

## Feel Confident Quick Start Guide

EN | The safety information must also be read before first use. Keep both instructions for use.

DE | Vor der ersten Benutzung sind auch die Sicherheitsinformationen zu lesen. Beide Gebrauchsanweisungen gut aufbewahren.

FR | Les consignes de sécurité doivent également être lues avant la première utilisation. Conservez les deux modes d'emploi dans un endroit sûr.

ES | Los datos de seguridad también deben leerse antes de utilizar el producto por primera vez. Guardar bien los dos manuales de uso.

PT | Antes da primeira utilização, as informações de segurança também devem ser lidas. Mantenha as duas instruções de uso bem guardadas.

IT | Prima del primo utilizzo leggere anche le informazioni per la sicurezza. Conservare con cura entrambe le istruzioni per l'uso.

PL | Przed pierwszym użyciem należy zapoznać się z informacjami dotyczącymi bezpieczeństwa. Obie instrukcje należy zachować.

NL | Voor het eerste gebruik moet ook de veiligheidsinformatie worden gelezen. Beide gebruiksaanwijzingen zorgvuldig bewaren.

UK | Перед першим використанням також необхідно прочитати інформацію з безпеки. Зберегти обидві інструкції з використання.

RU | Перед первым использованием также необходимо прочитать информацию по безопасности. Сохраните обе инструкции по использованию.

JA | 最初の使用の前に安全に関する情報もお読みください。両取扱説明書は大切に保管してください。

ZH\_CN | 第一次使用前必须阅读安全信息。请妥善保管两份使用说明书。

SV | Innan den första användningen ska även säkerhetsinformationen läsas. Bevara båda bruksanvisningarna väl.

DA | Inden første ibrugtagning skal sikkerhedsinformationen ligeledes læses igennem.

Begge brugsanvisninger skal opbevares sikkert og forsvarligt til senere brug.

N01 | Før første gangs bruk må også sikkerhetsinformasjonen leses. Ta godt vare på begge bruksanvisningene.

FI | Ennen ensimmäistä käyttökertaa tulee lukea myös turvallisuustiedot. Säilytä kumpikin käyttöohje huolellisesti.

ET | Enne esmast kasutamist tuleb läbi lugeda ka ohutusallane teave. Hoidke mõlemad kasutusjuhendid ilusti alles.

LV | Pirms pirmās lietošanas reizes izlasiet arī drošības informāciju. Glabājiet abas lietošanas instrukcijas drošā vietā.

LT | Prieš naudodami pirmą kartą perskaitykite ir informaciją apie saugą. Abi naudojimo instrukcijos patikimai saugokite.

EL | Πριν την πρώτη χρήση πρέπει να διαβάσετε και τις οδηγίες ασφαλείας. Φυλάσσετε καλά και τα δύο εγχειρίδια.

MT | Qabel l-ewwel użu, l-informazzjoni dwar is-sigurtà għandha tingara wkoll. Zomm iż-żewġ struzzjonijiet għall-użu.

LB | Virun der eischtren Nofzung sinn och d' Sècherheefsinformatiounen ze liesen. Bèid Gebrauchsuweisung guff versuergen.

HU | Az első használat előtt olvassa el a biztonságai információkat is. Őrizze meg mindkét használati utasítást.

SL | Pred prvo uporabo je treba prebrati tudi varnostne informacije. Obe navodili za uporabo dobro shranite.

HR | Prije prve uporabe moraju se pročitati i sigurnosne informacije. Držite obje upute za uporabu na sigurnom mjestu.

BG | Преди първа употреба трябва да се прочете и информацията за безопасност. Съхранете и двете инструкции за употреба.

CS | Před prvním použitím je třeba si přečíst také bezpečnostní informace. Oba návody si pečlivě uschovejte.

SK | Pred prvým použitím si prečítajte aj bezpečnostné informácie. Oba návody na použitie dobre uschovajte.

RO | Înainte de prima utilizare trebuie citite de asemenea informațiile de siguranță. Păstrați bine ambele manuale.





Use • Benutzung • Utilisation • Uso • Utilização • Utilizzo • Użytkowanie • Gebruik • Використання • Использование • 使用 • 使用 • Användning • Brug • Anvendelse • Χρήση • Kasutamine • Lietošana • Naudojimas • Χρήση • Uzu • Benutzen • Használat • Uporaba • Korištenje • Употреба • Používání • Použitie • Utilizare

EN | Specifications | Materials: medical grade silicone  
DE | Spezifikationen | Material: medizinisches Silikon  
FR | Caractéristiques | Matériau: silicone médical  
ES | Especificaciones | Material: silicona médica  
PT | Especificações | Material: silicone medicinal  
IT | Specifiche | Materiale: silicone per uso medico  
PL | Specyfikacje | Materiał: silikon medyczny  
NL | Specificaties | Materiaal: medische silicone  
UK | Характеристики | Матеріал: Медичний силікон  
RU | Характеристики | Материал: Медицинский силикон  
JA | 仕様 | 材料: 医療用シリコン  
ZH\_CN | 产品参数 | 产品材质: 医用级硅胶  
SV | Specifikationer | Material: medicinsk silikon  
DA | Specifikationer | Material: medicinsk silicone  
NO | Spesifikasjoner | Materiale: medisinsk silikon  
FI | Luokittukset | Materiaali: lääketieteelliseen käyttöön tarkoitettu silikon

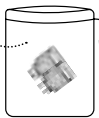
ET | Tehnilised näitajad | Material: medische silicone  
LV | Specifikācija | Materiāls: medicīniskais silikons  
LT | Specifikacijos | Medžiagos: medicininis silikonas  
EL | Χαρακτηριστικά | Υλικό: Ιατρικού τύπου σιλικόνη  
MT | Speċifikazzjonijiet | Material: silikonu medċinali  
LB | Spezifikatiounen | Material: medizinesche Silikon  
HU | Szekifikációk | Anyaga: orvosi szilikon  
SL | Specifikacije | Material: medicinski silikon  
HR | Specifikacije | Material: medicinski silikon  
BG | Спецификации | Материал: Медицински силикон  
CS | Specifikace | Materiál: lékařský silikon  
SK | Špecifikácie | Materiál: lekársky silikón  
RO | Specificații | Material: silicon medicinal



Storage • Lagerung • Entreposage • Almacenamiento • Armazenagem • Conservazione • Przechowywanie • Зберігання • Хранение • 保管 • 存放 • Förvaring • Opbevaring • Oppbevaring • Varastointi • Hoiustamine • Glabāsana • Laikymas • Αποθήκευση • Hzin • Lageren • Tārlāts • Skladištenje • Skladištenje • Съхранение • Skladování • Skladovanie • Depozitäre



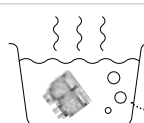
+60°C  
-5°C



Tips • Tipps • Conseils • Sugerencias • Dicas • Suggerimenti • Wskazówki • Tips • Ποράδι • Совети • ヒント • 提示 • Tips • Tips • Oppbevaring • Vinkkeä • Nöuanded • Padomi • Patarimai • Συμβουλές • Tips • Tipps • Tippek • Nasveti • Savjeti • Съвети • Тipy • Тipy • Statuti



