

# Kliniska anvisningar för FemCap

Är patienten efter sedvanlig preventivmedelsrådgivning intresserad av att börja använda cervixpessaret FemCap bör hon informeras närmare om hur det fungerar, säkerhet och skötsel.

Vikten av korrekt användning, lämpliga kombinationer med andra preventivmetoder, samt att ha akut-p-piller tillgängligt som back up metod bör understrykas.

Lämpliga användare är de som rent fysiskt kan ha FemCap, känner sig bekväma med hanteringen och förstår instruktionerna.

Missbildning, starkt retroflektad livmoder, djup konisering, framfall, eller svårt att sätta in FemCap kan göra metoden olämplig. Pröva då om slidpessar fungerar bättre. Om kvinnan har en infektion behandlas den före användning.

1. Instruera kvinnan, låt henne läsa bruksanvisningen och/ eller se instruktionsfilmen på hemsidan.

2. Vaginalundersökning. Bedöm storlek och läge på cervix.

<b>Liten 22 mm diameter</b>	Aldrig varit gravid
<b>Mellan 26 mm</b>	Missfall, abort, kejsarsnitt
<b>Stor 30 mm</b>	Fött barn vaginalt

OBS: Vissa nulligravida behöver Mellan. Vid helamning kan Mellan ibland vara lämpligare än Stor.

3. Låt kvinnan sätta in FemCap. Ingen gör det bättre än hon själv. Låt henne därefter kontrollera att den sitter korrekt. Livmodertappen ska kunna kännas genom kupolen. Undersök sen med ett finger eller vid osäkerhet med ett speculum halvvägs infört. Kvinnan tar sen ut FemCap, och då ska hon känna ett visst "sug". För lättare uttagning i början kan hon sätta ett bomullsband eller gummisnodd på sidan av handtaget. Tipsa om att hon kan krysta samtidigt.

4. Tvätta FemCap med tvål och vatten, därefter med Virkon eller finsprit, alternativt autoklavering. Skölj noga. ( FemCap får inte kokas)

5. Kvinnan uppmanas att träna i lugn och ro själv hemma och använda en överlappande preventivmetod i början tills hon behärskar tekniken. Under fertil period kan pessar kombineras med kondom för ytterligare effektivitet. Lätt att lära sig iaktta cervixsekretets förändring under cykeln då det samlas upp i FemCap.

6. Är pessar subventionerat i ert landsting beställ hem rätt storlek och lämna ut till kvinnan. Pessar var subventionerat i alla landsting mellan 1974 och 2010. Annars beställer hon själv FemCap och Conragel grön, pessargel, samt gel-applikator. FemCap kan också användas till självinseminering.

För mer information se [www.femcap.se](http://www.femcap.se) eller kontakta [info@femcap.se](mailto:info@femcap.se)