



Beppy Soft Comfort TAMPONS™ DE Comfortable Tampons ohne Faden

Beppy DRY Tampons sind für Frauen entwickelt worden, die sich während der Menstruation frei bewegen möchten. Der komfortable Beppy Tampon ohne Faden ist ideal für den Einsatz beim Sport, Schwimmen, in der Sauna, auf Reisen und beim Sex während der Periode. Der hohle Teil ist der Form des Gebärmuttermundes angepasst und nimmt die Menstruationsflüssigkeit effektiv auf. Die Riffeln auf der anderen Seite des Beppy DRY erleichtern das Entfernen. Der Beppy Tampon ist sofort einsatzbereit.

Anleitung zum Einführen: 1. Waschen Sie Ihre Hände vor dem Einführen des Tampons. Spülen Sie sie gründlich mit Wasser ab, sodass auf Ihren Händen keine Seifenreste mehr sind. 2. Öffnen Sie die Verpackung. 3. Um das Einführen zu erleichtern, kann der Tampon mit sauberem Wasser, Vaginalcreme oder Gleitmittel angefeuchtet werden. Nehmen Sie den Tampon zwischen Daumen und Mittelfinger, mit der hohlen Seite nach oben. Drücken Sie den Tampon zusammen. 4. Nehmen Sie eine entspannte Haltung ein. Der Tampon kann im Stehen, unter Umständen mit einem erhöhten Bein oder in der Hocke eingeführt werden. Halten Sie die Schamlippen mit der anderen Hand offen und führen Sie den Tampon ein, mit dem Zeigefinger bis hinten in die Scheide, vor den Gebärmuttermund. 5. Der Beppy DRY Tampon kann bis zu 8 Stunden getragen werden. Abhängig von der Menstruationsstärke kann es notwendig sein, den Tampon vorher zu wechseln.

Anleitung zum Entfernen: 6. Der Beppy DRY ist durch die praktische kleine Schlaufe leicht zu entfernen. Waschen Sie Ihre Hände vor dem Entfernen und nehmen Sie eine entspannte Haltung ein. 7. Halten Sie Ihren Zeigefinger durch die Schlaufe des Tampons und ziehen Sie den Tampon vorsichtig aus der Scheide. Sollte dies nicht so leicht gehen, nehmen Sie eine entspannte Hookposition ein oder heben Sie ein Bein an, wodurch Sie tiefer gelangen können. Drücken Sie

leicht mit und entfernen Sie den Tampon. Das Entfernen des Tampons ist nach dem Entleeren der Blase leichter und entspannter. Manchmal ist es notwendig, eine Vaginaldusche vorzunehmen. Der Tampon füllt sich mit warmem Wasser und sinkt nach unten. 8. Benutzte Beppy DRY Tampons dürfen nicht in die Toilette geworfen werden.

Tragedauer: Wenn Sie den Tampon länger als 8 Stunden in der Scheide belassen, kann die Sicherheit und Wirksamkeit nicht mehr garantiert werden. Beppy DRY kann nur einmal verwendet werden. Eine Wiederverwendung kann eine Infektion verursachen. Der Beppy DRY Tampon ist kein Verhütungsmittel. Verwenden Sie zwischen den Perioden keine Tampons für gewöhnlichen Ausfluss.

Wechseln Sie den Tampon regelmäßig. Denken Sie vor dem Einführen eines neuen Tampons daran, den zuletzt eingeführten zu entfernen. Tampons können bis zu 8 Stunden über Nacht getragen werden. Entfernen Sie am Ende der Periode stets den zuletzt eingeführten Tampon.

Achtung: Wenn Sie den Tampon länger als 8 Stunden in der Scheide belassen, kann die Sicherheit und Wirksamkeit nicht mehr garantiert werden. Beppy DRY kann nur einmal verwendet werden. Eine Wiederverwendung kann eine Infektion verursachen. Der Beppy DRY Tampon ist kein Verhütungsmittel. Verwenden Sie zwischen den Perioden keine Tampons für gewöhnlichen Ausfluss.

