

DK FI NO SE



**MED***intim*  
personal healthcare



# Caya<sup>®</sup> *contoured diaphragm*



**Brugsanvisning**

Pessar til prævention



**Bruksanvisning**

Pessar for prevensjon



**Käyttöohje**

Ehkäisypeppääri



**Bruksanvisning**

Pessar för att förhindra graviditet

# Caya<sup>®</sup> *contoured diaphragm*

## Brugsanvisning

### Læs brugsanvisningen før brug.

Dit Caya<sup>®</sup> pessar er et sikkert præventionsmiddel, som er let at anvende. Anvendes altid dit Caya<sup>®</sup> pessar i kombination med en sæddræbende creme (f.eks. Caya<sup>®</sup> gel). Pessaret er udformet således, at det passer til kvindens anatomi. Formen og størrelsen er blevet designet ud fra videnskabelige beregninger og passer til de fleste kvinder.

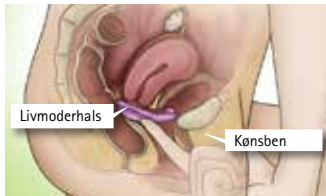
### Caya<sup>®</sup> pessars opbygning:



- **Silikone-membran:** tildækker livmodermunden således, at der ikke trænger sperma ind i livmoderen.
- **Midtpunkt:** Følbart midtpunkt, så pessaret anbringes optimalt.
- **Grebsknopper:** letter indføringen i skeden.
- **Kant:** smidig, garanterer den rigtige placering.
- **Grebsfordybning:** benyttes til at tage pessaret ud af skeden.

### Hvordan dækker Caya<sup>®</sup> pessaret?

Den tildækker livmodermunden fuldstændigt i den øverste del af moderskeden med fordybningen omkring livmoderhalsen.



Under og efter samlejet forhindrer Caya<sup>®</sup>-pessaret, at der trænger sædceller ind i livmoderen. uønsket graviditet

**BEMÆRK:** Pessaret skal altid anvendes sammen med en sæddræbende creme (f.eks. Caya<sup>®</sup> gel).

Øv dig i at sætte pessaret op, inden du benytter det første gang.

### Inden første anvendelse:

- Hvis du har mulighed for det, bør du se videoen om brugen af Caya<sup>®</sup> pessaret på internettet på [www.caya.eu](http://www.caya.eu) inden du bruger Caya<sup>®</sup> pessaret første gang.



- Føl på livmoderhalsen den føles som en næsetip. På denne måde kan du lettere anbringe pessaret rigtigt.



- Føl også på kønsbenet (i skeden).

### Sådan sættes Caya-pessaret op:

**BEMÆRK:** Sæt Caya<sup>®</sup>-pessaret op umiddelbart inden samlejet.

1. Tag Caya<sup>®</sup>-pessaret ud af dåsen. Inden første anvendelse: Rens det med vand og sæbe.

2. Påfør pessarcremen, f.eks. **Caya® Gel** på midten af membranen (ca. 4 ml).



Påfør yderligere lidt gel på kanten. Således er det lettere at sætte op.



Fold pessaret sammen ved grebsknopperne.

3. Vælg en behagelig stilling: liggende, på hug eller med ét ben på f.eks. en stol.



4. Hold **Caya®** pessaret med en hand. Anbring tommelfinger og pegefinger på grebsknopperne på kanten. Vend pessaret, så pilen peger mod din krop.



- 5 Med den fri hand abner du skamlaberne. Indfør pessaret op langs den bagerste skedevæg så dybt som muligt ind i skeden (ligesom med en tampon).



6. Kontroller med en finger om **Caya®** pessaret lukker fuldstændigt for livmoderhalsen. Livmoderhalsen skal være fuldstændigt dækket. Du kan mærke livmoderhalsen gennem membranen, den føles næsten som en nasetip.



Hvis du ikke kan mærke livmoderhalsen eller **Caya®**, skal du tage pessaret ud igen, og indsatte det pany.

**Caya®** sidder korrekt, når livmoderhalsen er fuldstændig dækket af pessaret, og er anbragt mellem det bagerste område af livmoderhalsen og over konsbenet.



Når du har kontrolleret dette, og **Caya®** pessaret er anbragt korrekt, giver det en sikker beskyttelse. Du kan nu have sex uden bekymringer om graviditet.

7. Efter samlejet skal **Caya®** pessaret blive i skeden i mindst 6 timer.

**BEMÆRK:** **Caya®** pessaret må aldrig sidde længere end 24 timer i skeden uden afbrydelse. Hvis det sidder længere end 24 timer, kan det fremme vækst af bakterier i skeden. Disse bakterier kan udløse et toksisk shock-syndrom (TSS).

Ved gentaget samleje skal der påføres yderligere gel foran det isatte **Caya®**-pessar uden først at fjerne det.



8. Når pessaret skal fjernes, fører du en finger op i skeden og herefter trækker du i grebsfordybningen med en finger, og trækker **Caya®** pessaret ud.



9. Når du har taget pessaret ud, skal du vaske det med vand og sæbe og derefter skal pessaret lufttørres. Opbevar altid **Caya®** pessaret i den vedlagte æske.



Efter en behandling af en vaginal infektion skal **Caya®**-pessaret erstattes med et nyt pessar. **Caya®** pessaret kan genanvendes. Du kan anvende det i op til to år efter første anvendelse.

10. Kontrollér før hver brug af **Caya®**-pessaret, om det stadig er helt uden defekter.



**Caya®** pessaret giver i kombination med en sæddræbende creme en sikker beskyttelse mod uønsket graviditet. Ingen præventionsmidler er 100% sikre og kan give en sikkerhed for, at uønsket graviditet undgås. **Caya®** beskytter imod seksuelt overførte sygdomme.

**BEMÆRK:** Opbevar altid **Caya®** pessaret utilgængeligt for børn.

### Husk ved brug:

- Skal altid anvendes i kombination med en sæddræbende gel.
- Føl altid efter, om livmoderhalsen er helt dækket af **Caya®** pessaret.
- Pessaret skal blive i skeden i mindst 6 timer efter sidste samleje.
- Må aldrig sidde længere end 24 timer uden afbrydelse i skeden.

