

Einleitung

Danke, dass Sie sich für die uresta®-Harnblasenstütze zur Kontrolle oder Reduzierung der Harninkontinenz entschieden haben. Diese Anleitung beschreibt, was Sie über die Anwendung des Produkts wissen müssen, einschließlich des Einsetzens und Entfernens und der Pflege Ihrer uresta®-Harnblasenstütze.

uresta® kann je nach Lebensstil unterschiedlich eingesetzt werden. Sie kann morgen eingesetzt und täglich vor dem Schlafengehen entfernt werden oder nur für bestimmte Aktivitäten wie z.B. Bewegungsübungen getragen und danach wieder entfernt werden. Sie müssen uresta® vor dem Geschlechtsverkehr und während der Menstruation abnehmen.

So funktioniert die uresta®-Harnblasenstütze

uresta® besteht aus einem thermoplastischen Elastomer, ist nicht aus Naturkautschuk-Latex und wurde auf Biokompatibilität und Verwendung in der Scheide entwickelt und getestet. Bei richtiger Einführung in die Vagina bietet uresta® zusätzliche Unterstützung durch den Vaginalkanal, um den unfreiwilligen Harnverlust durch Stressinkontinenz zu reduzieren oder zu kontrollieren.

Verwendungshinweise

Die uresta®-Harnblasenstütze ist für erwachsene Frauen ab 18 Jahren geeignet, die unter Stressinkontinenz leiden (unfreiwilliger Harnverlust, z.B. bei Husten, Lachen, Niesen oder bei öpferlichen Belastungen).

Kontraindikationen - verwenden Sie dieses Produkt nicht:

- Wenn Sie unter 18 Jahre alt sind,
- Wenn Sie schwanger sind,
- Während des Geschlechtsverkehrs oder bei Menstruation,
- Wenn Sie kürzlich eine vaginale Operation hatten.

Verwenden Sie das Produkt nicht, wenn Sie eine der folgenden Beschwerden haben:

- Abnormale vaginale Blutungen oder übermäßigen vaginalen Ausfluss und/oder üblen Geruch in Verbindung mit Ausfluss,
- Vaginalen Schmerz oder Juckreiz.

Vorsichtsmaßnahmen

- Bei Erkrankungen wie Vaginaltrockenheit Atrophie oder prolaps konsultieren Sie bitte einen Arzt bevor Sie Ihre uresta®-Harnblasenstütze verwenden.
- uresta® ist nicht für die Anwendung bei Patienten mit Vaginalprolaps geeignet.
- Bitte beachten Sie den Abschnitt Produktpflege in dieser Gebrauchsanweisung (IFU) für die Reinigungsanweisungen des Produkts. Unsachgemäßes Waschen und Pflegen des Produkts kann zur Infektionsgefahr führen.
- Ersetzen Sie Ihr uresta®-Produkt wie im Abschnitt Produktpflege dieser IFU beschrieben. Nichtbeachtung kann zu falschem Sitz, Beschwerden oder Infektionen führen.

Das Produkt nicht verwenden, wenn

- das Originalitätssiegel auf der Verkaufspackung beim Kauf aufgebrochen ist,
- Inspektion der uresta®-Harnblasenstütze Risse oder andere Defekte zeigt.

Ihre uresta® ist nur für persönlichen Gebrauch bestimmt. Aus Gesundheits- und Sicherheitsgründen nicht mit anderen Personen teilen.

Warnung

- Hören Sie auf, uresta® zu verwenden und wenden Sie sich an einen Arzt, wenn eines der folgenden Symptome auftritt:
- Schwierigkeiten beim Wasserlassen,
- Vaginaler Juckreiz, Schmerzen oder Unbehagen bei der Anwendung des Produkts,
- Unerwartete vaginale Blutungen,
- Veränderung von Farbe, Konsistenz, Geruch oder Menge des Scheidenausflusses,
- Brennen beim Wasserlassen und/oder häufigeres Wasserlassen.

Nachteilige Auswirkungen

Klinische Studien mit uresta® haben keine signifikanten Komplikationen gezeigt. Es wurde kein Zusammenhang zwischen uresta® und toxischem Schock festgestellt.

Das Toxische Schocksyndrom (TSS) gilt als eine schwere und manchmal tödliche Krankheit, die durch toxinerzeugende Stämme des Bakteriums Staphylococcus aureus verursacht wird. TSS wurde mit hoher Absorption und längerer Verwendung von Tampons in Verbindung gebracht. Symptome von TSS ahmen häufig die Grippe nach und können plötzlich hohes Fieber, Erbrechen, Durchfall, Schwindel, Ohnmacht oder einen Ausschlag verursachen, der während Ihrer Periode oder einige Tage danach wie Sonnenbrand aussieht. Wenn Sie während der Anwendung des Produkts eines dieser Symptome feststellen, entfernen Sie bitte das Produkt und wenden Sie sich sofort an einen Arzt.