Nicht verwenden: - bei intaktem Jungfernhäutchen - nach dem angegebenen Verfallsdatum

WICHTIGER Hinweis zum Toxischen Schocksyndrom (TSS): TSS ist eine seltene, aber schwere und bisweilen tödliche Krankheit, die mit der Verwendung von Tampons in Zusammenhang gebracht wird.

Symptome von TSS: Frühe Symptome können plötzlich einsetzen und sind denen einer Grippe ähnlich: plötzliches Fieber, in der Regel 39 °C oder höher, sowie Erbrechen, Durchfall, Ohnmacht, Schwindel oder ein Hautausschlag, der wie Sonnenbrand aussieht. Eine frühe Erkennung und Behandlung ist äußerst wichtig und kann im Allgemeinen eine schwere Erkrankung verhindern.

Maßnahmen bei Verdacht auf TSS: Wenn Sie während Ihrer Menstruation oder kurz danach eines der oben genannten Symptome aufweisen, ENTFERNEN SIE IHREN TAMPON UND GEHEN SIE SOFORT ZUM ARZT. Es ist sehr wichtig, dass Sie Ihrem Arzt sagen, dass Sie Ihre Periode haben und Tampons verwendet haben.

Risikogruppen: TSS kann bei allen Frauen auftreten, die während ihrer Menstruation Tampons verwenden. Bei Frauen unter 30 besteht ein erhöhtes Risiko.

Minderung oder Vermeidung des Risikos: Verwenden Sie Tampons mit möglichst geringer Absorption, um das Risiko von TSS zu reduzieren. Verwenden Sie keine Tampons oder verwenden Sie Tampons und Damenbinden abwechselnd, um das Risiko zu vermeiden oder zu mindern.

Wenn Sie Fragen zu TSS haben oder wieder Tampons verwenden möchten und in der Vergangenheit TSS-Symptome aufwiesen, wenden Sie sich an Ihren Gynäkologen.

Als allgemeine Regel ist es notwendig, Ihren Arzt, Gynäkologen oder einen Notarzt aufzusuchen, wenn Sie nicht in der Lage sind, den Tampon zu entfernen.

Schlagen Sie in unseren Häufig gestellten Fragen unter www.BEPPY.com nach.

Beppy Soft Comfort TAMPONS™ UK Comfortable tampons without string

Beppy DRY tampons were developed for the woman who wants to be able to move freely during menstruation. The comfortable Beppy tampon without string is very suitable for use during sports, swimming, in the sauna, when travelling and for intercourse during menstruation. The hollow portion follows the shape of the cervix and absorbs menstrual fluid effectively. The ridge on the other side of the Beppy DRY simplifies removal. The Beppy tampon is ready to use.

Instructions for insertion: 1. Wash your hands before inserting the tampon. Rinse them well with water, so that no traces of the soap remain on your hands. 2. Open the package. 3. To facilitate insertion, you can lightly moisten the tampon with some clean water, vaginal cream or lubricant. Hold the tampon between your thumb and middle finger, with the hollow side up. Squeeze the tampon. 4. Adopt a comfortable position. The tampon can be inserted while standing, possibly with one leg raised above the other, or crouching. Keep the labia open with the other hand and insert the tampon with the index finger till it reaches the back of the vagina, up against the cervix. 5. The Beppy DRY tampon can stay in for up to 8 hours. Depending on the day of the period it may be necessary to replace the tampon earlier.

Instructions for removal: 6. Wash your hands before removal and adopt a comfortable position. 7. By using the index finger and the middle finger as a tweezers, firmly get hold of the tampon, and then pull the tampon gently out of the vagina. If this is not easy, crouch in a comfortable way or raise one leg up, so you can reach deeper. Press slightly and remove the tampon. It is easier to remove the tampon after you have urinated, which helps you relax. Sometimes it is necessary to take a vaginal douche. The tampon fills up with warm water and sinks down. 8. After use, do not deposit Beppy DRY in the toilet.

