

Das Ortho Diaphragma

Gebrauchsinformation

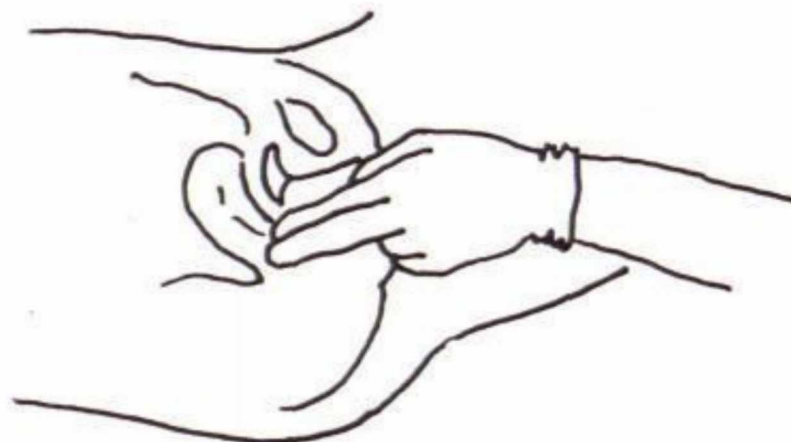


JANSSEN-CILAG
MEDIZINISCHE INFORMATION GmbH

Bestimmung der Größe, Anpassungsrichtlinien für das Ortho Diaphragma.

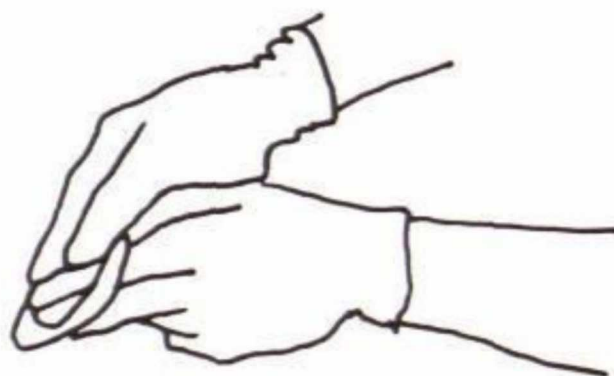
① Messen der Diaphragma-Größe

Halten Sie Zeige- und Mittelfinger zusammen und führen Sie beide Finger in die Scheide bis zum hinteren Scheidengewölbe ein. Führen Sie die Hand nach oben, um die innere Seite des Zeigefingers in Kontakt mit dem Schambeinbogen zu bringen. Benützen Sie die Daumenspitze, um jenen Punkt genau zu markieren, welcher direkt unter dem Schambein liegt. Ziehen Sie die Finger in dieser Position zurück.



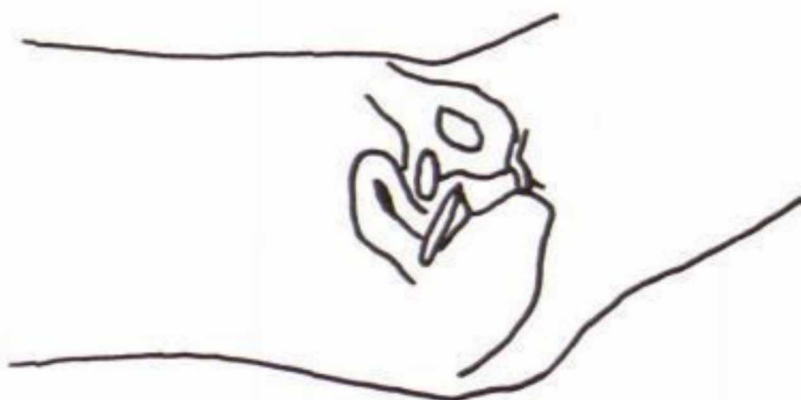
② Festlegung der Diaphragma-Größe

Plazieren Sie das eine Ende eines Fitting-Ringes oder Diaphragma an der Spitze des Mittelfingers. Das gegenüberliegende Ende des Diaphragma darf gerade die Daumenspitze berühren. Das ist der ungefähre Durchmesser des benötigten Diaphragma.



③ Anpassung des Diaphragma

Führen Sie ein Diaphragma oder einen Fitting-Ring der passenden Größe intravaginal ein. Probieren Sie sowohl eine größere und kleinere Nummer. Die geeignete Größe muß gut am hinteren Scheidengewölbe und hinter dem Schambein ohne übermäßigen Druck sitzen.



