Validé par Inès Betari - 31 May 2024 12:35:57 - code SAP : 41154 Validé par Marie Beugnet - 31 May 2024 12:36:46 - code SAP : 41154

65 mm.

61 mm.

Saforelle®

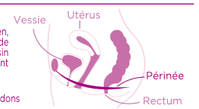
PELVI'TONIC +

PRÉVIENT ET RÉDUIT LES FUITES URINAIRES
GRÂCE AU RENFORCEMENT DU PÉRINÉE*

*Un périnée tonique prévient et réduit les risques de fuites urinaires liées à son relâchement.

Pour plus d'informations rendez-vous sur
saforelle.com

QU'EST-CE QUE LE PÉRINÉE ?
Le périnée, aussi appelé plancher pelvien, est un ensemble de muscles en forme de hamac. Il soutient les organes du petit bassin (vessie, utérus, rectum) et joue également un rôle dans l'étanchéité des sphincters.



DE QUOI SE COMPOSE-T-IL ?
Le périnée se compose notamment de tendons et de fibres musculaires.

QUELLE EST L'IMPORTANCE D'UN PÉRINÉE TONIQUE ?
Cela permet de :
- Prévenir les risques de fuites urinaires
- Soutenir les organes pelviens
- Améliorer les sensations intimes lors des rapports sexuels.

QUELS FACTEURS FAVORISENT SON RELÂCHEMENT ?
Certaines périodes de la vie peuvent entrainer un relâchement du périnée. C'est le cas de la grossesse, de l'accouchement ou de la ménopause. Certaines situations favorisent également les risques de relâchement du périnée. C'est entre autres le cas du surpoids, du tabagisme, de la pratique intense de sports d'impact ou le port de charges lourdes.

PÉRINÉE RELACHÉ ET FUITES URINAIRES
L'Incontinence d'effort apparait lorsque les muscles du périnée manquent de tonus et n'arrivent pas à se resserrer suffisamment fort et rapidement pour maintenir la vessie bien verrouillée en situation d'effort. L'Incontinence Mixte combine le relâchement du périnée à des contractions involontaires de la vessie.

SAFORELLE PELVI'TONIC+
Saforelle® Pelvi'Tonic+ renforce la tonicité du périnée.
Saforelle® Pelvi'Tonic+ va stimuler les muscles du périnée grâce à des contractions réflexes, sous l'effet de son poids.

PROGRAMME ÉVOLUTIF ET PERSONNALISABLE : Trois billes de poids différents et 6 combinaisons possibles : votre programme de rééducation évolue en même temps que la tonicité du périnée.

CONSEILS D'UTILISATION
Nettoyage et stockage
Nettoyez systématiquement le **Saforelle® Pelvi'Tonic+** avant et après chaque utilisation :
1/ Lavez-vous les mains à l'aide d'un gel lavant et d'eau avant de nettoyer le produit
2/ Dévissez le **Saforelle® Pelvi'Tonic+** et séparez ses composants
3/ Rincez à l'eau claire pendant 10 secondes
4/ Lavez chaque composant séparément en frottant avec une noisette de gel lavant (1 ml) pendant 1 minute
5/ Rincez à l'eau claire en frottant pour éliminer les résidus de gel lavant pendant au moins 2 minutes et 30 secondes
6/ Laissez sécher sur une surface absorbante et propre
7/ Rangez le **Saforelle® Pelvi'Tonic+** dans son pochon, dans un endroit propre et sec jusqu'à sa prochaine utilisation.

Insertion du Saforelle® Pelvi'Tonic+ :
1/ Avant chaque utilisation lavez-vous soigneusement les mains
2/ Introduisez-le **Saforelle® Pelvi'Tonic+** dans votre vagin par la tête ergonomique (cf. schéma présent sur l'étui)
3/ Insérez-le doucement et entièrement à la même profondeur qu'un tampon (environ 2cm). La cordelette dépasse légèrement pour faciliter le retrait.