Cleaning • Reinigung • Nettoyage • Limpezia • Limpeza • Pulizia • Czyszczenie • Schoonmaken • Очищення • Очистка • クリーニング • 清洗 • Rengöring • Rengöring • Rengöring • Puhdistus • Puhastamine • Tirisana • Valymas • Καθαρισμός • Hasil • Proper maachen • Tisztítás • Čištění • Čištění • Čištění • Почистване • Čišteni • Cistenie • Curățare



EN | Boil in boiling water for about 3 minutes before using for the first time. During menstruation, the menstrual cup can be cleaned between uses with soap and water or a damp cloth. After every period, boil the cup for about 3 minutes in boiling water. The menstrual cup should not be worn for more than 12 hours. Suitable only for vaginal use. Do not clean the cup in the microwave, dishwasher, or with bleach, vinegar, alcohol, or hydrogen peroxide. Use only mild, fragrance- and oil-free soap and water. Always wash your hands before inserting or removing the cup to reduce infection risk. Replace the cup if you notice a persistent odour. Do not use the menstrual cup with lubricants, oils, or scented soaps. Do not simply empty and reinsert without cleaning, as this may increase the risk of infection. Empty and clean it at least twice daily. Dry the cup completely before storing or using it—use a clean, lint-free towel or air dry in a clean area.

DE | Vor der ersten Verwendung ca. 3 Minuten lang in kochendem Wasser auskochen. Während der Periode genügt es, die Menstruationstasse zwischen den Anwendungen mit Wasser und Seife oder einem feuchten Tuch zu reinigen. Nach jeder Periode ca. 3 Minuten lang in kochendem Wasser auskochen. Die Menstruationstasse sollte nicht länger als 12 Stunden getragen werden. Nur für die vaginale Anwendung geeignet. Die Tasse sollte weder in der Mikrowelle noch in der Spülmaschine gereinigt werden. Vermeide auch Bleichmittel, Essig, Alkohol oder Wasserstoffperoxid. Nutze nur milde Seife ohne

Duft- und Öle sowie Wasser. Wasche Dir immer die Hände, bevor Du die Tasse einfüllst oder herausnimmst, um das Infektionsrisiko zu verringern. Wechsle die Tasse, wenn Du einen anhaltenden Geruch bemerkst. Benutze die Menstruationstasse nicht zusammen mit Gleitmitteln, Ölen oder parfümierten Seifen. Leere die Tasse nicht einfach aus und setze sie ohne Reinigung wieder ein, da dies das Infektionsrisiko erhöhen kann. Leere und reinige sie mindestens zweimal täglich. Die Tasse sollte vollständig trocken sein, bevor Du sie aufbewahrst oder benutzt – verwende ein sauberes, fusselfreies Handtuch oder lasse sie an einem sauberen Ort an der Luft trocknen.

FR | Avant la première utilisation, faites la tremper pendant environ 3 minutes dans de l'eau bouillante. Pendant la période de menstruation, il suffit de nettoyer la coupe menstruelle avec du savon et de l'eau ou avec un chiffon humide entre chaque utilisation. Après chaque période de menstruation, faites tremper la coupe menstruelle dans de l'eau bouillante pendant environ 3 minutes. La coupe menstruelle ne doit pas être portée pendant plus de 12 heures. Réserve à un usage vaginal uniquement. Ne nettoyez pas la coupe au micro-ondes, au lave-vaisselle, ni avec de l'eau de Javel, du vinaigre, de l'alcool ou du peroxyde d'hydrogène. Utilisez uniquement du savon doux, sans parfum ni huile, et de l'eau. Lavez-vous toujours les mains avant d'insérer ou de retirer la coupe pour réduire le risque d'infection. Remplacez la coupe si vous remarquez une odeur persistante. N'utilisez pas la coupe menstruelle avec des lubrifiants, des huiles ou des savons parfumés. Ne vous contentez pas de vider et de réinsérer sans nettoyer, car cela peut augmenter le risque d'infection. Videz-la et nettoyez-la au moins deux fois par jour. Séchez complètement la coupe avant de la ranger ou de l'utiliser : utilisez une serviette propre et non pelucheuse ou laissez-la sécher à l'air libre dans un endroit propre.

ES | Sumergir en agua en ebullición durante unos 3 minutos antes del primer uso. Durante el periodo, es suficiente con limpiar la copa menstrual con agua y jabón o un paño húmedo entre usos. Sumergir en agua en ebullición durante unos 3 minutos después de cada periodo. La copa menstrual no debe usarse durante más de 12 horas. Apto solo para uso vaginal. No limpie la copa en el microondas, lavavajillas, ni con lejía, vinagre, alcohol o agua oxigenada. Usa únicamente agua y jabón suave, sin fragancia ni aceite. Lávate siempre las manos antes de introducir o retirar la copa para reducir el riesgo de infección. Cambia la copa si detectas un olor persistente. No uses la copa menstrual con lubricantes, aceites o jabones perfumados. No la vacies y vuelvas a colocar sin limpiarla, ya que esto puede aumentar el riesgo de infección. Vacía y limpia la copa al menos dos veces al día. Seca la copa completamente antes de guardarla o usarla; utiliza una toalla limpia o que no suelte pelusa o déjala secar al aire en un área limpia.

PT | Antes da primeira utilização, passar por água a ferver durante aprox. 3 minutos. Durante a menstruação, basta limpar o copo menstrual com água e sabão ou com um pano húmido, entre as utilizações. Após cada menstruação, passar por água a ferver durante aprox. 3 minutos. O copo menstrual não deve ser utilizado durante mais de 12 horas. Indicado apenas para uso vaginal. Evita limpar o copo no micro-ondas, máquina de lavar louça ou com lixívia, vinagre, álcool ou água oxigenada. Utiliza apenas água e sabão suave, livre de fragrâncias e óleos. Lava sempre as mãos antes de inserir ou removeres o copo para reduzir o risco de infeção. Substitui o copo se notares um cheiro persistente. Evita usar o copo menstrual com lubrificantes, óleos ou sabonetes com cheiro. Não esvazies e reinsiras sem limpar, pois isso pode aumentar o risco de infeção. Esvazia e limpa-o pelo menos duas vezes por dia. Seca completamente o copo antes de o guardares ou usares – utiliza uma toalha limpa e sem fiapos ou deixa-o secar ao ar num local limpo.