Vorgehen beim Einführen

1. Nehmen Sie die uresta® aus der Schachtel und dem Verpackungsmaterial; beachten Sie, dass die Größe jeder Harnblasenstütze durch eine Nummer auf einer Seite des Griffs gekennzeichnet ist.
2. Waschen Sie Ihre Hände mit einer milden Seife und warmem Wasser. Gründlich abspülen.
3. Die Verwendung eines Gleitmittels auf Wasserbasis, das für den vaginalen Gebrauch bestimmt ist (erhältlich in Ihrer Apotheke), wird empfohlen, um das Einsetzen der uresta®-Harnblasenstütze zu erleichtern. Meistens ist es hilfreich, einen Fuß auf einen Hocker oder Toilettendeckel zu setzen, um das Einsetzen der uresta®-Harnblasenstütze vorzubereiten.
4. Wenn Sie das Produkt zum ersten Mal verwenden, wählen Sie die Größe 4 uresta® und fassen Sie den Griff mit einer Hand. Mit der anderen Hand eine kleine Menge Gleitmittel auf die Spitze des schrägen Endes auftragen (siehe Abb. 1).
5. Halten Sie die uresta® in einer Hand, trennen Sie mit der anderen Hand die Schamlippen (die Öffnung oder die äußeren Lippen der Scheide) und führen Sie die Spitze des schrägen Endes in die Scheide ein (siehe Abb. 2).
6. Drücken Sie das uresta® Produkt vorsichtig in die Vagina in Richtung Wirbelsäule ein (siehe Abb. 3 und 4).

Instructions For Use

Introduzione

Grazie per aver scelto il supporto vescicale uresta® per il controllo e la riduzione dell'incontinenza urinaria da stress. Queste istruzioni descrivono come usare questo prodotto, compreso come inserirlo e rimuoverlo, e come conservare il supporto vescicale uresta®.

uresta® si può usare in vari modi, a seconda del proprio stile di vita. Si può inserirlo ogni mattina e rimuoverlo quando si va a letto la sera, oppure usarlo solo per attività specifiche, come la ginnastica, rimuovendolo al termine delle attività. Rimuovere uresta® prima di un rapporto sessuale e durante le mestruazioni.

Come funziona il supporto vescicale uresta®

uresta® è prodotto con un elastomero termoplastico, non con lattice di gomma naturale, ed è progettato e testato per la biocompatibilità e l'uso in vagina. Se correttamente inserito, uresta® fornisce supporto attraverso il canale vaginale per ridurre o controllare le perdite involontarie dovute all'incontinenza urinaria da stress.

Indicazioni per l'uso

Il supporto vescicale uresta® è indicato per le donne adulte di età superiore ai 18 anni che manifestino incontinenza urinaria da stress (perdita involontaria di urina, per esempio quando si tossisce, ride, stentuccia o si compiono sforzi fisici).

Controindicazioni – non usare il prodotto se:

- Si hanno meno di 18 anni di età
- Si è incinte
- Durante i rapporti sessuali e le mestruazioni
- Se ci si è sottoposte di recente a operazioni chirurgiche alla vagina

Non usare il prodotto se si verificano le seguenti condizioni:

- Eccessivo sanguinamento vaginale o eccessive secrezioni vaginali e/o cattivo odore associato alle secrezioni
- Indolenzimento o prurito alla vagina

Precauzioni

- Se si soffre di problemi preesistenti, come secchezza, atrofia della vagina, o prollasso, consultare un medico prima di usare il supporto vescicale uresta®.
- uresta® non è indicato per l'uso nelle pazienti con prollasso vaginale.
- Consultare la sezione "Cura del prodotto" di queste istruzioni per l'uso per sapere come pulire il prodotto. Lavaggio e manutenzione non corretti possono causare un rischio d'infezione.
- Sostituire il prodotto uresta® come indicato alla sezione "Cura del prodotto" di queste istruzioni. La mancata sostituzione può causare problemi di adesione, fastidio o infezioni.

Non usare il prodotto se:

- Al momento dell'acquisto, sigillino antimanipolazione sulla confezione di vendita risulta rotto
- Un esame del supporto vescicale uresta® rivela rotture o altri difetti

uresta® è solo per uso personale. Per motivi di igiene e sicurezza, non dividerne l'uso con altre persone.

Avvertenza

Interrompere l'uso di uresta® e consultare un medico qualora si verificasse quanto segue:

- Difficoltà di minzione
- Prurito, dolore o fastidio alla vagina associati all'uso del prodotto
- Sanguinamento vaginale inatteso
- Variazioni di colore, consistenza, odore o quantità di secrezioni vaginali
- Bruciore alla minzione o necessità di urinare più di frequente

Effetti indesiderati

Gli studi clinici su uresta® non hanno dimostrato complicitanze significative. Non si è riscontrata alcuna associazione tra uresta® e la sindrome da shock tossico.

La sindrome da shock tossico (TSS) è una condizione grave e talvolta fatale causata dalle tossine prodotte da ceppi di Staphylococcus aureus. La TSS è stata posta in relazione con alta assorbenza e uso prolungato di tamponi igienici. I sintomi della TSS spesso somigliano a quelli dell'influenza, tra cui febbre alta, vomito, diarrea, vertigini, mancamenti e un'eritema simile a una scottatura solare durante le mestruazioni o nei giorni successivi. Se si riscontrano tali sintomi mentre si usa il prodotto, rimuoverlo e consultare subito un medico.

Inserimento

1. Rimuovere uresta® dalla scatola e dall'imballo; notare che le dimensioni di ciascun supporto vescicale sono identificate dal numero su un lato del manico.
2. Lavarsi le mani con sapone neutro e acqua tiepida. Risciacquarsi bene.
3. Si raccomanda l'uso di un lubrificante a base acquosa per uso vaginale (disponibile in farmacia) per facilitare l'inserimento del supporto vescicale uresta®. Può essere d'aiuto collocare un piede su uno sgabello o sulla tavoletta di un water per prepararsi a inserire il supporto vescicale uresta®.
4. Se si usa il prodotto per la prima volta, scegliere un uresta® numero 4 e afferrare il manico con una mano. Con l'altra mano, porre una piccola quantità di lubrificante sulla punta dell'estremità affusolata (vedere Figura 1).
5. Tenendo uresta® in una mano, usare l'altra mano per separare le labbra della vagina e guidare la punta dell'estremità affusolata dentro la vagina (vedere Figura 2).
6. Spingere delicatamente il prodotto uresta® nella vagina, in direzione della spina dorsale (vedere Figura 3 e 4).

