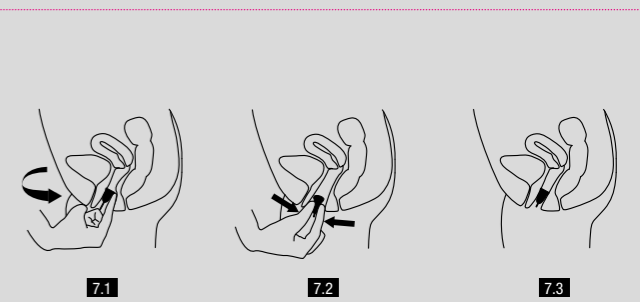
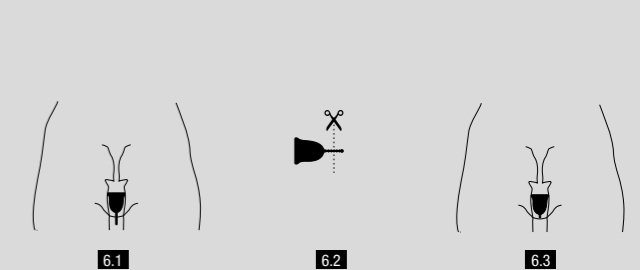
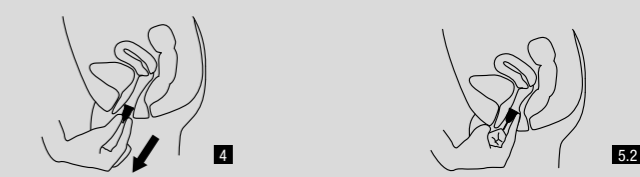
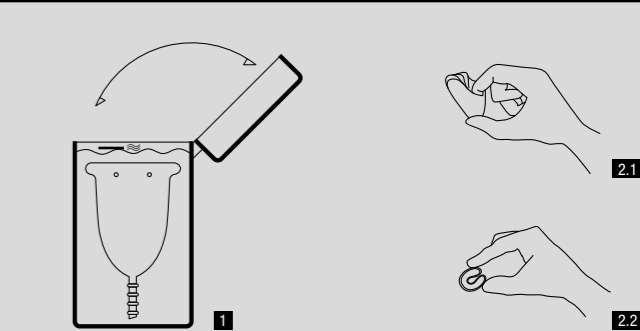
Platinum bio-compatible medical-grade silicone - Silver antimicrobial agent - Pharmaceutical dyes.

INFORMATION ABOUT TOXIC SHOCK SYNDROME (TSS)

TSS is a rare, but potentially serious, or even fatal infection. It is caused by a toxin produced by bacteria (Staphylococcus) commonly found in the body. Symptoms of TSS may appear suddenly during your period or immediately after. Symptoms resemble those associated with the common flu and include: sudden high fever (>39°C), muscle aches, vomiting, diarrhoea, headache, dizziness, fainting, or skin rashes resembling sunburn. If you experience any of these symptoms while using Claricup™ remove it and contact your doctor immediately. If you have suffered from TSS, contact your doctor prior to using Claricup™.

ADDITIONAL INFORMATION

For more information, please contact us via email at: **contact@claripharm.com**. Please include the lot number printed on your Claricup™ packaging.



Claripharm™
LABORATOIRE

9, rue des Croix Roses
22400 Saint-Alban - France
contact@claripharm.com



www.claripharm.com

Fabriqué en France - Made in France

¿PORQUÉ USARLA, SE RECOMIENDA LEER ESTE FOLLETO EXPLICATIVO?

ES PORQUÉ CLARICUP™ ES LA COPPA IDEAL PAR MI?


Claricip™ es una copa menstrual en silicona biocompatible y antimicrobiano de grado médico.

Claricip™ se proporciona con su caja Claribox, que facilita el transporte, la limpieza y la descontaminación de su Claricip™.

Claricip™ no influye en las secreciones vaginales; puede llevarla de modo preventivo antes de que comience su ciclo menstrual y durante el tiempo que dure, no importando si el flujo es ligero o abundante.

Precaución: Claricip™ no se debe llevar cuando no se menstrua. Claricip™ se puede reutilizar todas las veces que se quiera, día y noche, tanto en sus desplazamientos como mientras hace deporte.

Claricip™ es su copa, es un objeto íntimo y personal que se conserva en su Claribox cuando no esté menstruando.