IT | Prima del primo utilizzo, far bollire la coppetta in acqua bollente per circa 3 minuti. Durante il ciclo, basterà pulire la coppetta mestruale con acqua e sapone o con un panno umido tra un'applicazione e l'altra. Alla fine di ogni ciclo, far bollire in acqua bollente per circa 3 minuti. Non indossare la coppetta mestruale per più di 12 ore. Solo per uso vaginale. Non pulire la coppetta nel microonde, lavastoviglie o con candeggina, aceto, alcool o acqua ossigenata. Usa solo acqua e sapone delicato, senza profumi né oli. Ricorda di lavarti sempre le mani prima di inserire o rimuovere la coppetta per ridurre il rischio di infezioni. Sostituisci la coppetta se percepisci un odore persistente. Evita di usare la coppetta mestruale con lubrificanti, oli o saponi profumati. Non limitarti a svuotare e reinserire la coppetta senza pulirla, potrebbe aumentare il rischio di infezione. Svuotala e puliscila almeno due volte al giorno. Asciuga completamente la coppetta prima di conservarla o usarla, impiegando un panno pulito e senza lanugine oppure lascia che si asciughi all'aria in un luogo pulito.

PL | Przed pierwszym użyciem wygotować go we wrzącej wodzie przez ok. 3 minuty. W czasie miesiączki, między kolejnymi użyciami kubeczek menstruacyjny wystarczy oczyścić w wodzie z mydłem lub wilgotną szmatką. Po każdej miesiączce należy gotować kubeczek we wrzącej wodzie przez ok. 3 minuty. Kubeczka menstruacyjnego nie należy nosić dłużej niż przez 12 godzin. Nadaje się tylko do użyciu dopochwowego. Nie czyść kubka w mikrofalówce, zmywarce ani przy użyciu wybielacza, octu, alkoholu ani nadtlenku wodoru. Używaj tylko łagodnego mydła bez zapachów i olejów oraz wody. Zawsze myj ręce przed włożeniem lub wyjęciem kubeczka, aby zmniejszyć ryzyko infekcji. Wymień kubeczek, jeśli zauważysz stały nieprzyjemny zapach. Unikaj używania kubeczka menstruacyjnego z lubrykantami, olejkami oraz mydłami z dodatkowymi. Nie opróżniaj, nie wkładaj go ponownie bez dokładnego czyszczenia, ponieważ może to zwiększyć ryzyko infekcji. Opróżniaj i czyść kubeczek przynajmniej

dwa razy dziennie. Przed schowaniem lub używaniem kubeczka, dokładnie go osusz - użyj czystego, bezpyłowego ręcznika lub pozostaw do wyschnięcia na powietrzu w czystym miejscu.

NL | Koak voor het eerste gebruik ook. 3 minuten in kokend water. Gedurende de menstruatie is het voldoende om de menstruatiecup tussendoor te reinigen met water en zeep of een vochtige doek. Koak na elke menstruatie ook. 3 minuten in kokend water. De menstruatiecup mag niet langer dan 12 uur worden gedragen. Maak de cup niet schoon in de magnetron, vaatwasser of met bleekmiddel, azijn, alcohol of waterstofperoxide. Gebruik alleen milde zeep zonder geur- en olie, en water. Was altijd je handen voordat je de cup inbrengt of verwijdert, om het infectierisico te verkleinen. Vervang de cup als je een aanhouden- de geur opmerkt. Gebruik de menstruatiecup niet in combinatie met glijmiddelen, oliën of geparfumeerde zeep. Maak de cup niet zomaar leeg en plaats hem terug zonder schoonnaken, want dat kan het infectierisico verhogen. Maak hem minimaal twee keer per dag leeg en schoon. Droog de cup volledig af voordat je hem opbergt of gebruikt – gebruik een schone, pluisvrije handdoek of laat hem aan de lucht drogen in een schone ruimte.

UK | Перед першим використанням прокип'ятити виріб в окропі протягом 3 хвилин. Під час менструації менструальну чашу між використаннями достатньо промивати водою з милом або протирати вологою ганчіркою. Після кожної менструації виріб слід кип'ятити в окропі протягом 3 хвилин. Менструальну чашу не слід носити більше 12 годин. Призначено виключно для вагінального використання. Призначено виключно для вагінального використання. Не мийте чашу в мікрохвильовій чи посудомийній машині, а також не використовуйте засоби на штатп відбілювача, оцту, спирту чи перекису водню. Використовуйте лише м'яке мило без аромату та масла в воді. Завжди мийте руки перед тим, як вставляти чи виймати чашу, щоб зменшити ризик інфекції. Замість чашу, якщо відчуте стійкий запах. Уникайте використання менструальної чаші зі змащувальними засобами, маслами чи ароматизованим милом. Не спорожняйте її не вставляйте назад без очищення, щоб уникнути ризику інфекції. Очищуйте його щонайменше двічі на день. Перед зберіганням або використанням чашу повністю висушіть – скористайтеся чистим безворсовим рушником чи висушіть на свіжому повітрі.

RU | Перед первым использованием простерилизовать в кипящей воде около

3 минут. В течение периода использования достаточно промывать менструальную чашу водой с мылом или протирать влажной салфеткой. После окончания критических дней простерилизовать в кипящей воде около 3 минут. Менструальную чашу не следует носить более 12 часов. Использовать только вагинально. Не мойте чашу в микроволновке, посудомойке, а также не используйте для этого отбеливатель, уксус, спирт или перекись водорода. Для чистки используйте только мягкое мыло без отдушек и масел, и воду. Перед вставкой или удалением чаши всегда мойте руки, чтобы уменьшить риск инфекции. Если появился стойкий запах, замените чашу. Не используйте менструальную чашу с любыми смазками, маслами или ароматизированным мылом. Чашу нельзя просто опустошать и вставлять обратно без чистки, это может увеличить риск инфекции. Опорожняйте и чистите ее не менее двух раз в день. Перед хранением или использованием чашу нужно полностью высушить – используйте чистое безворсовое полотенце или дайте высохнуть на воздухе в чистом месте.

JA | 最初に使用する前に、沸騰したお湯で約3分間煮沸してください。生理中、月経カップを使用するたびに石鹸と水、または湿らせた布で表を拭くだけで十分です。各生理期間後、約3分間沸騰したお湯で清潔にしてください。月経カップは12時間以上着用しないでください。これは膣内専用です。これは膣内専用です。カップは電子レンジ、食洗機、または漂白剤、酢、アルコール、過酸化水素で洗浄しないでください。低刺激で無香料、無油の石鹸と水を使用してください。感染を防ぐために、カップを挿入する前や取り出す前には手をきちんと洗いましなさい。しつこい臭いがある場合は、新しいカップに交換してください。月経カップは、潤滑剤やオイル、香り付きの石鹸とは一緒にお使いにならないでください。清掃せずに中身を空けて再挿入することは、感染のリスクを高める恐れがあります。一日最低でも二回は中身を空にして、しっかりと清掃してください。保管や使用前には、カップを完全に乾かしてください。清潔で糸くずのないタオルで拭くか、清潔な場所で自然乾燥させてください。

ZH-CN | 首次使用前，請在沸水中煮約3分鐘。之後的每次使用之間，只需將肥皂水和濕布清潔月經杯即可。每次使用后，請在沸水中煮約3分鐘。月經杯的使用時間不得超過12小時。仅限阴道使用。仅限阴道使用。請勿用

