



## SOMMARIO

---

1. Istruzioni per l'uso.
2. Come assemblare i dilatatori/correttori FEMMAX®.
3. Per inserire il vostro dilatatore/correttore.
- 3a. Pazienti che hanno fatto la radioterapia.
4. Istruzioni per la pulizia.
5. Cosa fare o Cosa non fare quando si usa un dilatatore/correttore.
6. Note aggiuntive per le pazienti che hanno fatto la radioterapia.
- 6a. Rapporti sessuali.
- 6b. Perdite vaginali.
- 6c. Sintomi della menopausa.
- 6d. Dolorabilità e disagio vaginale.
7. Altri usi per il Dilatatore/Correttore FEMMAX®.
- 7a. Come usare il vostro dilatatore/correttore.

## 1. ISTRUZIONI PER L'USO

---

I dilatatori vaginali FEMMAX® sono sicuri, facili da usare e convenienti. Inoltre, possono essere conservati in una confezione discreta e facilmente gestibile in cui c'è spazio anche per un piccolo flacone di lubrificante.

I dilatatori / correttori vaginali sono usati come parte della cura e trattamento femminile per diverse ragioni, tra cui la terapia a seguito della radioterapia o un intervento chirurgico, difficoltà con i rapporti sessuali, vaginismo, dispareunia o dopo il parto.

I dilatatori FEMMAX® sono inseriti nella vagina per aiutare a mantenerla sana ed elastica e ridurre il rischio di adesioni (la fusione di tessuti molli) dopo la radioterapia o un intervento chirurgico. Inoltre, potrebbero aiutare a diminuire il disagio durante gli esami di follow-up, ulteriori terapie e rapporti sessuali.

L'unità consiste di 4 dilatatori, con dimensioni e lunghezze diverse, per permettere una progressione naturale durante il trattamento.

In quest'opuscolo si danno consigli sull'uso e cura del kit di dilatatori FEMMAX® ed istruzioni dettagliate per l'utilizzo.

**IMPORTANTE:** S'intende che queste istruzioni siano soltanto di guida; consultare il medico, l'infermiera specialista o il terapeuta prima dell'uso.

## 2. ASSEMBLAGGIO DEI DILATATORI/CORRETTORI FEMMAX

---

I dilatatori / correttori FEMMAX sono forniti come un kit di 4 dispositivi inseriti l'uno dentro l'altro, poi messi nella confezione apposita.

Per aprire la confezione premere sulla parte piatta sul davanti della stessa.

Per assemblare i dilatatori, poneteli davanti a voi. Ad un'estremità di quello più piccolo si trova una vite filettata che si inserisce nell'estremità aperta del dilatatore della dimensione seguente. Ciò permette di avvitare insieme i dilatatori facendo sì che diventino un dispositivo a doppia estremità (vedi Fig 1).

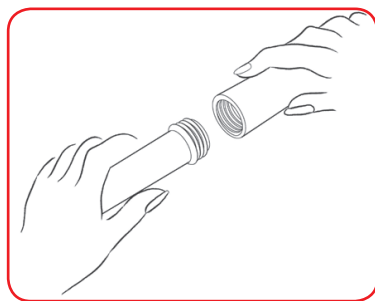


Fig. 1

I due dilatatori più grandi inoltre s'incastrano l'uno nell'altro e formano un paio (vedi Fig. 1).

Un dilatatore s'inserisce nella vagina e l'altro diventa un manico per dare sostegno e stabilità durante l'inserimento (vedi Fig. 2).

## 3. INSERIMENTO DEL DILATORE / CORRETTORE

---

Se si usa un dilatatore / correttore per la prima volta, è necessario lavarlo accuratamente in acqua calda saponata e poi risciacquarlo ed asciugarlo bene per togliere qualsiasi traccia di sapone (onde evitare possibili irritazioni).

Usare i dilatatori in un luogo comodo e privato, dove potete rilassarvi al massimo possibile.

Iniziare la dilatazione con il dilatatore più piccolo, poi aumentarne la dimensione con il passar del tempo. Desideriamo sottolineare che è necessario allargare la vagina per mantenerla sana, quindi alla fine si dovrebbe usare il dilatatore più grande, ma comodo per voi.

Per inserire il dilatatore applicare una piccola quantità di lubrificante vaginale all'estremità del dilatatore. Mettersi in posizione orizzontale con le ginocchia piegate e leggermente divaricate.

Se ciò non vi è comodo, provate a rimanere in piedi con un piede su una sedia, oppure accovacciatevi (come quando inserite un tampone). Cercate di rilassarvi quando usate un dilatatore (alcune pazienti trovano più facile farlo dopo il bagno).