Introduction

Thank you for choosing the uresta® bladder support for control or reduction of stress urinary incontinence. These instructions will outline what you need to know about using this product, including insertion and removal, and care of your uresta® bladder support.

uresta® may be used in different ways to suit your lifestyle. It can be inserted in the morning and removed at bedtime everyday or used just for specific activities such as exercise and removed after the activity. Remove uresta® before sexual intercourse and during menstruation.

How the uresta® bladder support works

uresta® is made from a thermoplastic elastomer, is not made with natural rubber latex, and has been designed and tested for biocompatibility and use in the vagina. When properly inserted into the vagina, uresta® provides additional support through the vaginal canal to reduce or control involuntary urine loss due to stress urinary incontinence.

Indications for Use

The uresta® bladder support is indicated for use in adult women over 18 years of age who experience stress urinary incontinence (involuntary urine loss, such as a spurt of urine that occurs when you cough, laugh, sneeze, or with some physical tasks).

Contraindications – do not use this product:

- If you are under 18 years of age
- If you are pregnant
- During sexual intercourse or menstruation
- If you have had recent vaginal surgery

Do not use the product if you have any of the following:

- Abnormal vaginal bleeding or excessive vaginal discharge and/or foul odour associated with discharge
- Vaginal soreness or itching

Precautions

- If you suffer from pre-existing conditions, including previous vaginal or related surgery, atrophy, or prolapse, please consult a physician prior to using your uresta® bladder support.
- uresta® is not indicated for use in patients experiencing vaginal prolapse.
- Please refer to the Product Care Section of this Instruction for Use (IFU) for cleaning instructions of the product. Improper washing and care of the product may lead to a risk of infection.
- Replace your uresta® product as directed in the Product Care Section of this IFU. Failure to do so may lead to improper fit, discomfort, or infection.

Do not use this product if:

- The tamperproof seal on the retail package is broken at time of purchase
- Inspection of the uresta® bladder support reveals cracks or other defects

Your uresta® is for personal use only. For health and safety reasons, do not share it with any other person.

Warning

Stop using uresta® and consult a physician if any of the following occurs:

- Difficulty urinating
- Vaginal itching, pain or discomfort with the use of the product
- Unexpected vaginal bleeding
- Change in colour, consistency, odour, or amount of vaginal discharge
- Burning with urination and/or the need to urinate more often

Adverse Effects

Clinical studies of uresta® have not shown any significant complications. No association has been established between uresta® and toxic shock.

Toxic Shock Syndrome (TSS) is considered a serious and sometimes fatal disease caused by toxin-producing strains of Staphylococcus aureus bacterium. TSS has been linked to high absorbency and prolonged use of tampons. Symptoms of TSS often mimic the flu and can include sudden high fever, vomiting, diarrhea, dizziness, fainting or a rash that looks like sunburn during your period or a few days after. If you experience any of these symptoms while using the product, remove and immediately contact a physician.

Insertion Steps

1. Remove the uresta® from the box and packaging material; note that the size of each bladder support is identified by a number on one side of the handle.
2. Wash your hands with a mild soap and warm water. Rinse thoroughly.
3. The use of a water-based lubricant designed for vaginal use (available at a local pharmacy) is recommended to be used to assist with inserting the uresta® bladder support. It is usually helpful to place one foot on a stool or toilet seat cover to prepare for insertion of the uresta® bladder support.
4. If using the product for the first time, select the size 4 uresta® and grasp the handle with one hand. With the other hand, place a small amount of lubricant on the tip of the tapered end (see Figure 1).
5. Holding the uresta® in one hand, use the other hand to separate the labia (the opening or outer lips) of the vagina and direct the tip of the tapered end into the vagina (see Figure 2).
6. Gently push the uresta® product into the vagina aiming towards the spine. (see Figure 3 and 4)

What is in the uresta® kit?

The uresta® bladder support starter kit contains 3 bladder supports and 1 case:

The uresta® bladder support replacement kit contains one (1) of the following sizes of bladder support:

Introduction

Merci d'avoir choisi le soutien vésical uresta® pour le contrôle ou la réduction de l'incontinence urinaire à l'effort. Les présentes consignes indiqueront ce que vous devez savoir au sujet de l'utilisation de ce produit, y compris l'insertion, le retrait et l'entretien du dispositif.

uresta® peut être utilisé de différentes manières pour convenir à votre style de vie. On peut l'insérer le matin et le retirer à l'heure du coucher, ou bien le porter lors des activités précises comme l'exercice physique et le retirer par la suite. Il faut retirer le dispositif uresta® avant les rapports sexuels et durant les menstruations.

Comment fonctionne le soutien vésical uresta®

uresta® est fait en élastomère thermoplastique au lieu de caoutchouc naturel (latex) ; il a été conçu et soumis à des essais de biocompatibilité et pour l'utilisation dans le vagin. Lorsqu'il est correctement inséré dans le vagin, uresta® fournit un soutien supplémentaire à travers le canal vaginal pour réduire ou contrôler les pertes involontaires d'urine dues à l'incontinence urinaire à l'effort.

Indications d'emploi

Le soutien vésical uresta® est indiqué chez les femmes adultes de plus de 18 ans, qui souffrent d'incontinence urinaire à l'effort (IUE), c'est-à-dire une perte involontaire d'urine comme un jet d'urine qui se produit lorsque vous toussiez, riez, éternuez ou exécutez certaines tâches physiques.