微波炉、洗碗机或漂白剂、醋、酒精、过氧化氢清洗杯子。只用温和的、无香料无油的肥皂和水。务必在插入或取出杯子前洗手，以降低感染风险。如果有持续异味，请更换月经杯。不要将月经杯与润滑剂、油或香皂一起使用。不要在未清洁的情况下只简单地清空后再插入，这可能增加感染风险。每天至少完全清空并清洁两次。杯子完全干燥后可存放或使用。使用干净的手，不掉毛的毛巾擦干或在干净地方自然风干。

SV | Koka menskoppen i cirka 3 minuter innan första användning. Under menstruation kan du rengöra menskoppen med tvål och vatten eller en fuktig trasa mellan användningarna. Koka menskoppen i cirka 3 minuter efter varje mens. Menskoppen bör inte bäras i mer än 12 timmar. Endast för vaginalt bruk. Rengör inte koppen i mikrovågsugn, diskmaskin eller med blekemedel, vänaoljor eller väteperoxid. Använd bara mild, parfym- och oljefri tvål och vatten. Tvätta alltid händerna innan du sätter in eller tar ut koppen för att minska risken för infektion. Byt ut koppen om du känner en illaluktande lukt. Använd inte menskoppen med glidmedel, oljer eller parfymade tvål. Tom inte bara menskoppen och sätt i den igen utan att rengöra den, eftersom detta kan öka risken för infektion. Tom och rengör den minst två gånger om dagen. Se till att koppen är helt torr innan du förvarar eller använder den – använd en ren, luddfri handduk eller lufttorka den på en ren plats.

DA | Kog koppen i kogende vand i cirka 3 minutter inden første brug. Under menstruation kan du rengøre menstruationskoppen med sæbe og vand eller en fugtig klud mellem brugene. Kog koppen i kogende vand i cirka 3 minutter efter hver menstruation. Brug ikke menstruationskoppen i mere end 12 timer ad gangen. Kun egnet til vaginalt brug. Rengør ikke koppen i mikrobølgeovnen, opvaskemaskinen eller med bleghjælpemiddel, eddike, alkohol eller brintvorte. Brug kun mild, parfumeret og oljefri sæbe og vand. Vask altid hænderne, før du indsætter eller fjerner koppen, for at mindske risikoen for infektion. Udskift koppen, hvis du bemærker en vedvarende lugt. Brug ikke menstruationskoppen sammen med glidecreme, olier eller duftende sæber. Tom rengør koppen hver gang, inden du sætter den i igen, for at reducere risikoen for infektion. Tom og rengør koppen mindst to gange om dagen. Tør koppen helt, før du opbevarer eller bruger den – brug et rent, fugtfrit håndklæde, eller lad den lufttørre i et rent område.

NO | Kok koppen i ca. 3 minutter før første gangs bruk. Under menstruasjon kan menskoppen rengjøres mellom hver bruk med såpe og vann eller en fuktig klut. Etter hver menstruasjon, kok koppen i ca. 3 minutter i kogende vann. Menskoppen bør ikke brukes i mer enn 12 timer om gangen. Kun til vaginalt bruk. Ikke rengjør koppen i mikrobølgeovnen eller oppvasksmaskin. Eller med blekemiddel, eddik, alkohol eller hydrogenperoksid. Bruk bare mild, parfyme- og oljefri såpe og vann. Vask alltid hendene før du setter inn

eller tar ut koppen for å redusere infeksjonsrisiko. Bytt ut koppen hvis du legger merke til en vedvarende lukt. Bruk ikke menskoppen sammen med glidemidler, oljer eller parfymerte såper. Ikke bare tom og sett inn igjen uten å rengjøre, da dette kan øke infeksjonsrisikoen. Tom og rengjør den minst to ganger om dagen. Tørk koppen helt før du oppbevarer eller bruker den – bruk et rent, loftfritt håndkle eller la den lufttørke på et rent sted.

FI | Keitä kiehuvaassa vedessä noin 3 minuuttia ennen ensimmäistä käyttökertaa. Kuukautisten aikana voit puhdistaa kuukautiskupin saippualla ja vedellä tai kostealla liinalla käyttökertojen välillä. Käytä kuppia noin 3 minuuttia kiehuvaassa vedessä jokaisen kuukautiskierron jälkeen. Älä pidä kuukautiskupia käytössä yli 12 tuntia yhtäjaksoisesti. Sopi vain emättäinkäyttöön. Älä puhdista kuppia mikroaaltouunissa, astianpesukoneessa tai valkaisuaineella, etikalla, alkoholilla tai vetyperoksidilla. Käytä vain mietoja, hajusteettomia ja öljytöntä saippuaa ja vettä. Pese aina kädet ennen kupin asettamista tai poistamista infektiotestin vähentämiseksi. Vaihda kuppi, jos siinä on jatkuva epämiellyttävä haju. Älä käytä kuukautiskuppia luukalvotiedin, öljyjen tai tuoksuapainoiden kanssa. Älä pelkäästään tyhjennä kuppia ja aseta sitä takaisin ilman puhdistusta – tämä voi lisätä infektion riskiä. Tyhjennä ja puhdista kuppi vähintään kaksi kertaa päivässä. Kuivaava kuppi täysin ennen säilytystä tai käyttöä – käytä puhdasta, nukkaamatonta pyyhettä tai anna kupin kuivua puhtaassa paikassa.

ET | Enne esmakordset kasutamist keeda umbu 3 minutit keevas vees. Menstruatsiooni ajal võib menstruaalunumat kasutuskordade vahel puhastada seebi ja veeaga või niiske lapiga. Pärast iga menstruatsiooni keeda menstruaalunumet umbes 3 minutit keevas vees. Menstruaalunumat ei tohi kanda üle 12 tunni. Meeldib ainult vaginaalseks kasutamiseks. Ära puhasta menstruaalunumat mikroaaineohus ega nõudepesumasinas ning ära kasuta seebist valgendid, äädikad, alkoholi ega vesinikperoksiidi. Kasuta ainult õrna, lõhna- ja õlivaba seepi ning vett. Pese alati käed enne menstruaalunuma sisetamist või eemaldamist, et vähendada nakkoisust. Kui märkad püsivat lõhna, vaheta menstruaalunum välja. Ärga kasuta menstruaalunumat koos määrdainetega, õlide ega lõhnastatud seepidega. Ära tühjenda ja sisetage uuesti ilma puhastamata, see võib suurendada nakkoisust. Tühjenda ja puhastage vähemalt kaks korda päevas. Kuivata menstruaalunum täielikult enne hoiustamist või uuesti kasutamist – kasuta puhast, ebenevaba rätikut või lase tal puhtas kohas kuivada.

