

NL



FERTI · LILY

A LITTLE HELP MAKING
A LITTLE MIRACLE

- A. DE FERTI-LILY CONCEPTIECUP
- B. GEBRUIKSAANWIJZING FERTI-LILY CONCEPTIECUP
- C. VERWIJDEREN VAN DE FERTI-LILY CONCEPTIECUP
- D. REINIGEN VAN DE FERTI-LILY CONCEPTIECUP
- E. VERVANGEN VAN DE FERTI-LILY CONCEPTIECUP
- F. VOORZORGSMAATREGELEN EN BIJWERKINGEN
- G. CONTACTGEGEVENS EN KLANTENSERVICE

A. DE FERTI-LILY CONCEPTIECUP

Je bent op een punt waar wij ook ooit waren. Wij vonden het op zijn zachtst gezegd een lastige tijd. Daarom hebben wij deze cup gemaakt. De FERTI-LILY Conceptiecup helpt om de zaadcellen van je partner op de plek te krijgen waar ze het beste hun werk kunnen doen: direct naar de opening van je baarmoeder (de baarmoederhals of cervix). De cup beschermt het sperma van de omgeving van de vagina, waardoor meer zaadcellen door het baarmoederhalsslijm kunnen zwemmen en zo de kans toeneemt dat een zaadcel jouw eicel bereikt.

De FERTI-LILY Conceptiecup maakt dat onhandige moment waarbij je op je rug blijft liggen nadat je gevreesd hebt met je partner overbodig. De zachte, flexibele siliconencup kan gemakkelijk met je vingers worden geplaatst en met hetzelfde gemak gedragen en verwijderd worden. Zo kun je gewoon opstaan, plassen (kan blaasontsteking voorkomen) en zelfs douchen; maar je kan natuurlijk ook gewoon blijven liggen en nog even knuffelen. Houd de cup 20 tot 60 minuten in. Niet alleen het mannelijke orgasme is belangrijk, onderzoek wijst uit dat het vrouwelijke orgasme de kans op een zwangerschap kan vergroten. Je kunt dus na het orgasme van je partner, de cup inbrengen en samen of alleen zorgen voor jouw orgasme.

Wij hebben er onze missie van gemaakt om jullie kans op het krijgen van een kindje te vergroten zonder daarbij de intimiteit en romantiek in de weg te staan, zodat vrot niet alleen functioneel is maar ook een moment om met elkaar te verbinden.

De FERTI-LILY Conceptiecup is een getest en goedgekeurd medisch hulpmiddel dat door vruchtbaarheidsdeskundigen is ontwikkeld.

BIJKOMENDE VOORDELEN VAN HET GEBRUIK VAN DE FERTI-LILY CONCEPTIECUP:

- Sperma dat wordt beschermd met de FERTI-LILY Conceptiecup staat minder lang bloot aan de omgeving van de vagina. De pH-waarde van de vagina is schadelijk voor sperma.
- De FERTI-LILY Conceptiecup zorgt ervoor dat er meer zaadcellen direct naar de baarmoedermond worden gebracht en gehouden, waardoor individuele zaadcellen langer de tijd hebben om het beschermende vruchtbare slijmvlies van de baarmoederhals in te zwemmen.
- Blijf na het vrijen lekker lang liggen of doe wat jij graag wilt. De cup doet ondertussen waar het voor gemaakt is. Je kunt bewegen hoe je wilt, dus geen benen meer in de lucht.

WIST JE DAT?

- De lage pH-waarde van de vagina doodt zaadcellen. Hoe minder tijd het sperma in de vagina doorbrengt, hoe beter de zaadcellen kunnen overleven.
- Tot wel 35% van het sperma na het vrijen kan verloren kan gaan, doordat het je vagina uitloopt.
- Stress is een belangrijke factor in het proces van het maken van een baby. Hoe minder stress, hoe groter de kans op een zwangerschap zeggen wetenschappers. Probeer dus te ontspannen, niet te veel te piekeren en gewoon plezier te hebben met elkaar.
- Door na het vrijen te plassen neemt de kans op blaasinfecties (urinewegsinfecties) af.

