



Beppy Soft Comfort TAMPONS ^{FR}
 Comfortable Tampons ohne Faden mit Lactagel

Beppy WET 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. Das Einführen geht dank der weichen Struktur des Tampons und des Lactagels ganz leicht. Das Entfernen mithilfe der kleinen Schlaufe ist denkbar einfach. Das spezielle Material von **Beppy WET** passt sich Ihrem Körper an und absorbiert die Menstruationsflüssigkeit effektiv.

- Anleitung zum Einführen:**
- Waschen Sie Ihre Hände vor dem Einführen des Tampons. Spülen Sie sie gründlich mit Wasser ab, sodass auf Ihren Händen keine Seifenreste mehr sind.
 - Öffnen Sie die Verpackung.
 - Nehmen Sie den Tampon zwischen Daumen und Mittelfinger und legen Sie den Zeigefinger unter die kleine Schlaufe, den abgeschrägten Teil. Drücken Sie den Tampon zusammen.
 - 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 mit dem Zeigefinger an der kleinen Schlaufe bis weit hinten in die Scheide, vor den Gebärmuttermund, ein.
 - Der **Beppy WET** Tampon kann bis zu 8 Stunden getragen werden. Abhängig von der Menstruationsstärke kann es notwendig sein, den Tampon vorher zu wechseln.

- Anleitung zum Entfernen:**
- Der **Beppy WET** ist durch die praktische kleine Schlaufe leicht zu entfernen. Waschen Sie Ihre Hände vor dem Entfernen und nehmen Sie eine entspannte Haltung ein.
 - Heben 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 Hockposition ein oder heben Sie ein Bein an, wodurch Sie tiefer gelangen können. Drücken Sie

leicht mit und entfernen Sie den Tampon, indem Sie Ihren Zeige- und Mittelfinger wie eine Pinzette benutzen und den Tampon langsam aus der Scheide ziehen. Das Entfernen des Tampons ist nach dem Entleeren der Blase leichter und entspannter.
 8. Benutzte **Beppy WET** Tampons dürfen nicht in die Toilette geworfen werden.

Tragedauer:
 Verwenden Sie Beppy Tampons bei normaler bis starker Blutung (reguläres Aufnahmevermögen: 6-9 g). Die Tragedauer ist abhängig von der Menstruationsstärke und dem Tag der Menstruation. Dies ist bei jeder Frau unterschiedlich. Richtlinie: ca. 2-4 Stunden während der stärkeren Tage, ca. 4-8 Stunden während der leichteren Tage der Menstruation.
 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 WET kann nur einmal verwendet werden. Eine Wiederverwendung kann eine Infektion verursachen. **Der Beppy WET Tampon ist kein Verhütungsmittel.** Verwenden Sie zwischen den Perioden keine Tampons für gewöhnliche Aufwände.

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 lubricated tampons without string

Beppy WET 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. Insertion goes smoothly, thanks to the soft structure of the tampon and the lactic lubricating gel. Removal is easy using the removal loop. The special material of **Beppy WET** takes the shape of your body and absorbs menstrual fluid effectively.

- Instructions for insertion:**
- Wash your hands before inserting the tampon. Rinse them well with water, so that no traces of the soap remain on your hands.
 - Open the package.
 - Hold the tampon between your thumb and middle finger and place the index finger under the removal loop, the slanting part. Squeeze the tampon.
 - 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, with the removal loop last, insert the tampon with the index finger till it reaches the back of the vagina, up against the cervix.
 - The **Beppy WET** 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:**
- The **Beppy WET** is easy to remove using the handy removal loop. Wash your hands before removal and adopt a comfortable position.
 - Hook your index finger through the loop of the tampon and carefully pull the tampon 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 using your index and middle fingers as a tweezers, and gently pull the tampon out of the vagina. It is easier to remove the tampon after you have urinated, which helps you relax.
 - After use, do not deposit **Beppy WET** in the toilet.

How long to keep it in?
 Use Beppy tampons during normal to heavy blood loss (normal absorption capacity from 6-9 g). 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 WET can be used only once. Reusing them may cause infection. **The Beppy WET 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, high 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 are 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 au Lactagel

Les tampons **Beppy WET** 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. Grâce à son gel lubrifiant et à sa structure souple, le tampon est particulièrement facile à mettre en place. Le retrait est également très aisé grâce au petit trou prévu à cet effet. La matière spéciale du **Beppy WET** s'adapte à votre corps et absorbe efficacement les saignements.