How long to keep it in? Use Beppy tampons during normal to heavy blood loss. The length of time it can be worn depends on the amount of blood loss, and the day of the menstrual period. This is different for every woman. Guideline: every 2-4 hours during heavy flow, every 4-8 hours during the days of lighter flow. Change your tampon regularly. Don't forget to remove the last tampon before inserting another. Tampons may be worn overnight for up to 8 hours. Always remove the last tampon at the end of your period.

Please note: If you leave the tampon in the vagina for more than 8 hours, its safety and effectiveness is no longer guaranteed. Beppy DRY can be used only once. Reusing them may cause infection. The Beppy DRY tampon is not a contraceptive. Do not use tampons between your periods for regular discharge.

Do not use: - If your hymen is intact - If the use-by date on the pack has expired

IMPORTANT about Toxic Shock Syndrome (TSS): TSS is a rare but serious and sometimes fatal disease, which is associated with the use of menstrual tampons. What are the symptoms of TSS? Early symptoms may begin suddenly and are similar to the flu, a sudden fever, usually 39°C or higher, and vomiting, diarrhoea, fainting, dizziness or a rash that looks like sunburn.

Early recognition and treatment is very important and can generally prevent serious illness. What should you do if you think you have TSS? If, during your period or shortly thereafter, you have any of the above symptoms, REMOVE YOUR TAMPON AND CONSULT A DOCTOR IMMEDIATELY. It is very important to tell your doctor that you have your period and have used tampons. Who is at risk? TSS can occur in all women who use tampons during their periods. For women under 30, higher risks have been reported. Reducing or avoiding the risk? To reduce the risk of TSS, use tampons with the minimum absorption required. To avoid or reduce the risk, do not use tampons or alternate the use of tampons with sanitary towels.

Consult a doctor if you want to use tampons again and have had symptoms of TSS in the past or have questions about TSS. As a general rule, it is necessary to visit your doctor, gynaecologist or A&E if you cannot remove a tampon.

For a list of FAQs go to www.BEPPY.com

Beppy Soft Comfort TAMPONS™ FR Des tampons confortables et sans fil

Les tampons Beppy DRY ont été mis au point pour les femmes qui veulent continuer à mener une vie active pendant leurs règles. Le tampon Beppy, confortable et sans fil, est idéal pour le sport, la natation, le sauna, les voyages et les relations sexuelles pendant les règles. La partie creuse s'adapte à la forme du col de l'utérus et absorbe efficacement les saignements. La saillie de l'autre côté du Beppy DRY en facilite le retrait. Le tampon Beppy est prêt à l'emploi.

Instructions pour la mise en place: 1. Lavez-vous les mains avant d'introduire le tampon, puis rincez-le soigneusement de façon à éliminer tout reste de savon. 2. Ouvrez l'emballage. 3. Vous pouvez légèrement humidifier le tampon avec un peu d'eau claire, de la crème vaginale ou un lubrifiant pour en faciliter l'insertion. Prenez le tampon entre le pouce et le majeur, la partie creuse vers le haut. Pressez le tampon. 4. Adoptez une position détendue. Vous pouvez introduire le tampon en position debout, en mettant éventuellement une jambe en hauteur, ou en position accroupie. Écartez avec l'autre main les lèvres de la vulve et introduisez le tampon avec l'index, jusqu'au fond du vagin, contre le col de l'utérus. 5. Un tampon Beppy DRY peut rester 8 heures maximum dans le vagin. Veillez cependant à le changer en fonction de l'importance des saignements.