### 3a. PAZIENTI CHE HANNO FATTO LA RADIOTERAPIA

---

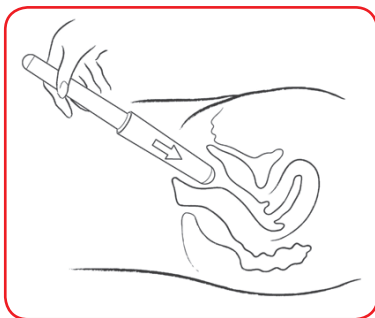


Fig. 2

Inserire l'estremità del dilatatore nella vagina con molta attenzione e il più profondamente possibile. Applicare una leggera pressione fino a toccare la parte superiore della vagina, ma senza causare disagi (vedi fig2).

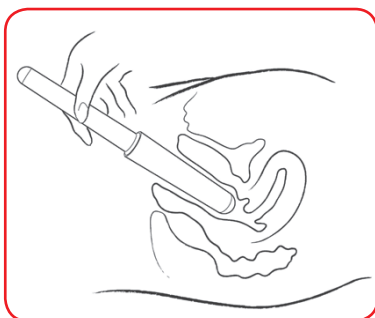


Fig. 3

Tenere saldamente il dilatatore e inserirlo nella parte superiore della vagina in un punto comodo, ruotarlo delicatamente, poi ritrarlo. (Fig 3).

Ad alcune pazienti potrebbe essere consigliato di tenere in posizione il dilatatore da 5 a 15 minuti, oppure di inserirlo, rimuoverlo ed inserirlo di nuovo, ripetendo il processo diverse volte. Il medico, l'infermiera specialista o il terapeuta potrà darvi ulteriori consigli appositi per voi.

Se dopo l'uso notate delle macchie di sangue o una lieve emorragia, ciò è considerato normale a causa della rottura di eventuali aderenze. Tuttavia, se si verificano sanguinamenti gravi o prolungati, contattate immediatamente il medico o l'infermiera specialista.

Non forzare il dilatatore se non riuscite a inserirlo facilmente nella vagina. Rimuoverlo e riprovare più tardi quando vi sentite più rilassate.

Se dopo aver tentato più volte non è vi ancora possibile inserire il dilatatore, interromperne l'uso e contattare il medico o l'infermiere specialista.

Potreste provare un po' di disagio quando usate il dilatatore per la prima volta. Se il dolore o il disagio continuano con l'uso, informate del fatto il medico, l'infermiere specialista o il terapeuta.

È stato suggerito che una durata e frequenza ragionevoli della dilatazione potrebbe andare da tre minuti due volte la settimana, nei primi sei mesi, fino a dieci minuti due volte al giorno, poi una volta la settimana ed occasionalmente dopo un anno, se non avete notato delle difficoltà oppure come consigliato dal medico, infermiera specialista o radiografo.

È molto importante usarlo settimanalmente anche se continuate ad avere rapporti sessuali poiché aiuta a conservare elastica la vagina e riduce la possibilità di un disagio durante il sesso.

Si consiglia di usare il dilatatore anche se in generale non avete rapporti sessuali, poiché è d'aiuto durante un esame medico.

#### **4. ISTRUZIONI PER LA PULIZIA**

---

Questo dispositivo è fornito Non-sterile; deve essere lavato nell'acqua calda saponata e asciugato bene prima dell'uso (asciugare a mano o farlo asciugare all'aria) o ben pulito con un panno sterile. Far attenzione ad osservare le istruzioni per la pulizia prima e dopo ogni utilizzo. Il dispositivo può essere anche immerso in acqua bollente prima dell'uso (attendere che l'acqua si raffreddi prima di rimuoverlo). Non usare un disinfettante.

## 5. COSA FARE E COSA NON FARE QUANDO SI USA UN DILATATORE

---

### COSE DA FARE

- Controllare il dilatatore per eventuali rotture, incrinature o bordi affilati.
- Se desiderate fare domande sul dilatatore rivolgersi al proprio medico o infermiere specialista.
- Cercate di rilassarvi quando usate il dilatatore; questo vi aiuterà ad inserirlo.
- Lavare il dilatatore con acqua calda e sapone dopo ogni uso e controllarlo con attenzione.
- Conservare il dilatatore nella custodia fornita, per proteggerlo da eventuali danni.
- Utilizzare la lubrificazione con il dilatatore per agevolarne l'inserimento.
- Trovare una tecnica per l'inserimento che sia confortevole per voi.
- Perseverare nell'uso del vostro dilatatore.
- Se necessario, riscaldare il dilatatore in acqua calda prima dell'uso.