### Kontraindikation

- Anvendelse de første 6 uger efter fødslen
- hvis man hidtil har anvendt pessarer med en størrelse på 60 mm, 85 mm eller større
- ved nedsunken bækkenbund/livmoder (prolaps)

### Spørg din læge/jordmoder, hvis:

- du har problemer med at anbringe **Caya®** pessaret rigtigt (sjældent)
- hvis du samtidig får vaginal behandling (sjældent)
- hvis du har haft en underlivsoperation/skedeoperation (meget sjældent)
- hvis du på et tidspunkt har haft et toksisk shock-syndrom (TSS) (meget sjældent)
- hvis du har yderligere, personlige medicinske spørgsmål

**BEMÆRK:** Hvis du på et tidspunkt skulle have glemt at indføre **Caya®** pessaret, altså have haft ubevokset samleje, bedes du omgående henvende dig til din læge for at drøfte en nødprævention.

### Informationer

Tlf.: +49 6105 2037 20  
[www.caya.eu](http://www.caya.eu)

### Tekniske data

#### Materiale:

medicinsk silikone, nylon

#### Indhold:

- et **Caya®** pessar
- Brugsanvisning
- Opbevaringsæske

**BEMÆRK:** **Caya®**-pessaret må aldrig anvendes sammen med glidegel, der indeholder silikoneolie.

Der kan eventuelt forekomme mindre svingninger i farveforløbet. Dette er produktionsbettinget og har overhovedet ingen indflydelse på kvaliteten og sikkerheden.

## Hyppe spørgsmål

### Hvor sikker er Caya® pessaret?

Ingen præventionsmidler er 100% sikre og kan give en sikkerhed for, at uønsket graviditet undgås. Caya® pessaret er så sikkert som et klassisk pessar. Jo oftere du bruger Caya® pessaret, jo mere sikker bliver du i håndteringen af dette præventionsmiddel, og jo mere sikker er denne metode.

### Hvordan ved jeg, at Caya® er sat op rigtigt og passer?

Føl efter med din længste finger, om pessaret sidder korrekt: kontroller, om membranen lukker helt for livmoderhalsen og om grebsfordybningen sidder rigtigt bag kønsbenet. Hvis begge dele er tilfældet, har du god beskyttelse.

### Hvor længe kan jeg benytte Caya® pessaret?

Caya® pessaret må ikke anvendes længere end 2 år efter første anvendelse.

### Hvorfor skal Caya® pessaret blive siddende i skeden i 6 timer efter endt samleje?

Sædcellerne er ikke mere aktive efter denne periode. Disse 6 timer er til din egen sikkerhed for ikke at blive uønsket gravid.

### Hvorfor må Caya® ikke anvendes i længere end 24 timer uden afbrydelse?

En lang og uafbrudt anvendelse af Caya® pessaret i mere end 24 timer kan fremme væksten af bakterier i skeden. Disse bakterier kan eventuelt udløse et toksisk shock-syndrom (TSS).

### Kan jeg have samleje flere gange efter hinanden med Caya®?

Ja, din Caya® bliver i samme position, men du skal påføre ekstra sæddræbende creme foran det anbragte Caya®-pessar ved hjælp af en doseringsprøjte.

### Kan Caya® pessaret også anvendes under menstruationen? Principielt set er det muligt.

### Hvordan skal jeg forholde mig i tilfælde af en vaginal infektion?

I tilfælde af en vaginal infektion (f.eks. svamp) bedes du henvende dig til din læge for at blive behandlet. Under behandlingen skal du anvende kondomer og INTET pessar. Efter afsluttet behandling skal du erstatte Caya®-pessaret med et nyt pessar.

### Kan jeg anvende et glidemiddel i kombination med Caya® pessaret?

Ja, der må KUN anvendes vandopløselig glidegel. Der må IKKE anvendes silikoneolieholdig glidegel i kombination med Caya®-pessaret!!! Der foreligger ingen undersøgelser om foreneligheden mellem den sæddræbende gel og de gængse glidemidler. Eventuelle begrænsninger, hvad angår virkningen af de sæddræbende gel-typer, kan således ikke udelukkes. Du kan som et alternativ benytte Caya® Gel som glidemiddel. Gelen indeholder mælkesyre og cellulose og intet paraben.

### Kan partneren mærke Caya® pessaret?

Det er meget usandsynligt. I sjældne tilfælde kan partneren muligvis mærke kanten på pessaret.

### Har Caya® pessaret en indflydelse på min sexlyst?

Brugere beretter, at libido forbedres sammenlignet med hormonel prævention.

### Hvad skal jeg gøre, hvis Caya® forårsager smerter under samlejet?

Kontroller først med fingeren, at Caya® sidder rigtigt. Såfremt Caya® pessaret forårsager smerter, skal du henvende dig til din læge.

### Kan Caya® knække eller gå i stykker?

Der foreligger ingen tilfælde, hvor et Caya®-pessar er blevet beskadiget ved at have sex.

### Hvordan kan jeg, når jeg anvender Caya® pessaret, påvirke sikkerheden positivt?

Det er vigtigt at anvende pessaret regelmæssigt, og at der anvendes en sæddræbende creme (f.eks. Caya® gel). Desuden skal pessaret altid sættes op før og ikke efter samlejet.

### Kan Caya-pessaret koges eller desinficeres?

Det er tilstrækkeligt at rengøre Caya® efter brug med vand og sæbe. Brug af desinfektionsmidler er ikke nødvendigt og kan ikke anbefales. Generelt er det muligt at koge pessaret. Efter en vaginal infektion skal Caya®-pessaret erstattes med et nyt pessar.

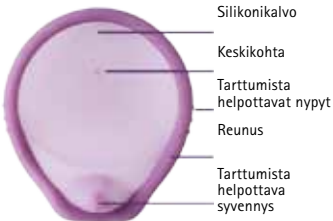
# Caya® *contoured diaphragm*

## Käyttöohje

Lue käyttöohje ennen käyttöä.

Caya®-pessaari on varma ja helppokäyttöinen ehkäisyväline. Sitä käytetään aina yhdessä ehkäisygeelin (esim. Caya®-geelin) kanssa. Se on erityisesti muotoiltu naisen anatomiaan sopivaksi. Sen muoto ja koko on määritetty tieteellisesti, ja se sopii useimmille naisille.