EN



FERTI · LILY

A LITTLE HELP MAKING
A LITTLE MIRACLE

- A. FERTI-LILY CONCEPTION CUP
- B. HOW TO USE THE FERTI-LILY CUP
- C. HOW TO REMOVE THE FERTI-LILY CUP
- D. HOW TO CLEAN THE FERTI-LILY CUP
- E. HOW OFTEN YOU NEED TO REPLACE THE FERTI-LILY CUP
- F. PRECAUTIONARY WARNINGS
- G. CONTACT AND CUSTOMER CARE

The FERTI-LILY Cup acts as a protective cradle for sperm, encouraging more sperm to swim through the cervical mucus and thereby increasing the chances of one of the sperm cells reaching your egg. FERTI-LILY gives a little help, making your little miracle.

A. FERTI-LILY CONCEPTION CUP

The FERTI-LILY Conception Cup is a tested and approved medical device developed by fertility specialists who want couples to fulfil their dream of starting a family. The FERTI-LILY Cup will not interfere with romance or spontaneity because it's designed for comfortable use after sex. At FERTI-LILY, our mission is to help you increase the odds of conceiving, without getting in the way of the intimacy.

The cup is designed to bring as much of his sperm as possible right to the cervix, the opening of your uterus. Using the FERTI-LILY Cup helps increase the number of sperm delivered to the protective environment of your cervical mucus, which acts as a reservoir for extended sperm survival.

The FERTI-LILY Cup is easily placed in the vagina after intercourse, using your fingers. It's made of soft, flexible silicone and is proven to be comfortable to insert, wear and remove.

BENEFITS OF USING THE FERTI-LILY CONCEPTION CUP:

- The FERTI-LILY Cup brings more sperm cells directly to the cervix.
- Sperm safeguarded within the FERTI-LILY Cup has more time to swim into the cervix.
- The FERTI-LILY Cup can remain in place for up to 1 hour, increasing the amount of time individual sperm cells have to swim into the fertile cervical mucus.
- You can go to the toilet, shower, or go about your business after inserting the FERTI-LILY Cup without having to worry about losing any of his sperm.
- Cuddle afterwards for as long as you like. There's no need to keep your legs in the air if you're using the FERTI-LILY Cup.

DID YOU KNOW?

- Normally up to 35% of the sperm can flow out of the vagina after sex.
- The less time the sperm spends in the vagina, the better the chance of its survival.
- Research suggests that the female orgasm can increase your chances of conceiving. If you haven't already had an orgasm, try to have one after inserting the cup. Orgasms can help you conceive. If you've already had an orgasm, don't let the presence of the cup stop you from having another one. Vaginal penetration is not ideal once the cup is in, but you can still have fun in other ways.
- Stress reduces your chances of conceiving. Relax, don't worry and try to have some fun.
- Urinating after sex helps to reduce the chances of bladder infections (UTI).
- You can tell by the colour and consistency of your cervical mucus when you are most fertile.
- For more tips and tricks visit www.FertiLily.com.

- Je vaginale afscheiding kan jouw vruchtbare dagen aangeven. Vaak is het zo dat als het doorzichtig is, je dan vruchtbaarder bent dan als het wat melkig wit is.
- Kijk voor meer tips en trucs op www.FertiLily.com.

B. GEBRUIKSAANWIJZING FERTI-LILY CONCEPTIECUP



Belangrijke informatie over productveiligheid.

Gebruik de FERTI-LILY Conceptiecup niet voordat je deze gebruiksaanwijzing hebt gelezen en begrepen.



Bewaar deze gebruiksaanwijzing goed. Deze gebruiksaanwijzing is bedoeld ter informatie en mag niet worden beschouwd als een medisch advies. Het is tevens geen vervanging van een consult bij een arts. Als je je zorgen maakt over je gezondheid of als je medische klachten hebt, raadpleeg dan eerst een arts voor je de cup gebruikt.

VOOR GEBRUIK



Kijk voor een **handige video** over het gebruik van de FERTI-LILY Conceptiecup op www.FertiLily.com



Kook de FERTI-LILY Conceptiecup eerst 5 minuten uit in een open pan met kokend water. Droog de FERTI-LILY Conceptiecup en bewaar deze in het meegeleverde katoenen zakje.



