

TAMPONY Z APLIKATOREM I BEZ APLIKATORA

Tampon jest produktem higieny intymnej dla kobiet, zapewniającym wygodę i bezpieczeństwo. Trzeba przestrzegać zaleceń stosowania go. Tampon przeznaczony jest do włożenia do pochwy, gdzie wchłania krew menstruacyjną. To normalne, że kobiety, które stosują tampon po raz pierwszy, muszą wykonać kilka prób, aż uda im się założyć go tak, by poczuć się swobodnie.



TAMPON
MINI
◐◐◐◐
<6g



TAMPON
NORMALNY
◐◐◐◐◐◐
6-9g



TAMPON
SUPER
◐◐◐◐◐◐◐◐
9-12g



TAMPON
SUPER PLUS
◐◐◐◐◐◐◐◐◐◐
12-15g



Made with Organic Cotton
Certified by ICEA G00048

PL - INFORMACJA O STOSOWANIU ŚRODKÓW HIGIENY INTYMNEJ

TAMPONY Z BAWĘLNY ORGANICZNEJ (08/10)

Zalecamy zapoznać się z treścią ulotki przed zastosowaniem produktów

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

SKŁAD TAMPONU BEZ APLIKATORA: Certyfikowana bawełna organiczna, celuloza.

SKŁAD TAMPONU Z APLIKATOREM: Certyfikowana bawełna ekologiczna, tektura, celuloza.

JAK WŁOŻYĆ TAMPON Z APLIKATOREM?

1. Umyj ręce i wyjmij tampon z opakowania.
2. Stań w wygodnej pozycji, rozluźnij mięśnie. Najłatwiej włożyć tampon w pozycji stojącej, na lekko ugiętych i rozchylonych kolanach lub opierając jedną stopę o toaletę.
3. Trzymaj mocno aplikator palcem wskazującym i kciukiem, kładąc palec na wyczuwalnych pierścieniach. Upewnij się, że sznurek w aplikatorze jest rozprostowany.
4. Rozchyl wargi i wejścia pochwy (tam, skąd wypływa krew menstruacyjna) ❶. Drugą ręką wsuń aplikator do pochwy i pochpni go delikatnie aż do momentu, gdy palcami dotkniesz ciała ❷. Palcem wskazującym wsuń tulejkę wewnętrzną do zewnętrznej, aż końce obydwu się złączą ❸. Spowoduje to wysunięcie się tamponu z aplikatora i właściwe umieszczenie.

JAK WŁOŻYĆ TAMPON BEZ APLIKATORA?

1. Umyj ręce i wyjmij tampon z opakowania.
2. Stań w wygodnej pozycji, rozluźnij mięśnie. Najłatwiej włożyć tampon w pozycji stojącej, na lekko ugiętych i rozchylonych kolanach lub opierając jedną stopę o toaletę.
3. Pociągnij za sznurek tamponu, aby go całkowicie rozwinąć. Sprawdź, czy końcówki sznurka dobrze się trzymają.
4. Umieść palec wskazujący we wnętrzu na końcu tamponu. Drugą ręką rozchyl wargi i wejścia pochwy (to otwór pomiędzy cewką, którą oddajesz moc, a odbytem) ❶.
5. Wsuń tampon do pochwy: będzie to łatwiejsze, jeśli się rozluźnisz ❷.
6. Wsuń tampon najgłębiej, jak możesz ❸. Sznurek powinien pozostać na zewnątrz ❹.

JAK WYJĄĆ TAMPON?

1. Przed wyjęciem tamponu umyj ręce.
2. Przyjmij wygodną pozycję, rozluźnij mięśnie. Najłatwiej wyjąć tampon siedząc na toalecie.
3. Delikatnie pociągnij za sznurek tamponu. Jeżeli sznurek oderwał się i nie dasz rady wyjąć tamponu lub wyprzeć go naturalnie, udaj się do ginekologa.
4. Nie wyrzucaj zużytego tamponu do toalety, wyrzuć go do śmieтника. Tak samo z opakowaniem i aplikatorem nowego tamponu.
5. Ponownie umyj ręce.

NIE WRZUCAJ ZUŻYTYCH TAMPONÓW DO TOALETY.