Retrait du Saforelle® Pelvi'Tonic+ :
1/ Relâchez votre périnée, saisissez la cordelette en veillant à l'attraper par les deux côtés et soufflez pour faciliter le retrait du **Saforelle® Pelvi'Tonic+**
2/ Tirez doucement sur la cordelette pour extraire le **Saforelle® Pelvi'Tonic+** de votre vagin
3/ Pour faciliter son extraction et limiter la pression sur la vessie il est conseillé de s'accroupir pour retirer le **Saforelle® Pelvi'Tonic+**
4/ Procédez ensuite à son nettoyage.

PROTOCOLE D'UTILISATION :
- Utilisez le dispositif en sessions de 30 minutes, 1 fois par semaine
- Lors de chaque session, vous pouvez réaliser les exercices suivants :
  - Marchez pendant 1 minute et tousser 3 fois
  - Montez et descendez deux marches d'escalier 10 fois
- Commencez avec le Pelvi'Tonic + sans bille (niveau A)
- Lorsque le dispositif peut être retenu aisément (absence de sensation de pesanteur au niveau du plancher pelvien), augmentez le poids à l'aide de la bille n°1 (niveau B)
- Poursuivez le programme en augmentant progressivement le poids du dispositif grâce aux différentes combinaisons de billes, jusqu'au niveau F.

NB : Si en début de programme le tonus pelvien n'est pas suffisant pour retenir le **Saforelle® Pelvi'Tonic+**, commencez par réaliser des exercices de renforcement musculaire (type Kegel) en position allongée. Dès lors que le dispositif à vide (sans bille) pourra être retenu en position debout, vous pourrez envisager de commencer le programme évolutif.
Prenez soin de ne pas faire des sessions de plus de 30 minutes.

PROGRAMME ÉVOLUTIF :

	Matériel requis	Poids correspondant
Niveau A	**Pelvi'Tonic +**	20,5g
Niveau B	**Pelvi'Tonic +** & boule n°1	30g
Niveau C	**Pelvi'Tonic +** & boule n°2	38g
Niveau D	**Pelvi'Tonic +** & boules n°1+2	47,5g
Niveau E	**Pelvi'Tonic +** & boule n°3	55,5g
Niveau F	**Pelvi'Tonic +** & boules n°1+3	65g

1 = 9,5g
2 = 17,5g
3 = 35g

Dans le cas où deux billes sont à insérer dans le dispositif : insérer la plus petite en premier.

RÉSULTATS
Le temps de traitement est de 3 mois maximum.

CONTRE-INDICATIONS
- Grossesse
- Allaitement (demander l'avis de votre médecin avant d'utiliser le produit)
- Menstruations
- Infection vaginale
- Allergie au silicone
- Peau hyper réactive
- Chirurgie récente ou traitement de la zone d'utilisation du produit
- Patient en oncologie
- Utilisation d'un autre produit dans la même zone pendant le traitement

AVERTISSEMENTS
- Produit pour un usage personnel (ne pas partager pour éviter tout risque de contagion)
- Ne pas utiliser l'outil s'il est incomplet ou si un élément est manquant
- Le produit doit être utilisé uniquement dans la zone indiquée
- Ne pas utiliser le produit après la date d'expiration
- Ne pas utiliser le produit si l'un de ses composants est cassé ou abîmé
- Ne pas utiliser le produit s'il ne se visse pas correctement ou pas du tout
- Ne pas insérer des objets non indiqués dans le produit
- Tout incident grave lié à l'utilisation du produit doit être signalé au fabricant et aux autorités compétentes dans le pays de l'utilisateur
- Ne pas utiliser plus de 3 mois sans avis médical, cela pourrait fatiguer le muscle à excès
- Laver le produit avant chaque utilisation
- Le produit doit être complétement sec avant utilisation et rangement
- En cas d'effet indésirable pendant le traitement (douleur, irritation, sensation de brûlure ou autre) contacter un médecin.

Saforelle® Pelvi'Tonic +
VOORKOMT EN VERMINDERT URINEVERLIES DOOR HET VERSTEVIGEN VAN HET PERINEUM*
*Een tonisch perineum voorkomt en vermindert de risico's van urineverlies door verslapping van het perineum.
Voor meer informatie, ga naar saforelle.com

WAT IS HET PERINEUM?
Het perineum, ook wel bekkenbodem genoemd, is een groep spieren in de vorm van een hangmat. Het ondersteunt de organen van het kleine bekken (blaas, baarmoeder, rectum) en speelt ook een rol bij het afdichten van de sluitspieren.