DESCRIPCIÓN DE LA CLARICUP™

A) Cuello
B) Perforaciones que permiten anular el dedo pulgar a la retirarla
C) Estrías externas
D) Base fortalecida
E) Varilla



¿Qué talla elegir? (a título indicativo)

- Talla 0 - Flujo muy ligero:**
L: 71 mm ; Ø: 36 mm ; Capacidad: 13.7 ml
- Talla 1 - Flujo ligero o normal:**
L: 74 mm ; Ø: 41 mm ; Capacidad: 20.2 ml
- Talla 2 - Flujo abundante:**
L: 74 mm ; Ø: 46 mm ; Capacidad: 29.5 ml
- Talla 3 - Flujo muy abundante:**
L: 74 mm ; Ø: 51 mm ; Capacidad: 36 ml

IT - LEGGERE QUESTA AVVERTENZA PRIMA DELL'USO

LA MIA COPPA È CLARICUP™!


Claricip™ è una coppetta mestruale in silicone medico biocompatibile e antimicrobico.

Claricip™ viene fornita nella scatola Claribox, che semplifica il trasporto, la pulizia e la decontaminazione di Claricip™.

Claricip™ non influisce sulle secrezioni vaginali; potete utilizzarla in via precauzionale prima e durante tutto il ciclo, indipendentemente dalla quantità delle perdite.

Attenzione: non applicare la Claricip™ fuori dal ciclo mestruale. Claricip™ può essere riutilizzata all'infinito, giorno e notte, mentre siete in viaggio o praticate attività sportive.

Claricip™ è la vostra coppetta, un oggetto intimo e personale che fuori dal ciclo mestruale va conservata nella sua Claribox.



DESCRIZIONE DI CLARICUP™

A) Collo
B) Fori che consentono di annullare l'effetto ventosa quando si rimuove la coppa
C) Scanalature esterne
D) Base della coppa rinforzata
E) Cannello



CHE TAGLIA SCEGLIERE? (a titolo indicativo)

- Taglia 0 - Flusso molto leggero:**
L: 71 mm ; Ø: 36 mm ; Capacità: 13.7 ml
- Taglia 1 - Flusso leggero o normale:**
L: 74 mm ; Ø: 41 mm ; Capacità: 20.2 ml
- Taglia 2 - Flusso abbondante:**
L: 74 mm ; Ø: 46 mm ; Capacità: 29.5 ml
- Taglia 3 - Flusso molto abbondante:**
L: 74 mm ; Ø: 51 mm ; Capacità: 36 ml

DE - BITTE LESEN SIE DIESE ANLEITUNG VOR DEM GEBRAUCH AUFMERKSAM DURCH

WARUM CLARICUP™?

Claricip™ ist eine biokompatible Menstruationstasse aus antimikrobiellem und medizinischem Silikon.


In ihrer praktischen Claribox lässt sich Claricip™ überall mit hinnehmen und einfach reinigen.

Claricip™ hat keine Auswirkungen auf die Vaginalsekretion. Sie können die Menstruationstasse vorbeugend bei Zyklusbeginn und während des gesamten Zyklus bei geringen oder starken Regelmensuren tragen.

Wichtig! Claricip™ darf nicht außerhalb der Menstruation getragen werden.

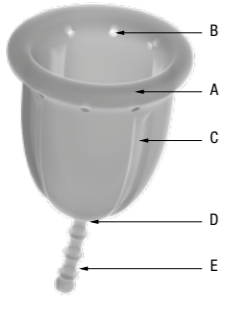
Claricip™ ist beliebig oft wieder verwendbar, gleichermaßen nachts und tagsüber tragbar und ideal für Reisen oder beim Sport.

Claricip™ ist Ihr persönlicher intimer Regelschutz, der außerhalb der Menstruation in der Claribox aufbewahrt wird.



BESCHREIBUNG VON CLARICUP™

A) Rand
B) Kleine Löcher zum Aufheben der Saugwirkung beim Herausnehmen
C) Rillen
D) Verstärkte Basis
E) Stiel



WELCHE GRÖSSE? (nur zur Information)

- Größe 0 - Sehr leichte Monatsblutung:**
L: 71 mm ; Ø: 36 mm ; Kapazität: 13.7 ml
- Größe 1 - Leichte oder normale Monatsblutung:**
L: 74 mm ; Ø: 41 mm ; Kapazität: 20.2 ml
- Größe 2 - Starke Monatsblutung:**
L: 74 mm ; Ø: 46 mm ; Kapazität: 29.5 ml
- Größe 3 - Sehr Starke Monatsblutung:**
L: 74 mm ; Ø: 51 mm ; Kapazität: 36 ml

¿QUÉ PRECAUCIONES HAY QUE TOMAR ANTES DE USARLA?