Houd een generale repetitie, of meerdere. Oefen met het inbrengen en verwijderen van de cup voordat je gaat vrijen (gebruik hierbij glijmiddel). Zo kun je wennen en leren aanvoelen wat werkt voor jou. Wij weten dat iedere vrouw anders is. Vind een manier die jij prettig vindt, wij zouden het gebruik van glijmiddel aanraden. Pas op met lange nagels bij het inbrengen en verwijderen.



Zorg dat je een **ovulatie**test of **ovulatiehulpmiddel** hebt om de meest vruchtbare dagen vast te stellen.

GEBRUIK VAN DE FERTI-LILY CONCEPTIECUP

Stap 1

Was de FERTI-LILY Conceptiecup voor het inbrengen 15 à 20 seconden met warm water. Denk eraan om de FERTI-LILY Cup in de buurt te leggen, zodat je de cup na het vrijen binnen handbereik hebt.

Stap 2

Ga lekker vrijen met je partner (A). Pak de cup nadat je partner in jou is klaargekomen. Probeer daarbij niet te zitten en sta niet op, zo voorkom je dat sperma uit de vagina loopt. Draai de cup binnenstebuiten tot deze eruitziet als een paraplu (pictogram B). Houd de FERTI-LILY Conceptiecup zo vast dat de steel richting jouw voeten wijst en houd een vinger binnen de parapluvorm (pictogram C).



Pictogram A



Pictogram B



Pictogram C

Stap 3

Blijf op je rug liggen en trek een been op. Duw de cup voorzichtig je vagina in (pictogram D). Op deze manier wordt het zaad richting de baarmoedermond geduwd. Als je moeite hebt bij het inbrengen van de cup, vouw de cup samen om het inbrengen makkelijker te maken. Als de cup in het bovenste gedeelte van je vagina is gekomen houd je de cup tegen met je vinger en trek je met de andere hand zachtjes aan de steel om de cup weer in zijn oorspronkelijke vorm te klappen (pictogram E). Als je niet helemaal zeker weet of de cup zijn oorspronkelijke of de parapluvorm heeft, hoef je je absoluut geen zorgen te maken. Het sperma zit nu immers bovenin en de cup voorkomt dat het terugstroomt. Laat de cup voor nu gewoon op zijn plaats zitten. Al doende leert men, dus de volgende keer zal het waarschijnlijk al een stuk soepeler gaan.

De FERTI-LILY Conceptiecup kan tussen de 20 minuten tot maximaal 1 uur achter elkaar worden gedragen (pictogram F). Zie hieronder de instructies voor het verwijderen.



Pictogram D



Pictogram E



Pictogram F

C. VERWIJDEREN VAN DE FERTI-LILY CONCEPTIECUP

Was je handen met water en zeep. Zorg dat je ergens comfortabel staat of ga op het toilet zitten en pers voorzichtig een aantal keer net zoals bij een stoelgang. Aangezien de vagina maar 8 à 10 cm lang is, is de steel meestal nog buiten de vagina en goed bereikbaar. Anders kun je gemakkelijk met je wijsvinger het steeltje van de FERTI-LILY Conceptiecup in de vagina vinden en vastpakken. Trek langzaam en horizontaal aan de steel totdat je de FERTI-LILY cup bij de opening van je vagina voelt. Wees hierbij voorzichtig en trek de cup beetje bij beetje uit je vagina (pictogram G). Gebruik niet te veel kracht. Te hard aan de steel trekken kan irritatie en ongemak veroorzaken en de steel kan onder te veel spanning breken. Knijp met de wijsvinger en duim van je vrije hand de cup samen op de twee inkepingen om de cup kleiner te maken en trek de cup voorzichtig uit je vagina. Was de FERTI-LILY Conceptiecup grondig en bewaar hem zoals voorgeschreven (pictogram H).



Pictogram G



Pictogram H

Opmerking: Het is niet nodig om de FERTI-LILY Conceptiecup te verwijderen als je moet plassen of stoelgang krijgt. Dit kan terwijl de cup nog in de vagina zit.

