

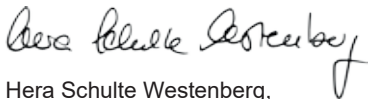


**INFORMATIONEN ZUM GEBRAUCH**

THEROS®

Liebe Kundin, lieber Kunde,  
vielen Dank für Ihren Kauf einer Viball Therapiekugel. Bitte lesen Sie diese Gebrauchsanweisung vor der ersten Anwendung sorgfältig und beachten Sie die Hinweise im Abschnitt „Vor dem Öffnen der Versiegelung“. Auf unserer Internetseite finden Sie Antworten auf Kundenfragen sowie weitere Produkte von Theros. Eine Datei mit Beckenbodenübungen bekommen Sie bei Kauf einer Viball per Mail, da ich sie von Zeit zu Zeit erweitere und aktualisiere. Bei Fragen zu Ihrer individuellen Problematik zum Thema Beckenboden kontaktieren Sie mich gerne unter [hsw@theros.de](mailto:hsw@theros.de), therapeutische Hilfe ist für unsere Kunden kostenlos.

Ich wünsche Ihnen (und Ihrer Partnerin / Ihrem Partner) viel Erfolg und Freude mit Viball.



Hera Schulte Westenberg,  
Hebamme, Beckenboden- und Wechseljahretherapeutin

**Hersteller:**

Theros

Schulte Westenberg & Pötter

Frau-Holle-Weg 12, DE 49479 Ibbenbüren

[www.theros.de](http://www.theros.de)

Viball ist registriert als Medizinprodukt Klasse 1.  
Die Konformität des Produktes mit den Forderungen der  
Richtlinie 93/42 EWG über Medizinprodukte wird durch die



Kennzeichnung bestätigt.

**Chargennummer:** Siehe Rückseite.

### **Inhaltsangabe**

	Seite
1. Inhalt der Verpackung	5
WICHTIG ZU WISSEN	
2. Was ist Viball?	5
3. Alleinstellungsmerkmale	6
4. Indikationen / Anwendungsbereiche	7
5. Erhältliche Größen	8
6. Von wem und wie wird Viball angewendet?	8
7. Wann darf Viball nicht angewendet werden?	8
8. Zeitpunkt der Anwendung	9
9. Dauer der Anwendung	9
VOR DEM ÖFFNEN DER VERSIEGELUNG	
10. Viball realistisch testen	10

11. Warum werden die Geräusche nicht gedämpft? 10

#### SICHERHEITSHINWEISE

12. Vorsichtsmaßnahmen bei der Verwendung 11

13. Risiken oder Nebenwirkungen 11

14. Vorsicht bei der Aufbewahrung 12

#### ANWENDUNGSFORMEN

15. Vaginale Langzeitanwendung 13

16. Einschränkung der Langzeitanwendung 15

17. Rektale Anwendung 15

18. Kältetherapie (Kryotherapie) bei Hämorrhoiden 16

19. Wärmebehandlung (Thermotherapie) 17

20. Viball beim Geschlechtsverkehr 17

#### ANWENDUNG

21. Vorbereitung 18

22. Einführen 18

23. Ausbringen 20

24. Reinigung 21

25. Aufbewahrung und Pflege 21

#### SONSTIGES

26. Haftungsausschluss 22

## **1. Inhalt der Verpackung**

Diese Packung enthält

- 1 Viball Therapiekugel in Versiegelung
- 1 medizinische Anwendungshülle für die erste Anwendung
- 1 Samtbeutel zum Transportieren.

Bei den Sets VB36-2 und VB40-2 enthält die Verpackung jeweils zwei Stück der o.a. Teile.

## **WICHTIG ZU WISSEN**

### **2. Was ist Viball?**

Viball ist ein medizinisches Instrument mit breitem Anwendungsspektrum zur vaginalen oder rektalen Anwendung bei Frauen und Männern. Sie besteht aus einer geschlossenen Hohlkugel aus Implantatstahl, in der sich eine massive Edelmetallkugel befindetet. Bei Körperbewegungen gerät die Kugel in der Hohlkugel in Schwingung und erzeugt im Vaginal- und / oder Analbereich stimulierende Vibrationen. Die Intensität dieser Vibrationen ist abhängig von der verwendeten Größe und der Art der Körperbewegungen. Alle Parameter und Maße einer Viball sind auf Erzeugung der größtmöglichen Vibrationsenergie hin konzipiert und exakt berechnet, somit erzeugt jede Viball-Größe den größten Biofeedback-Effekt, der auf der Funktionsbasis rotierender Kugeln (Liebeskugeln) erzielt werden kann. Das Gewicht dient außerdem zur Steigerung der Effizienz von aktiven Beckenbodenübungen.