Lávase cuidadosamente las manos antes de cada uso.

- Compruebe la integridad de Claricip™ antes de su uso.
- Lave la Claricip™ con agua fría y el gel de higiene íntima Clarigyna™ o un jabón suave y aclare con abundante agua.
- Desinfecte su Claricip™:
- Opción 1: colocar su Claricip™ con la varilla hacia abajo en su Claribox, cubriéndola con agua hasta la marca **DIBUJO 1**; después poner la caja Claribox abierta durante 5 minutos a 750 vatios en el microondas.
- Opción 2: sumerja la Claricip™ en un cazo con agua hirviendo durante 7 minutos.

Ahora su Claricip™ es desinfectada. Antes de utilizarla, espere a que la Claricip™ se enfríe para evitar quemarse y que se desgarra la silicona.

¿CÓMO SE INTRODUCE LA CLARICUP™?

Lávase las manos antes de manipular la Claricip™.

- Doblar su Claricip™ en forma de **tulipán** o en forma de **U** **DIBUJOS 2.1 y 2.2** y mantenerla firmemente entre el dedo pulgar y el dedo índice, lo más cerca posible de la base, sin desplegarla.
- Con su mano libre, descarte sus labios y introduzca su Claricip™ dentro de su vagina (1 centímetro de la entrada de la vagina).

Retire los dedos; la Claricip™ se abrirá por sí misma y se colocará en la parte inferior de la vagina, al contrario que un tampón, que se coloca en lo alto de la vagina. Ver el **DIBUJO 3**.

¿CÓMO QUITAR LA CLARICUP™?

Lávase las manos antes de manipular la Claricip™.

- Hay que vaciar la Claricip™ cada 6 horas o con más frecuencia si el flujo es abundante.
- Siéntese en la taza del baño y relájese para quitar su Claricip™ (su Claricip™ se sostiene gracias a sus músculos vaginales, cualquier tensión dificultará su retirada).
- **Primero debe cancelar el efecto ventosa:** use el tallo del Claricip™ como guía para encontrar la base. **Pellizque** ligeramente la base de la Claricip™ e introduzca el dedo a lo largo de la misma **DIBUJOS 5.1 y 5.2**.

QUALI PRECAUZIONI PRENDERE PRIMA DELL'USO?

Lavare accuratamente le mani prima di ogni uso.

- Verificare l'integrità della Claricip™ prima di ogni uso.
- Lavare la Claricip™ con acqua fredda e con il docciaschiuma intimo Clarigyna™ o un sapone dolce e sciacquare abbondantemente in acqua limpida.
- Disinfectate la Claricip™:
- 1ª opzione: collocare la Claricip™ nella Claribox con il cannello rivolto verso il basso, riempire con acqua fino al segno **SCHEMA 1**; in seguito scaldare la Claribox, con il coperchio aperto, nel microonde per cinque minuti, alla potenza di 750 watt.
- 2ª opzione: tenere la Claricip™ immersa in una casseruola di acqua bollente per 7 minuti.

Ora la Claricip™ è disinfettata. Attendere che la Claricip™ si raffreddi prima di usarla, per evitare rischi di bruciatura e di lacerazione del silicone.

COME SI COLLOCA LA CLARICUP™?

Prima di usare la Claricip™, lavarsi le mani.

- Piegate la Claricip™ in **tulipano** o in **U** **DISEGNI 2.1 e 2.2** tenendola saldamente tra il pollice e l'indice, il più possibile vicino alla base, senza lasciare la presa.
- Con l'altra mano, divaricare le labbra della vagina e collocarvi la Claricip™ nella vagina a 1 cm dall'apertura vaginale.

Togliere le dita: la Claricip™ si dispiegherà automaticamente, posizionandosi nella parte bassa della vagina, come mostrato nello **SCHEMA 3**, contrariamente al tampone che si posiziona nella parte alta.

COME RIMUOVERE LA CLARICUP™?

Prima di usare la Claricip™, lavarsi le mani.