WAAR BESTAAT HET UIT?
Het perineum bestaat uit pezen en spiervezels.

WAT IS HET BELANG VAN EEN TONISCH PERINEUM?
Een tonisch perineum:
- Voorkomt het risico op urineverlies
- Ondersteunt de bekkenorganen
- Verbetert de intieme sensaties tijdens geslachtsgemeenschap.

WELKE FACTOREN SPELEN EEN ROL BIJ DE VERSLAPPING VAN HET PERINEUM?
Bepaalde levensfasen kunnen een verslapping van het perineum met zich meebrengen. Dit is het geval bij zwangerschap, bevalling of menopauze. Bepaalde situaties vergroten ook het risico van verslapping van het perineum. Dit is onder andere het geval bij overgewicht, roken, intensieve beoefening van impactsporten of het dragen van zware lasten.

VERSLAPT PERINEUM EN URINEVERLIES
Inspanningsincontinentie treedt op wanneer de spieren van het perineum onvoldoende tonus hebben en niet in staat zijn om zich voldoende hard en snel aan te spannen om de blaas stevig afgesloten te houden bij inspanningen, Gemengde incontinentie combineert een verslapping van het perineum met onwillekeurige samentrekkingen van de blaas.

SAFORELLE PELVI'TONIC+
Saforelle® Pelvi'Tonic+ versterkt de tonus van het perineum.
Saforelle® Pelvi'Tonic+ zal de spieren van het perineum stimuleren door reflexsamentrekkingen onder invloed van zijn gewicht.

EVOLUTIEF EN PERSONALISEERBAAR PROGRAMMA: Drie kogels van verschillende gewichten en 6 mogelijke combinaties: uw trainingsprogramma evolueert mee met de tonus van het perineum.

GEBRUIKSADVIES
Reiniging en opslag:
Reinig de **Saforelle® Pelvi'Tonic+** systematisch voor en na elk gebruik:
1/ Was uw handen met een wasgel en water alvorens het product te reinigen
2/ Schroef de **Saforelle® Pelvi'Tonic+** los en haal de onderdelen uit elkaar
3/ Spoel ze 10 seconden af met helder water
4/ Was elk onderdeel afzonderlijk door het 1 minuut af te wrijven met wat wasgel (1 ml)
5/ Spoel minstens 2 minuten en 30 seconden af met helder water om wasgelresten te verwijderen
6/ Laat drogen op een schoon en absorberend oppervlak
7/ Berg de **Saforelle® Pelvi'Tonic+** op in zijn zakje, op een schone en droge plaats, tot het volgende gebruik.
Inbrenging van de Saforelle® Pelvi'Tonic+:
1/ Was zorgvuldig uw handen voor elk gebruik
2/ Breng de **Saforelle® Pelvi'Tonic+** in uw vagina met de ergonomische kop (zie schema op de verpakking)
3/ Breng hem zachtjes en volledig in, op dezelfde diepte als een tampon (ongeveer 2cm). Het touwtje steekt een stukje uit om het verwijderen te vergemakkelijken.
Verwijderen van de **Saforelle® Pelvi'Tonic+**:
1/ Ontspan uw perineum, neem het touwtje vast, zorg dat u het goed vastneemt aan beide kanten, en blaas om het verwijderen van de **Saforelle® Pelvi'Tonic+** te vergemakkelijken
2/ Trek zachtjes aan het touwtje om de **Saforelle® Pelvi'Tonic+** uit uw vagina te trekken
3/ Om het uittrekken te vergemakkelijken en de druk op de blaas te beperken wordt aangeraden om te hurken om de **Saforelle® Pelvi'Tonic+** te verwijderen
4/ Maak het apparaat vervolgens schoon.