Viball ist also ein hervorragendes Hilfsmittel zur Langzeitstimulation mit Wechsel von aktiven und passiven Phasen (siehe 3.) und erhöht signifikant die Effizienz von intensivem, aktivem Beckenbodentraining.

### **3. Alleinstellungsmerkmale**

- Die vielen Größen und verschiedenen Gewichte erlauben eine optimale Anpassung an die jeweilige therapeutische oder erotische Anwendung sowie an die individuelle Physis.

Darüber hinaus ermöglicht die Größenauswahl eine besondere Anwendungsart: Die vaginale Langzeitanwendung. Dafür wählt frau eine Größe, die auch ohne jede Muskelanspannung oberhalb des Scheideneingangs verbleibt. Damit wird ein individueller Wechsel zwischen aktiven Übungen und passiver Stimulation über einen langen Zeitraum ohne Verkrampfung möglich (siehe 15.).

- Bedingt durch Material und optimal abgestimmte Komponenten erzeugt Viball die maximale physikalische Vibrationsintensität. Somit können auch die Intensitäten von Stimulation und Biofeedback in jeder der erhältlichen Größen physikalisch nicht übertroffen werden.

- Viball befindet sich komplett im Körper und die Kugelform unter Verzicht auf Umhüllungen oder Bändchen sowie die polierte Oberfläche verhindern eine Fixierung durch die Muskulatur oder eine Anhaftung des Gewebes. So kann die Muskulatur auch ohne aktives Zutun optimal mit der Kugel „spielen“. Durch diesen unterschweligen Muskeltonus entsteht

eine zusätzliche therapeutisch wertvolle Stimulation

- Die Verwendung von Implantatstahl hat gegenüber Silikon entscheidende Vorteile in Hinsicht auf

- a) - Biokompatibilität: Entspricht medizinischem Standard, kein undefinierter Klebe- oder Bindemittelanteil wie bei Silikon

- b) - Hygiene: Stahl ist glatter und leichter zu reinigen, 100% geruchs- und farbresistent, klinisch sterilisierbar

- c) - Ergonomie: Gleitfähiger, Oberfläche raut auch nach vielen Benutzungen nicht auf, Viball ist nachhaltig temperierbar.

#### **4. Indikationen / Anwendungsbereiche**

- Training des Beckenbodens über vaginale oder anale Anwendung

- Rückbildung nach Geburt

- Stärkung der Schließmuskulatur von Blase und Anus

- Prostatastimulation

- Anregung und Steigerung der männlichen Potenz und Erektionsfähigkeit

- Hämorrhoidenbehandlung durch Reponierung und Kühlung

- Thermische Behandlung von Verkrampfungen oder Muskelanspannungen im vaginalen Bereich

- Flexibilisierung und Anregung der Reinnervation (Verbindung von getrennten Nervenbahnen) vernarbter Bereiche nach Operation oder Geburt durch Interaktion mit der Muskulatur

- Sensibilisierung erotischer Erlebnisfähigkeit bei so genannter Frigidität, Vaginismus, Dyspareunie u.ä.

## **5. Erhältliche Größen und Gewichte**

Viball ist in folgenden Größen erhältlich:

36 mm - 36 mm Paar - 40 mm - 40 mm Paar

45 mm - 50 mm - 55 mm - 60 mm

Die Größen 45- bis 60 mm ebenfalls in leichterer Ausführung mit kleinerer Innenkugel (L-Version).

## **6. Von wem und wie wird Viball angewendet?**

Viball kann von erwachsenen Frauen und Männern vaginal oder rektal angewendet werden.

## **7. Wann darf Viball nicht angewendet werden?**

- Während der Schwangerschaft
- Bei Darmerkrankungen oder Durchfall
- Bei offenen Verletzungen im Anwendungsbereich
- Bei offenen Hämorrhoiden
- Bei einer Nickelallergie.