D. REINIGEN VAN DE FERTI-LILY CONCEPTIECUP

Reinig de FERTI-LILY Conceptiecup voor en na gebruik met warm water. Kook de cup aan het einde van je vruchtbare periode uit in een open pan met ruim water gedurende 5-10 minuten. Blijf altijd in de buurt terwijl het water kookt. Als je cup aanbrandt doordat de pan is drooggekookt, dan is de cup waarschijnlijk kapot en moet je deze vervangen. Bewaar de cup in het meegeleverde zakje van katoen, **niet** in een plastic zak of luchtdichte houder. Het is belangrijk dat de cup kan blijven ademen. De cup kan na verloop van tijd door natuurlijke oorzaken iets verkleuren.

De kleine gaatjes onder de rand zijn bedoeld om te voorkomen dat er een vacuüm ontstaat bij het verwijderen van de cup en moeten dan ook altijd vrij worden gehouden. Rek ieder gat onder warm stromend water iets op om mogelijk aanwezig vuil te verwijderen.

Als je de FERTI-LILY Conceptiecup niet direct na het verwijderen kunt wassen (bijvoorbeeld als je gebruik maakt van een openbaar toilet), was je handen dan goed voor je het toilethokje binnengaat. Schud de inhoud van de cup in het toilet en gebruik een tissue om de cup schoon te maken. Maak, zodra het je schikt, de cup vervolgens schoon zoals hierboven beschreven staat. Was de cup altijd met schoon drinkwater als je op reis bent.

Droog bewaren. Niet blootstellen aan zonlicht. Buiten bereik van kinderen houden. Tussen het gebruik door bewaren bij kamertemperatuur.

Gebruik geen azijn, olie, geparfumeerde zeep, castille-/pepermuntzeep, zeep op oliebasis, desinfectiealcohol, antibacteriële zeep, handzeep, vochtige doekjes, afwasmiddel, waterstofperoxide, bleekmiddelen of andere scherpe chemicaliën, aangezien die het product kunnen beschadigen en irritatie kunnen veroorzaken.

C. HOW TO REMOVE THE FERTI-LILY CUP

Wash your hands with soap and water. In a comfortable position, either standing up or sitting on the toilet, push down in a series of gentle downward pushes with your abdominal/pelvic floor muscles (as if you are having a bowel movement). Since the vagina is only about 8-10 cm long, you can insert your index finger up slowly until you reach the removal stem if it's not already accessible (Pictogram G). Gently and slowly pull the stem horizontally until you can feel the base of the FERTI-LILY Cup at the opening of your vagina (be gentle, pulling on the stem too hard can cause discomfort and ultimately the stem can break. Gradually pull the cup out little by little instead of pulling with force on the ball). Firmly pinch the base of the cup with the two indents or use your finger to pull one edge of the cup down to release the seal and pull it gently out of your vagina. Once removed, simply empty the contents into the toilet. Wash the FERTI-LILY Cup thoroughly and store as instructed (Pictogram H).



Pictogram G



Pictogram H

Reminder: It is not necessary to remove the FERTI-LILY Cup before urinating or having a bowel movement.

D. HOW TO CLEAN THE FERTI-LILY CUP

Clean the FERTI-LILY Cup with warm water. Do **not** use vinegar, tea tree oil, scented soap, castile/peppermint soap, oil-based soap, rubbing alcohol, antibacterial soap, hand sanitiser, pre-moistened wipes, dish soap, hydrogen peroxide, bleach or harsh chemicals, as these may damage the silicone and cause irritation.

The FERTI-LILY Cup may naturally discolour slightly over time. This doesn't impair its functionality. As needed, it may be boiled for 5-10 minutes in an open pot with plenty of water. Don't leave the boiling pot unattended. If you accidentally burn your cup because the pot boiled dry, your cup may be ruined and should be replaced.