- La Claricip™ deve essere svuotata dopo 6 ore in condizioni normali, o più spesso in caso di mestruazioni abbondanti.
- Sedetevi sul water e rilassatevi per togliere la Claricip™ (essendo tenuta in posizione dai muscoli vaginali, qualsiasi tensione corporea ne complicherebbe la rimozione).
- **È necessario innanzitutto annullare l'effetto ventosa:** utilizzare il cannello di Claricip™ come guida per trovare la base. Serrare leggermente la base di Claricip™ e inserire il dito lungo la Claricip™ **SCHEMI 5.1 e 5.2**.
- Ora è possibile rimuovere Claricip™ tirandola delicatamente sulla base **SCHEMA 4**.
- Svuotare il contenuto nel water.
- Sciacquare la Claricip™ prima di collocarla in posizione; in alternativa usare una seconda Claricip™ e disporre quella sporca nella relativa Claribox (in taluni casi non è possibile pulire la Claricip™ con discrezione).

WAS IST VOR DEM GEBRAUCH ZU BEACHTEN?

Waschen Sie sich vor jedem Gebrauch gründlich die Hände.

- Versichen Sie sich, dass die Claricip™ vor dem Gebrauch in Ordnung ist.
- Reinigen Sie Ihre Claricip™-Menstruationstasse mit kaltes Wasser und dem Intim- und Duschpflegegel Clarigyna™ oder einem milden Reinigungsmittel und spülen Sie sie unter fließendem Wasser gründlich ab.
- So reinigen Sie Ihre Claricip™:
- Option 1: Setzen Sie Ihre Claricip™ mit dem Stiel nach unten in die Claribox ein und füllen Sie mit Wasser bis zur Markierung **ABBILDUNG 1**. Stellen Sie die Claribox mit geöffnetem Deckel 5 Minuten lang bei 750 Watt in die Mikrowelle.
- Option 2: Legen Sie Ihre Claricip™ 7 Minuten lang in einen Topf mit kochendem Wasser.

Ihre Claricip™ ist jetzt reinig. Lassen Sie Ihre Claricip™ vor dem Einsetzen ganz abkühlen, um Verbrennungen oder das Einreißen des Silikons zu vermeiden.

WIE WIRD DIE CLARICUP™ EINGEFÜHRT?

Waschen Sie sich vor jedem Gebrauch gründlich die Hände.

- Falten Sie Ihre Claricip™ zu einer **Tulpe** oder einem **U** wie in den **ABBILDUNGEN 2.1 UND 2.2** gezeigt. Halten Sie die gefalteten Seiten fest zwischen Daumen und Zeigefinger zusammen, und zwar so dicht wie möglich am Boden der Menstruationstasse.
- Mit Ihrer freien Hand spreizen Sie die Schamlippen leicht auseinander und führen die Claricip™ in die Vagina ein, bis 1 cm vom Eingang der Vagina.
- Sobald Sie die Claricip™ loslassen, entfaltet sich die Menstruationstasse von alleine und positioniert sich im unteren vaginalen Bereich (während Tampons im oberen vaginalen Bereich positioniert sind) **ABBILDUNG 3**.

WIE WIRD DIE CLARICUP™ HERAUSGENOMMEN?

Waschen Sie sich vor jedem Gebrauch gründlich die Hände.

- Sie müssen Ihre Claricip™ alle 6 Stunden, bei starker Regelblutung öfter herausnehmen und leeren.
- Setzen Sie sich auf die Toilette und entspannen Sie sich. Claricip™ wird von Ihrem Vaginallmuskel in Position gehalten und jede Anspannung erschwert das Herausnehmen.
- **Müssen Sie zunächst die Saugwirkung unterbrechen:** Verwenden Sie die Stiel als Leitfaden, um den Boden zu finden. Drücken Sie den Boden Ihrer Claricip™ leicht zusammen und schieben Sie einen Finger zwischen die Claricip™ und die vaginalen Wände **ABBILDUNGEN 5.1 und 5.2**.
- Sie können Ihre Claricip™ jetzt entfernen, indem Sie vorsichtig an der Basis ziehen **ABBILDUNG 4**.
- Leeren Sie den Inhalt der Menstruationstasse in die Toilette.