Im Fall einer Nickelallergie übernimmt Anwender(in) die alleinige Verantwortung bei einer Anwendung, auch für die Anwendung in Anwendungshüllen.

Bei einer vorliegenden Latexallergie darf Viball nicht in der Anwendungshülle angewandt werden. Als Alternative können latexfreie Kondome verwendet werden.

Bei sonstigen Erkrankungen, Anomalien oder Dispositionen im Anwendungsbereich sollten unbedingt vorher Facharzt/in oder eine Hebamme befragt werden.



Sollten andere Beschwerden auftreten, teilen Sie uns diese bitte per Email oder schriftlich mit.

## **8. Zeitpunkt der Anwendung**

Vaginal kann Viball jederzeit angewendet werden, wenn frau es für sich als angenehm empfindet. Rektal sollte Viball in einem Zeitraum von circa 30 Minuten nach bis circa 8 Stunden vor dem Stuhlgang angewendet werden. Bedenken Sie, dass Viball anfangs eine abführende Wirkung haben kann, bis der Körper zwischen Stuhl- oder Harndrang und Vibrationsimpulsen zu unterscheiden lernt. Eine Anwendung bei ruhenden oder sitzenden Tätigkeiten ist nicht empfehlenswert, denn körperliche Bewegung während der Anwendung ist ein wesentlicher Teil der Wirkung. Ausnahmen: Kühlung bei Hämorrhoiden oder Wärmeanwendung bei Verkrampfungen, denn dabei spielt die Vibration keine Rolle. Viball sollte aber nicht in Schlafphasen und keinesfalls über Nacht im Körper verbleiben, denn selbst bei Implantatstahl findet eine minimale Abtragung von Nickel statt, die nicht unnötig erhöht werden sollte (siehe 9.).

## **9. Dauer der Anwendung**

Die Anwendungsdauer von Viball im Körper ist laut Medizinproduktegesetz auf eine Stunde begrenzt. Eine Anwendung kann aber pro Tag mehrfach wiederholt werden. Die Verantwortung für eine ununterbrochene Anwendungsdauer länger als eine Stunde übernimmt Anwender(in).

## VOR DEM ÖFFNEN DER VERSIEGELUNG

### **10. Viball realistisch testen**

Wenn Sie Viball in der Versiegelung nur aus dem Handgelenk heraus langsam hin und her schwingen, simulieren Sie die Bewegungen, die Ihr Unterkörper in Bezug auf Bewegungsradius und Schnelligkeit maximal ausführen kann. Schnellere Handbewegungen oder Schütteln aus dem Unterarm sind unrealistisch.

Weil Viball aus zwei Hälften zusammengesetzt ist und innen eine sehr feine Naht aufweist, entstehen je nach Laufweg der inneren Kugel verschiedene schwingende Geräusche oder ein leichtes Klicken – je nachdem, ob die innere Kugel die Naht berührt oder nicht, sie kreuzt oder parallel dazu läuft. Durch das Spiel mit der Muskulatur dreht sich auch die äußere Kugel allmählich und die stimulierenden Impulse variieren. So wird ein Gewöhnungseffekt verhindert. Die entstehenden Geräusche sind beim Tragen im Körper wesentlich schwächer.

### **11. Warum werden die Geräusche nicht gedämpft?**

Jede Form von Dämpfung bedeutet eine Verminderung der Schwingungsintensität und würde die Intensität von Viball beeinträchtigen.

Aus therapeutischer Sicht besteht kein Anlass, die maximale Effizienz von Viball einzuschränken. Und welche Geräuschentwicklung in welcher Umgebung als „sicher“ oder „diskret“ erachtet wird, ist eine sehr subjektive Einschätzung, der

in den meisten Fällen eine reine Projektion auf die Umgebung zugrunde liegt. Deshalb verfolgen wir mit allen Viball-Modellen einzig die Philosophie der maximalen Effizienz und appellieren an das Bewusst-Sein der Anwender/in.

## SICHERHEITSHINWEISE

### **12. Vorsichtsmaßnahmen bei der Verwendung**

Bei vaginaler Anwendung können Vernarbungen oder Prolapse, Scheiden- oder Blasensenkung sowie Verhärtung oder Verspannung des Beckenbodens zu Problemen beim Ausbringen führen.