LV | Pirms pirmās lietošanas vāri menstruālu krūzīti verdošā ūdenī apmēram 3 minūtes. Menstruāciju laikā menstruālo krūzīti starp lietojumiem var tīrīt ar ziepēm un ūdeni vai ar mitru drāni. Pēc katrām menstruācijām vāri menstruālo krūzīti apmēram 3 minūtes verdošā ūdenī. Menstruālo krūzīti nedrīkst lietot ilgāk par 12 stundām. Piemērota tikai maksts lietošanai. Nedrīkst krūzīti karstē mikroviļņu krāsnī, mazgāt trauku mazgājamā mašīnā vai tīrīt ar

balinátójai, etjki, alkoholu via údepraža peroksidu. Izmnto tiki maigis, bez smorževljen an bez eljām ziepes un ūrai odiens. Vienmēr nomazgā rokas pirms menstruālās krūtes ievietošanas vai izņemšanas, lai samazinātu infekcijas risku. Nomaini menstruālo krūti, ja ūstī pastāvīgu smuku. Nelieto menstruālo krūti ar lubrikantu, eļļām vai aromatizētiem ziepēm. Neizkūst an neievieto krūti atpakaļ bez tīrības – tas var palielināt infekcijas risku. Izkūst un izīrini menstruālo krūti vismaz divas reizes dienā. Pirms glabāšanas vai atkārtotas ievietošanas pilnībā nosusini menstruālo krūti ar ūru, nepūkājot divi vai ļauj tai nožūt trijā virā.LT | Specifikācijas | Medlago: medicīniskis silikons

LT | Priē pirmā kartā nudojanti, verandānciame vandne nje pavirkite apie 3 minutes. Menstruacijas metu taurē prā nudojanti galima navalyti mēnu i vandeni ar drāgnā šluoste. Po kiekvienū mēnisiū pavirkite taurēle verandānciame vandne apie 3 minutes. Menstruacijas taurēles nerekūti nešiti ilgiu nē 12 volandū. Tinka nadouti tik makšje. Taurēles nevalykite mikrobangų krosnele ar indaplovje. Taip pat nenauodkite balikui, acū, alkoholi ar vandeniū peroksidu. Nauodkite tik švelniū maiti, kuris yra bekvapis ir be aliejū, bet vandeni. Prie istant ar isimant taurēle, visada nusiplukite rankas, kad samazintume infekcijas rizikā. Jei pastebite nuolatinį kvapą, pakeiskite taurēle. Nenauodkite taurēles su lubrikantu, aliejais ar kvapniais mūlais. Neįstatykite taurēles atgal, jei jos neįvalytė – tai gali padidinti infekcijos rizikā. Ištušinkite ir išvalykite bent du kartus per dieną. Priē laikymą ar nudojanti taurēle visiškiū nusausinikite – nauodkite švarū rankšluostiū be pūkelii arba palikite džiūti švarioje vietoje.

EL | Brāstē to es brāstā vērō jai pēriptū 3 lēptā prīn to krjasmotjēis jai prīvūj fōrā. Katā tē dīarckē tēs pēriodū, mōrtēs jai kārēisē to kūtēljo m es sātoujū ai vērō jē mē ēnū vērō pānī metāzū krjēswn. Metā atpō katē pēriodū, brāstē to jai pēriptū 3 lēptā es brāstō vērō. Mjū fōrās to kūtēljo jai pēriostērō atpō 12 ūrēs. Katālārljo mōno jai koltikā krjēs. Mjū kārēisē to kūtēljo to fōrōno mikrokūmātū, stō plūntjūrō pātātū jē mē kļāvīrīn, žūdi, akōlō jē utērēojēdīo to ūbōrōnoju. Krjasmotjēs mōno jāt, kļāvīs ārōmja ai kļāvīs ēlāia sātoujū mējā jē vērō. Plūvē pātā ai xēria sōu prīn bāzēis jē bāzēis to kūtēljo jai ai mējōsēis tōn kīndūno mōlūnsēs. Aļlāzē to kūtēljo an pārtārjēis jai etīmōn sātj. Mjū krjasmotjēs to kūtēljo mē lipātānīk, ēlāia jē ārmātānīk sātoujū. Mjū to adēsāis kō to žanābēis kļāvīs jai to kārēisēs, jātī ētōi mōrtēs ai auzēbēi o kīndūnos mōlūnsēs. Aļēsāis to k ai kārēisē to tōulāxistōn dūo fōrēs tīn mjērā. Zēvīngmō to kalā tīn tō atpōbēzēsīs jē to krjasmotjēs —

krjasmotjēsīs mīa kārējā pētāsēa kļāvīs kļāvīs jē ārōsē to ai stēvīnsēis fūsikā sē kārō mējā.

MT | Għallha l-filma li qed jgħli għal madwar 3 minuti qabel tuzah għall-ewwel darba. Waqt il-mestruazzjoni, it-tazza tiegħi 'tinhosel bejn użijiet b'sapun u ilma jew b'ugumam niedi. Wara kul perjodu, poggj it-tazza filma li qed jgħli u halliha l-għalli għal madwar 3 minuti. It-tazza għandha tinfittibes aktar minn 12-il siegħa. Għall-użu vaginali biss. Tnadfaħ it-tazza fil-majkrowej, fil-magna tal-platti, jew bi prodotti bħall-bliċ, hall, alkohol jew perossidu tal-idroġenu. Uża biss sapon hafif mingħajr iwieħi u mingħajr żjut, u ilma. Aħsai idejgħ qabel ma fiddaħħal jew tneħħi it-tazza biex inaqqas ir-riskju ta' infezzjoni. Iddel it-tazza jekk finnota rila persistenti. Tuzax it-tazza bi lubrikanti, żjut, jew sapon partumati. M'għandek sempliment tneħħi l-kontenut u ddahħalla lura mingħajr ma tnadfaħha, għax dan jista' jid- ir-riskju ta' infezzjoni. Halliha volu u nadfaħha mill-inqas darbejn kuljum. Nixxet it-tazza kompletament qabel taħżinaha jew tuzaha — uża xugaman nadif mingħajr fibri jew halliha tinfex fl-arja p'zost nadif.

LB | Kacht d'Menstruatiounstaass virum éischte Gebrauch ongeféier 3 Minuten a kachendem Waasser. Während der Regel kann d'Menstruatiounstaass téschenchuder mat Seef a Waasser oder mat engem fichten Dusch afgewascht ginn. No all Zyklus d'Menstruatiounstaass ongeféier 3 Minuten a kachendem Waasser auskachen. D'Menstruatiounstaass soll net méi laang wéi 12 Stonne gedroe ginn. Némme fir de vaginale Gebrauch. D'Taass net an d'Mikrowell oder an d'Spülmaschine setzen an net mat Bleechmittel, Essig, Alkohol oder Waasserstoffperoxid benotzen. Benotzt nëmmen eng dauce, onparfumiéiert an uelegreif Seef a Waasser. Wäscht éim d'Haar virum Asetzen oder Erausehwele vum Taass, fir de Risiko vum enger Infektioun ze reduzieren. Ersetzt d'Taass wann Dir en unahnelnde Geruch feststellt. Benotzt d'Menstruatiounstaass net mat Gleitmittel, Ueleg oder parfumiéierter Seef. Maacht d'Taass net einfach eidel a setzt se net erem an ouni se ofzwaschen, well dat de Risiko vum enger Infektioun erheike kann. Maacht si op d'mannst zweemal am Dag eidel a batzt si. D'Taass nëmmen op d'Säit leeren oder erem benotzen, wa si ganz dréchen ass – benotzt e propper Handtuch, wat net fiséit, oder loosst si op der Loft op enger propperer Plaz dréchen.

