

Jessa

Tampons

- DE** • Dank der zart-glatten Vliesumhüllung und der schmalen Kuppe lässt sich der Tampon besonders sanft und leicht einführen.
- AT** • Durch die spezielle Rillenstruktur dehnt sich der Tampon gleichmäßig rund aus und passt sich so dem Körper an, während die Flüssigkeit sicher ins Innere geleitet wird.

Bitte lesen Sie die Gebrauchsanweisung!

So wird der Jessa Tampon angewendet:

1. Waschen Sie sich vor und nach dem Gebrauch von Tampons bitte gründlich die Hände. Drehen Sie die Schutzhülle in Pfeilrichtung auf und ziehen Sie den unteren Teil der Hülle, wo der Rückhofaden liegt, ab.
2. Lösen Sie das Rückhofbändchen, das am Tamponende zusammengerollt ist. Ziehen Sie einmal kräftig daran und prüfen Sie, ob die Enden des Bändchens verknotet sind.
3. Stecken Sie die Spitze des Zeigefingers in die Vertiefung am Ende des Jessa Tampons und entfernen Sie den oberen Teil der Schutzhülle.
4. Nehmen Sie nun eine entspannte Körperhaltung ein. Führen Sie dann den Jessa Tampon schräg nach hinten und oben so tief wie möglich in die Scheide ein.
5. Der Tampon sitzt richtig, wenn er überhaupt nicht zu spüren ist. Der Jessa Tampon kann weder heraus- noch hochrutschen, denn die Beckenbodenmuskulatur hält ihn in seiner Lage.

Bitte benutzen Sie immer nur einen Tampon zur gleichen Zeit!

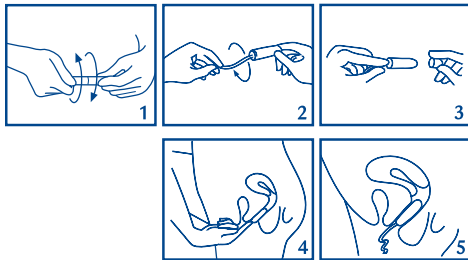
So wird der Jessa Tampon entfernt:

Ziehen Sie einfach am Rückhofbändchen den Tampon raus nach vorn und unten. Ist der Tampon vollgesogen, lässt er sich ganz leicht entfernen. Spüren Sie einen deutlichen Widerstand, kann es sein, dass er noch nicht vollgesogen ist. Falls Sie das Rückhofbändchen einmal nicht wiederfinden, warten Sie, bis sich der Tampon nach einiger Zeit vollgesogen hat. Er kommt durch Pressen in der Hocke nach unten. Und Sie können ihn mit zwei Fingern fassen. Sollte der Tampon auch so nicht entfernt werden können, suchen Sie bitte einen Frauenarzt auf.

Stellen Sie sicher, dass Sie den letzten Tampon bei Ende der Menstruation entfernt haben.

Hinweis zur Tragedauer des Jessa Tampons:

Wie oft der Tampon gewechselt werden muss, hängt von der Stärke der Menstruation ab. Normalerweise ist die Menstruation an den ersten beiden Tagen am stärksten. Daher sollten Sie den Tampon alle 3-6 Stunden wechseln. An den abklingenden Tagen der Menstruation oder nachts kann der Tampon auch 6-8 Stunden getragen werden. Länger sollte er allerdings aus hygienischen



und medizinischen Gründen nicht getragen werden. Da man den Tampon kaum spürt, sollte man darauf achten, ihn nicht zu vergessen. Übrigens: Der Tampon muss nicht bei jedem Gang zur Toilette gewechselt werden.

Jessa Tampons gibt es in 4 Größen: (entsprechend der international harmonisierten Testmethode)

Tropfen	Saugstärke (g)		
◆◆	6 - 9	mini comfort:	leichteres Einführen an den schwächeren Tagen und für junge Mädchen
◆◆◆	9 - 12	normal:	bei normaler, mittelstarker Menstruation
◆◆◆◆	12 - 15	super:	bei starker Menstruation
◆◆◆◆◆	18 - 21	super plus:	bei sehr starker Menstruation und gedehnter Beckenbodenmuskulatur

Welche Tamponggröße für Sie die Richtige ist, ist von Frau zu Frau und innerhalb der Periode unterschiedlich. Verwenden Sie jeweils die kleinstmögliche Tamponggröße für Ihre individuelle Blutungsstärke. Die Tampons Jessa mini comfort lassen sich besonders leicht einführen, da sie eine angenehm schlanke Form und eine spezielle, schmal geformte Kuppe haben.