Benutzen Sie sicherheitshalber für die erste Anwendung die beiliegende Anwendungshülle, um nötigenfalls das Ausbringen durch Ziehen zu unterstützen. Sollte die Verwendung aufgrund o.a. Probleme nötig sein, können Sie diese preisgünstig über Theros beziehen. Die Anwendungshüllen sind etwas dicker als ein Kondom und sitzen straff und faltenfrei.

Viball kann bestehende Jungfräulichkeit verletzen. Bei Verwendung von Diaphragmen, Pessaren und anderen Verhütungsmitteln innerhalb des Körpers sollte ein Arzt/in befragt werden.

### **13. Risiken oder Nebenwirkungen**

Bei den ersten Anwendungen kann Viball abführend oder harntreibend wirken. Diese Irritationen verschwinden nach einigen Anwendungen, wenn der Körper gelernt hat, zwischen

der Stimulation durch Viball und Stuhl- oder Harndrang zu differenzieren. Nach sehr intensivem aktiven Training kann es vorkommen, dass die Beckenbodenmuskulatur strapaziert reagiert und die gleichen Symptome zeigt wie nach anderem strapaziösen Muskeltraining oder zu starker (Prostata-) Massage.

Dies Symptome zeigen sich bereits während der Anwendung, bei Abbruch der Anwendung vergehen sie sehr schnell. Die Anwendung kann jederzeit abgebrochen werden.

Permanente Überbeanspruchung oder Reizüberflutung können Verhärtungen der Muskulatur oder eine Desensibilisierung der betreffenden Regionen zur Folge haben.

Bei extremer Stimulation, wie bei der Anwendung von sehr großen oder mehreren Viball gleichzeitig und / oder bei sehr starken Bewegungen über längere Zeit (Sport) kann bei Männern eine Entleerung der Samenblase erfolgen.

Weitere Nebenwirkungen sind nicht bekannt. Sollten andere Probleme auftreten, kontaktieren Sie uns bitte unter der hier angegebenen Adresse.

#### **14. Vorsicht bei der Aufbewahrung**

Viball ist für Kinder oder Haustiere ein attraktives, aber gefährliches Spielzeug! Bewahren Sie Viball deshalb unbedingt vor Kindern und Haustieren geschützt an einem sicheren Ort auf. Lassen Sie Viball niemals nach der Anwendung unbeaufsichtigt oder frei zugänglich liegen, um Verletzungen oder gar ein Verschlucken zu vermeiden.

## ANWENDUNGSFORMEN

### **15. Vaginale Langzeitanwendung**

Bei aktiven Übungen werden in erster Linie die so genannten Slow-twitch Muskelfasern beansprucht, die bei intensiven, länger andauernden Kontraktionen (z.B. beim Heben) zum Einsatz kommen.

In den Entspannungsphasen werden durch kreisende Hüftbewegungen im Stehen oder Liegen oder beim Walking (optimal!) intensive Vibrationen erzeugt. Diese stimulieren je nach Größe der Kugel und Intensität der Bewegungen mehr oder weniger stark erotisch. Aber auch die so genannten Fast-twitch Muskelfasern reagieren darauf, teils auch wahrnehmbar: Diese Muskelfasern sind wesentlicher Anteil der Schließmuskulatur, sie reagieren feiner und arbeiten hochfrequenter als die Slow-twitch Fasern. Frau kann diese Impulse rein passiv wahrnehmen oder gelegentlich durch kurze, aktive Kontraktionen verstärken, ohne die Entspannung und Regenerationsphase der Slow-twitch Fasern nach aktiven Übungen zu unterbrechen. Diese bewusste oder unbewusste Muskelreaktion auf Impulse wird - vereinfacht dargestellt - als Biofeedback-Effekt bezeichnet.

Eine Besonderheit von Viball: Auch die äußere Kugel bewegt und dreht sich innerhalb der Anwendungsbereichs im Spiel mit der Muskulatur, weil ihre Form keine Ansätze für eine Fixierung durch die Muskulatur bietet und die polierte Oberfläche keine

Anhaftung des Gewebes zulässt.

So werden alle Arten von Nerven und Muskelfasern ohne Gefahr einer Überlastung in die Stimulation mit einbezogen.

