



DEUTSCH

Beppy Pure® tampon

Komfortabler Tampon ohne Faden.

Der Beppy Pure® Tampon ist für Frauen entwickelt, die sich während der Menstruation frei fühlen möchten. Der Beppy Pure® Tampon ist ein fadenloser Schwammtampon. Daher ist der Tampon ideal für den Einsatz beim Sauna-Besuch, Sport, Schwimmen, Geschlechtsverkehr und bei vielem mehr. Aufgrund seiner weichen und flexiblen Struktur passt sich die Form des Tampons Ihrem Körper an.

SCHRITT 1: Waschen Sie Ihre Hände immer vor und nach dem Einführen des Tampons. Öffnen Sie die Folie an der Einkerbung.

SCHRITT 2: Drücken Sie den Tampon zwischen Daumen und Zeigefinger zusammen. Achten Sie darauf, dass die integrierte Schlaufe im Tampon nach unten zeigt.

SCHRITT 3 - Einführen des Tampons: Nehmen Sie eine bequeme Position ein; Der Tampon kann im Stehen, unter Umständen mit einem erhöhten Bein oder in der Hocke eingeführt werden. Entspannen Sie die Beckenbodenmuskulatur und führen Sie den Tampon ein. Drücken Sie den Tampon mit dem Mittel- oder Zeigefinger in Richtung des Steißbeins, bis er den Gebärmuttermund erreicht hat.

SCHRITT 4 - Entfernen des Tampons: Waschen Sie Ihre Hände immer vor und nach dem Entfernen des Tampons. Nehmen Sie eine Entspannte und eventuell hockende Position ein. Verwenden Sie Ihren Mittel- und Zeigefinger wie eine Pinzette um den Tampon zu greifen und entfernen Sie den Tampon langsam. Sie können auch die integrierte Schlaufe im Tampon verwenden. Pressen Sie etwas, während Sie den Tampon entfernen.

Tragedauer des Tampons?

Es ist von Frau zu Frau unterschiedlich, wann der Tampon entfernt / ersetzt werden sollte. Es hängt von der Menge des Blutverlustes und dem Tag der Menstruation ab. Richtlinie: ca. alle 2-4 Stunden während der stärkeren Tage und ca. alle 4-8 Stunden während der leichteren Tage der Menstruation.

NEDERLANDS

Beppy Pure® tampon

Comfortabele tampon zonder touwtje.

De Beppy Pure® tampon is ontwikkeld voor de vrouw die zich vrij wilt voelen tijdens de menstruatie. De Beppy Pure® tampon is een sponstampon zonder touwtje. Hierdoor is de tampon ideaal te gebruiken tijdens een bezoek aan de sauna, sport, zwemmen, seks en meer. De tampon kent vele voordelen.

STAP 1: Was altijd je handen voor én na het inbrengen van de tampon. Open de folieverpakking bij de inkeping.

STAP 2: Vouw de tampon tussen duim en wijsvinger. Zorg dat de inkeping in de tampon naar beneden wijst.

STAP 3 – inbrengen van de tampon: Neem een comfortabele houding aan; dit kan staand met één been hoger, gehurkt of zittend zijn. Ontspan de bekkenbodemspier en breng de tampon diep in. Duw de tampon met de middelvinger in de richting van je stuitje tot aan de baarmoedermond.

STAP 4 – verwijderen van de tampon: Was altijd je handen voor én na het verwijderen van de tampon. Ontspan en neem een hurkende positie in. Gebruik je wijsvinger en middelvinger

als een pincet en maak gebruik van de handige inkeping in de tampon. Verwijder de tampon rustig. Pers eventueel lichtjes mee.

Hoe lang in te houden?

De draagduur van de Beppy Pure® tampon is afhankelijk van de hoeveelheid bloedverlies en de dag van je menstruatie. Dit is per vrouw verschillend. De richtlijn die je kunt aanhouden voor het verwisselen van de tampon is; om de 2-4 uur tijdens de zware dagen, om de 4-8 uur tijdens de lichte dagen van de menstruatie.

ENGLISH

Beppy Pure® tampon

Comfortable tampon without string.

The Beppy Pure® tampon is developed for women who want to feel free during their menstruation. The Beppy Pure® tampon is a cordless sponge tampon. Therefore the tampon is ideal for use during a sauna visit, sports, swimming, sexual intercourse and more. The shape of the tampon adjusts to your body due to its soft and flexible structure.