Contre-indications : N'utilisez pas ce produit :

- si vous avez moins de 18 ans ;
- si vous êtes enceinte ;
- au cours des rapports sexuels ou pendant les menstruations ;
- si vous avez récemment subi une intervention chirurgicale vaginale.

N'utilisez pas ce produit si vous souffrez de l'une quelconque des conditions suivantes :

- des saignements vaginaux anormaux ou des écoulements vaginaux excessives, ou des mauvaises odeurs associées aux écoulements ;
- des douleurs ou démangeaisons vaginales.

Précautions

- Si vous souffrez de certaines affections préexistantes, comme la sécheresse vaginale, l'atrophie vaginale, ou prolapsus, veuillez consulter un médecin avant toute utilisation de votre soutien vésical uresta®.
- Le soutien vésical uresta® n'est pas indiqué chez les patients qui souffrent d'un prolapsus vaginal.
- Veuillez vous reporter à la section « Entretien du produit » des présentes Consignes d'utilisation (IFU) quant aux instructions pour le nettoyage de votre uresta®. Un lavage ou entretien inadéquat du produit peut entraîner un risque d'infection.

N'utilisez pas ce produit dans les cas suivants :

- si la fermeture de sécurité de l'emballage conditionné pour la vente au détail est brisée lors de l'achat ;
- si l'inspection du soutien vésical uresta® montre des fissures ou d'autres défauts.

Votre uresta® est destiné à une utilisation personnelle. Pour des raisons de santé et de salubrité, il ne faut pas le partager avec toute autre personne.

Mise en garde :

- Si l'une ou l'autre des situations suivantes survient, il faut cesser d'utiliser uresta® et consulter un médecin :
- de la difficulté à uriner ;
- des démangeaisons ou douleurs vaginales ou de l'inconfort associés à l'utilisation du dispositif uresta® ;
- des saignements vaginaux inhabituels ;
- un changement de couleur, de consistance, d'odeur ou de quantité de l'écoulement vaginal ;
- des sensations de brûlure à la miction et/ou le besoin d'uriner plus souvent.

Effets néfastes

Les études cliniques effectuées sur le dispositif uresta® n'ont démontré aucune complication importante. Aucune relation n'a été établie entre le dispositif uresta® et le choc toxique.

Le syndrome du choc toxique (SCT) est considéré une maladie grave et parfois mortelle, causée par des souches toxigènes spécifiques de la bactérie Staphylococcus aureus. Le SCT a été lié à un pouvoir absorbant élevé et à une utilisation prolongée des tampons hygiéniques féminins. Les symptômes du SCT peuvent souvent imiter les symptômes de la grippe, notamment une fièvre élevée, des vomissements, la diarrhée, le vertige, des évanouissements ou une éruption cutanée rouge qui ressemble à un coup de soleil durant la période des menstruations ou quelques jours plus tard. Si vous éprouvez un ou plusieurs de ces symptômes lors de l'utilisation de ce produit, retirez l'uresta® et consultez un médecin.

Étapes d'insertion

Retirez l'uresta® de la boîte et du matériel d'emballage. Notez que la taille de chaque soutien vésical uresta® est identifié par un numéro imprimé sur un côté de la poignée du dispositif. Lavez-vous les mains à l'eau tiède et avec un savon doux. Rincez-vous les mains à fond.

1. L'on recommande l'application d'un lubrifiant à base d'eau conçu spécifiquement pour administration vaginale (disponible en pharmacie) pour faciliter l'insertion du soutien vésical uresta®. Il est habituellement utile de poser un pied sur un tabouret ou sur la couverture du siège de la toilette pour aider l'insertion du soutien vésical uresta®.

2. Si vous utilisez ce produit pour la première fois, choisissez un uresta® de taille 4. Saisissez d'une main le soutien vésical par la poignée et utilisez l'autre main pour appliquer une petite quantité de lubrifiant sur la pointe conique du soutien (voir figure 1).

3. En tenant l'uresta® d'une main, utilisez l'autre main pour séparer les grandes lèvres (soit la vulve) du vagin et dirigez la pointe conique du dispositif dans le vagin (voir figure 2).

4. Enfoncez doucement l'uresta® dans le vagin dans la direction de la colonne vertébrale (voir figures 3 et 4).

Introducción

Gracias por elegir el soporte para vejiga uresta® para el control o la reducción de la incontinencia urinaria de esfuerzo. Estas instrucciones le indicarán lo que necesita saber sobre el uso de este producto, incluida la inserción y extracción, y el cuidado de su soporte para vejiga uresta®.

uresta® puede utilizarse de diferentes maneras para adaptarse a su estilo de vida. Puede insertarse por la mañana y retirarse a la hora de acostarse todos los días o utilizarse solo para actividades específicas, como el ejercicio, y retirarse después de la actividad. Retire el uresta® antes de las relaciones sexual y durante la menstruación.

Cómo funciona el soporte para la vejiga uresta®

uresta® está hecho de un elastómero termoplástico, no está hecho con látex de caucho natural, y ha sido diseñado y probado para la biocompatibilidad y uso en la vagina. Cuando se inserta correctamente en la vagina, uresta® proporciona un soporte adicional a través del canal vaginal para reducir o controlar la pérdida involuntaria de orina debido a la incontinencia urinaria de esfuerzo.

Indicaciones para el uso

El soporte para vejiga uresta® está indicado para mujeres adultas mayores de 18 años que padecen incontinencia urinaria de esfuerzo (pérdida involuntaria de orina, como un chorro de orina que se produce al toser, reír, estornudar o con algunas tareas físicas).