Damit Viball auch in den passiven Phasen ohne Muskelanspannung oberhalb der Scheideneingangsmuskulatur ruhen kann, ist eine entsprechende Größe erforderlich. Die richtige Größe sollte beim Einführen ein kurzes, intensives Dehnungsgefühl auslösen. So kann auch das relativ hohe Gewicht einer Viball von den meisten Anwenderinnen bequem getragen werden, ohne dass durch (intuitives) "Halten Müssen" die Muskulatur bei längerer Tragedauer verkrampft.

Mit dieser Größe kann die Trägerin selbst Zeitpunkt und Umfang der aktiven Anteile bestimmen und auch sehr lange Pausen einlegen, in denen ausschließlich passive Stimulation erfolgt. Sie können das Pensum frei nach ihren individuellen Wünschen und Möglichkeiten im Laufe der Zeit steigern oder Viball aufgrund der intensiven passiven Stimulation ausschließlich als erotisches Stimulans verwenden. Auch das wird Ihrem Beckenboden und Wohlbefinden guttun.

Kleinere Größen eignen sich eher für kürzere, intensive Trainingseinheiten, denn sie ermöglichen aufgrund des geringeren Gewichts mehr Wiederholungen. Die ideale Größe für solche Trainingseinheiten liegt zwei, maximal drei Größen unter der Größe für eine Langzeitanwendung. Außerdem eignen sich kleinere Größen zum (zusätzlichen) Beckenboden-

oder Schließmuskeltraining über anale Anwendung sowie beim Geschlechtsverkehr als Hilfsmittel bei Problemen oder als reizvolle Stimulantia.

## **16. Einschränkungen der Langzeitanwendung**

Frauen mit sehr aufnahmefähiger Vagina benötigen für eine Langzeitanwendung entsprechend große Viball-Modelle. Da die einmalige Intensität dieser Größen aber eine entsprechend große Innenkugel bedingt und damit ein hohes Gewicht, sind sie nur für den kräftigen Beckenboden geeignet. Frauen mit geschwächtem Beckenboden sollten daher mit diesen Kugeln für mindestens vier Wochen aufbauende Übungen nur in der Bauchlage, in der Knie-Ellenbogen Position oder auf dem Rücken liegend mit leicht erhobenem Becken ausführen, um den Beckenboden vorzubereiten.

Alternativ dazu kann frau mit kleineren Modellen in aufrechter Position ein aktives Training als Vorbereitung durchführen.

Für eine sofortige Langzeitanwendung in aufrechter Position bieten wir von den großen Kugeln auch eine leichtere Variante mit kleinerer Innenkugel an (L-Version), diese ist weniger impulsstark, aber dafür lebhafter.

## **17. Rektale Anwendung**

Auch über das Rektum können der gesamte Beckenbodenbereich und die Schließmuskeln von Blase und Anus trainiert

werden. Die verschiedenen Größen, Form und Material von Viball ermöglichen somit die oben beschriebenen Formen von Beckenbodenübungen auch für Männer. Gleichzeitig wird dabei intensiv die Prostata stimuliert, was sich anregend auf Potenz und Erektion auswirkt.

Ein „Verschwinden“ von Viball im Rektalbereich ist anatomisch ausgeschlossen, auch die natürliche Darmtätigkeit befördert sie letztendlich immer nach außen. Ein Verqueren vor dem Schließmuskel ist bei einer Kugel aufgrund ihrer Form ebenfalls nicht möglich, Viball ist auch rektal absolut anwendungssicher.

### **18. Kältetherapie (Kryotherapie) bei Hämorrhoiden**

Aufgrund der Luftisolation und der geringen Berührungsfläche mit der Außenhaut kann die massive innere Kugel eine einmal erreichte Temperatur sehr lange halten (Thermoskannen-Effekt). Bei Zimmertemperatur hält dieser Effekt je nach Größe circa 90 Minuten bis zu bis sechs Stunden an. Allerdings dauert die Aufnahme der Temperatur ebenfalls einige Stunden. Legen Sie Viball deshalb am besten über Nacht in den Kühlschrank, damit die innere, massive Kugel als Kältespeicher komplett durchgekühlt ist.

Wenn Sie Viball danach fest in die Hand nehmen, nimmt die äußere Kugel aufgrund ihrer geringen Masse schnell die Wärme der Haut an. Führen Sie Viball nun vorsichtig ein, dabei wird die Hämorrhoid reponiert (ins Rektum zurückgedrückt).



