

Die Anwendung von Amielle Comfort

Reinigen Sie Ihren Dilator vor der ersten Anwendung mit der zugehörigen Bürste in heißem Seifenwasser und trocknen Sie ihn sorgfältig ab, um die Seifenreste zu entfernen.

Führen Sie die Behandlung an einem Ort durch, an dem Sie sich wohl fühlen und ungestört sind.

Für die Anwendung des Dilators empfehlen wir die Rückenlage mit angewinkelten Knien und leicht gespreizten Beinen. Alternativ können Sie Ihren Dilator im Stehen verwenden, wenn Sie ein Bein auf einen Stuhl stellen.

Beginnen Sie mit dem kleinsten Dilator. Schrauben Sie ihn in den Bajonettverschluss des grauen Haltegriffs, bis er einrastet (1).

Verteilen Sie etwas wasserlösliches Gleitmittel auf der Spitze des Dilators und rund um Ihren Scheideneingang.

Atmen Sie bewusst, entspannen Sie sich so weit wie möglich und führen Sie den Dilator vorsichtig nur so tief in Ihre Vagina ein, wie es für Sie angenehm ist. Warten Sie etwa fünf Minuten, bevor Sie ihn wieder entfernen (2).

Es kann sein, dass Sie zu Beginn der Behandlung nur die Dilatorspitze in Ihrer Scheide tolerieren können, was jedoch nicht ungewöhnlich ist.

Diese Übung sollte einmal täglich wiederholt werden.

Sobald der kleinste Dilator Ihnen keine Probleme mehr bereitet, verwenden Sie den nächst größeren und so fort. Den Zeitpunkt, wann Sie von einer Dilatorgröße zur nächsten übergehen, bestimmen Sie allein.

Wenn Sie den kleinsten Dilator beschwerdefrei einführen können, empfehlen wir Ihnen, in der gleichen Sitzung den nächst größeren zu versuchen, da Ihre Scheidenmuskulatur bereits entspannt ist und Ihnen so der Wechsel zur nächsten Größe leichter fällt. Dies gilt unabhängig von der jeweils nächsten Dilatorgröße.

Wenn Ihnen das Einführen der größeren Dilatoren keine Probleme mehr bereitet, kann es sinnvoll für Sie sein, normalen Geschlechtsverkehr zu versuchen.