Ein wichtiger Gesundheitshinweis zum menstruellen Toxic Shock Syndrom (TSS)

Das TSS ist eine seltene, aber ernstzunehmende Erkrankung, die bei Männern, Frauen und Kindern auftreten kann. Bei ungefragter Hilfe aller Fälle tritt TSS bei Tamponverwendern auf. Es kann in seltenen Fällen zum Tode führen. Folgende Symptome, die sich sehr schnell entwickeln und anfangs einer Grippe ähneln, können erste Anzeichen für eine TSS-Erkrankung sein: Plötzlich auftretendes hohes Fieber (>39°C), Erbrechen, Durchfall, Sonnenbrandähnlicher Hautausschlag, Halsschmerzen, Schwindel und/oder Ohnmachtsanfälle. Sollten Sie eines oder mehrere dieser Anzeichen während Ihrer Periode bei sich feststellen, entfernen Sie den Tampon und suchen Sie umgehend einen Arzt auf. Erwähnen Sie TSS und dass Sie menstruieren. So ist es möglich, die Krankheit früh zu erkennen und wirksam zu behandeln. Falls Sie an TSS erkrankt sind, lassen Sie sich vor der weiteren Anwendung von Tampons von Ihrem Arzt beraten.

- CZ** • Jemný povrch a kulaté zaoblení umožňuje snadné zavedení tamponu.
- Speciální drážkovaný odvodní otvor vnitřku tamponu, který se prostřednictvím rozšíření a lépe přizpůsobuje tělu.

Přibavoly leták čtěte pozorně!

Použití tamponu Jessa:

1. Před i po zavedení tamponu si umyjte ruce. Odstraňte ochrannou fólii ve směru šipky a sejměte spodní část, kde je silisavná šňůrka.
2. Uvolněte šňůrku. Jednou za ni silněji zatáhnete a ujistěte se, že konec šňůrky je smotaný.
3. Vložte špičku ukazováčku do prohlubně na konci tamponu a odstraňte horní část fólie.
4. Zaujmejte takovou polohu, aby tělo bylo uvolněné. Potom zavedete tampon šikmo nahoru co nejhlouběji do pochvy.
5. Tampon je správně zaveden, pokud ho vůbec necítíte. Tampon nemůže změnit svou polohu, neboť ho drží pevně svalstvo.

Používejte vždy jen jeden tampon!

Vyháňte tampon za šňůrku ve směru dolů. Pouze v případě, že je tampon dostatečně nasáknut, lze ho snadno vyjmout. Pokud cítíte ztuhlý odpor, není tampon dostatečně nasáknut. Pokud nemůžete najít šňůrku, poklejte nej se tampon naskápe. Tampon vytlačte v podjezu jako při stolici a vytáhnete ho dvěma prsty. Pokud se Vám nepodaří tampon ani tímto způsobem odstranit, vyhledejte svého gynekologa.

Ujistěte se, že jste vyjmuli tampon po skončení menstruace.

Krevní výměny tamponu závisí na síle menstruace. První dva dny bývá menstruace nejsilnější. V těchto dnech je třeba tampon vyměňovat po 3-6 hodinách. V dalších dnech nebo v noci lze tampon používat 6-8 hodin. Děle by neměl být používán z hygienických a zdravotních důvodů. Protože tampon není cilt, dbejte na to, abyste na něj nepozorněly. Tampon nemusíte měnit při každé návštěvě toalety.

- SK** • Jemný obal z rúna a úzka zaoblená špička umožní jemné a ľahké zavedenie tamponu.
- Speciálnou drážkovanú štruktúru sa vlnikost rýchlo odvedie do vnútornej časti tamponu. Tampon sa rovnomerne rozťahuje a prispôbuje telu.

Pozorne si prečítajte príbalový list!

Ako použiť Jessa tampon:

1. Umyte si dôkladne ruky pred a po zavedení tamponu. Poootočte ochrannú fóliu v smere šipky a odstraňte spodnú časť obalu, kde je uložená šňúrka.
2. Uvoľnite šňúrku, ktorá je stôčená na konci tamponu. Jedenkrát silno potiahnite a skontrolujte, či sú konce šňúrky zauzlené.
3. Zasunite špičku ukazováka do priehlbiny na konci tamponu a odstráňte hornú časť ochranného fólie.
4. Zaujmite ľahku polohu, aby vaše telo bolo uvoľnené. Zavedte tampon Jessa do pošvy tak hlboko ako je to možné.
5. Tampon je zavedený správne, keď ho vôbec necítite. Jessa tampon nemôže ani vyklznúť ani skĺznúť ďalej, pretože ho svalstvo panvového dňa drží v jeho polohe.

Používaťe súčasne vždy len jeden tampon!

