



# Caya<sup>®</sup> *contoured diaphragm*

## Leitfaden zur Beratung – Caya<sup>®</sup> Diaphragma

Verhüten mit dem Diaphragma bedeutet für die Anwenderin eine Auseinandersetzung mit ihrem Körper und ihrer Sexualität. Die Patientin sollte bereit sein, sich im Genitalbereich alleine zu berühren und kennenzulernen.

### 1. Für welche Patientinnen ist das Caya<sup>®</sup> Diaphragma geeignet?

**Das Caya<sup>®</sup> Diaphragma ist ein Verhütungsmittel für alle Frauen, die natürlich und sicher verhüten wollen.**

**Es ist besonders geeignet:**

- wenn eine hormonfreie Verhütung medizinisch erforderlich (z. B. erhöhtes Thromboserisiko, kardiovaskuläre Erkrankungen, Hypertonie, angeborene schwere Fettstoffwechselstörungen, akute Pankreatitis, gestörte Glucosetoleranz) oder erwünscht ist
- wenn ein IUD medizinisch nicht möglich oder nicht erwünscht ist
- in der Stillzeit
- bei Latexallergie
- in Kombination mit natürlichen Methoden der Schwangerschaftsverhütung
- bei Wunsch nach selbstbestimmter Verhütung
- zwischen zwei Schwangerschaften
- in Kombination mit anderen Verhütungsmethoden (z. B. Kondomen)
- bei selten stattfindendem Geschlechtsverkehr (z. B. bei Wochenendbeziehungen)

## 2. Nach Bedarf kann eine gynäkologische Untersuchung erfolgen, um eventuelle Kontraindikationen auszuschließen. Gehen Sie dabei wie folgt vor:

1. Palpieren Sie die Innenseite der Symphyse sowie die Zervix der Patientin. Diese sollten keine anatomischen Veränderungen, wie z. B. Deszensus uteri oder eine fehlende retropubische Nische (siehe Kasten „Kontraindikation“), aufweisen.
2. Führen Sie das **Caya<sup>®</sup>** Diaphragma der Patientin ein. Es sollte die Zervix vollständig bedecken und ist zwischen der hinteren Fornix und der Nische am Schambein „verankert“. Lassen Sie die Patientin den korrekten Sitz mit dem Finger ertasten.
3. Das **Caya<sup>®</sup>** Diaphragma darf nicht drücken oder als unangenehmer Fremdkörper empfunden werden.
4. Eine vaginale Selbstuntersuchung wird empfohlen. Sie hilft der Anwenderin dabei die anatomischen Strukturen in ihrer Scheide (Portio, retropubische Nische) kennenzulernen. Die Anwenderin sollte zunächst lernen ihren Muttermund und die Symphyse mit einem oder zwei Fingern (Zeige- und Mittelfinger) zu ertasten. Das ist notwendig, um den richtigen intravaginalen Sitz des **Caya<sup>®</sup>** Diaphragmas nach dem Einsetzen zu kontrollieren.

Eine Größenbestimmung wie beim klassischen Diaphragma entfällt. Das **Caya<sup>®</sup>** Diaphragma ist in einer Größe erhältlich und passt den meisten Frauen (beim klassischen Diaphragma entspräche das den Größen 65, 70, 75 oder 80 mm).

### KONTRAINDIKATIONEN

#### Absolute Kontraindikationen

- Anwendung in den ersten 6 Wochen nach einer Entbindung
- falls bisher beim Diaphragma 60 mm oder 85 mm und größer verwendet wurde
- akute bzw. chronisch-rezidivierende Harnwegsinfektionen
- Infektionen der Genitalorgane und des kleinen Beckens
- ausgeprägter Deszensus uteri und vaginae
- Zystozele mit Aufhebung der retropubischen Nische in der Vagina
- wenig ausgeprägte oder fehlende retropubische Nische

#### Relative Kontraindikationen

- ausgeprägte und/oder fixierte Retroversio/Retroflexio
- psychische oder somatische Schwierigkeiten mit der Anwendung

### Welche Größen gibt es beim Caya<sup>®</sup> Diaphragma?

Das **Caya<sup>®</sup>** Diaphragma ist in **einer Größe** erhältlich, die den meisten Frauen passt. Aufgrund der besonderen anatomischen und ergonomischen Form passt diese Größe Frauen, die beim herkömmlichen Diaphragma eine Größe von 65–80 mm (einschließlich) hatten.

### Muss ein Verhütungsgel verwendet werden?

Es wird empfohlen das **Caya<sup>®</sup>** Diaphragma immer zusammen mit einem Verhütungsgel (z. B. **Caya<sup>®</sup>** Gel) zu verwenden. Durch die Verwendung eines kontrazeptiven Gels wird die Sicherheit der Methode „Diaphragma“ nachweislich erhöht.

### Was tun bei wiederholtem Geschlechtsverkehr?

Bei wiederholtem Verkehr oder wenn das Einlegen des **Caya<sup>®</sup>** Diaphragma mehr als 2 Stunden vor dem Koitus erfolgte, muss zusätzlich Gel mit einem Applikator tief in die Scheide, vor das Diaphragma eingeführt werden, ohne zuvor das **Caya<sup>®</sup>** Diaphragma zu entfernen.

### Wie wird das Diaphragma gereinigt und aufbewahrt?

Nach dem Entfernen aus der Vagina wird das **Caya<sup>®</sup>** Diaphragma mit Wasser und Seife gewaschen und in der offenen Dose getrocknet. Das **Caya<sup>®</sup>** Diaphragma sollte in der mitgelieferten Dose aufbewahrt werden, um es gegen äußere Einflüsse zu schützen.

### Wie lange hält das Caya<sup>®</sup> Diaphragma?

Das **Caya<sup>®</sup>** Diaphragma ist wiederverwendbar. Es kann ab der ersten Anwendung **2 Jahre** benutzt werden.