Contraindicaciones: no use este producto:

- Si tiene menos de 18 años de edad
- Si está embarazada
- Durante las relaciones sexuales o la menstruación
- Si ha tenido una cirugía vaginal reciente

No use el producto si tiene alguno de los siguientes:

- Sangrado vaginal anormal o flujo vaginal excesivo y/o mal olor asociado con el flujo
- Dolor vaginal o picazón

Precauciones

- Si padece afecciones preexistentes, como sequedad vaginal, atrofia, o prolapsos consulte a un médico antes de utilizar su soporte para vejiga uresta®.
- uresta® no está indicado para pacientes con problemas de prolapsos vaginal.
- Consulte la sección de Cuidado del producto de estas Instrucciones de uso para obtener instrucciones de limpieza del producto. El lavado y el cuidado inadecuados del producto pueden provocar un riesgo de infección.
- Reemplace su producto uresta® como se indica en la Sección de cuidado del producto de estas Instrucciones de uso. El no hacerlo puede resultar en un ajuste inadecuado, incomodidad o infección.

No use este producto si:

- El sello a prueba de manipulaciones en el paquete de venta al por menor está roto en el momento de la compra
- La inspección del soporte para vejiga uresta® revela rajaduras u otros defectos

Su uresta® es solo para uso personal. Por razones de salud y seguridad, no lo comparta con ninguna otra persona.

Advertencia

- Deje de usar uresta® y consulte a un médico si ocurre cualquiera de los siguientes:
- Dificultad para orinar
- Picazón vaginal, dolor o malestar con el uso del producto
- Sangrado vaginal de manera inesperada.
- Cambio en el color, consistencia, olor o cantidad de flujo vaginal
- Ardor al orinar y/o la necesidad de orinar con más frecuencia

Efectos adversos

Los estudios clínicos de uresta® no han mostrado complicaciones significativas. No se ha establecido ninguna asociación entre uresta® y shock tóxico.

El Síndrome de Shock Tóxico (SST) se considera una enfermedad grave y en ocasiones mortal causada por cepas productoras de toxina de la bacteria Staphylococcus aureus. El SST se ha relacionado a la alta absorbencia y al uso prolongado de tampones. Los síntomas del SST a menudo se asemejan a los de la gripe y pueden incluir fiebre alta repentina, vómitos, diarrea, mareos, desmayos o un sarpullido que parece una quemadura de sol durante su periodo o unos días después. Si experimenta alguno de estos síntomas mientras usa el producto, retírelo e inmediatamente contacte a un médico.

Pasos para la inserción

1. Retire el uresta® de la caja y el material de embalaje; tenga en cuenta que el tamaño de cada soporte para la vejiga está identificado por un número en un lado del mango.

2. Lávese las manos con un jabón suave y agua tibia. Enjuague bien.

3. Se recomienda el uso de un lubricante a base de agua diseñado para uso vaginal (disponible en una farmacia local) para ayudar a insertar el soporte para vejiga uresta®. En general es útil colocar un pie en un taburete o en la tapa del asiento del inodoro en preparación para la inserción del soporte para la vejiga uresta®.

4. Si utiliza el producto por primera vez, seleccione el uresta® tamaño 4 y sujete el mango con una mano. Con la otra mano, coloque una pequeña cantidad de lubricante en la punta del extremo cónico (vea la Figura 1).

5. Sosteniendo el uresta® con una mano, use la otra mano para separar los labios (la abertura o los labios externos) de la vagina y dirija la punta del extremo cónico dentro de la vagina (vea la Figura 2).

6. Empuje suavemente el producto uresta® en la vagina apuntando hacia la columna vertebral. (vea la Figura 3 y 4)



34mm|1.3"



38mm|1.5"



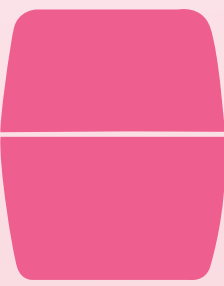
43mm|1.7"



48mm|1.9"



52mm|2.0"



Case

Wenn das Produkt in die Vagina eintritt, hilft das schräge Ende, die Vagina zu öffnen. Sie werden etwas Druck und Widerstand an der Öffnung spüren, wenn Sie den breitesten Teil der uresta® in und unter das Schambein schieben, wobei der Druck und Widerstand nachlassen wird.

Nach dem Einsetzen sollte das Ende des Griffes ca. 2 cm innerhalb der Vaginaöffnung sein, und Sie sollten leicht in der Lage sein, das Ende des Griffes zu berühren und den Griff zum Herausziehen zu fassen. Sie sollten die uresta® nicht spüren, wenn sie richtig bemessen und eingesetzt ist.

Überprüfen Sie nach dem Einsetzen, ob es sich um die richtige Größe handelt:

- Es fällt nicht heraus, wenn Sie sich bewegen oder gehen (wenn ja, probieren Sie die nächste Größe);
- Sie spüren es nicht (wenn es Druck oder Unbehagen verursacht, probieren Sie eine kleinere Größe);
- Wenn Sie husten, niesen, lachen oder Sport treiben, läuft Ihre Harnblase nicht aus (oder das Auslaufen wird deutlich weniger);
- Sie können mit Ihrer uresta® Wasser lassen (die Blase entleeren) - das Produkt sollte Sie nicht daran hindern, Wasser zu lassen oder Stuhlgang zu haben, wenn es richtig angebracht ist.

Vorgehen beim Herausnehmen

1. Die Hände mit einer milden Seife und warmem Wasser waschen. Gründlich abspülen.
2. Die Schamlippen (die Öffnung oder die äußeren Lippen der Scheide) mit einer Hand trennen. Den Zeigefinger der anderen Hand einführen, um den Griff der uresta® zu finden.
3. Den Griff mit Zeigefinger und Daumen fassen und die uresta® nach unten und aus der Scheide ziehen.