### COSE DA NON FARE

- Usare il dilatatore se si notano rotture, crepe o bordi affilati.
- Usare il dilatatore se si avverte un dolore intenso o si nota un sanguinamento eccessivo durante l'uso. Rivolgersi al proprio medico o infermiere specialista.
- Usare qualsiasi apparecchio elettrico per lavare il dilatatore.
- Conservare oggetti appuntiti nella custodia del dilatatore poiché potrebbero danneggiarlo.
- Usare prodotti chimici o detersivi per la casa poiché potrebbero danneggiare la superficie o causare crepe.

## 6. NOTE ADDIZIONALI PER LE PAZIENTI CHE HANNO FATTO LA RADIOTERAPIA

---

Il trattamento radioterapico può avere un effetto deleterio sul rivestimento della vagina e causare la formazione di tessuti cicatriziali (aderenze) e l'accorciamento (atrofia) della vagina. In questi casi potreste trovare difficile o scomodo un esame interno futuro o un rapporto sessuale.

Per aiutare a prevenire ciò è possibile fare diverse cose in modo da mantenere la vagina sana ed elastica. Per dilatazione s'intende lo stretching e apertura della vagina; i rapporti sessuali e / o l'uso di un dilatatore possono avere questo risultato. Se state usando il dilatatore dopo il trattamento con la radioterapia, generalmente è consigliabile iniziare ad usarlo 2 settimane dopo il termine del trattamento, quando si è risolta l'infiammazione acuta che ne deriva (ma si prega di consultare il proprio medico o infermiere specialista).

### 6a. RAPPORTI SESSUALI

---

Il rapporto sessuale può continuare durante il trattamento radioterapico. In caso contrario, è possibile riprendere a fare il sesso quando ci si sente pronte, di solito circa 2 settimane dopo la fine del trattamento.

È importante tornare al normale livello di attività sessuale il prima possibile. Tuttavia, alcune pazienti potrebbero non sentirsi pronte immediatamente dopo e provare paura o addirittura imbarazzo; questi sentimenti sono usuali.

Esistono molte ragioni per cui potreste non sentirvi pronte per un rapporto sessuale. Forse avete perso interesse nel sesso, in particolare se vi sentite ansiose o tese per problemi di salute.

Alcune pazienti si sentono ansiose e non sanno se avere rapporti sessuali durante o dopo il trattamento. È importante capire che è perfettamente sicuro farlo. Il cancro non può essere trasmesso al proprio partner e il sesso non peggiora il cancro. Non ci si deve preoccupare che la radioterapia possa avere un effetto deleterio sul partner; le radiazioni non rimangono nel corpo, quindi non recano danni ad un'altra persona.

Non aver fretta. Il sesso moderato e regolare vi permetterà di rilassarvi e lentamente la vagina si allargherà. Potreste sentirvi a maggior agio iniziando con posizioni che vi permettono di essere in controllo (ad es. se siete sedute sopra, a cavallo del partner, non solo potrete decidere il ritmo, ma questa posizione vi consentirà anche una penetrazione più profonda che assisterà con la dilatazione). Parlate con il vostro partner e mostrategli quest'opuscolo perché potrebbe non essere consapevole delle vostre preoccupazioni o esigenze.

Se sentite dolore o fastidio e trovate che dovete interrompere il rapporto, non tentate di riprovarci troppo presto; potreste semplicemente aver bisogno di un po' più di tempo per la guarigione interna. A volte, se il rapporto sessuale si è dimostrato difficile o doloroso, potreste sentirvi nervose o ansiose. Di conseguenza, i rapporti saranno anche più difficili. È importante cercare di rilassarsi.

Se vi sentite più aride del solito, si consiglia di usare un lubrificante. Il vostro farmacista potrà darvi consigli sui molti lubrificanti vaginali disponibili.

All'inizio del rapporto sessuale potreste notare un leggero sanguinamento, dovuto allo stiramento dei tessuti, che poi dovrebbe stabilizzarsi.

Continuate ad usare il vostro dilatatore, indipendentemente dal fatto che facciate sesso oppure no, poiché i rapporti sessuali da soli potrebbero non essere sufficienti per prevenire la formazione di aderenze.

Se non siete sessualmente attive in questo momento, è comunque consigliabile utilizzare un dilatatore poiché aiuta durante la visita medica.

Se credete che sia utile parlare di queste cose, contattate il medico o l'infermiera specialista.

## 6b. SECREZIONE VAGINALE

---

Non è insolito notare una secrezione vaginale dopo il trattamento che potrebbe continuare per qualche tempo dopo. Tuttavia, se la secrezione cambiasse in qualsiasi modo (per es. se diventa più pesante, mostra del sangue fresco o emana odori sgradevoli), contattare il medico o il team di infermieri che vi hanno trattato.