- Ahora puede retirar su Claricip™ tirando suavemente de la base **DIBUJO 4**.
- Vierta el contenido en la taza del baño.
- Aclare la Claricip™ antes de volver a ponérsela o utilice una segunda Claricip™. Ponga la Claricip™ sucia en su Claribox (a veces los servicios donde se encuentra no permiten limpiar con discreción su Claricip™).

¿QUÉ HACER EN CASO DE INCOMODIDAD O FUGAS?

- Si no se siente cómoda al andar o sentarse o si siente pelizcos en su vagina, tiene que cortar la varilla de su Claricip™ para adaptarla a la longitud de su vagina. Se necesita tiempo para obtener la longitud adecuada para su vagina. Corte la varilla poco a poco con unas tijeras limpias e introduzca de nuevo su Claricip™ para verificar que el tronco se coloca justo en el interior de su vagina **DIBUJOS 6.1, 6.2 y 6.3**.
- En caso de fugas, vuelva a poner la Claricip™ en su sitio a un centímetro de la entrada de su vagina. Compruebe la longitud de la varilla.
- Compruebe el efecto ventosa de la Claricip™ en su vagina con 2 gestos **DIBUJOS 7.1, 7.2 y 7.3**:
1- pase un dedo alrededor de la Claricip™ para verificar que está bien abierta en su vagina,
2- pellizque la base de la Claricip™ para hacerla girar dentro de su vagina.

¿CÓMO LAVAR Y CONSERVAR LA CLARICUP™?

Es importante que su Claricip™ esté siempre limpia.

- Lave la Claricip™ antes de cada introducción y al final de cada periodo de menstruación con el gel de higiene íntima Clarigyna™ o un jabón suave. **Nunca use sustancias petroquímicas (vaselina), aceites esenciales, detergentes corrosivos, jabones perfumados o lavavajillas para lavar su Claricip™**.
- Aclare la Claricip™ con abundante agua.
- Mientras menstrúe, desinfecte su Claricip™. Tiene dos opciones:
- Opción 1: coloque la Claricip™ con la varilla hacia abajo en la Claribox. Cubrir con agua hasta la marca. Deje la tapa abierta y ponga la caja Claribox durante 5 minutos a 750 vatios en el microondas **DIBUJO 1**.
- Opción 2: sumerja la Claricip™ en una olla con agua hirviendo durante 7 minutos.
- Al final de su periodo, después de limpiarla, seque bien la Claricip™ all'aperto para evitar olores y conservarla en su Claribox hasta el siguiente periodo de menstruación. Pueden aparecer depósitos blancos después del secado de Claricip™. Estos depósitos son probablemente depósitos de caliza y no afectan la eficacia de Claricip™.

Si detecta un desgarrón o algún otro cambio en la apariencia, olor o en la textura de la Claricip™, le recomendamos que la reemplace.

Si sigue las instrucciones de uso y mantenimiento, la Claricip™ puede utilizarse durante 5 años.

COSA FARE IN CASO DI DISAGIO O DI FUGHE?

- Se provate disagio mentre camminate o siete sedute, o se sentite pizzicare la vagina, occorre tagliare il cannello della Claricip™ per adattarlo alla lunghezza della vagina. Verificare con accuratezza la lunghezza corretta per la vagina. Tagliare il cannello poco a poco con delle forbici pulite, quindi ricollocare ogni volta la Claricip™ per verificare che il cannello non fuoriesca dalla vagina; vedere gli **SCHEMI 6.1, 6.2 e 6.3**.
- In caso di perdite, ricollocare la Claricip™ a 1 cm dall'apertura vaginale. Verificare la lunghezza del cannello.
- Verificare l'effetto ventosa di Claricip™ nella vagina con 2 gesti, come mostrato negli **SCHEMI 7.1, 7.2 e 7.3**:
1- far passare un dito attorno alla Claricip™ per verificare che sia correttamente aperta nella vagina,
2- serrare la base della Claricip™ per farla ruotare nella vagina.

COME SI PULISCE E SI CONSERVA IN CORRETTO STATO LA CLARICUP™?

È importante che la Claricip™ sia sempre pulita.