Wenn Sie Schwierigkeiten dabei haben, das Produkt zu erreichen oder zu entfernen, Folgendes versuchen:

- Ein paar tiefe Atemzüge zur Entspannung und Entkrampfung der Beckenbodenmuskulatur,
- Den Griff etwas drehen, um das Siegel zu "brechen",
- Eine Stellung wie beim Stuhlgang einnehmen, um die uresta® in eine Position zu bringen, in der Sie den Griff leichter fassen können.

Pflege des Produkts

Die Hände immer mit milder Seife und warmem Wasser waschen und gründlich abspülen, bevor Sie die uresta® einsetzen oder herausnehmen.

Sie sollten die uresta® täglich heausnehmen und reinigen. Zum Reinigen: 1. Warmes Wasser und eine milde, nicht parfümierte Seife verwenden, um Ihre uresta® zu waschen. Nach dem Waschen gründlich mit Wasser abspülen, 2. Mit einem Handtuch oder Tuch trocknen, 3. In das untere Teil des uresta®-Gehäuses legen und das Gehäuse an der Luft trocknen lassen.

Ihre uresta® ersetzen, wenn ein Defekt (z.B. ein Riss) entsteht, und Ihre uresta® einmal im Jahr ersetzen, um eine dauerhafte Passform sowie bequemes und sicheres Tragen zu gewährleisten.

Fehlersuche und -behebung

Wenn Sie Schwierigkeiten oder Unbehagen beim Einführen haben:

- Ein Gleitmittel auf Wasserbasis verwenden,
- Tief durchatmen, um die Beckenbodenmuskulatur zu entspannen,
- Versuchen, eine kleinere Größe der uresta® einzufügen,
- Bei anhaltenden Problemen einen Arzt hinzuziehen.

Wenn das Produkt Ihre Inkontinenz nicht behebt bzw. nicht deutlich reduziert oder nicht an Ort und Stelle bleibt:

- Die nächste Größe probieren.
- Wenn das Produkt nur beim Stuhlgang herausfällt, entfernen Sie es vor dem Stuhlgang gemäß den Anweisungen und setzen Sie es danach ebenfalls nach den Anweisungen wieder ein.
- Bei anhaltenden Problemen einen Arzt hinzuziehen.

Wenn das Produkt unbequem ist oder wenn Sie Ihre Blase nicht entleeren können:

- Eine kleinere Größe probieren;
- Bei anhaltenden Problemen einen Arzt hinzuziehen.

Wenn Sie Schwierigkeiten beim Herausnehmen haben:

- Tief durchatmen, um die Beckenbodenmuskulatur zu entspannen und vorsichtig eine Stellung wie beim Stuhlgang einnehmen;
- Falls Sie das Produkt nicht herausnehmen können, innerhalb von 24 Stunden einen Arzt hinzuziehen.

Entrando nella vagina, l'estremità affusolata contribuirà ad aprire il canale. Si proverà un senso di pressione e di resistenza nello spingere la parte più ampia di uresta® fino a superare l'osso pubico; da quel momento, pressione e resistenza diminuiranno.

Una volta inserito, l'estremità del manico si dovrebbe trovare circa 2 cm all'interno dell'apertura della vagina; si dovrebbe essere in grado di afferrare facilmente il manico per l'estrazione. Se correttamente dimensionato e inserito, uresta® non si dovrebbe sentire.

Una volta inserito, controllare se è della dimensione giusta:

- Non cade quando ci si muove o si cammina (se succede, provare la taglia più grande);
- Non si sente (se si percepiscono pressione o fastidio, provare la taglia più piccola);
- Quando si tossisce, stermutisce, ride o fa ginnastica, la vescica non perde (o le perdite sono fortemente ridotte);
- Si riesce a urinare (svuotare la vescica) con uresta® in posizione. Il prodotto correttamente posizionato non deve impedire la minzione né la defecazione.

Rimozione

1. La varsi le mani con sapone neutro e acqua tiepida. Risciacuarsi bene.
2. Separare le labbra della vagina con una mano. Con l'altra, inserire l'indice per localizzare il manico di uresta®.
3. Afferrare il manico tra pollice e indice e tirare uresta® all'ingù e verso l'esterno della vagina.

In caso di difficoltà nell'afferrare o rimuovere il prodotto, provare a:

- Respirare a fondo per rilassarsi e allentare la tensione nei muscoli del pavimento pelvico;
- Torcere leggermente il manico per "rompere l'effetto ventosa";
- Spingere come se si stesse cercando di defecare, per aiutare a far scendere uresta® verso una posizione più facile da afferrare.

Cura del prodotto

Lavarsi sempre le mani con sapone neutro e acqua tiepida, risciacquandosi bene, prima di inserire o rimuovere uresta®.

uresta® va rimosso ogni giorno per pulirlo.

Ecco come pulirlo:

1. Usare acqua tiepida e un sapone neutro non profumato per lavare uresta®. Risciacquare bene con acqua dopo il lavaggio;
2. Asciugare con un asciugamano o un canovaccio;
3. Collocare nell'unità inferiore della custodia di uresta® e lasciare aperta la custodia per far asciugare il prodotto.

Sostituire uresta® se si riscontra un difetto (p.es. una fessura) e comunque una volta l'anno per assicurare un'adesione corretta, confortevole e sicura.