Spôsob odstránenia Jessa tamponu:

Potiahnite jednoduchou šňúrku na vyvedenie tamponu dopredu a dole. Ak je tampon nasiaknutý, dá sa ľahko odstrániť. Ak cítite ztuhlý odpor, nie je tampon ešte nasiaknutý. V prípade, že nenájdete šňúrku, poklejte kým bude tampon úplne nasiaknutý. Tampon je zavedený správne, keď ho vôbec necítite. Jessa tampon nemôže ani vyklznúť ani skĺznúť ďalej, pretože ho svalstvo panvového dňa drží v jeho polohe.

Uistite sa o odstránení posledného tamponu po skončení menstruácie.

Ako dlho môžete používať Jessa tampon:

Ďĺžka použitia tamponu závisí od intenzity menstruácie. Zvyčajne je menštruácia v prvých dňoch najsilnejšia. Preto by ste mali meniť tampon každých 3-6 hodín. Počas slabších dní menštruácie alebo v noci môžete byť tampon zavedený 6-8 hodín. Zo zdravotných a hygienických hľadísk by tampon nemal byť zavedený dlhšie. Nakolko tampon nie je cilt, mali by ste dávať pozor, aby ste na neho nezabudli. Mimochodom tampon nemusí byť vymenený po každej návšteve toalety.

- HU** • A puha, sima szállítóllyos borításnak és a keskeny fejnek köszönhetően a tampon fájdalommentesen és könnyen behelyezhető.
- A bordázott felület előnye, hogy a tampon egyenesen telik meg és tökéletesen felveszi a test váolatát.

Kérjük figyelmesen olvassa el a használati utasítást!

Jay használatj a Jessa tampon:

1. A tampon behelyezése előtt és után is alaposan mosson kezét. Tekerje a nyíl irányába a védőfóliát és távolítsa el az alsó részt, ahol a kihúzószál található.
 2. Húzza ki a tampon által összehajtott fonalat, rátsa meg erősen és ellenőrizze, hogy a végei csomózottak-e.
 3. Mutatóujja végéig helyezze a tampon által kialakított mélyedésbe és távolítsa el a védőfóliát felső részét is.
 4. Helyezkedjen el kényelmesen, majd vezesse be a Jessa tampon a hüvelybe ferdén hátrafelé, amilyen melyen mutatóujja hossza engedi.
 5. A tampon akkor van megfelelő helyen, ha egyáltalán nem érezhető. A Jessa tampon sem felfelé, sem lefelé nem csúszik el, mert a medencefalnak köszönhetően stabilan tartja.
- Egyesre csak egy tampon használatj!**
- Jay távolítási el a Jessa tampon:**
- A kihúzószál segítségével egyszerűen távolítsa el a tampon. A legkönnyebb eltávolítani, ha a tampon már meglát. Ha kis ellenállást érez, akkor a tampon még nem tel meg eléggé. Ha nem találja a kihúzószálakat, várjon, míg a tampon teljesen meglát, mert a nyomás hatására fejébe csúszik és így két ujjal könnyedén eltávolíthatja. Amennyiben még így sem sikerül eltávolítani, keresse fel nőgyógyászt!
- Né felekedzen meg a menstruáció végén az utolsó tampon eltávolításáról.**
- Meddig használhatja a Jessa tampon?**
- A tampon cserélésének gyakorisága a menstruáció erősségétől függ. A menstruáció általában az első napokon a legerősebb, ezért a tampon 3-6 óránként javasolt cserélni, az enyhébb napokon pedig 6-8 óránként. Higiénia és egészségügyi okokból kitöltyalog javasolt a tampon időben eltávolítani. Mivel a tampon alig érezhető, ügyeljen arra, hogy ne feleddessen meg róla. Egyébe: A tampon nem szükséges minden WC használat alkalmával cserélni.

Jessa tampony sú k dispozici v 4 veľkostiach: (v súlade s medzinárodnými testovacími metódami)

Sila kvacvacia	Savost (g)		
◆◆	6 - 9	mini comfort:	ľahké zavedenie počas slabšej menštruácie a pre mladé dievčatá
◆◆◆	9 - 12	normal:	pri normálnej, strednej silnej menštruácii.
◆◆◆◆	12 - 15	super:	pri silnej menštruácii
◆◆◆◆◆	18 - 21	super plus:	pri veľmi silnej menštruácii a uvoľnenom svalstve panvového dna

Veľkosť tamponu si voľte podľa sily menštruácie, pre každú ženu je odlišná. Používajte najmenšiu možnú veľkosť v závislosti od sily menštruáčného kvacvacia. Tampony Jessa mini comfort sa ľahko zavádzajú vďaka užzemu tvaru a okruhlému zaobleniu.