GEBRUIKSPROTOCOL:
- Gebruik het apparaat in sessies van 30 minuten, 1 keer per week
- Tijdens elke sessie kunt u de volgende oefeningen doen:
  - Loop gedurende 1 minuut en hoest 3 maal
  - Ga 10 keer achter elkaar twee traptreden op en af
- Begin met de **Pelvi'Tonic+** zonder kogel (niveau A)
- Wanneer u het apparaat gemakkelijk kunt vasthouden (geen zwaar gevoel meer ter hoogte van de bekkenbodem), het gewicht verhogen met behulp van kogel nr. 1 (niveau B)
- Ga door met het programma door het gewicht van het apparaat geleidelijk te verhogen met verschillende combinaties van kogels, tot niveau F.

NB: Indien de bekkentonus aan het begin van het programma niet sterk genoeg is om de **Saforelle® Pelvi'Tonic+** vast te houden, beginnen met spierversterkende oefeningen (type Kegel) in liggende positie. Zodra u het apparaat leeg (zonder kogel) kunt vasthouden in een rechtstaande positie, kunt u overwegen om met het evolutieve programma te beginnen.
Let erop dat u geen sessies doet van meer dan 30 minuten.

RESULTATEN
De behandelingstijd is maximum 3 maanden.

CONTRA-INDICATIES
- Zwangerschap
- Borstvoeding (advies vragen van uw arts alvorens het product te gebruiken)
- Menstruatie
- Vaginale infectie
- Allergie voor silicone
- Hyperreactieve huid
- Recente operatie of behandeling van de zone waar het product wordt gebruikt
- Oncologiepatiënt
- Gebruik van een ander product in dezelfde zone tijdens de behandeling

WAARSCHUWINGEN
- Product voor persoonlijk gebruik (niet delen om besmettingsgevaar te voorkomen)
- Gebruik het hulpmiddel niet als het onvolledig is of als er een onderdeel ontbreekt
- Het product mag alleen worden gebruikt in de aangegeven zone
- Gebruik het product niet na de vervaldatum
- Gebruik het product niet als een van de onderdelen kapot of beschadigd is
- Gebruik het product niet als het niet goed of helemaal niet vastschroeft
- Plaats geen voorwerpen in het product die niet zijn aangeduid
- Elk ernstig incident met betrekking tot het gebruik van het product moet worden gemeld aan de fabrikant en aan de bevoegde autoriteiten in het land van de gebruiker.
- Niet langer dan 3 maanden gebruiken zonder medisch advies, dit zou de spier te zeer kunnen vermoeien
- Was het product voor elk gebruik
- Het product moet volledig droog zijn voor gebruik en opslag
- Neem contact op met een arts in geval van bijwerkingen tijdens de behandeling (pijn, irritatie, branderig gevoel of iets anders).

Saforelle® Pelvi'Tonic +

ZUR VORBEUGUNG UND REDUKTION VON BLASENSCHWÄCHE DURCH STÄRKUNG DES BECKENBODENS*
*Ein starker Beckenbogen beugt Blasenschwäche vor und verringert das Risiko, das durch die Weitere Informationen finden Sie unter saforelle.com

WAS IST DER BECKENBODEN?
Der Beckenboden oder das Perineum ist eine Muskelgruppe, die wie eine Hängematte wirkt. Er hält die Organe des kleinen Beckens (Blase, Gebärmutter, Enddarm) und spielt eine wichtige Rolle für die Dichte der Schließmuskeln.

WORAUS BESTEHT ER?
Der Beckenboden besteht hauptsächlich aus Bändern und Muskelfasern.

WIE WICHTIG IST EIN TRAINIERTER BECKENBODEN?
Dies hilft:
- Blasenschwäche vorzubeugen.
- die Organe des kleinen Beckens zu stützen.
- beim Sex für mehr Gefühle zu sorgen.

WELCHE FAKTOREN FÜHREN ZUR SCHWÄCHUNG?
Bestimmte Lebensabschnitte können zu einer Erschlaffung des Beckenbodens führen. Dies ist der Fall während der Schwangerschaft, der Geburt oder der Menopause. Auch bestimmte Situationen führen zur Erschlaffung. Dazu gehört Übergewicht, Rauchen, High-Impact-Sportarten, Tragen schwerer Lasten.

