

Lees onderstaande instructies goed door om de slagingskans te verhogen.

Insemineer in de vruchtbare periode. Deze kun je d.m.v. ovulatietesten opzoeken. Vlak voor de ovulatie is er een sterke stijging van het LH hormoon meetbaar in de urine. Deze piek duurt maar 1 of 2 dagen. Nadat het gehalte LH in de urine op z'n hoogst is, vindt de ovulatie plaats binnen 24 tot 48 uur. In deze tijd heb je de meeste kans om zwanger te raken, na inseminatie. In onze webshop kun betrouwbare ovulatietesten kopen.

Opvangen sperma:

- 1) Vang het sperma op in een potje d.m.v. masturbatie. Het is aan te raden om 24 tot 48 uur voor de inseminatie nog een zaadlozing te hebben, zodat het sperma niet te oud en niet te jong is.
- 2) Laat het sperma ongeveer 5 minuten bij kamertemperatuur staan in het afgesloten potje. Geen paniek, het sperma blijft gewoon leven bij kamertemperatuur!

Insemineren met de inseminatiesets:

- 1) Haal het steriele spuitje uit de verpakking en haal de stamper een paar keer even heen en weer zodat het met het opzuigen van het sperma de spuit soepel loopt. Zuig een kleine hoeveelheid lucht in de spuit.
- 2) Plaats vervolgens de flexibele inseminatiecatheter/(flexibele) cannula tip **goed** op de spuit en zuig (zonder veel lucht mee te nemen) het sperma op.
- 3) Breng voorzichtig de spuit met catheter/cannula in de vagina. Je kunt de spuit+catheter/(flexibele) cannula helemaal inbrengen tot aan de 'hendels'.
- 4) Spuit vervolgens het sperma langzaam in de vagina (ong. 5 sec.) en haal de spuit+catheter/(flexibele) cannula voorzichtig uit de vagina. De lucht in de spuit zorgt ervoor dat al het sperma uit de spuit gespoten wordt.
- 5) Blijf na de inseminatie nog ong. 30 minuten rustig liggen.

Insemineren met de pipetten:

- 1) De pipet heeft een inhoud van 3ml. Afhankelijk van het hoeveelheid sperma zal er misschien meerdere malen geïnsemineerd moeten worden.
- 2) Knijp de ballon volledig in en zuig het sperma op totdat de pipet vol is (of het sperma op is) door de ballon langzaam los te laten.
- 3) Zorg dat de ballon voor het insemineren helemaal vol is met lucht. Doe de pipet langzaam in de vagina zodat je nog wel de ballon kan in knijpen. De lengte vanaf de ballon is 11 cm en u kunt hiermee niet te diep insemineren.
- 4) Knijp de pipet volledig leeg zodat de meeste sperma uit de pipet is.
- 5) Indien nodig kun je dezelfde pipet nogmaals gebruiken voor een evt. 2de keer indien het sperma nog niet op is.
- 6) Blijf na de inseminatie nog ong. 30 minuten rustig liggen.

TIPS:

- Insemineer niet vaker dan 1x per 24 tot 48 uur.
- Een voorspel verandert het vaginale slijm en dit slijm bevordert de weg naar de baarmoedermond of gebruik een geschikt glijmiddel zoals Concieve - Plus. Conceive Plus vruchtbaarheids glijmiddel is niet alleen prettig in gebruik, het vergroot de kans op een zwangerschap.
- Een orgasme (tijdens of na de inseminatie) helpt om de zaadcellen richting de baarmoedermond te transporteren.

Aansprakelijkheid:

Gebruik van deze set is geheel voor eigen risico. ZI-SHOP is op geen enkele wijze aansprakelijk voor het (verkeerd) gebruik van de zelfinseminatiesets.

**HEEL VEEL
SUCCES!!**