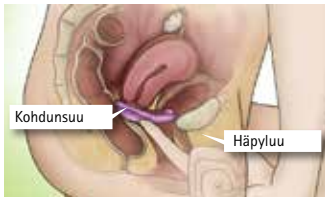
## Tältä Caya®-pessaari näyttää:



- **Silikonikalvo:** peittää kohdunsuun, jolloin siittiöt eivät voi päästä kohtuun.
- **Keskikohta:** sormin tuntuva keskikohta, joka helpottaa pessaarin asettamista.
- **Tarttumista helpottavat nyyt:** helpottavat emättimeen viemistä.
- **Reunus:** joustava, takaa oikean asettelun.
- **Tarttumista helpottava syvennys:** emättimestä poistamista varten.

## Mihin Caya®-pessaari asetetaan emättimessä?

Se peittää kohdunsuun täysin emättimen pohjukassa.



Sukupuoliyhdyntään aikana ja sen jälkeen Caya®-pessaari estää siittiöiden pääsyn kohtuun.

**HUOMAA:** Käytä pessaaria aina yhdessä ehkäisygeelin (esim. Caya®-geelin) kanssa.

Harjoittele pessaarin asettamista ennen ensimmäistä käyttökertaa.

## Ennen ensimmäistä käyttökertaa:

- Jos mahdollista, katso opastusvideo osoitteessa [www.caya.eu](http://www.caya.eu).



- Kokeile koskettaa kohdunsuutasi – se tuntuu samanlaiselta kuin nenänpää.



- Kosketa myös häpyluuta (emättimesi sisältä päin).

## Näin Caya-pessaari asetetaan:

**HUOMAA:** Vie Caya®-pessaari emättimeen juuri ennen sukupuoliyhdyntää.

1. Ota Caya®-pessaari kotelosta. Ennen ensimmäistä käyttökertaa: Puhdista vedellä ja saippualla.

2. Laita ehkäisygeeliä, esim. **Caya®**-geeliä, kalvon pessariin sisäänvientiä. (n. 4 ml).



Lisäksi pieni määrä geeliä reunoilla helpottaa pessarin sisäänvientiä.



Taita se sitten tarttumista helpottavien nyppyjen kohdalta.

3. Ota mukava asento: voit olla makuulla, kykyssä tai toinen jalka korotettuna.



4. Pidä **Caya®**-pessaria yhdellä kädellä: aseta peukalo ja etusormi reunan tarttumispöydille. Kuvan nuoli osoittaa kehon suuntaan.



5. Avaa häpyhuulet toisella kädellä. Vie pessari emättimen takaseinää pitkin niin syväälle emättimeen kuin mahdollista (tamponin tapaan).



6. unustele sitten sormella, peittääkö **Caya®**-pessarin kalvo kohdonsuun.



Kohdonsuun tulee peittyä kokonaan. Kohdonsuun pitäisi voida tuntea pessarin kalvon läpi. Se tuntuu samanlaiselta kuin nenänpää.

Jos et tunne kohdonsuuta tai et pysty koskettamaan **Caya®**-pessaria: Vedä pessari ulos ja kokeile sisäänvientiä uudelleen.



**Caya®** on asetettu oikein, jos se sijaitsee emättimen takapohjukan ja häpyluun syvennyksen välissä ja peittää kohdonsuun täysin.

Kun olet tarkastanut **Caya®**-pessarin oikean asettelun sekä sijainnin että kohdonsuun peittymisen osalta, varma suoja on taattu. Sukupuoliyhdyntä voidaan nyt aloittaa.

7. Sukupuoliyhdyntään jälkeen **Caya®**-pessari on jätettävä emättimeen vähintään 6 tunniksi.

**HUOMAA:** **Caya®**-pessaria ei saa koskaan jättää emättimeen yli 24 tunnin yhtämittaiseksi ajaksi, sillä sitä pidempi pessarin yhtämittainen pito emättimessä voi edistää bakteerien kasvua. Kyseiset bakteerit voivat johtaa toksiseen shokkioireyhtymään (TSS).

Jos sukupuoliyhdyntöjä halutaan jatkaa yhden yhdyntään jälkeen, **Caya®**-pessarin eteen on lisättävä ehkäisygeeliä ilman pessarin poistamista emättimestä.



8. Kun haluat poistaa **Caya**<sup>®</sup>-pessaarin, työnnä yksi sormi emättimeen, tartu pessaarin tarttumissyvennykseen ja vedä pessaari ulos.

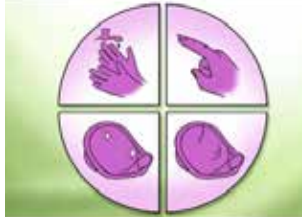


9. **Caya**<sup>®</sup>-pessaarin puhdistus ja hoito: Pese pessaari poistamisen jälkeen vedellä ja saippualla ja anna ilman kuivattaa se. Säilytä **Caya**<sup>®</sup>-pessaaria sille kuuluvassa kotelossa.



Emätininfektion yhteydessä on **Caya**<sup>®</sup>-pessaari vaihdettava hoidon päätyttyä uuteen. **Caya**<sup>®</sup>-pessaari on kestäkäyttöinen. Sitä voidaan käyttää ensimmäisestä käyttökerrasta kaksi vuotta.

10. Tarkasta **Caya**<sup>®</sup>-pessaarin kunto ennen jokaista käyttökertaa.



Yhdessä ehkäisygeelin kanssa käytettynä **Caya**<sup>®</sup>-pessaari tarjoaa varman suojan ei-toivotuilta raskauksilta. Mikään ehkäisyväline ei kuitenkaan takaa 100-prosenttista suojaa ei-toivotuilta raskauksilta. **Caya**<sup>®</sup>-pessaari ei suojaa sukupuolitaudeilta.

**HUOMAA:** Säilytä **Caya**<sup>®</sup>-pessaaria aina lasten ulottumattomissa.

## Älä koskaan unohda käytön yhteydessä:

- Käytä aina yhdessä ehkäisygeelin kanssa.
- On tunnusteltava, peittääkö **Caya**<sup>®</sup>-pessaari kohdunsuun.
- Pessaari on jätettävä emättimeen vähintään 6 tunniksi viimeisen yhdynnän jälkeen.
- Pessaaria ei saa koskaan jättää emättimeen yli 24 tunnin ajaksi.