Im Rektum wird die äußere Kugel permanent vom Körper erwärmt. Die innere Kugel fordert aber vom umliegenden Gewebe ebenso permanent etwas Wärme ab, wodurch die Schwellung und Entzündung abklingt.

Die Dauer des Kühlungseffektes ist natürlich von der Größe und Masse abhängig: Je größer die Kugel (und damit die Innenkugel), desto länger hält der Temperatureffekt an. Alternativ zu dieser Methode empfehlen wir die gezielte und sehr effektive Behandlung mit unseren Theros® FMS-Dilatatoren in 2-mm-Abstufungen.

### **19. Wärmebehandlung (Thermotherapie)**

Der unter 18. beschriebene Effekt lässt sich auch umkehren: Eine über lange Zeit erwärmte Kugel wärmt nachhaltig und kann z.B. Verspannungen lindern. Verwenden Sie dazu aber unbedingt einen Babykost-wärmer. Halten Sie Viball nach dem Erwärmen mindestens zwei Minuten ohne Bewegung in der Hand, um die richtige Temperatur zu ermitteln und um jedes Risiko einer Verbrennung zu vermeiden, denn bei zu hoher Erhitzung entsteht eine Punkthitze an der Stelle, wo die innere Kugel die äußere berührt.

### **20. Viball beim Geschlechtsverkehr**

Bei Männern wirkt Viball beim Geschlechtsverkehr durch klopfende Impulse auf die Prostata stimulierend. Diese Impulse fördern bei normaler Disposition die Erektion und verlängern die Erektionszeit. Durch Konzentration auf diese Impulse (z.B.

durch Zählen) kann man auch vorzeitiger Ejakulation entgegenwirken. Die Impulse sind bei kleineren Größen allerdings nur sehr bedingt direkt wahrnehmbar, nehmen aber mit jeder Größe exponentiell zu.

Auch durch die vaginale oder rektale Anwendung bei Frauen ergeben sich zusätzliche Stimulationsmöglichkeiten für beide Partner. Eine Viball in der passenden Größe sorgt für wunderbaren Kontakt zwischen tiefer Vagina und kleinerem Penis. Auch völlig diskret, denn eine Kugel ist dabei als sanfteste aller Formen nicht zu identifizieren und kann nicht verletzen.

Die verschiedenen Größen von Viball ermöglichen Anpassungen an erotische Praktiken und an die Physis der anwendenden Person(en).

## ANWENDUNG

### **21. Vorbereitung**

Vor dem ersten Gebrauch reinigen Sie Viball in heißem Wasser mit etwas Zahnpasta oder Shampoo und einer weichen Bürste und spülen sie unter fließendem Wasser ab. Danach trocknen Sie sie mit einem Handtuch unter kräftigem Reiben.

### **22. Einführen**

Vor jeder Anwendung spülen sie Viball heiß ab oder legen sie

eine Weile in heißes Wasser. Beim ersten Mal sollten Sie Viball unbedingt in der beiliegenden Anwendungshülle anwenden, um das Ausbringen zu testen. Verwenden Sie die Anwendungshülle nicht bei einer Latexallergie.

Rollen Sie die Hülle so weit ab, bis Sie die Spitzen von Zeigefinger und Mittelfinger beider Hände in den Ring bringen können, ohne dass sich die Hülle über den Fingerspitzen spannt, um ein Zerreißen zu vermeiden. Nun dehnen Sie diesen Ring auf und bringen die Kugel hinein.

Rollen Sie die Hülle ab und straffen Sie sie hinter der Kugel. Dann streichen Sie die Hülle mehrfach vorsichtig über die Kugel nach hinten, bis sich Viball ganz vorne in der Hülle befindet. Bringen Sie dann, falls nötig, ein hochwertiges Gleitmittel auf. Wir empfehlen das absolut reizfreie und antiallergene VEMAL Gleigel, erhältlich auf [www.theros.de](http://www.theros.de).