Dôležitá informácia k syndrómu toxického šoku (STS):

Syndróm toxického šoku je ojedinelé, ale vážne ochorenie, ktoré sa môže objaviť u mužov, žen i detí. Približne polovica všetkých prípadov tohto ochorenia pripadá na ženy a dievčatá, ktoré počas menštruácie používajú tampony. Syndróm toxického šoku môže v zriedkavých prípadoch viesť k smrti. Počátečné symptómy, ktoré sa rýchlo rozvíjajú a sú podobné chripce, môžu byť prvými príznakmi STS: náhle sa objavujúca horúčka (>39°C), zvracanie, hrdký výrtek ako po spálení pokožky na slnku, bolesť v krku, závraty a omámenie. Pokiaľ na seba počas menštruácie spozorujete jeden, prípadne viac z uvedených príznakov, odstráňte tampon a okamžite vyhľadajte lekára. Nezabudnite sa zmieniť, že máte menštruáciu a obávate sa STS. Potom bude možné ochorenie včas rozpoznať a začať s liečbou. V prípade, že trpíte STS, poraďte sa so svojim oštrujúcim lekárom o ďalšom používaní tamponov.

Jessa tampon 4 különbözlet méretben: (nemzetközileg harmonizált vizsgálati módszerekkel megfelelően)

Cseppek	Nedvzívó képesség (g)		
◆◆	6 - 9	mini comfort:	nagyobb kényelem a gyengébb napokon, fiatal lányok részére
◆◆◆	9 - 12	normal:	normál, átlagos vérzés esetén
◆◆◆◆	12 - 15	szuper:	erős menstruáció esetén
◆◆◆◆◆	18 - 21	szuper plusz:	nagyon erős menstruáció esetén és kitágult medencetáji izomzatnál

Hogy melyik a megfelelő méret, az függ a női test sajátosságaitól és a menstruációs periódustól is, amely minden nől másképp alakul. A Jessa mini és normal tampon egyszerűen behelyezhető, mivel fejük speciálisan keskeny.

Fontos tudnivalók a veszélyes betegség, amely előfordulhat férfiak, nők és gyermekek körében. Ritkább esetekben a TSS életveszélyes felgyalású is lehet. A következő tünetek hirtelen megjelenése, amelyek kezdetben influenza hasonlításra, szédülés, ájulás. Ha a menstruációs periódus alatt ezek a tünetek jelentkeznek Önnél, távolítsa el a tampon és azonnal forduljon orvoshoz. Tájelektassa orvosát arról, hogy menstruál és TSS-re gyanakszik. Így időben felismerhető és hatékonyan gyógyítható a betegség. Amennyiben TSS megfertőzése van, kezelőorvosával beszélje meg a tamponhasználati kapcsolatos teendőket.

SI

- Zaradi neredne gladke koprenastega ovoja in ozke površine je vstavljanje tamponov izjemno nežno in enostavno.
- Posebna zlebast struktura omogoča tamponu enakomerno raztezanje in prilagajanje telesu, medtem ko se tekočina varno zbira v njem.

Prosimo preberite navodilo za uporabo!

Uporaba Jessa tamponov

- Pred uporabo tampona in po njej si temeljito operite roke. Zaščitni ovci odvijte v smeri puščice in snemite spodnji del ovoja na mestu, kjer je nitka.
- Odvijte vrstico na spodnjem delu tampona. Nato enkrat močneje potegnite in preverite, če je vrvica na koncu dobro zvezana.
- Vrh kazalca vtaknite v vdolbino na spodnjem delu tampona. Jessa in odstranite še gornji del zaščitne folije.
- Zavezajte položaj, ko je vaše telo sproščeno. Nato vstavite tampon čim globlje v nožnico počesvo v smeri nazaj in navzgor.
- Tampon je pravilno vstavljen, kadar ga ne čutite. Tampon Jessa ne zdrzne iz svojega položaja, saj ga zdrži mišičevje medeničnega dna.

Uporabite samo en tampon naenkrat!

Kako tampon odstranimo:

Tampon izvlecite tako, da potegnete vrvico v smeri naprej in navzdol. Če je tampon prepojen, ga je enostavno odstraniti. Če začitute močnejši odpor, to lahko pomeni, da še ni prepojen. Če vrvica nikakor ne poteže, počakajte nekaj časa, da se tampon popolnoma prepoji. S počesjo je močnejše potesiti navzdol, tako da ga je mogoče zgrabiti z dvema prstoma. Če tampona kljub temu ne morete odstraniti, poiščite pomoč ginekologa.

Pazite, da boste ob koncu menstruacije odstranili tudi zadnji tampon.