- Instructions pour la mise en place:**
- Lavez-vous les mains avant d'introduire le tampon, puis rincez-les soigneusement de façon à éliminer tout reste de savon.
 - Ouvrez l'emballage.
 - Prenez le tampon entre le pouce et le majeur, puis placez l'index sous le trou, la partie chanfreinée. Pressez le tampon.
 - 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, le trou en dernier, jusqu'au fond du vagin, contre le col de l'utérus.
 - Un tampon **Beppy WET** peut rester 8 heures maximum dans le vagin. Veillez cependant à le changer en fonction de l'importance des saignements.

- Instructions pour le retrait:**
- Il est facile de retirer le **Beppy WET** grâce au petit trou bien pratique. Lavez-vous les mains avant d'enlever le tampon et adoptez une position détendue.
 - Introduisez l'index en crochet dans le petit trou pratiqué dans le tampon et tirez-le avec précaution hors 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 en vous servant de l'index et du majeur comme d'une petite pince : le tampon peut ainsi être facilement retiré du vagin. Il est plus facile de retirer le tampon après avoir uriné, le corps étant plus détendu.
 - Né pas jeter **Beppy WET** dans les toilettes après utilisation.

Changement de tampon:
 Utilisez les tampons Beppy en cas de saignements normaux à abondants (capacité d'absorption normale

de 6-9g). 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 règle générale toutefois, il est conseillé de changer le 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 WET** sont exclusivement destinés à un usage unique. Utilisés plusieurs fois, ils peuvent provoquer des infections. **Le tampon Beppy WET n'est pas un préservatif.** N'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 IMMEDIATEMENT UN MÉDECIN.** Il est extrêmement important de lui dire que vous avez vos règles et que vous avez utilisé des tampons.
Quelles sont les femmes à risques? Le TSS peut survenir chez n'importe quelle femme qui utilise des tampons pendant ses règles. On observe un risque plus élevé chez les femmes de moins de 30 ans.
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 met lacta-glijgel

Beppy WET 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. Inbrengen gaat soepel, dankzij de zachte structuur van de tampon en de lacta-glijgel. Het uitnemen gaat gemakkelijk met behulp van het uitneemlusje. Het speciale materiaal van **Beppy WET** vormt zich naar jouw lichaam en vangt menstruatievloeit effectief op.

- Aanwijzingen voor het inbrengen:**
- 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.
 - Open de verpakking.
 - Neem de tampon tussen duim en middelvinger en plaats de wijsvinger onder het uitneemlusje, het afgeschuinde deel. Druk de tampon samen.
 - Neem een ontspannen houding aan. De tampon kan in staande houding, eventueel één been hoger geplaatst, of gekrukt worden ingebragt. Houdt de schaamlippen met de andere hand open en breng de tampon, met het uitneemlusje als laatste, met de wijsvinger tot achter in de schede, tegen de baarmoedermond aan.
 - De **Beppy WET** 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:**
- De **Beppy WET** is door het handige uitneemlusje gemakkelijk eruit te halen. Was je handen voor het verwijderen en neem een ontspannen houding aan.
 - Haak jouw wijsvinger door het lusje van de tampon en trek de tampon voorzichtig 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 door je wijs- en middelvinger als een pincet te gebruiken en de tampon rustig uit de vagina te trekken. Het is gemakkelijker de tampon te verwijderen nadat u heeft geplast, dat helpt ontspannen.
 - Na gebruik **Beppy WET** niet in het toilet deponeren.

Hoe lang in te houden?
 Gebruik Beppy tampons bij normaal tot hevig bloedverlies (normaal absorptievermogen van 6-9g). 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 WET** kan slechts één keer gebruikt worden. Hergebruik kan infectie veroorzaken. **De Beppy WET tampon is géén voorbehoedsmiddel.** Gebruik geen tampons tussen je periodes voor gewone afscheping.

Niet gebruiken bij:
 - Bestaand maagendivlies
 - 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 menstruatie tampons.

Wat zijn de symptomen van TSS? Vroege symptomen kunnen plotseling beginnen en zijn vergelijkbaar met de griep, een plotselinge koorts, meestal 39°C of hoger; en braken, diarree, flauwvallen, duizeligheid of een uitslag, die lijkt op zonnbrand. 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 era, één van de bovenstaande