HU | Első használat előtt forrald a menstruációs kelyhet körülbelül 3 percig forrásban lévő vízben. Menstruáció alatt használatok között tisztítsd meg a kelyhet szappannal és vízzel vagy nedves ruhával. Minden menstruáció után forrald a menstruációs kelyhet körülbelül 3 percig forrásban lévő vízben. A menstruációs kelyhet ne viseld 12 óránál tovább. Csak hüvelyi használatra való. Ne tisztítsd a kelyhet mikrohullámú sütőben vagy mosogatógépekben, és ne használj fehérítőt, ecetet, alkoholt vagy hidrogén-peroxidot. Csak enyhe, illat- és olajosmentes szappant és vizet használj. Mindig moss kezet, mielőtt behelyezed vagy

kiveszed a kelyhet, hogy csökkentsd a fertőzés kockázatát. Cseréld ki a kelyhet, ha tartós szagot észlelsz. Ne használd a menstruációs kelyhet siklótkálak, olajokkal vagy illatosított szappannal. Ne egyszerűen ürítsd ki, majd tedd vissza a kelyhet tisztítás nélkül, mert ez növelheti a fertőzés kockázatát. Naponta legalább kétszer ürítsd ki és tisztítsd meg a kelyhet. Használd vagy tárolás előtt szárazítsd meg teljesen a kelyhet – használd jiszta, szőszmentes törölközőt, vagy hagyd levegőn megszáradni egy fízta helyen.

SL | Pred prvo uporabo jo zavri v vreli vodi približno 3 minute. Menstruacijo jo lahko očistiš z milom in vodo ali pa z vlažno krpo. Po vsaki menstruaciji jo zavri v vreli vodi približno 3 minute. Ne nosi menstrualne skodelice več kot 12 ur. Namenjena je samo za vaginalno uporabo. Ne čisti skodelice v mikrovvalni pečici, pomivalnem stroju ali z belilom, kisom, alkoholom ali vodikovim peroksidom. Uporabi samo blago milo brez dišav in olja ter vode. Pred vstavljanjem ali odstranjevanjem si vedno umij roke, da zmanjšaš tveganje za okužbo. Če opaziš trdnovrtni vonj, skodelico zamenjaj. Ne uporablajj skodelice z lubrikanti, ali čističimi milii. Ne izprazni skodelice in je ne vstavlja nazaj brez čiščenja, ker se tako poveča tveganje za okužbo. Izprazni jo in očisti vsaj dvakrat na dan. Pred shranjevanjem ali uporabo skodelico popolnoma posuši – uporabi čisto brisačo, ki ne pušča vlaken, ali jo na čistem mestu posuši, da se posuši na zraku.

HR | Specifikacije | Prije prve upotrebe prokujah u kipućoj vodi oko 3 minute. Tijekom menstruacije možete ju čistiti izmedu korištenja sapunom i vodom ili vlažnom krpom. Nakon svake menstruacije prokujah menstrualnu čašicu oko 3 minute u kipućoj vodi. Ne nosi menstrualnu čašicu duže od 12 sati. Pogodna je samo za vaginalnu upotrebu. Ne čisti čašicu u mikrovvaljnoj pećnici niti u perlici posuda, i ne koristi izbjeljivač, ocat, alkohol niti vodikovim peroksidom. Koristi samo blagi sapun bez mirisa i bez ulja i vodu. Uvijek operite ruke prije umetanja ili vodenja čašice kako biste smanjili rizik od infekcije. Zamijenite čašicu ako primijetite uporan miris. Ne koristite menstrualnu čašicu s lubrikantom, uljima ili sapunima s mirisom. Nemojte samo isprazniti i ponovno umetnuti bez čišćenja jer to može povećati rizik od infekcije. Ispraznite i očistite ju barem dva puta dnevno. Prije spremanja ili ponovne upotrebe potpuno osušite čašicu – upotrijebi čista ručnik bez dlacica ili je ostavi da se osuši na zraku na čistom mjestu.

BG | Сваки път връща вода за около 3 минути преди първата употреба. По време на менструация, можеш да почистиш менструалната чашка между употребите със сапун и вода или влажна кърпа. След всеки цикъл, свари чашката за около 3 минути във вряща вода. Не носи менструалната чашка повече от 12 часа. Подходяща е само за вагинална употреба. Не почистявай чашката в микровълнова фурна или в съдомиялна,

нито с белина, оцет, алкохол или водороден перексид. Използвай само нежен сапун без аромат и без масла, както и вода. Винаги си измивай ръцете, преди да поставиш или извадиш чашката, за да намалиш риска от инфекция. Смени чашката, ако усетиш постоянна миризма. Не използвай менструалната чашка с лубриканти, масла или ароматизирани сапуни. Не я изпразвай и не я поставяй обратно без да я почистиш, тъй като това може да повиши риска от инфекция. Изпразвай я и я почистивай поне два пъти на ден. Подсуши чашката напълно преди съхранение или употреба — използвай чиста кърпа без власинки или я остави да изсъхне на въздух на чисто място.

CS | Před prvním použitím povaf ve vrouci vodě asi 3 minuty. Během menstruace můžeš kalíšek čistit mydlem a vodou nebo vlhkým hadříkem mezi jednotlivými použitými. Po skončení menstruace kalíšek znovu povaf asi 3 minuty ve vrouci vodě. Kalíšek bys neměla nosit déle než 12 hodin. Je vhodný pouze pro vaginální použití. Nepoužívej mikrovlnku, myčku ani chemikálie jako bělidlo, ocet, alkohol či peroxid vodíku na čištění kalíšku. Používej pouze jemné, nepéřavé a bezolejové mydlo a vodu. Před vložením nebo vyjmutím si vždy umyj ruce, aby ses vyhnula riziku infekce. Pokud z kalíšku cítíš trvalý zápach, vyměň ho. Nepoužívej kalíšek s lubrikanty, oleji nebo vonnými mydly. Nevyprazdňuj kalíšek a znovu jej nekládej bez vyčištění – může to zvýšit riziko infekce. Vypřádní a vyčisti kalíšek alespoň dvakrát denně. Před vložením nebo dalším použitím musíš kalíšek důkladně osušit – vezmi čistý, bezvláknový ručník, nebo ho nech uschnout na vzduchu na čistém místě.