- Pulire prima di ogni uso e al termine di ogni ciclo mestruale la Claricip™ con il docciaschiuma intimo Clarigyna™ o un sapone delicato. **Per pulire la Claricip™ non usare mai sostanze petrolchimiche (vaselina), oli essenziali, detergenti corrosivi, saponi profumati o liquidi per lavastoviglie**.
- Sciacquare la Claricip™ con abbondante acqua limpida.
- Durante il ciclo, disinfettare la Claricip™, in uno dei due modi seguenti:
- 1ª opzione: collocare la Claricip™ nella sua Claribox, con il cannello rivolto verso il basso. Riempire con acqua fino al segno. Lasciare il coperchio aperto e passare la Claribox al microonde per cinque minuti, alla potenza di 750 watt **SCHEMA 1**.
- 2ª opzione: tenere la Claricip™ immersa in una casseruola di acqua bollente per 7 minuti.
- Al termine del ciclo, dopo la pulizia, asciugare la Claricip™ all'aperto per evitare gli odori, quindi conservarla nella sua Claribox fino al ciclo successivo. Dopo l'essiccazione di Claricip™ possono comparire depositi bianchi. Questi depositi sono probabilmente depositi calcarei e non influiscono sull'efficacia di Claricip™.

Se si constata una lacerazione o qualsiasi altra variazione dell'aspetto, dell'odore o della struttura della Claricip™, si consiglia di sostituirla.

Se si rispettano le condizioni d'uso e di pulizia, la Claricip™ può essere usata per 5 anni.

- Spülen Sie Ihre Claricip™ gründlich ab, bevor Sie sie erneut einsetzen, oder verwenden Sie eine zweite Claricip™ und bewahren Sie die benutzte in der Claribox auf, wenn Sie zum Beispiel keine (diskrete) Möglichkeit haben, Ihre Claricip™ zu reinigen.

IHRE CLARICUP™ STÖRT ODER IST UNDICHT?

- Wenn Ihre Claricip™ beim Gehen oder Sitzen stört oder Sie ein Zwickeln in der Vagina verspüren, müssen Sie den Stiel kürzen, um ihn an Ihre Vaginallänge anzupassen. Nehmen Sie sich genügend Zeit, um den Stiel auf die richtige Länge zuzuschneiden. Schneiden Sie den Stiel Stück für Stück mit einer sauberen Schere ab. Überprüfen Sie nach jedem Abschneiden den Sitz Ihrer Claricip™. Der Stiel darf nicht aus Ihrer Scheide herausstehen **ABBILDUNGEN 6.1, 6.2 und 6.3**.
- Sollte Ihre Claricip™ undicht sein, führen Sie sie erneut ein. Sie muss ca. einen Fingerbreit vom Eingang der Vagina sitzen. Überprüfen Sie die Länge des Stiels.
- Den richtigen Sitz (Saugwirkung) können Sie mit zwei Handgriffen überprüfen **ABBILDUNGEN 7.1, 7.2 und 7.3**:
1- Überprüfen Sie, dass Ihre Claricip™ vollständig entfaltet ist, indem Sie sie in der Vagina einmal mit dem Finger rundherum abtasten.
2- Drücken Sie den Boden Ihrer Claricip™ zusammen und drehen Sie sie.

REINIGUNG UND PFLGE IHRER CLARICUP™

Es ist ausgesprochen wichtig, dass Ihre Claricip™ stets sauber ist.

- Reinigen Sie Ihre Claricip™ vor und nach jeder Einführung mit dem Intim- und Duschpflegegel Clarigyna™ oder einem milden Reinigungsmittel. **Verwenden Sie für die Reinigung niemals petrochemische Mittel (Vaseline), ätherische Öle, ätzende Reinigungsmittel, parfümierte Seifen oder den Geschirrspüler**.
- Spülen Sie Ihre Claricip™ gründlich unter fließendem Wasser ab.
- Reinigen Sie Ihre Claricip™ während Ihrer Menstruation. Hierzu haben Sie zwei Möglichkeiten:
- Option 1: Setzen Sie Ihre Claricip™ mit dem Stiel nach unten in die Claribox ein. Füllen Sie mit Wasser bis zur Markierung. Stellen Sie die Claribox mit geöffnetem Deckel 5 Minuten lang bei 750 Watt in die Mikrowelle **ABBILDUNG 1**.
- Option 2: Legen Sie Ihre Claricip™ 7 Minuten lang in einen Topf mit kochendem Wasser.
- Am Ende Ihrer Menstruation: Reinigen Sie Ihre Claricip™ und trocknen Sie sie an der Luft um die Geruchsbildung zu verhindern. Bewahren Sie Ihre Claricip™ bis zur nächsten Menstruation in der Claribox auf. Weiße Ablagerungen können nach dem Trocknen von Claricip™ auftreten. Diese Ablagerungen sind wahrscheinlich Kalksteinablagerungen und haben keinen Einfluss auf die Wirksamkeit von Claricip™.