Opozorilo glede pogostosti menjavanja tamponov Jessa

Kako pogosto je tamponov zamenjati, je odvisno od tega, kako močna je menstruacija. Običajno je menstruacija najmočnejša prva dva dneva. Takrat naj bi tampon zamenjali vsakih 3-6 ur. Protí koncu menstruacije ali ponoči, lahko tampon ostane v nožnici tudi 6-8 ur. Dlje naj jih iz medeničnih in higienskih razlogov ne bi uporabljali. Ker se tampon skorajda ne čuti, je treba paziti, da ga ne pozabimo odstraniti. Tampona ni treba zamenjati ob vsakem odvleku potebre.

HR

- Zahvaljujuči nježnoji in gladki strukturi varjaskih slojeva i sušenom vrhu, tampon se vrlo lako i nježno uvodi.
- Zbog posebne zlebast strukture tampon se ravnomjerno rastvara i na taj način prilagođava tijelu, pri čemu tekućina sigurno oteče u unutrašnjost tampona.

BiH

- Zahvaljujući nježnoji i glatkoj strukturi varjaskih slojeva i sušenom vrhu, tampon se vrlo lako i nježno uvodi.
- Zbog posebne zlebast strukture tampon se ravnomjerno rastvara i na taj način prilagođava tijelu, pri čemu tekućina sigurno oteče u unutrašnjost tampona.

Molimo pažljivo pročitajte upute za uporabu!

Upute za uporabu Jessa tampona:

- Prje i poslije uporabe temeljito operite ruke. Okrenite zaštitnu foliju u smjeru strelice te odstranite donji dio folije gdje se nalazi končić za povlačenje.
- Odmotajte končić za povlačenje koji se nalazi na kraju tampona. Potom ga snažno povucite i provjerite da li je na kraju končić napravljen čvor.
- Stavite vrh kažiprsta u udubinu na kraju Jessa tampona i odstranite gornji dio zaštitnog omota.
- Zauzmete opuštenu položaj tijela. Gurnite Jessa tampon pod kutom prema natrag i prema gore koliko god duboko možete.
- Tampon je pravilno namješten ako uopće ne osjetite. Jessa tampon ne može skliznuti za ga z djelići mišićnog zrta u njegovom položaju.

Upotrebljavajte uvijek samo jedan tampon istovremeno!

Odstranjivanje Jessa tampona:

Povucite končić prema naprijed i prema dolje te izvadite tampon. Ukoliko je tampon u potpunosti natopljen, možete ga lako izvući. Ako je vađenje tampona otežano, znaci da on još nije u potpunosti natopljen. Ukoliko ne možete pronaći končić, pričekaite dok se tampon ne natopi u potpunosti i u položaju čučnja ga potisnite prema van te uhitvite s dva prsta. Ukoliko nitka ne može izvaditi tampon, obratite se svom ginekologu.

Provjerite da li ste na kraju menstruacije uklonili posljednji tampon.

Duljina nošenja tampona:

O jačini mjesečnice ovisi koliko često se tampon treba mijenjati. Prva dva dana, kada je mjesečnica najjača, tamponi se trebaju mijenjati svakih 3-6 sati. U zadnjim danima mjesečnice ili noću tampon možete koristiti 6-8 sati. Iz higijenskih i medicinskih razloga tampon se ne smije duže koristiti. Budući da se tampon jedva osjeti pri nošenju, nemojte ga zaboraviti izvaditi. Osim toga, tampon ne treba mijenjati pri svakom odvleku na WC.

SRB

- Zahvaljujući veoma glatkom tankom gornjem sloju kao i uskom vrhu tampon se namešta veoma nežno i lako. Zahvaljujući ravnomernom usmeca tampon se ravnomerno širi i prilagođava se vašem telu, dok se tečnost usmerava u unutrašnjost tampona.

Pročitajte uputstvo za upotrebu!

Okavo se koriste Jessa tamponi:

- Molimo Vas da pre i posle upotrebe tampona operete ruke. Okrenite zaštitnu foliju u pravcu strelice i povucite donji deo omota, tamo gde se nalazi končić.
- Razmotite končić koji je vezan na dnu tampona. Snažno povucite končić i proverite da li je na kraju vezan čvorićem.
- Stavite vrh kažiprsta u udubljenje na dnu Jessa tampona i uklonite preostali omot.
- Opuštite telo. Pazljivo potisnite Jessa tampon koliko god je moguće naviše i unazad.
- Ako ste tampon dobro namestili, nećete ga ni osetiti. Jessa tampon ne može niti da ispadne niti da ode suviše duboko jer ga karakteriše muskulatura čvrsto drži u svom položaju.

Koristite uvek samo po jedan tampon istovremeno!

