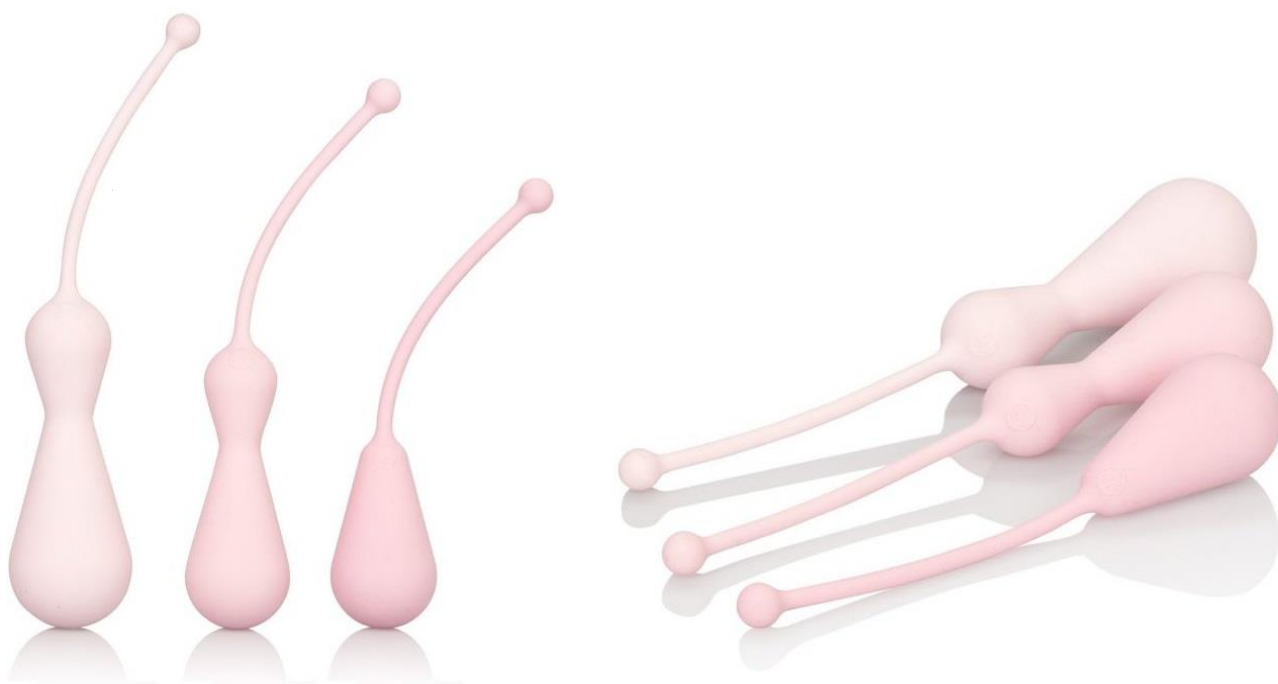


Inspire vaginalveker



Bruk:

Daglig eller flere ganger ukentlig sammen med vannbasert glidemiddel. Det er sammenheng mellom hyppighet og intensitet av bekkenbunnstrening og bedring av symptomer på svekket bekkenbunn. Bekkenbunnstrening er spesielt anbefalt for kvinner i svangerskapet, etter fødsel og etter overgangsalder for å forebygge eller behandle plager som underlivsprolaps, urinlekkasje og nedsatt seksualfunksjon. Bli sterk, tett og fleksibel med vaginalveker!

- Start med den letteste og største vaginalvekten, la snoren være utenfor skjedeåpningen
- Stram innover og slipp taket rundt vaginalvekten vekselvis, start gjerne med 5 sekunders knip, 5 sekunders slipp og øk gradvis til 10 sekunders knip og 10 sekunders slipp i en serie på 3 med 1 minutt pause imellom
- Når du klarer dette uten å holde pusten og/eller bruke andre muskler, gå videre til neste vekt og gjenta doseringen
- Det kan ta fra 3 uker – 3 måneder med jevnlig bekkenbunnstrening før du merker effekt

Etter bruk:

- Vaginalvekten fjernes ved å trekke den ut etter snoren
- Rengjøres med lunkent såpevann og skylles, tørkes etter bruk

Produsent:

CALEXOTICS

Spesifikasjoner:

Materialer: Silikon

Størrelse: 40, 60 og 80 gram

Quintet AS ble etablert i 1999, og har siden oppstarten arbeidet for å tilby kvalitetsprodukter, faglig kompetanse og god veiledning og service innenfor produktområdene våre. Dette fokuserer vi på hver dag, noe som gir trygghet for våre kunder og samarbeidspartnere.

P.b.97 Bønes, 5849 Bergen • 55 98 15 55 • 55 98 15 56 (faks) • post@quintet.no • www.quintet.no