Risoluzione dei problemi

Se si incontrano difficoltà o si prova fastidio durante l'inserimento:

- Usare un lubrificante a base acquosa
- Respirare a fondo per rilassare i muscoli pelvici
- Provare a inserire la taglia inferiore
- Se i problemi continuano, consultare un medico

Se il prodotto non riesce a controllare o a ridurre significativamente le perdite oppure se non resta in posizione:

- Provare a inserire la taglia superiore
- Se il prodotto viene espulso durante la defecazione, rimuoverlo prima di defecare, come da istruzioni, e reinserirlo dopo, come da istruzioni
- Se i problemi continuano, consultare un medico

Se il prodotto risulta fastidioso o se non si riesce a svuotare la vescica:

- Provare a inserire la taglia inferiore
- Se i problemi continuano, consultare un medico

Se risulta difficoltoso rimuovere il prodotto:

- Respirare profondamente per rilassare i muscoli pelvici e spingere come se si stesse cercando di defecare
- Se non si riesce a rimuoverlo, consultare un medico entro 24 ore

As the product enters the vagina the tapered end will help to open the vagina. You will feel some pressure and resistance at the opening as you push the widest part of the uresta® in and below the pubic bone, at which point the pressure and resistance will subside.

Once inserted, the end of the handle should be approximately 2.0 cm or approximately ¾ of an inch inside the opening to the vagina and you should be able to easily touch the end of the handle and grip the handle for removal. You should not feel the uresta® when properly sized and inserted.

Once inserted, check the following to see if it is the right size:

- It does not fall out when moving or walking (if it does, try the next larger size);
- You do not feel it (if there is pressure or discomfort, try the next smaller size);
- When you cough, sneeze, laugh, or exercise, your bladder does not leak (or leaking is significantly reduced);
- You can urinate (empty your bladder) with your uresta® in place – the product should not stop you from urinating or having a bowel movement when properly fitted.

Removal Steps

1. Wash your hands with a mild soap and warm water. Rinse thoroughly.
2. Separate the labia (the opening or outer lips) of the vagina with one hand. With the other hand, insert index finger to locate the handle of the uresta®.
3. Grasp the handle with your index finger and thumb, and pull the uresta® down and out of the vagina.

If you experience any difficulty in reaching or removing the product, try:

- A few deep breaths to relax and release tension in the pelvic floor muscles;
- Give a small twist of the handle to "break the seal";
- Bear down as if trying to have a bowel movement to help move the uresta® down to a position where you can more easily grasp the handle.

Product Care

Always wash your hands with mild soap and warm water, rinsing thoroughly, before inserting or removing uresta®.

You should remove uresta® daily to clean it. To clean:

1. Use warm water and a mild, non-perfumed soap to wash your uresta®. Rinse thoroughly with water after washing;
2. Dry with a towel or cloth;
3. Place in bottom unit of uresta® case and leave the case open to air dry.

Replace your uresta® if a defect (e.g. a crack) develops and replace your uresta® once a year to ensure continued proper fit, comfort, and safety.

Troubleshooting

If you have difficulty or you are experiencing discomfort inserting:

- Use a water based lubricant
- Take deep breaths to relax pelvic muscles
- Try inserting the next smaller size
- If problems persist, consult a physician

If the product does not control or significantly reduce your bladder leakage or will not stay in place:

- Try one size larger
- If the product falls out only during bowel movements, remove it before a bowel movement, as per instructions and replace it after, as per instructions
- If problems persist, consult a physician

If the product is uncomfortable or if you cannot empty your bladder:

- Try one size smaller
- If problems persist, consult physician

If you experience difficulty removing:

- Take deep breaths to relax pelvic muscles and gently bear down as if trying to have a bowel movement
- If unable to remove, consult a physician within 24 hours

À mesure que l'uresta® entre dans le vagin, la pointe conique aidera à ouvrir le vagin. Vous ressentirez un peu de pression et de résistance à l'ouverture du vagin en insérant la partie la plus large du dispositif ; la pression et la résistance diminueront dès que l'uresta® glisse en place au-dessous du pelvis.

Une fois que l'uresta® est inséré, l'extrémité de la poignée devrait se situer à 2,0 cm (0,75 po) environ à l'intérieur de l'ouverture du vagin. Vous devriez pouvoir toucher facilement l'extrémité de la poignée et la saisir pour le retirer du vagin par la suite. Lorsque l'uresta® est correctement inséré, et en présumant que vous avez choisi la bonne taille, vous ne deviez pas le sentir du tout.

Une fois que l'uresta® est inséré, vérifiez comme suit pour vous assurer qu'il est de la bonne taille :

- Le dispositif ne tombe pas quand vous vous déplacez (si tel est le cas, essayez la taille immédiatement supérieure) ;
- Vous ne pouvez pas sentir sa présence (si vous ressentez un inconfort, essayez la taille immédiatement inférieure) ;
- Quand vous toussiez, éternuez, riez ou faites de l'exercice, vous n'avez pas de fuites urinaires (ou bien les fuites sont notablement réduites) ;
- Vous pouvez uriner (vider votre vessie) avec l'uresta® en place. Si vous portez un dispositif de la bonne taille, il ne devrait pas vous empêcher d'uriner ou de faire des selles.

Étapes de retrait

1. Lavez-vous les mains à l'eau tiède et avec un savon doux. Rincez-vous les mains à fond.
2. Utilisez une main pour séparer les grandes lèvres (soit la vulve) du vagin. Insérez l'index de l'autre main dans le vagin pour repérer la poignée de l'uresta®.
3. Saisissez la poignée avec l'index et le pouce, puis tirez vers le bas pour que l'uresta® sorte du vagin.

Si vous éprouvez de la difficulté à repérer ou à faire sortir le dispositif, voici quelques conseils :

- Prenez quelques bonnes respirations pour vous détendre et soulager la tension musculaire du plancher pelvien ;
- Tournez légèrement la poignée pour la libérer un peu ;
- Concentrez-vous comme si vous essayez de faire des selles afin de faire descendre l'uresta® dans une meilleure position pour saisir la poignée plus facilement.