Legen Sie sich entspannt auf den Rücken (für das rektale Einführen auf den Bauch mit einem angezogenen Bein) und führen Sie Viball vorsichtig ein. Bei größeren Kugeln oder rektaler Anwendung ist eventuell eine Vordehnung erforderlich, optimal mit einem passenden FMS-Dilatator. Wenn das Einführen nicht sofort gelingt, versuchen Sie sich zu entspannen, unterstützt von ruhigem Atmen, und schieben Sie mit gleichbleibendem Druck. Wenn der größte Umfang durchtritt, kann es zu einem intensiven, aber nur sehr kurzen Dehnungsgefühl kommen.

### **23. Ausbringen**

Das Ausbringen aus Vagina oder Anus erfolgt am besten in der Hocke auf einem weichen Bodenbelag, den Sie mit einem Handtuch oder Papiertuch abgedeckt haben. Atmen Sie in aufrechter Haltung langsam ein paarmal tief ein und aus, um sich zu entspannen. Dann gehen Sie hinunter in die Hocke, atmen tief ein, halten die Luft an und drücken die Luft möglichst tief nach unten in den Bauch hinunter. Ein leichtes Schieben sollte genügen, um Viball auszubringen. Falls Sie beim Einbringen eine Vordehnung vorgenommen haben, sollte diese auch vor dem Ausbringen erfolgen.

Wenn das Ausbringen beim ersten Mal nicht sofort klappt, versuchen Sie es nicht endlos weiter, das führt meist nur zu weiterer Verkrampfung. In den allermeisten Fällen hat es psychische Gründe – entspannen Sie sich zunächst und versuchen es später noch einmal. Das Warten stellt keinerlei Risiko dar. Versuchen Sie es ein paar Mal ohne Ziehen an der Anwendungshülle, sonst geben Sie sich keine Chance, das Ausbringen zu lernen.

Wenn Sie Viball grundsätzlich lieber mit Anwendungshülle verwenden wollen oder müssen, können Sie diese in 20er- und 50er Packungen über [www.theros.de](http://www.theros.de) beziehen.

Unterwegs oder auf Reisen erleichtern befeuchtete Schutzhüllen die Handhabung und machen das Mitführen von Gleitmittel überflüssig.

!!! Bedenken Sie, dass eine therapeutische Wirkung darin besteht, dass Viball im Körper mobil ist. Sollte sie sich gerade etwas tiefer im Körper befinden, ist das Ausbringen schwieriger, besonders bei kleineren Kugeln, die nicht so leicht von der Muskulatur erfasst werden können wie größere. Wenn es für Sie wichtig ist, Viball jederzeit und innerhalb von Sekunden ausbringen zu können, sollten Sie grundsätzlich Anwendungshüllen verwenden.

## **24. Reinigung**

Aufgrund der glatten Oberfläche von Viball ist eine Reinigung mit heißem Wasser und Seife völlig ausreichend. Viball kann auch in kochendem Wasser oder im Heißluftsterilisator desinfiziert werden, was allerdings die Oberfläche stumpfer werden lässt. Eine Desinfektion von Viball ist im privaten Bereich in den seltensten Fällen sinnvoll.

## **25. Aufbewahrung und Pflege**

Viball sollte nach der Reinigung zum Schutz der Oberfläche in der Schachtel oder im Säckchen an einem trockenen Ort aufbewahrt werden. Kontakt und Reibung mit anderen Gegenständen (z.B. in der Handtasche) sind zu vermeiden. Beim Einführen von zwei Kugeln können durch die Reibung aneinander in der Politur Spuren entstehen, die aber niemals die Tiefe von spürbaren Kratzern erreichen.

Eine besondere Pflege ist neben sorgfältiger Lagerung nicht erforderlich. Eventuell entstandene Kratzer sollten fachkundig (z.B. in einem Schmuckgeschäft) durch Polieren entfernt werden, um die außerordentliche Gleitfähigkeit der Oberfläche zu erhalten.

## **26. Haftungsausschluss**

Wir übernehmen keine Haftung für gesundheitliche Schäden, die durch unsachgemäßen Gebrauch entstanden sind. Die Verantwortung für eine veränderte Position oder Wirksamkeit von Pessaren, Diaphragmen oder anderen Verhütungsmitteln innerhalb des Körpers durch die Verwendung von Viball obliegt der Anwenderin.



THEROS®

Schulte Westenberg & Pötter  
Frau-Holle-Weg 12  
DE-49479 Ibbenbüren  
[www.theros.de](http://www.theros.de)

**Chargennummer:**  
**(Lot-Nr.:)**