

Je mi -náct, jsem panna nebo nemám sex často.

Používám nejčastěji tampón velikosti mini. *MeLuna S nebo LadyCup S*

Používám tampóny velikosti normal. *Lunette model 1*

Je mi mezi 20-30, nerodila jsem (případně rodila jsem císařským řezem).

Jsem takový "průměr" a opravdu nevím, jaký kalíšek zvolit. *Mooncup B nebo Yuuki vel. 1*

Pravidelně sportuji. *Lunette model 1*

Mám sedavé zaměstnání, jsem spíše plnoštíhlá. *MeLuna M*

Je mi mezi 20-30, rodila jsem.

Mooncup A nebo Lunette model 2

Mám silnou menstruaci. *LadyCup L*

Pravidelně sportuji. *MeLuna M*

Pravidelně sportuji, ale mám hodně silnou menstruaci. *MeLuna L*

Je mi přes 30 let.

Pravidelně sportuji, rodila jsem už před delší dobou. *Mooncup B nebo MeLuna M (při silné menstruaci MeLuna L)*

Pravidelně sportuji, nerodila jsem, pohlavní styk mám spíše výjimečně. *Mooncup B*

Mám sedavé zaměstnání, jsem spíše plnoštíhlá, po porodech, mám silnou menstruaci.

LadyCup L nebo Yuuki vel. 2

Mám sedavé zaměstnání, jsem spíše plnoštíhlá, po porodech, mám normální nebo slabší menstruaci. *Mooncup A nebo Lunette model 2*

Vyhovuje mi průsvitný typ kalíšku: Mooncup, LadyCup, Yuuki nebo čirý Lunette

Nechci průsvitný kalíšek: Lunette Diana nebo MeLuna

Tento návod na výběr menstruačního kalíšku není stoprocentní. Každá žena je fyziologicky jedinečná, nelze tedy přesně určit, který kalíšek Vám bude vyhovovat. Pokud si stále nejste jista, zvolte větší velikost. Když Vám nebude vyhovovat, zakoupíte si menší kalíšek a ten větší využijete později.

Pročtěte si také podrobnější informace o kalíšku, který jste podle tohoto návodu zvolila.

Najdete je na našich stránkách, když kliknete na název Vámi vybraného kalíšku (nahore na stránce Velikost a barva).

Pokud Vám kalíšek protéká, můžete zkusit zakoupit si větší velikost a nebo začnete posilovat svaly pánevního dna (pomohou Kegelovy cviky, ale i pohyb, který není zaměřen přímo na tuto oblast). Pro okamžitou pomoc můžete používat společně s kalíškem slipovou vložku.