## 6c. SINTOMI MENOPAUSALI

---

Alcune donne possono manifestare alcuni sintomi della menopausa, forse dovuti alla rimozione delle ovaie durante l'intervento chirurgico o al trattamento radioterapico, che a sua volta può rendervi sterili. Tuttavia, potreste avere altre due o tre mestruazioni dopo il trattamento.

Pertanto, esiste ancora un rischio di gravidanza e si dovrebbe continuare con il normale metodo di contraccezione fino a quando non sia consigliato diversamente. L'effetto della menopausa causato dal trattamento potrebbe far sorgere delle preoccupazioni; alcune pazienti avvertono vampate di calore, sensazioni di scoraggiamento, tensione, ansia, irritabilità e vagina secca; in alcuni casi potrebbero non essere più interessate al sesso ed anche aumentare di peso. Parlatene con il medico o lo specialista durante il check-up in ospedale per domandare se esistono cure e assistenza.

## 6d. DOLORABILITÀ E DISAGIO VAGINALE

---

- Alcune donne notano un arrossamento, dolorabilità o fastidio alla pelle intorno e all'interno della vagina durante o dopo la radioterapia. Esistono diversi modi per ovviare a questi problemi:
- Mantenere l'area pulita e asciutta.
- Lavare solo con acqua.
- Indossare biancheria intima di cotone.
- Usare solo un lubrificante vaginale consigliato durante il rapporto sessuale e quando si usa il dilatatore.
- Se i sintomi persistono contattare il medico o l'infermiera specialista.



## 7. ALTRI USI PER IL DILATATORE / CORRETTORE FEMMAX

---

I dilatatori vaginali Femmax possono essere utilizzati anche durante la terapia psicosessuale (difficoltà sessuali / vaginismo), da donne che soffrono con Lichen Sclerosus, Lichen Planus vulvare, dispareunia, vulvodinia, vestibolite vulvare, menopausa e atrofia vaginale, dopo un intervento chirurgico di riassegnazione di genere femminile e per rafforzare il pavimento pelvico, come consigliato da un medico.

### 7a. COME USARE I DILATATORI / CORRETTORI

---

1. Utilizzare i correttori in un luogo comodo e che garantisca la privacy.
2. Durante l'uso dei correttori la posizione raccomandata è sdraiarsi sulla schiena con le ginocchia piegate e le gambe leggermente divaricate. In alternativa, restare in piedi con una gamba sollevata su una sedia.
3. Usare prima di tutto il correttore più piccolo; applicare il lubrificante intorno alla punta del correttore e una piccola quantità all'apertura vaginale.
4. Controllando la respirazione e rilassandosi il più possibile, inserire con attenzione il correttore nella vagina tanto profondamente quanto è comodo e lasciarlo in posizione per un massimo di 5 minuti.
5. All'inizio, forse potrete tollerare solo la punta del correttore nella vagina. Questo è perfettamente normale.
6. Questa sequenza dovrebbe essere ripetuta ogni giorno.
7. Quando vi sentite a vostro agio con il correttore della dimensione più piccola, passate gradualmente alla taglia successiva e così via.
8. Non c'è limite al tempo impiegato per passare ad una nuova dimensione. Quando è possibile inserire comodamente la taglia più piccola, si consiglia di passare alla taglia successiva nella stessa sessione, poiché i muscoli vaginali sono già rilassati e sarà più facile avanzare alla taglia desiderata.
9. Questo è valido anche per le altre dimensioni. Quando vi sentite a vostro agio con l'inserimento dei correttori più grandi potrete tentare un rapporto sessuale penetrativo.

Istruzioni per gentile concessione di Mary Clegg, psicoterapeuta accreditata di sesso e relazioni [www.maryclegg.co.uk](http://www.maryclegg.co.uk)

FEMMAX® Dilatatori/Correttori  
Un



INNOVATION - INVESTMENT - IMPROVEMENT

prodotto

Ulteriori informazioni e  
**video didattici in inglese**  
su Femmax sono disponibili su  
**[www.mdti.co.uk/femmax](http://www.mdti.co.uk/femmax)**

FEMMAX® Dilatatori / Correttori  
**- LA SEMPLICE SOLUZIONE EFFICACE**  
UNA INNOVAZIONE DEL NHS

**Per migliorare la sicurezza e l'efficienza**



MDTi, The Kace Building, Victoria Passage,  
Wolverhampton, West Midlands, WV1 4LG  
Regno Unito.

Tel: +44 (0) 1902 778 380  
Fax: +44 (0) 1902 421 360  
Internet: [www.mdti.co.uk](http://www.mdti.co.uk)  
E-Mail: [info@mdti.co.uk](mailto:info@mdti.co.uk)