The small holes located below the rim are meant to avoid a vacuum when removing the cup and must be kept clear and clean at all times. Gently stretch each hole under warm running water to remove any debris. At the end of your fertile period, it is recommended to wash and then boil the FERTI-LILY as instructed above and dry the FERTI-LILY Cup completely. Store it in the cotton bag provided, **not** in a plastic bag or airtight container.

If you are unable to wash the FERTI-LILY Cup directly after removal (for instance, when using a public restroom), wash your hands thoroughly before entering the cubicle, empty the contents in the toilet and simply use a dry or damp tissue to clean the cup. At the next convenient time, clean as instructed. When travelling, always wash the cup using drinking water.

Keep it dry. Keep it away from sunlight. Keep it away from children. Store it at room temperature between uses.

E. HOW OFTEN YOU NEED TO REPLACE THE FERTI-LILY CUP

Medical silicone is very durable, but the lifespan of the FERTI-LILY Cup varies, depending on factors unique to each user. Inspect your cup before each use for signs of deterioration, such as a sticky or powdery residue, breaks in the silicone, severe discolouration or odour. A general guideline is to replace it after 6 months of use, or sooner if the cup shows signs of deterioration.

E. VERVANGEN VAN DE FERTI-LILY CONCEPTIECUP

Medische silicone is heel duurzaam, maar de levensduur van de FERTI-LILY Conceptiecup kan variëren als gevolg van factoren die voor iedere gebruiker uniek zijn. Controleer je cup iedere keer voor gebruik op tekenen van aantasting, bijvoorbeeld plakkerige of poederige resten, scheurtjes in het materiaal, sterke verkleuring of geurtjes. Een algemene richtlijn is om hem te vervangen als de cup 6 maanden is gebruikt, of eerder als de cup tekenen van aantasting gaat vertonen.

F. VOORZORGSMAATREGELEN EN BIJWERKINGEN

- Gebruik de cup volgens de meegeleverde instructies.
- Bij eerste gebruik kan het zijn dat je een lichte kramp ervaart.
- Trek bij het verwijderen langzaam en voorzichtig aan de steel. Trek niet te hard aan de steel of het balletje aan het uiteinde, want dit kan ongemakkelijk aanvoelen en de steel kan onder te veel spanning knappen. Gebruik niet te veel kracht bij het verwijderen van de FERTI-LILY cup. Als je te veel weerstand of een vacuüm ervaart, kan het helpen om een vinger in te brengen en over de rand van de cup te plaatsen voordat je de cup voorzichtig verwijdert. Ontspannen en in een squat-houding staan helpt om de cup dicht bij de opening van je vagina te brengen.
- De FERTI-LILY Conceptiecup is geen anticonceptiemiddel en beschermt je niet tegen seksueel overdraagbare infecties.**
- Er is geen verband bekend tussen toxische shocksyndroom (TSS) en cups zoals de FERTI-LILY Conceptiecup. Raadpleeg altijd een arts voordat je de FERTI-LILY Conceptiecup gebruikt in het geval bij jou de diagnose TSS is gesteld. TSS is een zeldzame aandoening, die meestal in verband wordt gebracht met het gebruik van tampons en waarvan de symptomen zeer serieus genomen moeten worden. Verwijder de cup en neem direct contact op met je arts als je een van de volgende symptomen merkt: plotseling braken, diarree, hoge koorts, hoofdpijn, uitslag als bij zonnebrand, spierpijn, verwardheid of toevallen.
- Gebruik de FERTI-LILY Conceptiecup niet als je een infectie door schimmel of bacteriën hebt. Als de infectie helemaal verdwenen is, kun je de cup opnieuw gaan gebruiken. Als je de FERTI-LILY Conceptiecup hebt gebruikt terwijl je een infectie had, wordt aangeraden om de cup te vervangen door een nieuw exemplaar, om te zorgen dat je niet opnieuw geïnfecteerd raakt.
- Gooi de cup bij het afval. Spoel de FERTI-LILY Conceptiecup niet door het toilet.
- Als je iets merkt dat wijst op eventuele bijwerkingen, gebruik de cup dan niet meer en raadpleeg je arts.