STEP 1: Wash your hands always before and after inserting the tampon. Open the foil at the notch.

STEP 2: Fold the tampon between your thumb and index finger. Make sure that the integrated grip in the tampon is pointed downwards.

STEP 3 – inserting the tampon: Adopt a comfortable position; the tampon can be inserted while standing with one leg raised above the other, crouching or while sitting. Relax the pelvic floor muscles and insert the tampon. Push the tampon with your middle or index finger in the direction of your tailbone until it reaches the cervix.

STEP 4 – removing the tampon: Wash your hands always before and after removing the tampon. Relax and take a crouching position. Use your index and middle finger like tweezers to grab the tampon and remove the tampon slowly. You can also use the integrated grip in the tampon. Press slightly when removing the tampon.

How long can you use the tampon?

It is different per woman when the tampon should be removed/ replaced. It depends on the amount of blood loss and the day of your menstrual period. Guideline: every 2-4 hours during heavy flow, every 4-8 hours during the days of lighter flow.

ESPAÑOL

Beppy Pure® tampon

Tampón comfortable sin cordón.

El tampón Beppy Pure® fue desarrollado por mujeres que buscan sentirse libres durante su periodo menstrual. Beppy Pure® es un tampón tipo esponja sin cordón, por esto es ideal para actividades como; visitar la sauna, hacer deportes, nadar, tener relaciones sexuales y más. La forma del tampón se ajusta a tu cuerpo gracias a su estructura suave y flexible.

PASO 1: Siempre lava tus manos antes y después de insertar el tampón. Abre el empaque usando la muesca de apertura.

PASO 2: Presiona el tampón entre tus dedos índice y pulgar. Asegúrate que el agarre (ranura) integrado de extracción este apuntado hacia abajo.

PASO 3 – Inserción del tampón: Adopta una posición comfortable; el tampón puede ser insertado mientras te encuentras de pie con una pierna levantada, también lo puedes insertar mientras te encuentras en cuclillas o sentada. Relaja los músculos de la pelvis e

inserta el tampón. Empuja el tampón con tú dedo medio o índice en dirección a tú coxis hasta que llegue al cuello uterino.

PASO 4 – Remoción del tampón: Lávate las manos siempre antes y después de retirar el tampón. Relájate y toma una posición en cuclillas. Utiliza tus dedos índice y del medio como pinzas para agarrar el tampón y quitarlo lentamente. También puedes utilizar el agarre integrado de extracción del tampón. Presiona ligeramente al retirar el tampón.

¿Cuánto tiempo puedes usar el tampón?

El tiempo de remoción/reemplazo del tampón es diferente en cada mujer. Depende de la cantidad de flujo menstrual y el día del ciclo menstrual. Indicaciones: Cada 2-4 horas durante el flujo pesado, cada 4-8 horas durante los días de flujo más ligero.

FRANCAIS

Beppy Pure® tampon

Confort tampon sans fil

Le tampon Beppy Pure® est conçu pour les femmes qui veulent se sentir libres pendant leurs menstruations. Le tampon Beppy Pure® est un tampon éponge sans fil. Par conséquent, le tampon est idéal pour une utilisation lors de séances au sauna, pendant le sport, la natation, et les rapports sexuels et plus encore. La forme du tampon s'adapte à votre corps grâce à sa structure douce et souple.

ÉTAPE 1: Lavez-vous toujours les mains avant et après avoir introduit le tampon. Ouvrez le sachet à l'aide de l'encoche.

ÉTAPE 2: Compressez le tampon entre le pouce et l'index. Assurez-vous que l'encoche intégrée dans le tampon est dirigée vers le bas.

ÉTAPE 3 – mise en place du tampon: Adoptez une position détendue; Le tampon peut être inséré en position debout avec éventuellement une jambe surélevée, accroupie ou assise. Détendez les muscles du plancher pelvien et insérez le tampon. Poussez le tampon avec votre majeur ou l'index dans la direction de votre coccyx jusqu'à ce qu'il atteigne le col de l'utérus.

ÉTAPE 4 – retrait du tampon: Lavez-vous toujours les mains avant et après avoir enlevé le tampon. Détendez-vous et prenez une position accroupie. Utilisez votre index et votre majeur comme une pince pour saisir le tampon et enlever le tampon lentement. Vous pouvez également utiliser l'encoche intégrée dans le tampon. Pressez légèrement pour retirer le tampon.