Okavo se uklanja Jessa - tampon

Jednostavno povucite končić za uklanjanje napred i na dole. Ako je tampon u potpunosti natopljen, on će se lako ukloniti. Kada tampon nije u potpunosti natopljen možete osetiti malu nelagodnost pri uklanjanju. Ukoliko vam je teško da pronađete končić, sačekajte dok se tampon u potpunosti ne natopi. Čučnite i izvucite tampon sa dva prsta. U slučaju da zaista niste uspešli da izvucete tampon, konsultujte svog ginekologa.

Povjerite da li ste po završetku menstruacije uklonili poslednji tampon.

Duljina korišćenja Jessa tampona:

Koliko često treba menjati tampon zavisi od jačine menstruacije. Najčešće je menstruacija najjačeg intenziteta u prva dva dana. Zato menjajte tampon svakih 3-6 sati. U danima slabijeg krvarenja ili noću tampon se može koristiti 6-8 sati. Duže nošenje se iz higijenskih i medicinskih razloga ne preporučuje. Pošto se tampon jedva oseti, ne zaboravite da izvadite iskorisćen tampon. Tampon se ne mora uklanjati pri svakom odvleku na toalet.

RO

- Tampoanele de la Jessa prin forma și structură lor pot fi ușor de folosit.
- Datorită structurii sale tamponul se dilată uniform și se mulează după formă corporală, în timp ce lichidul este absorbit în interior.

Vă rugăm citiți instrucțiunile!

Utilizarea tamponului:

- Spălați-vă pe mâini înainte și după fiecare utilizare a tamponului. Deschideți ambalajul rotind în direcția în care indică săgeata, trageți de partea de jos a ambalajului și scoateți în afară firul de la capătul tamponului.
- Trageți ușor de ață și verificați ca ața să nu fie înmădărită.
- Așezați vârful degetului adăugându-l de la baza tamponului și scoateți jumătatea superioară a ambalajului.
- Relaxați-vă lîmpingeți cu atenție tamponul înspre partea din spate și în sus a vaginului cît de adânc posibil.
- Tamponul este fixat corect dacă nu se simte. Tamponul Jessa nu poate ieși și nici alina durerea musculatură bazinului și la menține.

Vă rugăm folosiți doar un singur tampon o dată!

Îndepărtarea tamponului:

Trageți puțin și simțiți de îndată de îndepărtare al tamponului. Dacă tamponul e plin și saturat el se îndepărtează ușor. Dacă întâmpinați dificultăți scădând tamponul înseamnă că nu s-a umplut, așadar nu trebuie schimbât încă. Dacă nu găsiți așteptat pînă când tamponul este plin și saturat. Așezați-vă într-o poziție comodă și apăsați ca astfel să puteți prinde tamponul cu două degete. În cazul în care nu reușiți să scoateți singurul tampon adresați-vă medicului ginecolog.

Asigurați-vă ca la sfârșitul perioadei de menstruație să îndepărtați să îndepărtați tamponul.

Schimbarea periodică a tamponului:

Cît de des trebuie schimbat tamponul, depinde de nivelul fluxului dumneavoastră. În mod normal în primele zile menstruația este mai puternică de aceea schimbați tamponul la 3-6 ore. Spre sfârșitul menstruației sau noaptea puteți purta tampon 6-8 ore. Din motive igienice și medicale nu este indicat să îl purtați mai mult timp. Deoarece nu se simte tamponul, vă rugăm fiți atente să nu îl uitați. Tamponul nu trebuie schimbat de fiecare dată cînd mergeți la toaletă.

BG

- ВНИМАНИЕ!
- Молк, прочетете и запазете упътването за употреба за Вашето здраве и хигиена.

Поставяне на тампона:

Измитие ръцете преди и след употреба. Завертете обвивката на тампона по посоката на стрелките и извадете долната част на обвивката. Развийте кончея и отгърнете издържалте. Проверете дали краищата на кончея са завързани. Поставете върха на показалеца в долния край на тампона и отстрани горната част на обвивката. Отпуснете к! Нещо плъзнете тампона възможно най-нагоре и навърте във влагалището. След като веднъж тампонът е там, какво трябва: в средната част на влагалището, има особено да го усещате. Моля, поставете само по един тампон!

Изваждане на тампона:

Извършване кончея. Ако тампонът е напълно напояен, отстраняването му става съвсем лесно. Ако тампонът излиза трудно, възможно е да не се е напояно достатъчно. В случай че не можете да откриете кончея, изкачайте докато тампонът се напоя добре. След това оплешете и наплетете – можете да хванете тампона и с двата пръста. В случай че не можете да извадите тампона сами, свържете се с гинеколог. Не забравяйте да извадите последния тампон в края на менструацията.

