

שימוש נכון בדיאפרגמה שלך

מבנה הדיאפרגמה יכול להיפגע ממספר גורמים, וחשוב להימנע מהם כדי לשמור על היעילות והבטיחות שלה. הגורמים המרכזיים שעלולים לפגוע במבנה הדיאפרגמה:

1. חומרים לא מתאימים:

שמנים: חומרים כמו וזלין, שמנים מינרליים, קרמי גוף, או כל חומר שומני יכולים לפגוע בחומר שממנו עשויה הדיאפרגמה.

חומרי ניקוי חריפים: סבון אנטי-בקטריאלי, דטרגנטים, אלכוהול, או אקונומיקה עלולים לגרום נזק למשטח הדיאפרגמה ולשחוק אותה.

2. טיפול לא זהיר:

גירוד או שפשוף: שימוש בציפורניים חדות, תכשיטים, או מברשת קשיחה בזמן הניקוי או ההחדרה עלול לגרום לקרעים או סדקים.

אחסון לא נכון: שמירה של הדיאפרגמה בטמפרטורות קיצוניות (חום או קור) או באזורים עם לחות גבוהה יכולה לגרום להתעוות.

3. שימוש ממושך מדי:

דיאפרגמה שאינה מוחלפת לאחר הזמן המומלץ (לרוב עד שנתיים, תלוי בהוראות היצרן) עלולה להפוך לשבירה או פחות גמישה, מה שפוגע ביכולת שלה לספק אטימה נכונה.

4. נזק מכני:

פגיעה פיזית, כמו נשיכה (אם יש בעלי חיים בבית), קיפול אגרסיבי, או אחסון קרוב לעצמים חדים, עלולים לגרום לנקבים או סדקים.

5. שימוש בדיאפרגמה פגומה:

אם הדיאפרגמה מראה סימנים של שחיקה, סדקים, או חורים, אין להשתמש בה, שכן היא לא תוכל לספק הגנה יעילה.

6. שימוש ממושך מדי:

השארת הדיאפרגמה במקום מעבר ל-24 שעות עלולה לפגוע במבנה שלה וגם להגביר את הסיכון לזיהומים בנרתיק.

7. שימוש בזמן דימום וסת:

שימוש בדיאפרגמה בזמן הווסת עלול להגביר את הסיכון לזיהומים, כולל תסמונת הלם רעלי (TSS).

8. שימוש בדיאפרגמה לא מתאימה:

שימוש נכון בדיאפרגמה שלך

יש לוודא שהדיאפרגמה מתאימה לגודל וצורת הגוף שלך, בעזרת ייעוץ רפואי.
דיאפרגמה לא מתאימה עלולה לפגוע ביעילות או לגרום לאי נוחות.

9. שימוש בזמן זיהום בנרתיק:

אם יש דלקת, פטרייה או כל זיהום אחר, יש להימנע משימוש בדיאפרגמה עד שהזיהום יחלוף.

****אם יש לך שאלות נוספות או אם יש חשש לתופעות לוואי, מומלץ להתייעץ עם רופא או מתאמת דיאפרגמה מוסמכת.**

הדיאפרגמה עשויה מגומי או סיליקון רפואי ודורשת טיפול בכל שימוש.

הוראות לשמירה על דיאפרגמה:

- נקי אותה לאחר כל שימוש עם מים וסבון עדין, וייבשי היטב.
- אחסני אותה בקופסה המיועדת לכך, במקום קריר ויבש.
- בדקי אותה לפני כל שימוש לאיתור סדקים או שינויים במרקם.
- הקפידי לעקוב אחר הוראות היצרן ולהחליפי אותה בזמן.

****אם מתגלה נזק או חשד לנזק, חשוב להחליף את הדיאפרגמה ולפנות לרופא/ת נשים או מתאמת דיאפרגמה מוסמכת לייעוץ נוסף.**