## Vasta-aiheet

- käyttö ensimmäisten 6 viikon aikana synnytyksen jälkeen
- kun aikaisemmin käytössä on ollut perinteinen 60 mm:n, 85 mm:n tai sitä suurempi pessaari
- vakava lantionpohjan/kohdun laskeuma (prolapsi)

## Kysy neuvoa lääkäriltä, terveydenhoitajalta tai kätilöltä, jos:

- et saa **Caya**<sup>®</sup>-pessaaria asettumaan oikein (harvinaista)
- haluat käyttää samanaikaisesti vaginaalista lääkitystä (harvinaista)
- sinulle on tehty alavatsa- tai emätinleikkaus (hyvin harvinaista)
- sinulla on joskus ollut toksinen shokkioireyhtymä (hyvin harvinaista)
- sinulla on muita, henkilökohtaisia terveysaiheisia kysymyksiä.

**HUOMAA:** Jos unohdit asettaa **Caya**<sup>®</sup>-pessaarin ennen sukupuoliyhdyntää, eli olit suojaamattomassa yhdynnässä, käänny heti lääkärin puoleen jälkiehkäisyjärjestämiseksi .

## Lisätietoja

Puh: + 49 6105 2037 20  
[www.caya.eu](http://www.caya.eu)

## Tekniset tiedot

### Materiaali:

lääkinnällinen silikoni, nailon

### Sisältö:

- yksi **Caya**<sup>®</sup>-pessaari
- käyttöohje
- säilytysrasia

**HUOMAA:** **Caya**<sup>®</sup>-pessaaria ei saa koskaan käyttää silikoniöljypohjaisten liukasteiden kanssa.

Tuotantoteknisistä syistä värisävy saattaa vaihdella. Sillä ei ole minkäänlaista vaikutusta laatuun tai varmuuteen.



## Yleisiä kysymyksiä

### Kuinka varma Caya®-pessaari on?

Mikään ehkäisyväline takaa 100-prosenttista suojaa ei-toivotuilta raskauksilta.

**Caya®-pessaari** on yhtä varma kuin perinteinen pessaarikin. Mitä useammin käytät **Caya®-pessaaria**, sitä enemmän varmuutta saat tällaisen ehkäisyvälineen käyttöön.

### Mistä tiedän, että Caya® on asetettu oikein ja että se sopii?

Tunnustele pisimmän sormesi (tavallisimmin keskisormi) avulla, että pessaari on oikeassa asennossa: tarkasta, että kalvo peittää kohdunsuun ja että tarttumissyväne sijaitsee oikeassa paikassaan häpyluun takana. Jos molemmat tuntuvat oikeilta, ehkäisysoja on taattu.

### Kuinka kauan Caya®-pessaaria voi käyttää?

**Caya®-pessaaria** saa käyttää ensimmäisestä käyttökerrasta korkeintaan kaksi vuotta.

### Miksi Caya®-pessaari on jätettävä emättimeen 6 tunniksi sukupuoliyhdyntään jälkeen?

Siittiöt eivät ole sen jälkeen enää aktiivisia. 6 tunnin varoajan avulla varmistetaan, ettei ei-toivottua raskautta pääse tapahtumaan.

### Miksi Caya®-pessaaria ei tule käyttää keskeytyksettä yli 24 tuntia?

**Caya®-pessaarin** yli 24 tuntia kestävä yhtämittainen käyttö voi edistää bakteerien kasvua emättimessä. Kyseiset bakteerit voivat johtaa toksiseen shokkioireyhtymään (TSS).

### Voiko Caya®-pessaaria käytettäessä olla yhdynnässä useita kertoja peräkkäin?

Kyllä, **Caya®** pysyy paikallaan, mutta ehkäisygeeliä on lisättävä Cayan eteen erityisen asettimen avulla.

### Voidaanko Caya®-pessaaria käyttää myös kuukautisten aikana?

Periaatteessa se on mahdollista.

### Miten on toimittava emätininfektion yhteydessä?

Jos sinulla on emätininfektio (esim. sieninfektio), käänny lääkärin puoleen saadaksesi vaivaan hoitoa. Hoidon aikana on käytettävä kondomia, El pessaaria. Hoidon päätyttyä **Caya®-pessaari** on vaihdettava uuteen.

### Voiko Caya®-pessaarin kanssa käyttää liukuvoidetta?

Kyllä, mutta tarkoitukseen saa käyttää VAIN vesipohjaisia liukasteita. **Caya®-pessaarin** kanssa El SAA käyttää sili-koniöljypohjaisia liukasteita! Tutkimuksia ehkäisygeelin yhteensopivuudesta tavallisten liukastevoiteiden kanssa ei ole tehty. Ehkäisygeelin tehon mahdollista heikentymistä ei siten voida sulkea pois. **Caya®-geeliä** voidaan halutessa käyttää liukasteena. Se koostuu maitohapoista ja selluloosasta eikä sisällä parabeneja.

### Voiko kumppani tuntea Caya®-pessaarin?

Se on hyvin epätodennäköistä. Harvinaisissa tapauksissa kumppani saattaa tuntea pessaarin reunan.

### Onko Caya®-pessaarilla vaikutusta seksuaalisuuteeni?

Käyttäjät ovat ilmoittaneet seksuaalisen halukkuuden lisääntymisestä hormonaaliseen ehkäisyyn verrattuna.

### Mitä tehdä, jos Caya®-pessaari aiheuttaa yhdyntäkipua?

Tarkasta ensin sormella, että **Caya®-pessaarin** sijainti on oikea. Jos **Caya®** aiheuttaa edelleen kipua, käänny lääkärin puoleen.

### Voiko Caya®-pessaari revetä tai vaurioitua?

Yhtäkään tapausta ei tunneta, jossa Caya-pessaari olisi vaurioitunut seksin aikana.

### Miten voin vahvistaa Caya®-pessaarin antamaa suojaa?

Pessaarin säännöllinen käyttö sekä ehkäisygeelin (esim. **Caya®-geelin**) käyttö ovat olennaisia tekijöitä. Lisäksi pessaari tulee aina viedä emättimeen ennen sukupuoliyhdyntää eikä vasta sen aikana.