INFORMACJA NA TEMAT ZESPOŁU WSTRZĄSU TOKSYCZNEGO

Zespół wstrząsu toksycznego (TSS) jest rzadką, ale poważną infekcją, która może doprowadzić do śmierci. Jego przyczyną jest toksyna wytwarzana przez bakterie (*gronkowiec złocisty*) powszechnie obecną w naszym organizmie. Objawy TSS mogą wystąpić nagle podczas okresu, albo po jego zakończeniu. Są podobne do objawów grypy: wysoka gorączka (>39°C), bóle mięśni, wymioty, biegunka, bóle i zawroty głowy, omdlenia, wykryty skórnym wyglądem jak oparzenia słoneczne, ból gardła. Jeżeli podczas stosowania tamponów zaobserwujesz jeden z tych objawów, wyjmij tampon i natychmiast skonsultuj się z lekarzem informując go, że stosowałaś tampony. Jeżeli już chorowałaś na TSS lub masz mocno obniżoną odporność, nie stosuj tamponów ani innego zabezpieczenia dopochwowego. Na noc zalecamy stosować zabezpieczenia zewnętrzne (podpaska, majtki...), aby ograniczyć ryzyko wystąpienia zespołu wstrząsu toksycznego.

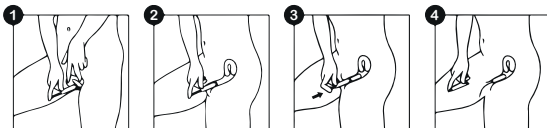
5. Delikatnie wyjmij aplikator. Sznurek powinien pozostać na zewnątrz ❹.
6. Jeśli tampon jest prawidłowo włożony, nie powinnaś go czuć. Jeżeli ci on przeszkadza, znaczy że nie włożyłaś go wystarczająco głęboko. Trzeba wtedy wyjąć tampon i włożyć nowy, starając się wsunąć go głębiej.
7. Ponownie umyj ręce.

7. Jeśli tampon jest prawidłowo włożony, nie powinnaś go czuć. Jeżeli ci on przeszkadza, znaczy że nie włożyłaś go wystarczająco głęboko. Trzeba wtedy wyjąć tampon i włożyć nowy, starając się wsunąć go głębiej.
8. Ponownie umyj ręce.

OSTRZEŻENIA/ PRZECIWSKAZANIA

- Używaj jednego tamponu na raz.
- Zawsze upewnij się, że usunęłaś poprzedni tampon zanim włożysz nowy.
- Tampon jest przedmiotem ściśle osobistym.
- Upewnij się, że na koniec okresu usunęłaś tampon i nie stosuj tamponów, jeśli nie masz menstruacji.
- Jeżeli na wyjętym tamponie widoczne są białe włókna oznaczają to, że nie jest on do końca wypełniony. Pomyśl o zastosowaniu mniejszego tamponu.
- Nie stosuj tamponu jeżeli masz alergię na jeden z jego składników.
- W przypadku podrażnienia, odczuwania pieczenia, trudności przy oddawaniu moczu lub bólu, natychmiast przerwij stosowanie tamponu i skonsultuj się z lekarzem.
- Nie stosuj tamponu w przypadku infekcji pochwy.
- Wyjmij tampon przed stosunkiem płciowym.
- Tampon nie chroni przed infekcjami przekazywanymi

- drogą płciową.
- Tampon nie jest środkiem antykoncepcyjnym.
- Jeżeli masz założoną spiralę lub wkładkę domaciczną, zapytaj lekarza, czy możesz stosować tampony.
- Nie stosować w połączeniu z innymi środkami lub leczeniem dopochwowym (kubeczek menstruacyjny, globulki...).
- Nie stosować tamponu na krwawienie po założeniu spiralki.
- Po porodzie, urazie pochwy, zabiegu chirurgicznym, poronieniu albo obrzęku należy czekać, aż podwójna waga do formy zanim zaczniesz stosować tampony.
- Wyjmij tampon przed badaniem lekarskim, w tym badaniem obrazowym.
- Przechowuj tampony poza zasięgiem dzieci.
- Przechowuj tampony poza zasięgiem zwierząt.
- Stosowanie tamponów może naruszyć błonę dziewiczą.
- Jeżeli masz długie paznokcie, uważaj aby nie zadrapać pochwy podczas wkładania tamponu.



TAMPON NALEŻY WYMIENIĆ CO NAJMNIEJ CO 6 GODZIN.

Są dostępne alternatywne rozwiązania, np. podpaski. Wybierz produkt dostosowany do Twojej intensywności krwawienia. W przypadku wątpliwości dotyczących stosowania tamponów, zawsze wybierz jak najmniejszy.