SK | Pred prvým použitím vždy kalíšok do vriacej vody na približne 3 minúty. Počas menštruácie kalíšok medzi použitiami očistiš mydlom a vodou alebo vlhkou handričkou. Po každej menštruácii daj kalíšok varúť asi 3 minúty do vriacej vody. Menštruáciu kalíšok by sa nemal nosiť dlhšie ako 12 hodín. Vhodný len na vaginálne použitie. Neumývaj kalíšok v mikrovlnke ani v umývadle riadu; nečisti ho bielidlom, octom, alkoholom ani peroxidom vodíka. Používaj len jemné mydlo bez vône a bez olejov spolu s vodou. Pred zavedením alebo vyňatím kalíška si vždy umyte ruky, aby ste znížili riziko infekcie. Ak cítite pretrvávajúci zápach, vymenite kalíšok. Nepoužívajte kalíšok s lubrikantmi, olejmi ani voňavými mydlami. Neprázdni kalíšok a neklad' ho naspäť bez vyčistenia, môžeš tak zvýšiť riziko infekcie. Vyprázdni a vyčisti ho aspoň dvakrát denne. Kalíšok pred uskladnením alebo použitím dôkladne osušte – použite čistý uterák, ktorý nepúšťa vlákna, alebo ho nechajte uschnúť na vzduchu na čistom mieste.

RO | Fierbe cupa în apă caldă timp de aproximativ 3 minute înainte de prima utilizare. În timpul menstruației,

curăța cupa menstruală între utilizări cu apă și săpun sau cu o lavetă umedă. După fiecare menstruație, fierbe cupa timp de aproximativ 3 minute în apă caldă. Cupa menstruală nu trebuie purtată mai mult de 12 ore. Doar pentru uz vaginal. Nu curăța cupa în cuptorul cu microunde, masina de spălat vase sau cu substanțe precum inhibitori, aer, alcool sau peroxid de hidrogen. Folosește doar un săpun delicat, fără parfum și fără uleiuri, împreună cu apă. Spală-te mereu pe mâini înainte de a introduce sau scoate cupa pentru a reduce riscul de infecție. Înlocuiește cupa dacă observi un miros persistent. Nu folosi cupa menstruală cu lubrifanți, uleiuri sau săpunuri parfumate. Nu a goli și nici nu o reintroduce fără a o curăța, deoarece acest lucru poate crește riscul de infecție. Golește și curăța cupa cel puțin de două ori pe zi. Cupa trebuie să fie complet uscată înainte de a o depozita sau folosi – se recomandă folosirea unui prosop curat, fără scame, sau uscarea la aer într-un loc curat.

EN | Risk of injury! Do not use the menstrual cup on broken or irritated skin. Stop using if any pain and/or discomfort develops during use. Do not use the menstrual cup if it is 1. damaged or deformed or 2. discoloured. Never use any foreign object to insert or remove the cup.

DE | Verletzungsgefahr! Benutze den Menstrual Cup nicht bei verletzter oder gereizter Haut. Brich die Anwendung ab, falls während der Anwendung Schmerzen und/oder Unwohlsein entstehen. Nimm den Menstrual Cup nicht in Gebrauch, wenn er 1. mechanisch beschädigt oder deformiert ist, 2. verfärbt ist. Verwenden niemals einen Fremdkörper, um die Tasse einzuführen oder zu entfernen.

FR | Risque de blessure ! N'utilisez pas la coupe menstruelle sur une peau blessée ou irritée. Arrêtez l'utilisation si une douleur et/ou une gêne se développent pendant l'utilisation. N'utilisez pas la coupe menstruelle si 1. elle est mécaniquement endommagée ou déformée, 2. elle est décolorée. N'utilisez jamais d'objet autre pour insérer ou retirer la coupe.

ES | ¡Riesgo de lesiones! No use la copa menstrual si tiene la piel dañada o irritada. Suspénda su uso si nota dolor y/o molestias. No use la copa menstrual si 1. su aspecto presenta daños o deformaciones, 2. está descolorida. No utilices ningún objeto extraño para insertar o extraer la copa.

PT | Perigo de ferimentos! Não utilize o copo menstrual em pele lesionada ou irritada. Interrompa a utilização, se sentire dor e/ou desconforto durante a utilização. Não utilize o copo menstrual se este 1. estiver mecanicamente danificado ou deformado, 2. estiver descolorido. Nunca use objetos

estranhos para inserir ou remover o copo.

IT | Pericolo di lesioni! Non utilizzare la coppetta mestruale in presenza di lesioni o irritazioni della pelle. Estrarla se si avverte dolore e/o fastidio. Non utilizzare la coppetta mestruale se 1. è danneggiata o deformata meccanicamente, 2. è scolorita. Non usare mai oggetti estranei per inserire o estrarre la coppetta.

PL | Niebezpieczeństwo odniesienia obrażeń! Nie używać kubeczka menstruacyjnego w przypadku zranionej lub podrażnionej skóry. Przerwać stosowanie, jeśli podczas używania wystąpi ból i/lub dyskomfort. Nie używać kubeczka menstruacyjnego, jeśli 1. jest uszkodzony mechanicznie lub zdeformowany, 2. jest zabarwiony. Nigdy nie używać żadnych obcych przedmiotów do wkładania ani wyjmowania kubeczka.

NL | Verwondingsgevaar! Gebruik de menstratiecup niet op een gewonde of geïrriteerde huid. Stop het gebruik als zich tijdens het gebruik pijn en/of ongemak voordoet. Gebruik de menstratiecup niet als deze 1. mechanisch beschadigd of vervormd is, 2. deze verkleurd is.

UK | Безбезпека отримання травм! Не користуйтеся менструальною чашкою, якщо у вас пошкоджена або подразнена шкіра. Якщо під час використання виникнуть біль та/або дискомфорт, припиніть використання. Не починайте користуватися менструальною чашкою, якщо вона механічно пошкоджена чи деформована або її колір змінився. Ніколи не використовуйте жодних сторонніх предметів для введення або видалення чаші.

RU | Опасность получения травм! Не используйте менструальную чашу при поврежденной или раздраженной коже. Прекратите использование, если во время применения возникает боль и/или дискомфорт. Не используйте менструальную чашу, если она 1. механически повреждена или деформирована, 2. обесцвечена. Никогда не применяйте посторонние предметы для вставки или удаления чашы.

JA | 怪我の危険があります！皮膚に傷やかゆみがある場合は月経カップを使用しないでください。使用中に痛みや不快感が生じた場合は、使用を中止してください。1. 機械的に損傷または変形している場合、2. 変色している場合には、月経カップを使用しないでください。カップの出し入れには決して異物を使わないでください。

ZH\_CN | 受伤危险！使用前请取下生殖器区域的穿孔或首饰。不要在受刺激或受损的皮肤上

使用本玩具。如果在使用过程中发生疼痛和/或不适，请取消使用。在以下情况下 不要使用玩具：1. 异常温暖，2. 机械损坏或变形。切勿使用任何异物插入或取出杯罩。

SV | Risk för skador! Använd inte menskoppen på skadad eller irriterad hud. Sluta använda den om du känner smärta och/eller obehag vid användning. Använd inte menskoppen om den är 1. skadad eller deformationerad eller 2. missfärgad. Använd aldrig något främmande föremål för att sätta i eller ta ut koppen.

DA | Risiko for skade! Brug ikke menstruationskappen på beskadiget eller irriteret hud. Stop med at bruge den, hvis der opstår smerter og/eller ubehag under brug. Brug ikke menstruationskappen, hvis den er 1. beskadiget eller deformationeret eller 2. misfarvet. Brug aldrig fremmede lægemidler til at indsætte eller fjerne kappen.