Sollten Sie Risse, andere Beschädigungen oder Änderungen an Ihrer Claricip™ feststellen, raten wir, sie durch eine neue zu ersetzen.

Bei ordnungsgemäßer Verwendung und Pflege können Sie Claricip™ fünf Jahre lang verwenden.

CONSEJOS/CONTRAINDICACIONES

- No lleve la Claricip™ cuando no menstrúe.
- Claricip™ no es un anticonceptivo.
- Si lleva un anticonceptivo, como un DIU o un aro anticonceptivo, pregunte a su médico sobre el uso de Claricip™ y bien analice el efecto ventosa.
- Claricip™ no protege de las enfermedades de transmisión sexual (ETS).
- Quite la Claricip™ antes de cualquier relación sexual.
- No use Claricip™ en caso de alergia a uno o más de sus componentes.
- Después de partos, cirugías, abortos naturales o interrupción voluntaria del embarazo, espere a que la vagina se recupere antes de utilizar Claricip™.
- En caso de infecciones vaginales o tratamientos con óvulos o otras cremas intravaginales. No use Claricip™.
- En caso de irritación, sensación de quemadura, molestias urinarias o dolor, deje inmediatamente de usarla y contacte con su médico.
- Claricip™ es de uso personal.
- Quite la Claricip™ antes de cualquier examen médico.
- Mantenga su Claricip™ fuera del alcance de los niños.
- El himen no se puede conservar con el uso de Claricip™.

COMPOSICIÓN

Platino silicona médica biocompatible - A base de plata agente antimicrobiano - Colorantes farmacéuticos.

INFORMACIÓN SOBRE EL SÍNDROME DEL SHOCK TÓXICO (SST)

El SST es una infección rara pero muy grave, a veces puede provocar la muerte. Se debe a una toxina producida por una bacteria (stafilococo) presente habitualmente en su cuerpo. Los síntomas del SST pueden aparecer de repente durante las menstruaciones o poco después. Los síntomas son parecidos a los de la gripe: fiebre fuerte repentina (>39 °C), dolores musculares, vómitos, diarreas, dolor de cabeza, mareos, desvanecimientos o erupciones cutáneas similares a las quemaduras del sol.

Si presenta alguno de estos síntomas durante el uso de Claricip™, retírela y consulte inmediatamente con su médico.

Si ya ha padecido el SST, pregunte a su médico antes de usar Claricip™.

INFORMACIONES COMPLEMENTARIAS

Para cualquier información complementaria, puede contactar con nosotros por correo electrónico en la siguiente dirección: **contact@claripharm.com**, indicándonos el número de lote que aparece en el embalaje de su Claricip™.

AVVERTENZE/CONTROINDICAZIONI

- Non utilizzare la Claricip™ fuori dal ciclo mestruale.
- La Claricip™ non è un contraccettivo.
- Se si indossa un contraccettivo come una spirale o un anello contraccettivo, rivolgersi al proprio medico prima di usare Claricip™ e bene annullare l'effetto ventosa.
- La Claricip™ non protegge contro le malattie a sessualmente trasmissibili (MST).
- Rimuovere la Claricip™ prima di ogni rapporto sessuale.
- Non usare la Claricip™ in caso di allergia ai suoi componenti.
- Dopo un parto, un'operazione chirurgica, un aborto spontaneo o un'interruzione volontaria di gravidanza, attendere che la vagina sia tornata alle sue condizioni normali, prima di usare la Claricip™.
- In caso d'infezione vaginale, trattamento con ovulo o qualsiasi altra crema intravaginale. Non usare la Claricip™.
- In caso d'irritazione, sensazione di bruciore, fastidio urinario o dolore, sospendere immediatamente l'uso e rivolgersi al proprio medico.
- Rimuovere la Claricip™ prima di qualsiasi esame medico.
- La Claricip™ è riservata all'uso personale.
- Tenere Claricip™ fuori dalla portata dei bambini.
- L' imene non può essere conservato con Claricip™.

COMPOSIZIONE

Silicone biomedico platino - Agente antimicrobico a base di argento - Coloranti farmaceutici.

