



Liebe Anwenderin!

Einmal im Monat wird Frau durch den weiblichen Zyklus eingeschränkt. Um diese Einschränkung auf ein Minimum zu reduzieren, hat JOYDIVISION – in enger Zusammenarbeit mit Gynäkologen – die fadenlosen Soft-Tampons entwickelt.

Anders als bei konventionellen Tampons bestehen die Soft-Tampons nicht aus Viskose oder Baumwolle, sondern aus einem speziellen weichen, schleimhautverträglichen Schaummaterial.

Die Soft-Tampons eignen sich für nahezu alle Alltagsaktivitäten, besonders z. B. für:

- den hygienischen Intimverkehr während der Regel (ist für den Partner kaum spürbar)
- das diskrete Tragen in der Sauna (es ist kein Faden sichtbar)
- sicheres Tragen beim Schwimmen und beim Sport

Millionen Frauen vertrauen bereits in vielen Ländern auf den Komfort von Soft-Tampons.

Damit auch deine Aktivitäten während der Regel nicht eingeschränkt sind, lies bitte folgende Informationen sorgfältig durch.

GEBRAUCHSANLEITUNG

Vor dem Einführen und Entfernen der Original Soft-Tampons unbedingt die Hände waschen!

Das Einführen:

1. Den hygienisch verpackten Tampon aus der Verpackung entnehmen.
2. Zum leichteren Einführen trägst du auf den (trockenen) Tampon et- was Gleitgel (wir empfehlen Original AQUAGlide) auf oder feuchtest ihn mit sauberem Wasser an – danach gut auspressen, um die maximale Flüssigkeitsaufnahme-fähigkeit zu erhalten.
3. Am einfachsten lässt sich der Tampon z.B. in der Hocke oder auf der Toilette sitzend einführen.
4. Lege den Zeigefinger auf eine flache Seite des Tampons, erfasse den Tampon mit Daumen und Mittelfinger an den Seiten und drücke ihn zusammen. Mit der anderen Hand öffnest du die Schamlippen und schiebst den Soft-Tampon mit einem Finger in die Vagina, sodass er sich an den Gebärmutterhals anschmiegt (siehe Abbildung).

Die Tragedauer:

Wechsle den Soft-Tampon in regelmäßigen Abständen. Passe die Tragezeit des Soft-Tampons der wechselnden Stärke deiner Menstruation an. Die Tragedauer sollte maximal 8 Stunden betragen. Wir empfehlen den Wechsel allerdings nach 4 bis 6 Stunden. Bei starker Blutung solltest du die Soft-Tampons etwa alle 3 bis 5 Stunden wechseln. Du reduzierst Infektionsrisiken, wenn du nach dem Besuch in einem Schwimmbad oder dem Intimverkehr ohne Kondom den Soft-Tampon sofort wechselst.

Das Entfernen:

Der Original Soft-Tampon besitzt keinen Rückholfaden. Der Tampon lässt sich

recht einfach entfernen, indem du Zeige- und Mittelfinger als „Pinzette“ benutzt oder alternativ Daumen und Zeigefinger. Sollte das Entfernen trotzdem einmal schwierig sein, so empfehlen wir dir, dich zu diesem Zweck in die „Hockposition“ zu begeben (da die Tiefe der Vagina so von ca. 7 – 8 cm auf etwa 4 – 5 cm verkürzt wird) und einen leichten Druck im Unterbauch zu erzeugen, so dass sich der Tampon deinen Fingern entgegen-schiebt. Eine Vaginaldusche kann ebenfalls hilfreich sein.

Grundsätzlich gilt:

Soft-Tampons sind bedenkenlos zur Verwendung mit Kondomen und Spirale geeignet. Bei einer frisch eingesetzten Spirale solltest du Rücksprache mit deinem Arzt halten. