

NL - INSTRUCTIE VOOR HET GEBRUIK VAN HYGIËNISCHE BESCHERMING

TAMPONS VAN ORGANISCH KATOEN (7/10)

Wij raden u aan deze instructies te lezen voor gebruik.

IYNI - 17, Rue Jeanne d'Arc - 76000 Rouen - France
contact@iyni-dispenser.com

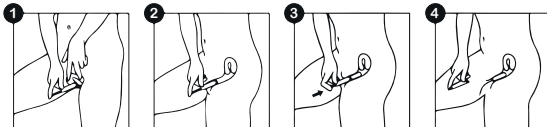
HOE BRENGT U EEN TAMPON MET INBRENGHULS IN?

1. Was uw handen en verwijder de verpakking van de tampon.
2. Ga in een comfortabele positie zitten en ontspan uw spieren. De staande positie, met licht gebogen knieën uit elkaar of met een voet op het toilet, vergemakkelijkt de toegang tot de vagina.
3. Houd de inbrenghuls stevig vast aan het uiteinde, tussen duim en middelvinger, waarbij u uw vingers op de kleine geribbelde ringen plaatst. Let erop dat het touwtje goed aan de binnenkant van de inbrenghuls zit.
4. Spreid de schaamlippen bij de opening van de vagina (waar de menstruatie vloeit) ➊. Breng met uw andere hand het buisje in de vagina. Breng de inbrenghuls voorzichtig in de vagina tot je vingers je lichaam raken ➋. Schuif met uw wijsvinger het binnenste buisje in het buitenste buisje tot beide randen elkaar raken ➌. Hierdoor glijdt de tampon uit de inbrenghuls zodat hij goed in de vagina komt te zitten.
5. Verwijder de inbrenghuls voorzichtig. Het touwtje hangt

HOE BRENGT U EEN DIGITALE TAMPON IN?

1. Was uw handen en verwijder de verpakking van de tampon door te draaien.
2. Ga in een comfortabele positie zitten en ontspan uw spieren. De staande positie, met licht gebogen knieën uit elkaar of met een voet op het toilet, vergemakkelijkt de toegang tot de vagina. 3. Trek aan het touwtje van de tampon om het volledig te ontwarren. Controleer of de 2 uiteinden van het touwtje verbonden zijn.
4. Duw uw wijsvinger in de holte die zich aan het uiteinde van de tampon bevindt. Spreid met uw andere hand de schaamlippen bij de opening van de vagina (waar het menstruatiebloed vloeit) ➊.
5. Breng de tampon in de vagina in; dit gaat gemakkelijker wanneer het lichaam ontspannen is ➋.
6. Duw de tampon zo diep mogelijk in de vagina ➌. Het touwtje hangt buiten uw lichaam ➍.

- buiten uw lichaam ➍.
6. Wanneer de tampon correct is ingebracht, zou je hem niet mogen voelen. Voelt u zich ongemakkelijk, dan kan het zijn dat u de tampon niet diep genoeg hebt ingebracht. U moet de tampon dan verwijderen en een nieuwe inbrengen, en ervoor zorgen dat u hem diep genoeg inbrengt.
 7. Was uw handen opnieuw.



EEN TAMPON MOET MAXIMAAL OM DE 6 UUR WORDEN VERVANGEN.

Er bestaan alternatieve oplossingen voor tampons, zoals maandverband. Kies het juiste absorptie niveau voor uw menstruatie. Indien u twijfelt over het gebruik van tampons, gebruik dan altijd tampons met een zo laag mogelijk absorptievermogen.

DIGITALE TAMPONS EN TAMPONS MET INBRENGHULS

De tampon, een vrouwelijk hygiënisch product, biedt comfort en veiligheid. Er moeten enkele belangrijke regels in acht worden genomen. De tampon moet in de vagina worden ingebracht om het menstruatiebloed te absorberen. Vrouwen die voor het eerst een tampon gebruiken, moeten misschien een paar keer proberen voor ze de tampon op een voor hen comfortabele en veilige manier kunnen inbrengen. Dat is perfect normaal.



**TAMPON
LICHTE
BLOEDINGEN**
●○○○
<6g



**TAMPON
GEWONE
BLOEDINGEN**
●●○○
6-9g



**TAMPON
ZWARE
BLOEDINGEN**
●●●○
9-12g



**TAMPON
HEEL ZWARE
BLOEDINGEN**
●●●●
12-15g



SAMENSTELLING DIGITALE TAMPON: GOTS-gecertificeerd organisch katoen, biologisch afbreekbaar cellulosesepiëper.

SAMENSTELLING TAMPON MET INBRENGHULS: GOTS-gecertificeerd organisch katoen, biologisch afbreekbaar cellulosesepiëper.

HOE VERWUJERT U EEN TAMPON?

1. Was uw handen voor u de tampon verwijderd.
2. Ga in een comfortabele positie zitten en ontspan uw spieren. De zittende positie boven het toilet maakt het gemakkelijker om de tampon te verwijderen.
3. Trek voorzichtig aan het touwtje van uw tampon. Is het touwtje losgeraakt en lukt het u niet om de tampon te verwijderen, ga dan naar een gynaecoloog.
4. Spoel een tampon nooit droog in het toilet, maar gooi hem in de vuilnisbak; dat geldt ook voor de inbrenghuls en de verpakking.
5. Was uw handen opnieuw.

SPOEL GEBRUIKTE OF ONGEBRUIKTE TAMPONS NIET DOOR IN HET TOILET.



WAARSCHUWINGEN/CONTRA-INDICATIES

- Gebruik maar één tampon tegelijk.
- Controleer altijd of u uw tampon hebt verwijderd voor u een nieuwe tampon inbrengt.
- Zorg ervoor dat u alle tampons verwijderd op het einde van uw menstruatie en gebruik geen tampons buiten uw menstruatieperiode.
- Als u bij het verwijderen van je tampon witte vezels ziet, is hij misschien nog niet volledig doorweekt. U kan dan een lichter absorptievermogen overwegen.
- Gebruik geen tampons in geval van allergie voor bestanddelen.
- Hebt u last van irritatie, een branderig gevoel of ongemak of pijn bij het plassen, stop dan onmiddellijk met het gebruik van het product en neem contact op met een arts.
- Gebruik in geval van een vaginale infectie geen tampons.
- Verwijder de tampon voor u geslachtsgemeenschap hebt.
- Tampons bieden geen bescherming tegen seksueel overdraagbare infecties.

INFORMATIE TOXISCHESHOCKSYNDROOM (TSS)

TSS is een zeldzame, maar potentieel gevaarlijke of zelfs fatale infectie. Het wordt veroorzaakt door een toxine dat wordt geproduceerd door een bacterie (*Staphylococcus aureus*) die vaak in het lichaam voorkomt. De symptomen van TSS kunnen plots optreden tijdens de menstruatie of onmiddellijk erna. De symptomen zijn vergelijkbaar met die van een gewone griep en omvatten: plots hoge koorts (>39°C), spierpijn, braken, diarree, hoofdpijn, duizeligheid, flauwvallen, huiduitslag vergelijkbaar met zonnebrand, keelpijn. Als u een van deze symptomen ervaart bij het gebruik van een tampon, verwijder deze dan en neem onmiddellijk contact op met uw arts. Gebruik geen tampons of andere intravaginale hulpmiddelen als u aan TSS hebt geleden of als u ernstig immuunweergeminderd bent. Wij raden aan om tijdens de menstruatie 's nachts uitwendige beschermingsmiddelen te gebruiken (inlegkousjes, maandverband, herbruikbaar maandverband,...) om het risico op het toxischeshocksyndroom te verkleinen.

- Tampons zijn geen voorbehoedsmiddelen.
- Gebruik u een voorbehoedsmiddel zoals een vaginale ring, vraag uw arts dan om advies voordat u een tampon gebruikt.
- Niet gebruiken in combinatie met andere inwendige hulpmiddelen en intravaginale behandelingen (menstruatiecup, etc.).
- Gebruik geen tampons voor bloedingen kort na of binnen de eerste 24 uur na het plaatsen van een spiraalte.
- Waacht na een bevalling, vaginale wonde, operatie, miskraam of abortus met het gebruik van tampons tot de vagina hersteld is.
- Verwijder de tampon voor elk medisch onderzoek, ook voor medische beeldvorming.
- Houd tampons buiten bereik van kinderen.
- Houd tampons buiten bereik van dieren.
- Het maagdelijkheid blijft misschien niet intact door het gebruik van tampons of andere inwendige hulpmiddelen.
- Hebt u lange vingernagels, wees dan voorzichtig met micro-vaginale verwondingen tijdens het inbrengen en verwijderen van de tampon.