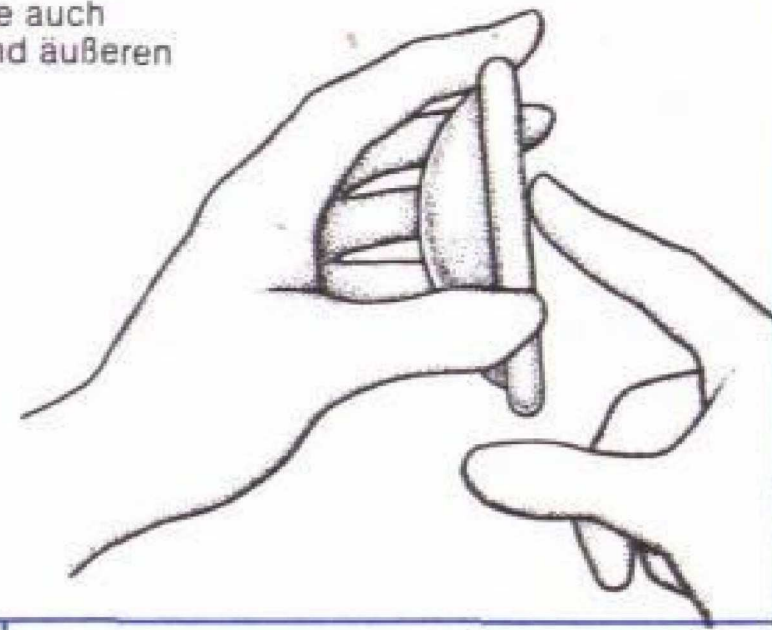
Der Zeitaufwand ist nicht größer als bei jeder gynäkologischen Routineuntersuchung.

Das Ortho Diaphragma aus den USA zur lokalen Empfängnisverhütung

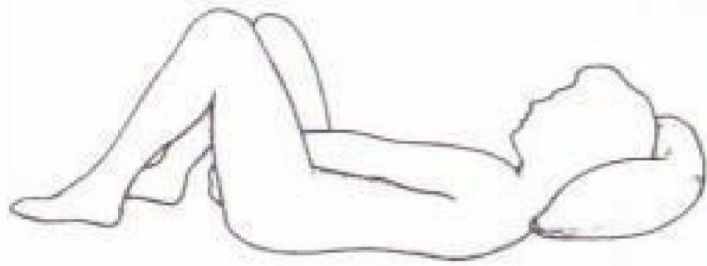
- ① Verteilen Sie 3 - 4 cm Delfen-Creme (rezeptfrei in der Apotheke) in der Wölbung des Diaphragma.



- ② Bestreichen Sie auch den inneren und äußeren Rand gut.



- ③ Wahrscheinlich ist die bequemste Stellung zum Einführen des Diaphragma das Liegen auf dem Rücken mit angezogenen Knien.



- ④ Eine andere Stellung ist die Hocke mit gespreizten Knien.



- ⑤ Wenn Sie es bequemer finden zu stehen, stellen Sie am besten ein Bein auf einen Sessel.



⑥

Drücken Sie den Diaphragmarand zwischen Daumen und Mittelfinger zusammen. Halten Sie das Diaphragma mit der Wölbung nach unten, damit die Delfen-Creme nicht austreten kann.



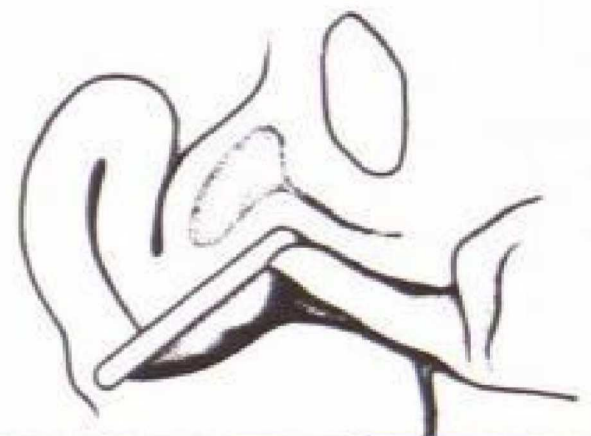
⑦

Mit der einen Hand führen Sie das schmalgedrückte Diaphragma in die Scheide ein, wie einen Tampon. Achten Sie darauf, wie der Rand des Diaphragma über den Muttermund gleitet.



⑧

Schieben Sie nun noch den vorderen Rand des Diaphragma mit dem Finger nach oben.



