

## Das solltest Du direkt nach der Einlage beachten

Bewahre Deinen GyneFIX®-Pass gut auf und notiere Dir, dass Deine GyneFIX® nach 5 bzw. 10 Jahren (abhängig vom Modell) gewechselt oder entfernt werden sollte.



# Dein sicherer Start mit

Verzichte in den ersten 14 Tagen auf Geschlechtsverkehr/ Selbstbefriedigung/Sextoys und verhüte bis zur 1. Kontrolluntersuchung, ca. 6 Wochen nach Einlage, sicherheitshalber zusätzlich z. B. mit Kondom.



Verzichte 14 Tage lang auf beanspruchenden, mit Erschütterungen verbundenen Sport (Joggen, Trampolin etc.), sowie Bauch- und Beckenbodentraining – Spazierengehen & alltägliches Fahrradfahren sind unproblematisch. Durchblutungsfördernde Maßnahmen wie Wärmflasche, Bäder etc. sind zu vermeiden, damit der Knoten in Ruhe einwachsen kann.



Bis zur Kontrolluntersuchung nicht nach dem Faden tasten und 2 Monate lang keine Tampons/ Menstruationstasse benutzen. Binden und Menstruationsunterwäsche sind eine Alternative.



Das Risiko einer Ausstoßung ist während der ersten Menstruation nach der Insertion am größten. Kontrolliere deshalb Deine Binden oder Menstruationsunterwäsche.



Nach der ersten Menstruation mit GyneFIX® solltest Du den korrekten Sitz in einem Kontrolltermin überprüfen lassen (ca. 6 Wochen nach Einlage). Hinweis: Die erste Menstruation mit GyneFIX® fällt i. d. R. stärker aus als gewohnt.



Registrierte Deine GyneFIX® bei uns, damit wir sie Dir im Falle eines Verlustes kostenfrei ersetzen können:



[verhueten-gynefix.de/kupferkette-gynefix-registrieren/](https://verhueten-gynefix.de/kupferkette-gynefix-registrieren/)



## Allgemeine Hinweise

Dein  
sicherer  
Start  
mit

GyneFIX®

Die ersten Menstruationsblutungen können stärker ausfallen und Schmierblutungen auftreten. In den meisten Fällen normalisiert sich das Blutungsmuster innerhalb von 3–6 Monaten.



Sollte das Fadenende Deinen Partner stören, dann kann dieser nachträglich gekürzt, mit einem Kauter abgerundet oder in den Gebärmutterkanal zurückgeschlungen werden.



Lasse mindestens 1x pro Jahr den korrekten Sitz Deiner GyneFIX® in der Frauenarztpraxis überprüfen.



Suche Deinen Arzt auf: bei Schwangerschaftsanzeichen, untypischen Bauchschmerzen, Schmerzen beim Geschlechtsverkehr, Fieber, stark riechendem Ausfluss.



GyneFIX® schützt nicht vor Geschlechtskrankheiten. Benutze bei wechselnden Partnern ein Kondom.



Unterstütze uns mit Deiner Teilnahme an unserer Zufriedenheitsumfrage:



[verhueten-gynefix.de/kupferkette-gynefix-zufriedenheitsumfrage/](https://verhueten-gynefix.de/kupferkette-gynefix-zufriedenheitsumfrage/)