### Voiko Caya®-pessaarin keittää tai desinfioida?

Cayan puhdistaminen käytön jälkeen vedellä ja saippualla riittää. Desinfointiaineiden käyttö ei ole tarpeen eikä suositeltavaa. Keittäminen on periaatteessa mahdollista. Emätininfektion yhteydessä on **Caya®-pessaari** vaihdettava uuteen.

# Caya<sup>®</sup> *contoured diaphragm*

## Bruksanvisning

### Les bruksanvisningen før bruk.

Ditt Caya<sup>®</sup> pessar er et sikkert prevensjonsmiddel som er enkelt å bruke. Det brukes alltid i kombinasjon med en prevensjonsgel (f.eks. Caya<sup>®</sup> gel). Det er utformet etter den kvinnelige anatomien. Denne formen og størrelsen ble utforsket vitenskapelig og passer til de fleste kvinner.

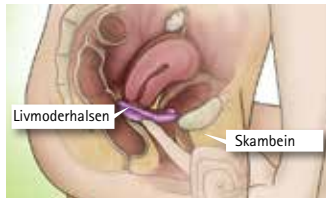
### Slik ditt Caya<sup>®</sup> pessar ut:



- **Silikonmembran:** Dekker livmorhalsen slik at det ikke kan komme sæd inn i livmoren.
- **Midtpunkt:** Merkbart midtpunkt til bedre plassering av pessaret.
- **Gripeknøtter:** Til å lette innføringen i skjeden.
- **Kant:** Fleksibel, garanterer riktig posisjonering.
- **Gripefordypning:** Til å ta ut av skjeden.

### Hvor ligger Caya<sup>®</sup> pessar i skjeden?

Den dekker livmorhalsen helt i den øvre skjedefolden.



Ved samleie forhindrer Caya<sup>®</sup>-pessaret at det kommer sæd inn i livmoren

**MERK:** Bruk alltid pessaret sammen med en prevensjonsgel (f.eks. Caya<sup>®</sup> gel).

Øv på å legge inn pessaret før første gangs bruk.

### Før første gangs bruk:

- Hvis det er mulig, se på videoen på Internett på [www.caya.eu](http://www.caya.eu)



- Føl etter livmorhalsen – den kjennes som nesespissen.



- Føl også etter skambeinet (i skjeden).

### Slik legger du inn Caya<sup>®</sup>-pessaret:

**MERK:** Før Caya<sup>®</sup>-pessaret inn umiddelbart før samleie.

1. Ta Caya<sup>®</sup>-pessaret ut av esken. Før første gangs bruk: Rengjør med vann og såpe.

2. Ha litt gel, f.eks. **Caya**<sup>®</sup> Gel, midt på membranen (ca. 4 ml).



Litt gel i tillegg på kanten letter innføringen.



Fold gripenuppene sammen.

3. Velg en behagelig kroppsposisjon: Liggende, på huk eller stående på ett bein.



4. Hold **Caya**<sup>®</sup> pessar med én hånd. Legg tom-melen og pekefingeren på gripeknottene på kanten. Pilen viser retning av kroppen din.



5. Med den frie hånden åpner du skamleppene. Før pessaret langs bakre skjedevegg, så dypt som mulig inn i skjeden (på samme måte som en tampong).



6. Kontroller nå med én finger om livmorhalsen er tildekket av membranen til **Caya**<sup>®</sup> pessar.



Livmorhalsen må være helt tildekket. Du skal kunne kjenne den gjennom membranen. Den kjennes nesten ut som nesespissen din.

Hvis du ikke føler livmorhalsen eller **Caya**<sup>®</sup>: Ta det ut igjen og før det inn på nytt.

**Caya**<sup>®</sup> sitter riktig når livmorhalsen er dekket helt av pessaret og ligger mellom bakre skjdebue og nisjen på skambeinet.



Når du har kontrollert begge deler og **Caya**<sup>®</sup> pessar sitter riktig, har du en sikker beskyttelse. Nå kan du ha seksuelt samleie.

7. Etter det seksuelle samleiet må **Caya**<sup>®</sup> pessar bli værende i skjeden i minst 6 timer.

**MERK:** **Caya**<sup>®</sup> pessar skal aldri ligge i skjeden i mer enn 24 timer i strekk, da lengre, sammenhengende bruk kan gi gunstige vekstforhold for bakterier i skjeden. Disse bakteriene kan føre til toksisk sjokk-syndrom (TSS).

Ved gjentatt samleie skal det tas på mer gel i tillegg foran det liggende **Caya**<sup>®</sup>-pessaret uten å fjerne dette på forhånd.



8. For å ta det ut griper du med en finger inn i skjeden og trekker **Caya**<sup>®</sup> pessar ut etter gripefordypningen.



9. Rengjøring og pleie av **Caya**<sup>®</sup> pessar: Etter fjerningen vasker du det med vann og såpe og lar det lufttørke. Oppbevar **Caya**<sup>®</sup> pessar i det medfølgende etuiet.



Etter behandling av en vaginal infeksjon skal **Caya**<sup>®</sup>-pessaret skiftes ut med et nytt. **Caya**<sup>®</sup> pessar er gjenbrukbart. Du kan bruke det i to år etter første bruk .

10. Kontroller **Caya**<sup>®</sup>-pessaret før hver bruk om det fortsatt er i orden.



**Caya**<sup>®</sup> pessar tilbyr i kombinasjon med en prevensjonsgel en sikker beskyttelse mot uønsket svangerskap. Ikke noe prevensjonsmiddel kan likevel gi 100 % sikkerhet mot uønsket svangerskap. **Caya**<sup>®</sup> beskytter ikke mot seksuelt smittsomme infeksjoner.

**MERK:** Oppbevar alltid **Caya**<sup>®</sup> pessar utilgjengelig for barn.

## Ved bruk må du aldri glemme følgende:

- Bruk alltid sammen med en beskyttelsesgel.
- Føl etter på livmorhalsen om denne er tildekket av **Caya**<sup>®</sup> pessar.
- La være i skjeden minst 6 timer etter siste samleie.
- La det aldri være påsatt i mer enn 24 timer sammenhengende i skjeden.

## Kontraindikasjoner

- Bruk i løpet av de første 6 ukene etter fødsel.
- Hvis det er brukt vanlig pessar på 60 eller 85 mm eller større.
- Ved sterk senkning av bekkenet/livmorsenkningen (prolaps).