SCHLAFFE BECKENBODENMUSKULATUR UND BLASENSCHWÄCHE
Belastungsinkontinenz tritt auf, wenn die Beckenbodenmuskeln nicht stark genug sind, um sich schnell und fest genug zusammenzuziehen, um die Blase unter Belastung geschlossen zu halten. Bei der Mischinkontinenz wird die Erschlaffung des Beckenbodens mit unwillkürlichen Kontraktionen der Blase kombiniert.

SAFORELLE PELVI'TONIC+
Saforelle® Pelvi'Tonic+ stärkt den Tonus des Beckenbodens.
Saforelle® Pelvi'Tonic+ stimuliert die Muskeln des Beckenbodens durch Reflexartige Kontraktionen, die durch das Gewicht des Produkts ausgelöst werden.

STUFENWEISES, INDIVIDUELLES PROGRAMM: Drei Kugeln unterschiedlichen Gewichts mit sechs möglichen Kombinationen: Das Trainingsprogramm verändert sich mit der immer stärker werdenden Beckenbodenmuskulatur.

ANWENDUNGSHINWEISE
Reinigung und Aufbewahrung:
Reinigen Sie **Saforelle® Pelvi'Tonic+** immer vor und nach jeder Nutzung:
1/ Vor der Reinigung des Produkts Hände mit Waschgel und Wasser waschen
2/ **Saforelle® Pelvi'Tonic+**aufschrauben und die Bestandteile trennen
3/ 10 Sekunden lang unter fließendem Wasser spülen
4/ Jedes Bestandteil mit einer haselnussgroßen Menge Waschgel (1 ml) 1 Minute lang waschen
5/ Mit klarem Wasser mindestens 2,5 Minuten lang abspülen und eventuelle Gelreste abreiben
6/ Auf einer saugfähigen und sauberen Oberfläche trocknen lassen
7/ **Saforelle® Pelvi'Tonic+** im Beutel an einem sauberen, trockenen Ort versorgen.
So wird **Saforelle® Pelvi'Tonic+** eingeführt:
1/ Vor jeder Anwendung die Hände gut waschen
2/ **Saforelle® Pelvi'Tonic+** in die Vagina einführen, Dabei den ergonomischen Konus voran einführen (s. Abbildung auf der Verpackung)
3/ Sanft so tief wie einen Tampon einführen (ca. 2 cm). Die Kordel hängt leicht hinaus, um das Herausnehmen zu ermöglichen.
So wird **Saforelle® Pelvi'Tonic+** herausgenommen:
1/ Beckenboden entspannen, beide Enden der Kordel fest in die Hand nehmen und laut ausatmen, um das Herausnehmen von **Saforelle® Pelvi'Tonic+** zu erleichtern
2/ Sanft an der Kordel ziehen und **Saforelle® Pelvi'Tonic+** herausziehen
3/ Gehen Sie in die Hocke, um den Druck auf die Blase zu verringern und das Herausnehmen von **Saforelle® Pelvi'Tonic+** zu erleichtern
4/ Danach gut reinigen.

GEBRAUCHSANWEISUNG:
- Nutzen Sie das Gerät einmal pro Woche je 30 Minuten
- Machen Sie dabei jeweils folgende Übungen:
  - Gehen Sie während einer Minute und husten Sie dabei dreimal.
  - Gehen Sie zwei Treppenstufen zehnmal auf und ab.
- Beginnen Sie mit dem **Pelvi'Tonic+** ohne Kugel (Schwierigkeitsgrad A)
- Sobald das Produkt mühelos gehalten werden kann (kein Schweregefühl im Beckenboden), erhöhen Sie das Gewicht mit der Kugel Nr. 1 (Schwierigkeitsgrad B)
- Machen Sie mit dem Programm weiter und erhöhen Sie immer wieder das Gewicht der Kugeln, die Sie kombinieren, bis Sie Schwierigkeitsgrad F erreicht haben.

Hinweis: Wenn der Beckenbodentonus zu Beginn des Programms nicht ausreicht, um den **Saforelle® Pelvi'Tonic+** zu halten, beginnen Sie mit Übungen zur Muskelstärkung (Kegelübungen) in liegender Position. Sobald das Gerät im Leerzustand (ohne Kugeln) auch im Stehen gehalten werden kann, können Sie mit dem stufenweisen Programm beginnen.
Üben Sie nie länger als 30 Minuten.