INFORMAZIONI SULLA SINDROME DA SHOCK TOSSICO (TSS)

La TSS è un'infezione rara ma molto grave, a volte persino fatale. È dovuta a una tossina prodotta da un batterio (stafilococco) comunemente presente nel corpo. I sintomi della TSS possono apparire improvvisamente nel corso del ciclo o poco dopo. Assomigliano a quelli dell'influenza e includono: forte febbre improvvisa (>39°C), dolori muscolari, vomito, diarrea, mal di testa, capogiri, svenimenti ed eruzioni cutanee che assomigliano a colpi di sole.

Se si avverte uno di questi sintomi durante l'uso di Claricip™, rimuoverla immediatamente e contattare il proprio medico al più presto.

Se si è già sofferto della TSS, consultare il proprio medico prima di usare la Claricip™.

ULTERIORI INFORMAZIONI

Per ulteriori informazioni, potete contattarci per posta elettronica scrivendoci all'indirizzo seguente: **contact@claripharm.com**, indicando il numero di lotto scritto sulla confezione della Claricip™ utilizzata.

WARNHINWEISE/GEGENANZEIGEN

- Claricip™ darf nicht außerhalb der Menstruation verwendet werden.
- Claricip™ ist kein Verhütungsmittel.
- Wenn Sie eine Spirale oder einen Verhütungsring tragen, fragen Sie Ihren Arzt, bevor Sie Claricip™ verwenden und die Saugwirkung der Claricip™ gut aufheben.
- Claricip™ schützt nicht vor Geschlechtskrankheiten.
- Entfernen Sie Claricip™ vor dem Geschlechtsverkehr.
- Verwenden Sie Claricip™ nicht, wenn Sie gegen eins oder mehrere der verwendeten Materialien allergisch sind.
- Nach einer Entbindung, Operation, Fehlgeburt oder einem Schwangerschaftsabbruch warten Sie vor dem Gebrauch von Claricip™, dass sich Ihre Vagina erholt hat.
- Bei vaginalen Infektionen, Behandlungen mit Scheidenzäpfchen oder Verwendung von vaginalcremes wird empfohlen, Claricip™ nicht zu verwenden.
- Bei Juckreiz, Brennen, Beschwerden beim Harmlassen, Schmerzen oder ähnlichen Symptomen nehmen Sie Claricip™ sofort heraus und suchen Sie Ihren Arzt auf.
- Claricip™ ist nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt.
- Entfernen Sie Claricip™ vor der ärztlichen Untersuchung.
- Bewahren Sie Claricip™ außerhalb der Reichweite von Kindern auf.
- Das Jungfernhäutchen darf nicht mit Claricip™ konserviert werden.

ZUSAMMENSETZUNG

Biomedizinisches Silikon Platin - Antimikrobielles Mittel auf Silberbasis - Pharmazeutische Farbstoffe.

INFORMATIONEN ZUM TOXISCHEN SCHOCKSYNDROM (TSS)

Das Toxische Schocksyndrom ist eine seltene, jedoch sehr schwere Infektionskrankheit, die manchmal tödlich verlaufen kann. Es wird durch Giftstoffe verursacht, die vom Staphylococcus produziert werden, ein Bakterium, das bei vielen Menschen im Körper vorhanden ist, jedoch ohne Krankheitssymptome auszulösen. Die Symptome von TSS können plötzlich während der Menstruation oder kurz danach auftreten. Sie ähneln denen einer Grippe und schließen folgende Krankheitsmerkmale ein: plötzlich hohes Fieber (> 39 °C), Muskelschmerzen, Erbrechen, Durchfall, Kopfschmerzen, Schwindel, Ohnmacht, ein dem Sonnenbrand ähnelnder Hautausschlag.

Wenn Sie beim Tragen von Claricip™ eines dieser Symptome feststellen, nehmen Sie die Menstruationstasse heraus und suchen Sie umgehend Ihren Arzt auf.

Wenn bei Ihnen bereits TSS aufgetreten ist, fragen Sie Ihren Arzt, bevor Sie Claricip™ verwenden.

ZUSÄTZLICHE INFORMATIONEN

Zusätzliche Informationen erhalten Sie unter folgender E-Mail-Adresse: **contact@claripharm.com**. Geben Sie bei Anfragen bitte die auf der Verpackung Ihrer Claricip™ angegebene Chargennummer an.