

Brugsvejledning for Cube pessaret.

1. Pres pessaret sammen med den ene hånds fingre. Smør evt. lidt fedtende creme på den del af pessaret der skal først ind i skeden. De kan anvende eksplorations creme.
2. Med den anden hånds fingre åbner De skeden og leder pessaret på plads.
3. Pessaret sidder korrekt når De ikke kan føle det når De går, står, sidder, hopper eller løfter noget tungt.
4. De **skal** tage Cube pessaret ud **hver aften**. Vask det grundigt med vand og mild sæbe. Sæt først pessaret op igen næste morgen.
5. For at tage pessaret ud, skal De bryde suget. Dette gør De ved at føre en finger op mellem skeden og pessaret. Derefter kan De blidt fjerne pessaret.
TRÆK ALDRIG I SNOREN FOR AT FÅ PESSARET UD!!
6. Henvend Dem til lægen hvis De får ubehag, smerte eller vedvarende ildelugtende udflåd.