**NO | Risiko for skade! Ikke bruk menstruasjonskopp på skadet eller irriteret hud. Slutt å bruke den hvis det oppstår smerter og/eller ubehag under bruk. Ikke bruk menstruasjonskopp hvis den er 1. skadet eller deformert eller 2. misfarget. Bruk aldri noen fremmed gjenstand til å sette inn eller ta ut koppen.**

FI | Loukkaantumisvaara! Älä käytä kuukautiskuppia  
ikkoutuneella tai irtyneellä iholla. Lopetetaan  
käyttö heti, jos käytön aikana ilmenee kipua ja/tai  
epämukavuutta. Älä käytä kuukautiskuppia,  
jos se on 1. vaurioitunut tai epämüodostunut tai  
2. väärytynyt. Älä koskaan käytä mitään vierasta  
esinettä kuin asettamiseen tai poistamiseen.

ET | Vigastusoh! Ära kasuta menstruaalanumat katkisel või ärritunud nahal. Kui kasutamise ajal tekib valu või ebamugavustunne, lõpetage kohe kasutamine. Ära kasuta menstruaalanumat, kui see on 1. kahjustatud või deformeerunud või 2. muutnud värvi. Ära kasuta kunagi ühtegi võõrkeha, et menstruaalanumat sisestada või eemaldada.

LV | Traumu risks! Nelieto menstruālo piltuvi uz bojātas vai kairinātas ādas. Pārtrauc lietošanu, ja lietošanas laikā rodas sāpes un/vai diskomforts. Nelieto menstruālo piltuvi, ja tā ir 1. bojāta vai deformēta vai 2. izmainījusi krāsu. Nekad neizmanto nekādus svešķermeņus, lai ievietotu vai izņemtu piltuvi.

**LT | Galima susižeisti! Nenaudok menstruacinės**  
**taurės ant pažeistos ar sudirgusios odos.**  
**Jei naudojant pradeda skaudėti ar atsiranda**  
**diskomfortas, tuoj pat liaukis ją naudoti.**

Nenaudok menstruacinės taurelės jei ji: 1) pažeista ar deformuota arba 2) pakeitusi spalvą. Niekada nenaudok jokių pašalinių daiktų taurelei įsidėti ar išsiimti.

ΕΙ Κίνδυνος τραυματισμού! Μην χρησιμοποιείς το κύπελλο περιόδου σε δέρμα που είναι πληγωμένο ή ερεθισμένο. Σταμάτα τη χρήση αν εμφανιστεί πόνος και/ή αισθανθείς δυσφορία κατά τη χρήση. Μην χρησιμοποιείς το κύπελλο περιόδου αν: 1. είναι καταστραμμένο ή παραμορφωμένο ή 2. έχει αλλάξει χρώμα. Μην χρησιμοποιείς ποτέ ζεστό αντικείμενο για να θάξεις ή να βγάλεις το κύπελλο.

MT | Riskju ta' korriment! Tuzax it-tazza mestrwali fuq gilda miksura jew irritata. Jekk waqt l-użu thoss xi ugħig u/jew skumdità, waqqaf minnufih l-użu. Tuzax it-tazza mestrwali jekk hija 1. bil-harsa jew iddeformata jew 2. mibdula fil-kulur. Qatt tuz l-ebda ogġett barrani biex ddahhal jew tnehhji l-tazza.

LB | Verletzungsgefahr! Benotz d'Menstruatiounstaass net op beschiedegter oder gereizter Haut. Stell d'Benotzung direkt an, wann s du Péng an/oder Onbequemlechkeeten beim Droen hues. Benotz d'Menstruatiounstaass net, wann se 1. beschiedegt oder deforméiert oder 2. verfiert ass. Benotz ni e friemen Objet fir d'Taass anzusetzen oder erauszehuelen.

HU | Sérülésveszély! Ne használd a menstruációs kelyhet sérült vagy irritált bőrfelületen. Ha használat közben fájdalmat és/vagy kellemetlenséget érzel, azonnal hagyd abba a használatát. Ne használd a menstruációs kelyhet, ha 1. sérült vagy deformálódott vagy 2. elszíneződött. Soha ne használj semmilyen idegen tárgyat a kelyh felhelyezéséhez vagy eltávolításához.

SL | Nevarnost poškodb! Menstrualne skodelice ne uporabljaj na poškodovani ali razdraženi koži. Takoj prenehaj z uporabo, če se med uporabo pojavi kakršna koli bolečina in/ali nelagodje. Ne uporabljaj menstrualne skodelice, če je 1. poškodovana ali deformirana ali 2. razbarvana. Za vstavljanje ali odstranjevanje skodelice nikoli ne uporabljaj tujih predmetov.

**HR | Opasnost od ozljede! Ne koristi menstrualnu čašicu na oštećenoj ili nadraženoj koži. Odmah prestani koristiti ako se tijekom uporabe pojavi bol i/ili nelagoda. Ne koristi menstrualnu čašicu ako je 1. oštećena ili deformirana ili 2. promijenjene boje. Nikad ne koristi strane predmete za umetanje ili vadenje čašice.**

**БГ | Риск от нараняване! Не използвай менструалната чашка върху наранена или раздразнена кожа. Прекрати употребата, ако по време на носене се появи болка и/или дискомфорт. Не използвай менструалната чашка, ако е 1. повредена или деформирана или 2. променила цвета си. Никога не използвай чужди предмети, за да поставяш или изваждаш чашката.**

CS | Nebezpečí zranění! Nepoužívejte menstruační kalíšek na poraněnou nebo podrážděnou pokožku. Pokud se při používání objeví jakákoli bolest a/nebo nepříjemné pocity, kalíšek dále nepoužívejte. Nepoužívejte menstruační kalíšek, pokud je 1. poškozený nebo deformovaný nebo 2. nezvykle zbarvený. Nikdy nepoužívejte žádný cizí předmět k vkládání nebo vyjímání kalíšku.

**SK | Nebezpečenstvo zranenia! Nepoužívaj menštruačný kalíšok na poranenú alebo podráždenú pokožku. Používanie prerušíš, ak sa počas nosenia objaví bolesť a/alebo neprijemné pocity. Nepoužívaj menštruačný kalíšok, ak je 1. poškodený alebo zdeformovaný alebo 2. zmenil farbu. Na zavádzanie ani vyberanie kalíška nikdy nepoužívaj žiadne cudzie predmety.**

RO | Risc de rănire! Nu folosi cupa menstruală pe pielea crăpată sau iritată. Oprește folosirea dacă apare orice durere și/sau disconfort în timpul utilizării. Nu folosi cupa menstruală dacă este 1. deteriorată sau deformată sau 2. decolorată. Nu folosi niciodată obiecte străine pentru a introduce sau scoate cupa.

**Manufacturer:**  
Triple A Import GmbH | Am Lenkwerk 3  
33609 Bielefeld | Germany  
[www.satisfyer.com](http://www.satisfyer.com) | [info@satisfyer.com](mailto:info@satisfyer.com)