FERTI-LILY helpt het aantal zaadcellen te vergroten dat de baarmoedermond inzweemt. Er zijn veel factoren die van invloed kunnen zijn op de vruchtbaarheid en waarop de FERTI-LILY geen invloed heeft. Als je na 12 maanden proberen nog steeds niet zwanger bent of als je je zorgen maakt over je vruchtbaarheid, raadpleeg dan een arts.

Dit product is bedoeld als hulpmiddel bij een natuurlijke bevruchting en biedt geen garantie op een zwangerschap.

G. CONTACTGEGEVENS EN KLANTENSERVICE

Lees deze instructies zorgvuldig voor de beste resultaten. Ga voor meer informatie naar www.FertiLily.com. De FERTI-LILY Conceptiecup is een geregistreerd handelsmerk van FERTI-LILY. Dit is de officiële gebruikershandleiding voor de FERTI-LILY Conceptiecup en de inhoud kan zonder voorafgaande melding worden aangepast. Ga naar www.FertiLily.com voor actuele informatie.



Fabrikant:

Rosesta Medical BV
Mr. Treublaan 7
1097 DP Amsterdam
Nederland

Distributeur

België:
OTC Solutions
KMO-zone Duwijk
Kelderveld 37
2500 Lier
E: info@OTCsolutions.be
T: +32 (0)3 291 64 14



Nederland:

Alfaco B.V.
Basicweg 11D
3821 BR Amersfoort
T: +31 (0)33 455 6081
E: info@alfaco.nl

De FERTI-LILY Conceptiecup is een **medisch hulpmiddel** Klasse I

Date/laatste wijziging: juli 2020

F. PRECAUTIONARY WARNINGS

- Use according to the instructions provided.
- You may experience light cramping during the first use.
- Do not pull on the stem of the cup with force. The stem can break with excessive force and while it can be used to remove the cup slowly, one should not pull on the ball of the stem with force, but use the stem to remove the cup little by little.
- The FERTI-LILY Cup is not a contraceptive device and will not protect you against sexually transmitted infections.**
- The FERTI-LILY Cup and TSS: There is no known link between Toxic Shock Syndrome (TSS) and cups such as the FERTI-LILY Cup. Consult your physician prior to using the FERTI-LILY Cup if you have previously been diagnosed with TSS. TSS is a rare condition, usually associated with the use of tampons, with symptoms which must be taken seriously. Remove the FERTI-LILY Cup and contact your doctor immediately if you experience any of the following symptoms: sudden vomiting, diarrhoea, high fever, headache, a sunburn-like rash, muscle aches, confusion or seizures.
- Do not use the FERTI-LILY Cup if you have a yeast or bacterial infection. Resume use once the infection has completely cleared. If you have used the FERTI-LILY Cup while you have had an infection, it is recommended that you replace your cup with a new one to make sure you don't get a repeat infection.
- Dispose of it in the trash. Do not flush the FERTI-LILY Cup down the toilet.
- If you experience any adverse effects, discontinue use and consult your doctor.

FERTI-LILY helps to increase the amount of sperm that swims into the cervix. There are many factors that could influence fertility on which FERTI-LILY cannot have any influence. If you are still not pregnant after 12 months of trying or are worried about your fertility, please consult with your doctor.

This device is intended to be used as an aid in conception and does not guarantee pregnancy.

G. CONTACT AND CUSTOMER CARE

Carefully follow these instructions for best results. Visit FertiLily.com for more information. The FERTI-LILY Cup is a registered trademark of FERTI-LILY. This is the official user guide for the FERTI-LILY Cup and contents may change without prior notice. Visit FertiLily.com for up-to-date information.



Manufacturer:

FERTI-LILY
Mr Treublaan 7
1097 DP Amsterdam
The Netherlands

Distributor

Belgium:
OTC Solutions
KMO-zone Duwijk
Kelderveld 37
2500 Lier
E: info@OTCsolutions.be
T: +32 (0)3 291 64 14



The Netherlands:

Alfaco B.V.
Basicweg 11D
3821 BR Amersfoort
T: +31 (0)33 455 6081
E: info@alfaco.nl

The FERTI-LILY Conception Cup is a **medical device** Class I

Date of latest revision: July 2020