## Spør legen/jordmor hvis:

- Du har problemer med å bringe **Caya**<sup>®</sup> pessar i riktig posisjon (sjelden)
- Du samtidig ønsker å bruke vaginalterapeutika (sjelden)
- Hvis du har gjennomgått en underlivsoperasjon/skjedeoperasjon (svært sjelden)
- Hvis du noen gang har hatt toksisk sjokksyndrom (svært sjelden)
- når du har flere, personlige medisinske spørsmål

**MERK:** Hvis du har glemt å sette inn **Caya**<sup>®</sup> pessar en gang, altså har hatt ubeskyttet seksuelt samleie, henvend deg til legen din straks for å diskutere en nødsituasjonsprevensjon.

## Informasjon

Tlf: +49 6105 203720  
[www.caya.eu](http://www.caya.eu)

## Tekniske spesifikasjoner

### Materiale:

Medisinisk silikon, nylon

### Innhold:

- et **Caya**<sup>®</sup> pessar
- Bruksanvisning
- Oppbevaringsetui

**MERK:** **Caya**<sup>®</sup>-pessaret må aldri brukes sammen med silikonholdige glidegeler.

Det kan oppstå små fargevariasjoner alt etter produksjon. Dette har ingen innvirkning på kvaliteten eller sikkerheten.

## Ofte stilte spørsmål

### Hvor sikkert er Caya® pessar?

Ikke noe prevensjonsmiddel kan gi 100 % sikkerhet mot uønsket svangerskap. Caya® pessar er like sikkert som et klassisk pessar. Jo oftere du bruker Caya® pessar, jo sikrere blir du med håndteringen av dette prevensjonsmiddelet, og desto mer sikkerhet gir denne metoden.

### Hvordan vet jeg at Caya® er satt inn riktig?

Føl deg frem med den lengste fingeren (for det meste langfingeren) til den riktige posisjonen til pessaret: Kontroller om membranen dekker over livmorchalsen, om gripefordypningen ligger riktig bak skambeinet. Hvis begge deler er tilfelle, er du godt og sikkert beskyttet.

### Hvor lenge kan jeg bruke Caya® pessar?

Caya® pessar skal ikke brukes i mer enn 2 år etter første bruk.

### Hvorfor må Caya® pessar bli værende i skjeden i 6 timer etter det seksuelle samleiet?

Etter denne tiden er sperm ikke lenger aktiv. Disse 6 timene er for din egen sikkerhet for å ikke bli uønsket gravid.

### Hvorfor skal jeg ikke bruke Caya® i lenger enn 24 timer uten avbrudd?

Den lengre og uavbrutte bruken av Caya® pessar i over 24 timer kan gjøre vekstbetingelsene for bakterier i skjeden gunstigere. Disse bakteriene kan føre til toksisk sjokksyndrom (TSS).

### Kan jeg ha seksuelt samleie med Caya® pessar flere ganger etter hverandre?

Ja, Caya® blir liggende i posisjon, men du må ta på ekstra beskyttelsesgel foran det liggende pessaret ved hjelp av en applikator.

### Kan Caya® pessar og også brukes i løpet av menstruasjonen?

I prinsippet er det mulig.

### Hvordan skal jeg forholde meg ved en vaginal infeksjon?

Ved en vaginal infeksjon (f.eks. sopp) henvend deg til legen din for behandling. Under behandlingstiden må du bruke kondomer og IKKE pessar. Etter avslutning av behandlingen skal Caya®-pessaret skiftes ut med et nytt.

### Kan jeg bruke glidemiddel sammen med Caya® pessar?

Ja, det skal BARE brukes vannbasert glidegel. INGEN silikonholdig glidegel må brukes sammen med Caya®-pessaret! Det finnes ingen kompatibilitetsundersøkelser med hensyn til prevensjonsgeler med vanlige glidemidler. Eventuelle begrensninger av virkningen av prevensjonsgeler kan dermed ikke utelukkes. Du kan alternativt bruke Caya®-gelen som glidemiddel. Den består av melkesyre og cellulose, og inneholder ikke parabener.

### Kan partneren kjenne Caya® pessar?

Det er svært usannsynlig. I sjeldne tilfeller kan han muligens kjenne kanten på pessaret.

### Har Caya® pessar noen påvirkning på mine seksuelle følelser?

Brukere rapporterer forbedret seksuallyst sammenlignet med hormonell prevensjon.

### Hva skal jeg gjøre hvis Caya® forårsaker smerter under det seksuelle samleiet?

Kontroller først riktig posisjon på Caya® med fingeren. Hvis Caya® pessar forårsaker ytterligere smerter, oppsøk legen din.

### Kan Caya® brette eller rive?

Det er ingen tilfeller kjent hvor et Caya®-pessar er skadet under samleie.

### Hvordan kan jeg påvirke sikkerheten positivt ved bruk av Caya® pessar?

Det er viktig med regelmessig bruk av pessaret og bruk av prevensjonsgel (f.eks. Caya® gel). I tillegg skal pessaret innføres før og ikke først i løpet av det seksuelle samleiet.

### Kan Caya®-pessaret kokes eller desinfiseres?

Det er tilstrekkelig å vaske pessaret etter bruk med vann og såpe. Bruken av desinfeksjonsmidler er ikke nødvendig, og anbefales heller ikke. Koking er prinsipielt mulig. Etter vaginal infeksjon skal Caya®-pessaret skiftes ut med et nytt.

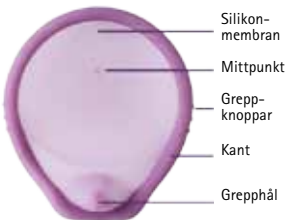
# Caya<sup>®</sup> *contoured diaphragm*

## Bruksanvisning

Läs bruksanvisningen före användning.

Caya<sup>®</sup> pessar är ett säkert preventivmedel, som är enkelt att använda. Det ska alltid användas tillsammans med en preventivgel (t.ex. Caya<sup>®</sup> gel). Det är utformat efter kvinnans anatomi. Den här formen och storleken är vetenskapligt utprövad och passar de flesta kvinnor.

