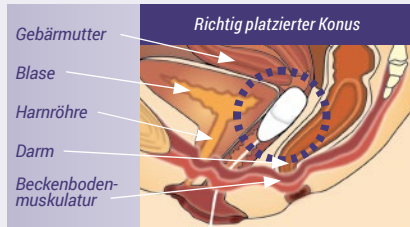


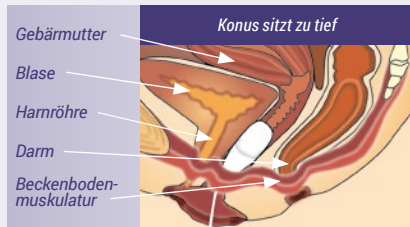
# Femcon® Plus

Anwendung leicht gemacht

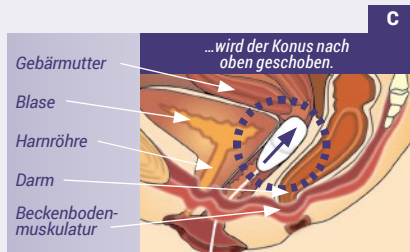
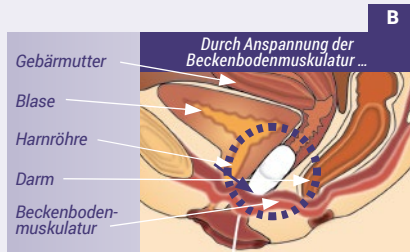
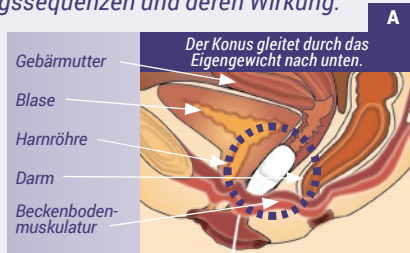
1. Den Konus mit einigen Tropfen Ladysoft Gel benetzen und sanft einführen.



2. Bei ungebübttem Beckenboden gleitet der Konus nach unten.



3. Übungssequenzen und deren Wirkung.



Artikel-Nr.	Bezeichnung	PZN D / A
MED1000032	Femcon® Plus Vaginalkonus Set 5 Kone, 20 g – 70 g	D 07203628 A 2575874
MED1002034	Femcon® Plus Vaginalkonus Set Strong, 2 Kone, 80 g & 90 g	D 12537863 A 4577989
MED1000033	Femcon® Plus Vaginalkonus 80 g	D 07367732 A 3313900
MED1002033	Femcon® Plus Vaginalkonus 90 g	D 12537857 A 4577995

Hilfsmittelnummer für Deutschland: 15.25.19.0001

# Femcon® Plus

Vaginalkonus



Made in Germany

Hersteller / Manufacturer:  
medesign I.C. GmbH

LF0199436  
2026-03

SF00761.005  
28.04.2021

PRN21080

medesign I.C. GmbH  
Dietramszeller Str. 6  
D-83623 Dietramszell  
Tel.: +49 8027 90738-0  
www.medesign.de  
info@medesign.de



MEDESIGN

# Fast jede dritte Frau ist betroffen.

Und so einfach trainieren Sie Ihre „Muskelschwäche“

## Harninkontinenz, ein lösbares Problem

Da der unkontrollierte Verlust von Harn besonders beim Lachen, Niesen, Husten, Laufen und bei körperlicher Belastung auftritt, geht für viele Betroffene ein Stück Lebensqualität verloren.

## Ursache

In den meisten Fällen sind eine oder mehrere Geburten der Auslöser für eine Stressinkontinenz.

Im Laufe der Zeit kann dies zu einer fortschreitenden Schwächung der gesamten Beckenbodenmuskulatur führen. Diese ist dann nicht mehr in der Lage die Harnröhre gegenüber der Blase verschlossen zu halten.

Eine Erschlaffung der Beckenbodenmuskulatur kann aber auch durch eine Bindegewebsschwäche, schwere körperliche Arbeit, starkes Übergewicht und möglicherweise auch durch Hormonänderungen während der Wechseljahre entstehen.

## Vorbeugende Maßnahmen

Es ist wichtig, dass Sie täglich und ausdauernd über längere Zeit trainieren.

## Testen Sie mit Femcon® Plus

die Funktion Ihrer Beckenbodenmuskulatur und kräftigen Sie diese durch gezielte Übungen.



Vor einer Behandlung bei Kindern und Jugendlichen auf jeden Fall einen Facharzt hinzuziehen.

## Maßnahmen bei bestehender Stressinkontinenz

Eine bestehende Harn- oder Stuhlinkontinenz wird bei sorgfältigem und kontinuierlichem Training beseitigt oder zumindest wesentlich verbessert.

Mit Femcon® Plus Vaginalkonusen können Sie Operationen vermeiden.

## Das Wirkprinzip des Femcon® Plus Vaginalkonus

Durch sein Gewicht und seine glatte Oberfläche vermittelt er das Gefühl des „Herausgleitens“.

Die Beckenbodenmuskulatur wird zur Anspannung (Kontraktion) um den Konus veranlasst, das Herausgleiten wird verhindert und der Konus wieder nach oben geschoben.

Durch zusätzliches willkürliches Anspannen wird die Beckenbodenmuskulatur wieder aufgebaut.

## Einfache Anwendung, große Wirkung

Das Üben mit Femcon® Plus Vaginalkonusen ist einfach und führt bei konsequenter Anwendung schon nach wenigen Wochen zu einem spürbaren Erfolg.

Femcon® Plus Vaginalkonusen bestehen aus einem Set mit fünf tamponförmigen Konus gleicher Größe, jedoch mit unterschiedlichem Gewicht.

## Langsam und sicher zum Erfolg

Der Konus, der gerade noch gehalten werden kann, gibt Aufschluss über Funktionszustand und Kraft der Beckenbodenmuskulatur.

Die Übungen werden mit dem vorhergehenden Konus, der ohne Anstrengung gehalten werden konnte, begonnen. Trainieren Sie mehrmals täglich im Stehen oder Herumgehen. Scheuen Sie währenddessen auch keine Belastungen wie z.B. Husten, Niesen, Lachen und kleinere gymnastische Übungen.

Sie spüren den Erfolg schon nach wenigen Wochen.

## Erfolg der Behandlung

Mit Hilfe der Femcon® Plus Vaginalkonusen lernen Sie bereits nach wenigen Trainingswochen Ihre Beckenbodenmuskulatur auch ohne den Gebrauch der Konus zu trainieren.

Mit den Femcon® Plus Vaginalkonusen überprüfen Sie dann lediglich hin und wieder den Funktionszustand der Beckenbodenmuskulatur und führen gegebenenfalls eine konzentrierte Trainingsperiode von ca. 2 – 4 Wochen durch.

Ein Training mit den Femcon® Plus Vaginalkonusen kann in jedem Lebensalter mit gleich gutem Erfolg durchgeführt werden.

Femcon Training ist als natürliche Ergänzung und Alternative zu klassischem Beckenbodentraining der schnelle Weg aus der Harninkontinenz.

## Femcon® Plus

Vaginalkonusen zum Training der weiblichen Beckenbodenmuskulatur.