Instructions pour le retrait: 6. Lavez-vous les mains avant d'enlever le tampon et adoptez une position détendue. 7. En vous servant de l'index et du majeur comme d'une petite pince, saisissez le tampon ; il peut ensuite être facilement retiré du vagin. Si vous n'y arrivez pas, accroupissez-vous ou mettez une jambe en hauteur pour pouvoir introduire l'index plus loin. Pressez légèrement et enlevez le tampon. Il est plus facile de retirer le tampon après avoir uriné, le corps étant plus détendu. Il est parfois nécessaire de prendre une douche vaginale, le tampon se remplit alors d'eau chaude et glisse vers le bas. 8. Ne pas jeter Beppy DRY dans les toilettes après utilisation.

Changement de tampon: Utilisez les tampons Beppy en cas de saignements normaux à abondants. La fréquence de changement d'un tampon dépend de l'importance des menstruations (et du jour des règles), variable d'une femme à l'autre. En

régie générale toutefois, il est conseillé de changer de tampon toutes les 2 à 4 heures quand les saignements sont importants et toutes les 4 à 8 heures lorsqu'ils le sont moins. Changez régulièrement votre tampon. N'oubliez pas d'enlever le dernier tampon à chaque changement. Vous pouvez porter un tampon pendant la nuit, à raison de 8 heures maximum. Retirez toujours le dernier tampon à la fin de vos règles.

Attention: Une bonne efficacité n'est plus garantie au-delà de 8 heures. Les tampons Beppy DRY sont exclusivement destinés à un usage unique. Utilisés plusieurs fois, ils peuvent provoquer des infections. Le tampon Beppy DRY n'est pas un préservatif. Utilisez pas de tampons en dehors de vos périodes de règles, pour permettre une sécrétion normale.

Ne pas utiliser lorsque: - l'hymen est intact - la date limite d'utilisation indiquée est dépassée

Remarque IMPORTANTE à propos du Syndrome de choc toxique (Toxic Shock Syndrome ou TSS): Le TSS est une affection rare mais grave, voire fatale, associée à l'utilisation de tampons pendant les règles. Quels sont les symptômes du TSS? Des symptômes précoces peuvent survenir brusquement. Ils sont comparables aux symptômes de la grippe: une fièvre soudaine, généralement 39°C ou plus, des vomissements, de la diarrhée, des évanouissements, des étourdissements ou une éruption cutanée semblable à un coup de soleil. Un diagnostic et un traitement précoces sont extrêmement importants et peuvent généralement éviter une affection grave.

Que faire si vous pensez que vous faites un TSS? Si vous présentez un des symptômes ci-dessus pendant vos règles ou juste après: RETIREZ LE TAMPON ET CONSULTEZ IMMÉDIATEMENT UN MÉDECIN. Il est extrêmement important de lui dire que vous avez vos règles et que vous avez utilisé des tampons.

Comment diminuer ou éliminer le risque? Utilisez des tampons nécessitant une absorption minimale pour réduire le risque de TSS. Pour éliminer ou réduire le risque de TSS, n'utilisez pas de tampons ou alternez leur utilisation avec celle de bandes hygiéniques.

Consultez un médecin si vous voulez recommencer à utiliser des tampons et avez présenté par le passé des symptômes de TSS ou si vous avez des questions sur le TSS. En principe, vous devez consulter votre médecin, votre gynécologue ou un médecin urgentiste si vous n'arrivez pas à enlever le tampon.

Consultez les questions les plus fréquemment posées sur www.BEPPY.com

Beppy Soft Comfort TAMPONS™ NL Comfortabele, draadloze tampons

Beppy DRY tampons zijn gemaakt voor de vrouw, die zich vrij wil kunnen bewegen tijdens de menstruatie. De comfortabele, draadloze Beppy tampon is heel geschikt om te gebruiken tijdens sport, zwemmen, in de sauna, op reis en voor seks tijdens de periode. Het holle gedeelte sluit aan op de vorm van de baarmoedermond en vangt menstruatievocht effectief op. De ribbel aan de andere zijde van de Beppy DRY vergemakkelijkt het uitnemen. De Beppy tampon is direct klaar voor gebruik.