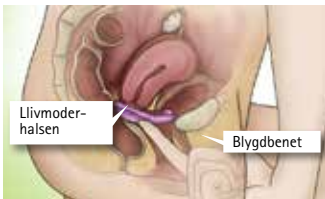
## Så här ser Caya<sup>®</sup> pessar ut:



- **Silikonmembran:** täcker modermunnen så att inga spermier når livmodern.
- **Mittpunkt:** känbar mittpunkt för bättre placering av pessaret.
- **Greppknoppar:** underlättar införandet i slidan.
- **Kant:** flexibel, garanterar korrekt placering.
- **Grephål:** för uttagning ur slidan.

## Hur ligger Caya<sup>®</sup> pessar i slidan?

Det täcker modermunnen helt i det övre slidvalvet.



Under och efter samlaget förhindrar Caya<sup>®</sup> pessar att spermier når livmodern.

**OBS!** Använd alltid pessaret tillsammans med en preventivgel (t.ex. Caya<sup>®</sup> gel).

Öva att lägga in pessaret innan du använder det för första gången.

## Innan du använder det första gången:

- Titta om möjligt på videon på [www.caya.eu](http://www.caya.eu)



- Känn efter livmoderhalsen, den känns som nästippen.



- Känn också efter blygdbenet (i slidan).

## Så här lägger du in Caya<sup>®</sup> pessar:

**OBS!** För in Caya<sup>®</sup> pessar precis före samlaget.

1. Ta ut Caya<sup>®</sup> pessar ur lådan. Före den första användningen: rengör med tvål och vatten.

2. Applicera preventivgel, t.ex. **Caya**® Gel, mitt på membranet (ca 4 ml).



Ytterligare lite gel på kanten underlättar införandet.



Vik ihop det vid greppknopparna.

3. Välj en bekväm kroppsposition: liggande, på huk eller med ett ben högt.



4. Håll **Caya**® pessar med en hand. Lägg tummen och pekfingeret på kantens greppknoppar. Pilen visar riktningen.



5. Öppna blygdläpparna med den fria handen. För in pessaret, längs det bakre slidvalvet, så långt som möjligt in i slidan (på liknande sätt som en tampong).



6. Kontrollera med ett finger om livmoderhalsen täcks av membranet på **Caya**® pessar.

Hela livmoderhalsen måste vara täckt. Du ska kunna känna den igenom membranet. Den känns ungefär som nästippen.



Om du inte känner livmoderhalsen och inte heller **Caya**®: Ta ut det igen och för in det på nytt.

**Caya**® är korrekt placerad när hela livmoderhalsen täcks av pessaret och det ligger mellan det bakre slidvalvet och fördjupningen vid blygdbenet.



Om du har kontrollerat detta och **Caya**® pessar är korrekt placerat, har du ett säkert skydd. Nu kan du ha samlag.

7. Efter samlaget måste **Caya**® pessar sitta kvar i slidan minst 6 timmar.

**OBS!** **Caya**® pessar ska inte sitta kvar längre än 24 timmar i sträck i slidan, eftersom det kan främja bakterietillväxt om det sitter kvar längre. Bakterierna kan leda till TSS (toxic shock syndrome).

Vid ytterligare samlag ska ytterligare gel appliceras på **Caya**® pessar, utan att ta ut det.



8. Ta ut pessaret genom att föra in ett finger i slidan och dra ut **Caya**® pessar i grepphålet.



9. Rengöring och skötsel av **Caya**® pessar: När du har tagit ut pessaret ska du tvätta det med vatten och tvål och låta det lufttorka. Förvara **Caya**® pessar i den medföljande förvaringslådan.



Efter behandling av en vaginal infektion ska **Caya**® pessar bytas ut mot ett nytt. **Caya**® pessar kan återanvändas. Du kan använda det i två år efter den första användningen.

10. Kontrollera före varje användning att **Caya**® pessar är helt..



**Caya**® pessar i kombination med ett preventivgel är ett säkert skydd mot oönskad graviditet. Det finns dock inget preventivmedel som kan garantera 100 % skydd mot oönskad graviditet. **Caya**® skyddar inte mot sexuellt överförbara infektioner.

**OBS!** Förvara alltid **Caya**® pessar utom räckhåll för barn.

### Glöm inte följande vid användning:

- Används alltid tillsammans med en preventivgel.
- Kontrollera att livmoderhalsen är helt täckt av **Caya**® pessar.
- Låt sitta kvar i slidan minst 6 timmar efter det senaste samlaget.
- Låt det inte sitta längre än 24 timmar i sträck i slidan

### Kontraindikationer:

- Användning under de första 6 veckorna efter förlossning
- Om du tidigare har använt pessar som är 60 mm eller 85 mm eller större.
- Kraftig sänkning av bäckenbotten/livmoderframfall (prolaps)

### Kontakta läkaren/ barnmorskan om:

- Du har problem med att placera **Caya**® pessar i rätt läge (sällsynt)
- Du samtidigt måste få behandling med läkemedel i slidan (sällsynt)
- Du har genomgått en operation i underlivet/slidan (mycket sällsynt)
- Du någon gång har haft TSS (toxic shock syndrome) (mycket sällsynt)
- Om du har ytterligare, personliga medicinska frågor.

**OBS!** Om du har glömt att sätta in **Caya**® pessar och haft oskyddat samlag, ska du omedelbart kontakta läkaren för att diskutera akut-p-pillar.

### Information

Tel: +49 6105 2037 20  
[www.caya.eu](http://www.caya.eu)

### Specifikationer

#### Material:

medicinsk silikon, nylon

#### Innehåll:

- ett **Caya**® pessar
- Bruksanvisning
- Förvaringslåda

**OBS!** **Caya**® pessar ska inte användas tillsammans med glidmedel som innehåller silikon.

Som en följd av tillverkningen kan lätta färgavvikelser förekomma. Dessa påverkar inte kvaliteten eller säkerheten.



## Vanliga frågor

### Hur säkert är Caya® pessar?

Det finns inget preventivmedel som kan garantera 100 % skydd mot oönskad graviditet. Caya® pessar är lika säkert som ett klassiskt pessar. Ju oftare du använder Caya® pessar, desto säkrare blir du på att använda det här preventivmedlet och desto säkrare blir den här metoden för dig.