Combien de temps pouvez-vous utiliser le tampon?

Il est variable d'une femme à l'autre quand le tampon devrait être enlevé / remplacé. Cela dépend de la quantité des pertes de sang et le jour de votre période menstruelle. Indications: toutes les 2 à 4 heures en cas de saignements importants, toutes les 4 à 8 heures pendant les jours de saignement plus léger.

DEUTSCH

Bitte beachten Sie:

Wenn Sie den Tampon für mehr als 8 Stunden in Ihrer Scheide lassen, ist seine Sicherheit und Wirksamkeit nicht mehr gewährleistet. Der Tampon kann nur einmal verwendet werden. Die Wiederverwendung kann Infektionen verursachen. Der Tampon ist kein Verhütungsmittel. Verwenden Sie zwischen den Perioden keine Tampons für gewöhnlichen Ausfluss. Nicht verwenden: wenn Ihr Jungfernhäutchen intakt ist und / oder das Verfallsdatum auf der Packung abgelaufen ist.

WICHTIG: Hinweis zum Toxischen Schocksyndrom (TSS):

TSS ist eine seltene, aber ernste und manchmal tödliche Krankheit, die mit der Verwendung von Tampons in Verbindung gebracht wird. Symptome von TSS: Frühe Symptome können plötzlich beginnen und sind denen einer Grippe ähnlich: plötzliches Fieber - meist 39°C oder höher, sowie Erbrechen, Durchfall, Ohnmacht, Schwindel oder ein Hautausschlag, der wie ein Sonnenbrand aussieht. Eine frühe Erkennung und Behandlung ist äußerst wichtig und kann in der Regel ein schweres Erkranken 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 dass Sie Tampons verwendet haben.

Risikogruppen: TSS kann bei allen Frauen auftreten, die während Ihrer Periode Tampons verwenden. Bei Frauen unter 30 Jahren besteht ein höheres Risiko.

Minderung oder Vermeidung des Risikos? Verwenden Sie Tampons mit einer möglichst niedrigen Absorptionsstärke, entsprechend Ihrer Blutungsstärke. Um das Risiko zu vermeiden oder zu verringern, verwenden Sie keine Tampons oder verwenden Sie Tampons und Damenbinden im Wechsel. Fragen Sie einen Arzt, wenn Sie in der Vergangenheit TSS Symptome hatten und wieder Tampons verwenden möchten oder wenn Sie Fragen zu TSS haben. Als allgemeine Regel gilt es, einen Arzt, Gynäkologen oder einen Notarzt aufzusuchen, wenn Sie einen Tampon nicht mehr entfernen können.

NEDERLANDS

Attentie: Als je de tampon langer dan 8 uur inhoudt, kan de veiligheid en doeltreffendheid niet meer gegarandeerd worden. De tampon kan slechts één keer gebruikt worden. Hergebruik kan infecties veroorzaken. De tampon is géén voorbehoedsmiddel. Gebruik geen tampons tussen je periodes voor gewone afscheiding. Niet gebruiken bij: bestand maagdenvlies en na de aangegeven uiterste gebruiksdatum.

BELANGRIJK Toxisch shock syndroom (TSS):

TSS is een zeldzame, maar ernstige en soms fatale ziekte, die wordt geassocieerd met het gebruik van 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, 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 RAADPLEEG EEN ARTS**. Het is zeer belangrijk je arts te melden dat je ongesteld bent en tampons hebt gebruikt.

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

Het verminderen of vermijden van het risico? Gebruik tampons met minimale absorptie om risico op TSS te verminderen. Gebruik geen tampons of wissel gebruik van tampons af met maandverband om het risico te vermijden of verminderen. Raadpleeg een arts als je weer tampons wilt gebruiken en in het verleden TSS symptomen hebt gehad of vragen hebt over TSS. Als algemene regel, is het noodzakelijk uw arts, gynaecoloog of 1e hulp arts te bezoeken als u niet in staat bent om een tampon te verwijderen.

ENGLISH

Please note: If you leave the tampon in the vagina for more than 8 hours, its safety and effectiveness is no longer guaranteed. The tampon can be used only once. Reusing them may cause infection. The tampon is not a contraceptive. Do not use tampons between your periods for regular discharge. Do not use when your hymen is intact and/or when 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, 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 lowest absorbency to suit your flow. 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.