Решение, какво на тампона:

Колко често трябва да се сменя тампона, зависи от обилността на течението. По принцип при първите дни менструацията е най-силна. Тогава може да се наложи смяна на тампона средно на 3-6 часа. Към края на цикъла и през нощта тампонът може да се сменя на 6-8 часа. От хигиенни и здравословни соображения тампонът не трябва да се носи подготго. Тъй като тампонът почти не се усеща по време на носене, моля внимавайте, да не го забравите.

Jessa tamponi v štirih veličnostih (ustrežno za mednarodno usklajeno testno metodo)

Kapljice	Vpojnost (g)		
◆◆	6 - 9	mini comfort:	lažje vstavljanje ob šibki menstruaciji in za mlada dekleta
◆◆◆	9 - 12	normal:	ob normalni, srednje močni menstruaciji
◆◆◆◆	12 - 15	super:	ob močni menstruaciji
◆◆◆◆◆	18 - 21	super plus:	ob zelo močni menstruaciji in ohlapnem mišičevju medeničnega dna

Izbira prave velikosti se razlikuje od ženske do ženske, odvisna je tudi od dveh mehanizmov. Uporabite čim manjšo velikost tamponov, glede na intenzivnost krvavitve. Zaradi tanke oblike z ozko konico je zlasti enostavno vstavljanje tamponov Jessa mini comfort.

Pomembno opozorilo v zvezi s sindromom toksičnega šoka, do katerega lahko pride med menstruacijo. (TSS – Toxic Shock Sindrom):

Sindrom toksičnega šoka (TSS) je redko, a resno obolenje, ki lahko prizadene kožne, ženske in otroke. Približno polovica vseh primerov se pojavi pri uporabljenih tamponov. V redkih primerih nastopi tudi smrt. Prvi znak obolenja TSS so trije različni pojavi, grla podobni simptomi, kol je neredna visoka temperatura (preko 38 °C), bruhanje, driska, izpuščaji, ki so podobni opeklinam od sonca, bolečine v grlu, vrtoglavica ali izguba zavesti. Če med menstruacijo opazite enega ali več naštetih znakov, odstranite tampon in poiščite zdravniško pomoč. Poveste zdravniku, da imate menstruacijo in mu omenite TSS. Tako bo bolezen mogoče zgodaj odkriti in jo učinkovito zdraviti. Če ste zboleli za TSS, se o nadaljnji uporabi tamponov posvetujte z zdravnikom.

Jessa tamponi proizvode se u 4 veličina: (prema mednarodno uskladenoj testnoj metodi)

Kapljica	Moć upijanja (g)		
◆◆	6 - 9	mini comfort:	jednostavno korištenje pri lakšoj mjesečnici i za mlade djevojke
◆◆◆	9 - 12	normal:	za normalnu, srednje obilnu mjesečnicu
◆◆◆◆	12 - 15	super:	za obilnu mjesečnicu
◆◆◆◆◆	18 - 21	super plus:	za jako obilnu mjesečnicu i istegnute zdjelčne mišice

Odaberite veličinu tampona prema jačini menstruacije i koristite najmanji mogući tampon, ovisno o individualnoj jačini krvarenja. Tamponi Jessa mini comfort se vrlo lako uvode jer su tanki i imaju specijalni suženi vrh.

Važno upozorenje o menstrualnom toksičnom šok sindromu (TSS-Toxic Shock Sindrom):

TSS je rijetka, ali ozbiljna toksična bolest od koje mogu oboljeti muškarci, žene i djece. U otprilike polovici slučajeva javlja se kao brz razvoj, ali na početku su slični gripi: visoka temperatura (preko 39 °C), povraćanje, dijareja, osip na koži nalik opeklinama od sunca; grobovali; vrtoglavice i/ili nesvjestica. Ako za vrijeme mjesečnice primijetite jedan ili više od ovih simptoma, uklonite tampon i odmah kontaktirajte ljekarnicu. Upoznatje ljekarnika s time da imate mjesečnicu i sponente TSS. Jedino tako je moguće na vrijeme prepoznati bolest i djelotvorno je liječiti. Ukoliko ste oboljeli od TSS-a, posavjetujte se s ljekarnikom o daljnjem korištenju tampona.

Jessa tamponi možete naći u 4 različiti veličina: (prema međunarodno uskladenoj testnoj metodi)

Kapljica	Moć upijanja (g)		
◆◆	6 - 9	mini comfort:	lako namještanje u danima slabijeg krvarenja i za mlade djevojke
◆◆◆	9 - 12	normal:	za dane normalnog i blago pojačanog krvarenja
◆◆◆◆	12 - 15	super:	za dane jačeg krvarenja
◆◆◆◆◆	18 - 21	super plus:	za dane veoma jakog krvarenja ili kod istegnute karlične muskulature

Koji je tampon pravi za vas zavisi od žene do žene kao i od obima menstruacije. Za svoje lične potrebe koristite uvek najmanji mogući tampon. Zahvaljujući izduženoj formi i specijalnom suženom vrhu Jessa mini comfort se primeno lakše namestaje.

