



SVAKOM

Nova-A 快速入门指南

SVAKOM Design USA Limited

Email: Customer-service@svakom.net Tel: 1-844-478-2566
Facebook: [Svakom Design USA Limited](#) Twitter: [Svakom5](#) www.svakom.net

快速入门指南

目录

- 一、概述
- 二、如何使用SVAKOM缩阴球
- 三、SVAKOM缩阴球锻炼注意事项
- 四、清洗保存和安全事项
- 五、质保条件与条款
- 六、免责声明

一、概述

SVAKOM缩阴球配备一根硅胶拉绳，方便您在锻炼完成后取出球体。球体全医用硅胶包裹并且防水，根据凯格尔运动原理设计，为未生育却阴道松弛和已生育的女性提供贴心的锻炼教程。有效的进行凯格尔运动训练您的PC肌，在兼具保健的同时也能给您带来愉悦的享受。不管是日常的锻炼还是产后的恢复，你都可以使用她们达到满意的效果。

SVAKOM缩阴球内置活动金属重球，当您行走、跑步或游泳时，金属重球因地心引力移动撞击产生微妙振动力，振动力促使缩阴球有一个向阴道口滑出的趋势，阴道肌肉因此刺激而收缩，以防止缩阴球滑出。虽然振动微弱，但持续反复，促使阴道肌肉实现强化锻炼，从而达到缩阴的效果。



产品参数:

尺寸：Φ32X170mm

重量：75g

材料：安全硅胶

防水等级：全防水

颜色：玫红

本手册将主要为您讲述SVAKOM缩阴球作为凯格尔练习器材的使用方法和相关注意事项，请使用前仔细阅读。

二、如何使用SVAKOM缩阴球

如何将缩阴球放入体内

您可以按照放入卫生棉条的方式将SVAKOM缩阴球放入您的体内，不过基于各人体质各异，在此我们为您列出放入时需要注意的事项。

- 1、为了更容易地将SVAKOM缩阴球放入阴道，请在产品置入端表面或阴道口涂上适量润滑剂。此时由于两个球体之间存在一定的距离，在后进入的球体可能会受到阴道环肌对顶部球体的排挤而难以进入，在此情况下，请您深呼吸并保持放松状态。
- 2、请靠坐于沙发或椅子上，双腿屈膝抬起，打开双腿，放松下体，平缓而迅速地将SVAKOM缩阴球放进阴道内。有些女性认为站姿配合抬高单腿的方式会更容易置入。
- 3、初次进行缩阴锻炼，让身体从适应期开始，每天坚持30分钟训练，持续一个月左右。

正确放置缩阴球&如何取出缩阴球

- 1、靠近体外的球体最外端到阴道口至少要保持2公分以上的距离，正常状态下女性阴道深度为7-12公分，正确的放置位置和正确的选择球的数量，会有效提高锻炼的效果。
- 2、当取出SVAKOM缩阴球时，尽量放松阴道肌肉，将露在体外的牵引硅胶绳轻轻往外拉即可。若球体不易取出，可尝试躺下，并且重复上述步骤。
注意：为确保SVAKOM缩阴球能从体内顺利取出，牵引硅胶绳必须始终露于阴道以外。

三、SVAKOM注意事项

请按说明书科学使用SVAKOM缩阴球

- 1、每天在进行锻炼时，请不要静坐或者静躺，请与散步、跑步、游泳、跳舞、做家务等运动同时进行，这类的运动能引起体内球体发生移动，产生微妙的振动刺激阴道环肌运动，缩阴效果明显。
- 2、在锻炼过程中，若在身体解除“警惕性”后仍感到不适，请立即停止使用并及时咨询专业医生。
- 3、有严重阴道炎、外阴炎、盆腔炎等妇科炎症的女性请在治愈后使用。
- 4、建议在人流手术30天后或分娩3个月后使用SVAKOM缩阴球，其他特殊情况请咨询专业医生。
- 5、怀孕期间禁止使用SVAKOM缩阴球，请不要在经期使用缩阴球。

四、清洗保存和安全事项

- 1、每次使用SVAKOM缩阴球前后，请将其进行彻底清洗。用温水和除菌香皂漂洗后，再用干净的温水进行冲洗，最后用干爽的毛巾轻轻拍打至干，不要使用含酒精汽油或丙酮的清洁剂进行清洗。
- 2、请您在使用SVAKOM缩阴球时不要选择硅胺性润滑剂，因其制剂可能永久粘附于产品表面。请选择安全的水溶性润滑剂。不要将按摩油和护手霜当作润滑剂用于SVAKOM缩阴球。
- 3、SVAKOM缩阴球 应存放在环境干净无尘的储藏空间，要与其他材质的玩具分开放置，不要将SVAKOM缩阴球暴露在高温下，避免阳光暴晒，远离儿童处及区域。
- 4、仅限年满18周岁成年人使用，孕妇或患有心脏起搏器、糖尿病、静脉炎、血栓症等病人在使用私密按摩产品之前应对血液凝块形成的风险咨询专业医师。

五、质保条件与条款

1年质保

本情趣用品的质保时间为购买日期起1年，任何因产品制造或材料缺陷引起的质量问题均属于质保范围，如果您有任何此类质量问题并在质保期内通知SVAKOM，我们将免费为能更换产品。质保范围包括影响产品功能的零部件质量问题，但不包括由于长期使用造成的外观磨损或由于错误操作，疏忽或意外造成的磨损或损坏，任何尝试打开或分解产品（或其附属配件）造成的损坏也不在质保范围。

质保索赔需要提供产品尚在质保期内的合理证据，为了让您的产品质保有效，请在质保期内妥善保存原始购买发票及本质保证书。

10年品质保障

作为SVAKOM一年质保的延续，SVAKOM的10年质保是保证购买过SVAKOM产品的顾客在1年以后10年以内可以以SVAKOM产品价格的五折购买任一款新产品。

六、免责声明

使用者请自行承担产品使用风险，SVAKOM及其零售商均不承担使用本产品所产生的任何法律责任。SVAKOM保留修改本说明书内容的权利，而没有义务另行通知任何人所做的修改。产品也许会根据需要进行改善，恕不另行通知。