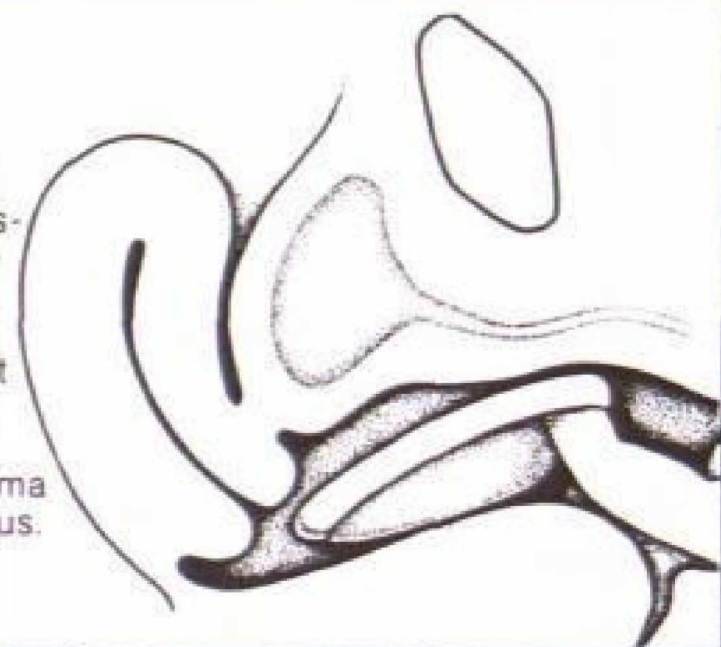
⑨

Tasten Sie jetzt nach, bis Sie die Umriss des Muttermundes durch die weiche Gummimembrane des Diaphragma spüren. Die Wölbung soll sich dem Muttermund anpassen und in wellige Falten legen. Durch den Fingerdruck verteilen Sie gleichzeitig die samenabtötende Delfen-Creme zur Gebärmutter hin, so daß die Spermazellen nicht hindurch können.



⑩

Frühestens sechs Stunden nach dem letzten Geschlechtsverkehr können Sie das Diaphragma entfernen. Dazu fassen Sie mit dem Zeigefinger unter den vorderen Rand des Diaphragma und ziehen es heraus.



Verlangen Sie in der Apotheke eine **Delfen-Creme + Ortho-Diaphragma** der Größe

- | | | | | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 55 mm | 60 mm | 65 mm | 70 mm | 75 mm | 80 mm | 85 mm | 90 mm |

Fragen und Antworten über das Ortho Diaphragma

Hier sind einige Fragen, welche Sie möglicherweise im Zusammenhang mit Ihrem Diaphragma haben. Auch das Heftchen, das jeder Packung beiliegt, enthält die wichtigsten Informationen.

Wie funktioniert ein Diaphragma?

Das Diaphragma wird gemeinsam mit der samenabtötenden Delfen-Creme vor dem Geschlechtsverkehr in die Scheide eingeführt. Es reicht vom Scheidengewölbe hinter dem Gebärmutterhals (hinteres Scheidengewölbe) bis vorne in die Schambeinnische. Der Gebärmutterhals samt Muttermund taucht in die samenabtötende Creme, so daß keine Samenzelle in den Gebärmutterhalskanal dringen kann.

Stört das Diaphragma beim Geschlechtsverkehr?

Weder Sie noch Ihr Partner werden das Diaphragma spüren, wenn es die richtige Größe hat und korrekt eingesetzt wurde. Das Diaphragma ist weich und anschmiegsam und kann nicht von der Innenfläche der Scheide unterschieden werden.

Wenn die Samenfäden durch das Diaphragma blockiert werden – warum ist dann noch eine empfängnisverhütende Creme notwendig?

Eine empfängnisverhütende Creme macht die Samenfäden unbeweglich. Durch die Ejakulation werden Millionen von mikroskopisch kleinen Samenfäden freigesetzt. Die Delfen-Creme ist ein zusätzlicher Schutz gegen eine ungewollte Schwangerschaft, da sie die Samenfäden unbeweglich macht.

Benützen Sie Ihr Diaphragma immer mit Delfen-Creme!

Wann soll das Diaphragma eingesetzt werden?

Sobald das Diaphragma gemeinsam mit der Delfen-Creme korrekt eingeführt ist, besteht sechs Stunden lang ein sicherer Empfängnischutz.

Schützt das Diaphragma die ganze Nacht vor Empfängnis?

Wenn seit dem Einführen des Diaphragma schon mehr als sechs Stunden vergangen sind, muß vor dem Verkehr eine zusätzliche Portion Delfen-Creme mit dem Applikator in die Scheide eingeführt werden. Wenn der Geschlechtsverkehr wiederholt wird, muß ebenfalls vorher Delfen-Creme eingeführt werden.

Wann soll ich mein Diaphragma entfernen?

Es darf frühestens sechs Stunden „nachher“ wieder entfernt werden.

Was passiert, wenn ich vergesse, mein Diaphragma zu entfernen?

Es kann ohne weiteres bis zu 24 Stunden in der Scheide bleiben.

Wie reinige ich mein Diaphragma?

Das Diaphragma wird mit warmem Wasser und einem milden Waschmedium (z. B. EUBOS aus der Apotheke) gereinigt, gut abgespült, die verbleibenden Wassertropfen sorgfältig abgeklopft. Kochendes Wasser oder desinfizierende Lösungen dürfen nicht verwendet werden.

Wie lange hält mein Diaphragma?

Mindestens 1 Jahr. Dies hängt jedoch auch von der Gebrauchshäufigkeit ab. Da Größe und Form des Muttermundes sich verändern können, sollte jährlich eine Kontrolluntersuchung stattfinden. Ebenso bei Gewichtszu- und -abnahme von 5 kg, nach einer Geburt oder einem Abortus sollte eine Neuanpassung erfolgen.

Nach jeder Reinigung halten Sie bitte das Diaphragma gegen das Licht, um eventuelle Risse der Gummimembrane auszuschließen.

Was soll ich tun, wenn meine Regel ausbleibt?

In diesem Fall setzen Sie sich mit Ihrem Arzt in Verbindung.

a 1429