Važno upozorenje o menstrualnom toksičnom šok sindromu (TSS)

TSS je retko ali ozbiljno oboljenje, a može se javiti kod muškaraca, žena i dece. Skoro polovina ovih slučajeva javlja se kod korisnica tampona. U rednim slučajevima može doći i do smrti. Sledeći simptomi, koji brzo napreduju i na početku su slični gripu, mogu biti prvi znaci TSS - oboljenja: iznenadna visoka temperatura (od 39 °C ili više), povraćanje, dijareja, crvenilo po koži, bolovi u grlu, napadi malokrvnosti i nesvestice. U slučaju pojave jednog ili više od navedenih simptoma tokom menstruacije, uklonite tampon i obavezno se obratite lekaru. Ukažite mu na TSS i na činjenicu da imate menstruaciju. Tako postojí mogućnost da se TSS pravovremeno otkrije i leči. Ukoliko ste imali TSS, obavezno konsultujte lekara u vezi daljeg korišćenja tampona.

Tampoanele Jessa sunt disponibile în 4 mărimi (conform metodei internaționale de testare)

Flux	Pondere absorbție (g)		
◆◆	6 - 9	mini-comfort:	pentru o inserare ușoară în zilele cu flux redus și pentru tinerele fete.
◆◆◆	9 - 12	normal:	Pentru menstruație normală și medie.
◆◆◆◆	12-15	super:	Pentru menstruație abundentă.
◆◆◆◆◆	18 - 21	super plus:	Pentru menstruație foarte abundentă.

Ce tip de tampon vi se potrivește, depinde de femeie la femeie, în funcție de perioadă și de flux. Folosiți cea mai mică mărime posibilă corespunzătoare fluxului menstruației dumneavoastră. Tampoanele Jessa mini comfort sunt ușor de inserat datorită formei lor.

Informații despre SST:

Sindromul Șocului Toxic (SST) este o boală rară, dar gravă care poate apărea la femei, bărbați și copii. Aproximativ jumătate din îmbolnăviri se produc la fete și femeile aflate în perioada menstruației. SST este o boală care poate fi mortală. Următoarele simptome ce seamănă cu o gripă pot apărea, ele fiind primele semne de boală SST: febră mare (39° C) și mai mult, vârsături, diaree, dureri de cap, dureri în gât, iritații ca acestea, dureri de umerse solare, stări de leșin, amețeli. În cazul în care observați unul dintre aceste semne în timpul menstruației, îndepărtați tamponul și consultați un medic. Menționați SST și faptul că sunteți în timpul menstruației. Astfel este posibil să depistați boala la timp și să o tratați eficient. Dacă ați avut SST este recomandat să consultați doctorul ginecolog înainte de următoarea întreprindere a tampoanelor.

Tamponul ne e neobșoinduo da se sменя при всько хододе до тоалетната!

Капои	Попиваемост		
◆◆	6 - 9	Mini Comfort	В дни със слабо течение и за млади момичета
◆◆◆	9 - 12	Normal	При нормално, средно силно течение
◆◆◆◆	12 - 15	Super	При силно течение
◆◆◆◆◆	18 - 21	Super Plus	При много силно течение и след раждане

Koji razmer tampon da izaberete e razlicno za vsaka ženu i zavisi skoro od obilnosti na teleničeto, koito se promena v teleniče ne ciklisa. Izpolzovajte najmanji razmer tamponi za Vašite potrebnosti. Sindroma na toksičniji šok (CTŠU) iCTŠU e izpolznočno rijedko, no seriozno toksično zabojevanje, koito može da se pojavi pri majke, ženi i deca. Okolo polovina ot slučajna na CTŠU se naboljavat pri ženama, izpolzovajući tamponi. CTŠU može da zadržani život! Smerite simptome, koito se razvijati mnogo brzo i primeniti na odgovarajuće simptome pri grip, sa parviti znak za CTŠU: nenatna visoka temperatura (>39 °C), povraćanje, razdroštroć, obilna, nadolabavac stiančno izgaranje, bolovi u grlo, vianje na svat, primadžić. V slučaj ču po vreme na menstruačija zabeležeiti edini ili više od ovih simptoma, uklonite tampona i potporete nezabavno lekarko pomoć! Uvedite lekarka za tova, če ste v menstruačija i če se opasavate ot Sindrom na toksičniji šok. Ako vednjk vne če imali CTŠU, konsultirajte se s lekar, predi otovno da započnete da izpolzavate tamponi. *