Aanwijzingen voor het inbrengen: 1. Was je handen voor het inbrengen van de tampon. Spoel ze goed af met water, zodat er geen resten van

de zeep meer aan jouw handen zit. 2. Open de verpakking. 3. Om inbrengen te vergemakkelijken kun je de tampon licht bevochtigen met wat schoon water, vaginale crème of glijmiddel. Neem de tampon tussen duim en middelvinger, met de holle kant boven. Druk de tampon samen. 4. Neem een ontspannen houding aan. De tampon kan in staande houding, eventueel één been hoger geplaatst, of gekrukt worden ingebracht. Houdt de schaamlippen met de andere hand open en breng de tampon in, met de wijsvinger tot achter de vagina, tegen de baarmoedermond aan. 5. De Beppy DRY tampon kan maximaal 8 uur ingehouden worden. Afhankelijk van de dag in de periode zal het nodig zijn de tampon eerder te vervangen.

Aanwijzingen voor het verwijderen: 6. Was je handen voor het verwijderen en neem een ontspannen houding aan. 7. Door wijsvinger en middelvinger als een pincet te gebruiken, klem je de tampon vast, vervolgens trek je de tampon rustig uit de vagina. Mocht dit niet gemakkelijk gaan, neem dan een ontspannen hurkzit aan of trek een been omhoog, daardoor kun je dieper reiken. Pers licht mee en verwijder de tampon. Het is gemakkelijk de tampon te verwijderen nadat u heeft geplast, dat helpt ontspannen. Soms is het nodig een vaginale douche te nemen. De tampon vult zich met warm water en zakkt naar beneden. 8. Na gebruik Beppy DRY niet in het toilet deponeren.

Hoe lang in te houden? Gebruik Beppy tampons bij normaal tot hevig bloedverlies. De draagduur is afhankelijk van de hoeveelheid bloedverlies en de dag van de menstruatie. Dit is per vrouw verschillend. Richtlijn: om de 2-4 uur tijdens de zware dagen, om de 4-8 uur tijdens de lichte dagen van de menstruatie. Verwissel je tampon regelmatig. Vergeet niet de laatste tampon te verwijderen voor een volgend in te brengen. Tampons kunnen 's nachts gedragen worden tot maximaal 8 uur. Verwijder altijd de laatste tampon aan het einde van je menstruatie.

Attentie: Als je de tampon langer dan 8 uur in de vagina laat, kan de veiligheid en doeltreffendheid niet meer gegarandeerd worden. Beppy DRY kan slechts één keer gebruikt worden. Hergebruik kan infectie veroorzaken. De Beppy DRY tampon is géén voorbehoedsmiddel. Gebruik geen tampons tussen je periodes voor gewone afscheiding.

Niet gebruiken bij: - Bestaand maagdevlies - Na de aangegeven uiterste gebruiksdatum

BELANGRIJK over Toxic Shock Syndroom (TSS): TSS is een zeldzame, maar ernstige en soms fatale ziekte, die wordt geassocieerd met het gebruik van menstruatietampons.

Wat zijn de symptomen van TSS? Vroege symptomen kunnen plotseling beginnen en zijn vergelijkbaar met de grip, een plotselinge koorts, meestal 39°C of hoger, en braken, diarree, flauwvallen, duizeligheid of een uitslag, die lijkt op zonnebrand. Vroege herkenning en behandeling is erg belangrijk en kan over het algemeen ernstige ziekte voorkomen.

Wat doen, als je denkt dat je TSS hebt? Als je tijdens je menstruatie, of kort erna, één van de bovenstaande symptomen hebt; VERWIJDER JE TAMPON EN GA DIRECT NAAR EEN ARTS. Het is zeer belangrijk je arts te zagen dat je ongesteld bent en tampons hebt gebruikt.

Wie loopt er risico? TSS kan optreden bij alle vrouwen, die tampons tijdens hun menstruatie gebruiken. Voor vrouwen onder de 30 zijn hogere risico's gerapporteerd.