Entretien du produit

Avant de faire l'insertion ou le retrait de l'uresta®, il faut toujours se laver les mains à l'eau tiède et avec un savon doux, puis les rincer à fond.

Vous devez enlever l'uresta® chaque jour pour le nettoyer. Veuillez suivre ces directives de nettoyage :

1. Utilisez de l'eau tiède et un savon doux non parfumé pour laver votre uresta®. Rincez-le bien après le lavage.
2. Séchez-le à l'aide d'une serviette ou d'un chiffon.
3. Posez-le dans le compartiment au fond de l'étui uresta® et laissez l'étui ouvert pour qu'il sèche à l'air.

Remplacez votre uresta® si vous décelez une défectuosité (comme une fissure). Remplacez votre uresta® une fois par année pour assurer que la taille, le confort et la salubrité sont toujours exacts.

Dépannage

Si vous éprouvez de la difficulté ou de l'inconfort en insérant votre uresta® :

- utilisez un lubrifrant à base d'eau ;
- prenez quelques bonnes respirations pour soulager la tension musculaire du plancher pelvien ;
- essayez d'insérer la taille immédiatement inférieure du dispositif ;
- si les problèmes persistent, consultez un médecin.

Si le soutien vésical uresta® n'arrive pas à contrôler ou à réduire sensiblement les fuites urinaires ou qu'il ne reste pas en place une fois inséré :

- essayez la taille immédiatement supérieure ;
- si l'uresta® sort du vagin uniquement en faisant des selles, retirez-le avant d'aller aux toilettes puis remplacez-le après, en suivant les instructions pour le retrait et l'insertion du dispositif ;
- si les problèmes persistent, consultez un médecin.

Si vous éprouvez de l'inconfort ou que vous n'arrivez pas à vider votre vessie en portant l'uresta® :

- essayez la taille immédiatement inférieure ;

- si les problèmes persistent, consultez un médecin.

Si vous éprouvez de la difficulté à enlever votre uresta® :

- prenez quelques bonnes respirations pour soulager la tension musculaire du plancher pelvien et concentrez-vous comme si vous essayez de faire des selles ;
- si les problèmes persistent, consultez un médecin.

Sentira algo de presión y resistencia en la abertura al empujar la parte más ancha de uresta® dentro y debajo del hueso púbico, momento en el cual disminuirán la presión y la resistencia.

Una vez insertado, el extremo del mango debe estar aproximadamente 2.0 cm o aproximadamente ¾ de pulgada dentro de la abertura de la vagina y usted debe poder tocar fácilmente el extremo del mango y agarrarlo para extraerlo. No debe sentir el uresta® cuando esté correctamente dimensionado e insertado.

Una vez insertado, verifique lo siguiente para ver si es el tamaño correcto:

- No se cae cuando se mueve o camina (si lo hace, pruebe el siguiente tamaño más grande);
- No lo siente (si hay presión o incomodidad, pruebe con el siguiente tamaño más pequeño);
- Cuando tose, estornuda, se ríe o hace ejercicio, su vejiga no tiene fugas (o la fuga se reduce significativamente);
- Puede orinar (vaciar la vejiga) con el uresta® en su lugar; el producto no debe impedirle orinar o defecar cuando está bien colocado.

Pasos para el retiro

1. Lávese las manos con un jabón suave y agua tibia. Enjuague bien.
2. Separe los labios (la apertura o los labios externos) de la vagina con una mano. Con la otra mano, inserte el dedo índice para ubicar el mango del uresta®.
3. Sujete el mango con el dedo índice y el pulgar, y tire del uresta® hacia abajo y fuera de la vagina.

Cuidado del producto

Siempre lávese las manos con jabón suave y agua tibia, enjuagándose bien, antes de insertar o retirar el uresta®.

Debe retirar el uresta® diariamente para limpiarlo. Para limpiar:

1. Use agua tibia y un jabón suave no perfumado para lavar su uresta®. Enjuague bien con agua después del lavado;
2. Seque con una toalla o paño;
3. Colóquelo en la unidad inferior de la caja uresta® y deje la caja abierta para que se seque al aire.

Reemplace su uresta® si desarrolla un defecto (por ejemplo, una rajadura) y reemplace su uresta® una vez al año para garantizar un ajuste, comodidad y seguridad continua.

Solución de problemas

Si tiene problemas o está experimentando malestar al insertarlo:

- Use un lubricante a base de agua
- Respire profundamente para relajar los músculos pélvicos
- Intente insertar el siguiente tamaño más pequeño
- Si los problemas persisten, consulte a un médico

Si el producto no controla o no reduce significativamente la incontinencia urinaria o no permanece en su lugar:

- Pruebe con un tamaño más grande
- Si el producto se cae solo durante las evacuaciones, retírelo antes de defecar, según las instrucciones y reemplácelo después, según las instrucciones.
- Si los problemas persisten, consulte a un médico

Si el producto es incómodo o si no puede vaciar la vejiga:

- Pruebe con un tamaño más pequeño
- Si los problemas persisten, consulte a un médico

Si tiene dificultades para retirarlo:

- Respire profundamente para relajar los músculos pélvicos y puje como si tratara de defecar
- En caso de no poder retirarlo, consulte a un médico en un plazo de 24 horas



50 Alliance Blvd.
Barrie, Ontario
Canada L4M 5K3
1-800-463-7146
www.southmedic.com

Marketed by:



282 Main St.
Shediac, NB
Canada E4P 2E3
1-866-560-5690
www.uresta.com



MADE IN CANADA



Emergo Europe
Prinsessegracht 20
2514 AP The Hague
The Netherlands