### Hur vet jag att jag har satt in Caya® på rätt sätt och att det passar?

Känn med ditt längsta finger (oftast långfingret) att pessaret är rätt placerat: kontrollera om membranet täcker livmoderhal-sen och om grepphålet ligger korrekt bakom blygdbenet. Om båda stämmer, har du ett bra och säkert skydd.

### Hur länge kan jag använda Caya® pessar?

Caya® pessar ska inte användas mer än 2 år efter den första användningen.

### Varför måste Caya® pessar ligga kvar i slidan 6 timmar efter samlaget?

Spermierna är inte aktiva efter den tiden. De 6 timmarna är för din säkerhet, för att du inte ska bli gravid.

### Varför ska jag inte använda Caya® mer än 24 timmar i följd?

Oavbruten användning av Caya® pessar i mer än 24 timmar kan främja bakterietillväxt i slidan. Dessa bakterier kan leda till TSS (toxic shock syndrome).

### Kan jag använda Caya® pessar under flera samlag efter varandra?

Ja, Caya® ligger kvar, men du måste applicera mer preventiv-gel på detsamma med hjälp av en applikator.

### Kan jag använda Caya® pessar även när jag har mens?

I princip är det möjligt.

### Vad ska jag göra vid en infektion i slidan?

Om du har infektion i slidan (t.ex. svamp) ska du kontakta läkaren för behandling. Under den tid du får behandling ska du använda kondom, INTE pessar. Efter avslutad behandling ska du ersätta Caya® pessar med ett nytt.

### Kan jag använda glidmedel tillsammans med Caya® pessar?

Ja, BARA vattenlösliga gild-medel ska användas. Använt INGA glidmedel som innehåller silikonolja med Caya® pessar!!! Det finns inga undersökningar om kompatibilitet för preventivgel och vanliga glidmedel. Eventuella begränsningar av preventivgelens effekt kan således inte uteslutas. Som alternativ kan Caya® Gel användas som glidmedel. Det består av mjölksyra och cellulosa och är fritt från parabener.

### Kan min partner känna Caya® pessar?

Det är mycket osannolikt. I mycket sällsynta fall kan han eventuellt känna av kanten på pessaret.

### Har Caya® pessar någon effekt på min sexuella lust?

Användare har berättat om ökad sexuell lust jämfört med hormonella preventivmedel.

### Vad ska jag göra om jag får ont av Caya® under samlaget?

Kontrollera först med fingret om Caya® är korrekt placerat. Om Caya® pessar fortfarande orsakar smärtor, kontakta läkaren.

### Kan Caya® brista eller rivas sönder?

Det finns inga kända fall där Caya® pessar skadats vid samlag.

### Hur kan jag genom att använda Caya® pessar påverka säkerheten på ett positivt sätt?

Det är viktigt att använda pessaret regelbundet tillsammans med en preventivgel (t.ex. Caya® gel). Dessutom ska pessaret alltid föras in före och inte vid samlaget.

### Kan Caya® Diaphragma steriliseras genom kokning eller desinficeras?

Det räcker att rengöra Caya® med tvål och vatten efter användning. Användning av desinfektionsmedel krävs inte och rekommenderas inte heller. Kokning är princip inte möjligt. Efter en vaginal infektion ska Caya® Diaphragma bytas ut mot ett nytt.

# Caya<sup>®</sup>

*diaphragm gel*

Til brug med pessar (prævention)  
Käyttäväksi pessaari (ehkäisyväline)  
For bruk med pessar (prevensjonsmiddel)  
För användning med pessar (preventivmedel)

**DK** Produktionsbetinget kan membranen af silikone have mindre farveafvigelser. Dette har ingen indflydelse på produktets kvalitet eller sikkerhed i anvendelsen.

**FI** Tuotantoteknisistä syistä silikonikalvon värisävy saattaa vaihdella. Sillä ei ole minkäänlaista vaikutusta tuotteen laatuun tai sen käyttövarmuuteen.

**NO** Produktionsbetinget kan membranen i silikon ha lette svingninger i fargeforløpet. Dette har ingen påvirkning på kvaliteten til produktet eller dets brukssikkerhet.

**SE** Beroende på tillverkningen kan silikonmembranen ha lätta färgavvikelser. Det har ingen påverkan på produktens kvalitet eller dess säkerhet vid användning.

new!



EAN 4013273001250



**MEDintim**  
personal healthcare



KESSEL medintim GmbH  
Kelsterbacher Straße 28  
64546 Moerfelden-Walldorf (Frankfurt)  
Germany  
Tel: +49 6105 20 37 20  
www.medintim.de

**CE** 0483

Medical Device

Made in Germany

EAN 40 13273 001243  
Patent number  
US patent # 5,771,900



<https://www.facebook.com/cayadiaphragm>



[www.caya.eu](http://www.caya.eu)



Kan anvendes i 24 måneder efter åbning  
Voidaan käyttää 24 kk käyttöönotosta  
Kan brukes i 24 måneder etter åpning  
Användbart 24 månader efter öppnandet



Temperaturbegrensning  
Lämpötilarajat  
Temperaturbegrensning  
Temperaturgräns



Brugsanvisningen skal overholdes  
Noudata käyttöohjeita  
Følg bruksanvisningen  
Läs bruksanvisningen



Latexfri  
Lateksiton  
Lateksfri  
Latexfrei



Ingen phtalater  
Ftalaatiton  
Ftaltatfri  
Ftaltatfri



Må ikke anvendes, hvis emballagen er beskadiget  
Ei saa käyttää, jos pakkaus on vaurioitunut  
Ikke bruk hvis emballasjen er skadet  
Används inte om förpackningen är skadad



Beskyttes mod fugt / fugtighed (opbevares tørt)  
Suojattava kosteudelta (säilytettävä kuivassa)  
Beskytt mot fuktighet / væte (opbevares tørt)  
Ljuskänsligt / fuktkänsligt (förvaras torrt)



Affald / Jäte / Avfall / Avfall



Produktionsdato / Valmistuspäivämäärä /  
Produksjonsdato / Tillverkningsdatum



Batchbetegnelse/-nummer  
Erämerkintä/-numero  
Batchbetegnelse/-nummer  
Satsnummer



Anvendes inden / Käyttävä ennen /  
Holdbar til / Utgångsdatum