ESPAÑOL

Ten en cuenta:

Si dejas el tampón en la vagina por más de 8 horas, su seguridad y eficacia ya no están garantizadas. El tampón puede utilizarse solo una vez. Su reutilización puede causar infecciones. El tampón no es un anticonceptivo. No uses tampones entre periodos para controlar flujos regulares. No lo utilices cuando tu himen esté intacto y / o cuando la fecha de caducidad este expirada.

IMPORTANTE sobre el síndrome de choque tóxico (TSS):

TSS es una enfermedad rara, pero grave y algunas veces fatal, que se asocia con el uso de tampones menstruales.

¿Cuáles son los síntomas de TSS? Los primeros síntomas pueden comenzar repentinamente y son similares a la gripe: fiebre repentina - por lo general 39 ° C o más, vómitos, diarrea, desmayos, mareos o erupciones cutáneas que se parecen a quemaduras solares. El reconocimiento temprano y el tratamiento son muy importantes y generalmente pueden prevenir enfermedades graves.

¿Qué debes hacer si crees que tienes TSS? Si, durante tu período o poco después, tienes cualquiera de los síntomas anteriores, EXTRAE TU TAMPÓN Y CONSULTA A UN MÉDICO INMEDIATAMENTE. Es muy importante decirle a tu médico que tienes tu período y que usas tampones.

¿Quiénes están en riesgo? El TSS puede ocurrirle a toda mujeres que use tampones

durante su periodo menstrual. Se han reportado mayores riesgos para las mujeres menores de 30 años.

¿Reduce o evita el riesgo? Para reducir el riesgo de TSS, usa tampones de bajo nivel de absorción para controlar tu flujo. Para evitar o reducir el riesgo, no uses tampones o alterna el uso de tampones con toallas higiénicas. Consulte a un médico si deseas usar tampones nuevamente después de haber tenido síntomas de TSS en el pasado o si tienes preguntas sobre TSS. Como regla general, es necesario visitar a tu médico, ginecólogo o A&E si no puedes quitar un tampón

FRANCAIS

Notez s'il vous plaît:

Si vous laissez le tampon dans le vagin pendant plus de 8 heures, la sécurité et son efficacité ne sont plus garantis. Le tampon ne peut être utilisé qu'une seule fois. Sa réutilisation peut causer une infection. Le tampon n'est pas un contraceptif. N'utilisez pas de tampons entre vos menstruations pour des pertes vaginales. Ne pas utiliser lorsque votre hymen est intact et / ou lorsque la date limite d'utilisation est dépassée.

IMPORTANT au sujet du syndrome de choc toxique (TSS):

TSS est une affection rare mais grave et parfois mortelle, qui est associée à l'utilisation de tampons pendant les règles

Quels sont les symptômes de TSS? Les premiers symptômes peuvent commencer soudainement et ressembler aux symptômes de la grippe: une fièvre soudaine - généralement 39°C ou plus, des vomissements, de la diarrhée, évanouissements, des vertiges ou une éruption cutanée semblable à un coup de soleil. Un diagnostic et un traitement précoce sont extrêmement importants et peuvent généralement éviter une affection grave.

Que devez-vous faire si vous pensez que vous faites un TSS? Si, au cours de votre période ou peu de temps après, vous avez l'un des symptômes ci-dessus, **RETIREZ VOTRE TAMPON ET CONSULTEZ UN MÉDECIN IMMÉDIATEMENT.** Il est très important de dire à votre médecin que vous avez vos règles et que vous avez utilisé des tampons.

Quelles sont les femmes à risques? TSS peut se produire chez toutes les femmes qui utilisent des tampons pendant leurs périodes. On observe un risque plus élevé chez les femmes de moins de 30 ans.

Comment diminuer ou éliminer le risque? Utilisez des tampons avec la plus faible absorbance pour convenir à votre flux. Pour éviter ou réduire le risque, n'utilisez pas de tampons ou alternez leur utilisation avec des serviettes 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 règle générale, il est nécessaire de consulter votre médecin, gynécologue ou médecin urgentiste si vous n'arrivez pas à enlever un tampon.



info@beppy.com

+3110 467 65 73 (9.00 – 17.00)

HQ Beppy, Nederland
Seinhuiswachter 1-3
3034 KH Rotterdam

www.BEPY.com