ERGEBNISSE
Die Behandlungsdauer liegt bei maximal drei Monaten.

KONTRAINDIKATIONEN
- Schwangerschaft
- Stillen (lassen Sie sich von Ihrem Arzt vor Verwendung des Geräts beraten)
- Menstruation
- Vaginalinfektion
- Silikonallergie
- Sehr empfindliche Haut
- Kürzliche Operation oder Behandlung im Bereich, in dem das Produkt angewendet wird
- Krebsbehandlung
- Verwendung eines anderen Produkts im selben Bereich während der Behandlung

WARNHINWEISE
- Produkt für den persönlichen Gebrauch (nicht teilen, um Ansteckungsrisiken zu vermeiden)
- Nicht verwenden, wenn Teile fehlen
- Das Produkt nur im dafür vorgesehenen Bereich anwenden
- Das Produkt nicht nach Ablauf des Verfallsdatums anwenden
- Das Produkt nicht verwenden, wenn Bestandteile defekt oder beschädigt sind
- Nicht verwenden, wenn das Schraubgewinde nicht richtig oder gar nicht funktioniert
- Keine nicht dafür vorgesehenen Teile in das Produkt einfügen
- Jeder ernsthafte Vorfall im Zusammenhang mit der Verwendung des Produkts muss dem Hersteller und den zuständigen Behörden im Land des Nutzers gemeldet werden.
- Ohne ärztliche Anweisung nicht länger als 3 Monate verwenden, da dies den Muskel übermäßig ermüden könnte.
- Das Produkt nach jeder Anwendung reinigen
- Das Produkt muss vor der Verwendung und Aufbewahrung vollständig trocken sein
- Wenn während der Behandlung unerwünschte Wirkungen auftreten (Schmerzen, Reizungen, Brennen oder ähnliches), wenden Sie sich an einen Arzt.

EVOLUTIEF PROGRAMMA /STUFENWEISES PROGRAMM :

Niveau	Vereist materiaal/ Erforderliches Material	Overeenkomstige gewicht/ Entsprechendes Gewicht
A	**Pelvi'Tonic +**	20.5g
B	**Pelvi'Tonic +** & ball no.1/Ball Nr.1	30g
C	**Pelvi'Tonic +** & ball no.2/Ball Nr.2	38g
D	**Pelvi'Tonic +** & ball no.1+2/Ball Nr.1+2	47.5g
E	**Pelvi'Tonic +** & ball no.3/Ball Nr.3	55.5g
F	**Pelvi'Tonic +** & ball no.1+3/Ball Nr.1+3	65g

1 = 9.5g
2 = 17.5g
3 = 35g

Wanneer er twee kogels in het apparaat moeten worden geplaatst: de kleinste er het eerst insteken.
Wenn Sie zwei Kugeln in das Produkt einführen möchten, zuerst die kleinere Kugel einführen

AVERTISSEMENTS/ WAARSCHUWINGEN / WARNHINWEISE
Garder hors de portée des enfants. Ceci n'est pas un jouet et contient des éléments de petites tailles.
Jeter le produit dans le conteneur gris des déchets généraux.
Buiten het bereik van kinderen houden. Dit is geen speelgoed en het product bevat kleine onderdelen.
Gooi het product weg in de container voor huishoudelijk afval.
Nicht in Reichweite von Kindern aufbewahren. Dies ist kein Spielzeug. Enthält kleine Teile.
Produkt im normalen Haushaltmüll entsorgen.

Fabricant / Fabrikant / Hersteller:
EastGlory International HK Co., Ltd, Foreign Industry Zone, DongChen Area of DongGuan City, CHINA

Mandataire et importateur / Gemachtigde en importeur/ Vertreter und Importeur:
CNEX Alle SL, Pol. Ind. Mata - Rocafonda, Cami de Ca La Madrona, 5-7 08304 Mataró Barcelona - SPAIN

BIOCODEX
Rev.03-2024 41224/02

Pantone tone + acrylic gloss varnish
P 2415 c

3,9x6,1cm

2024/05/22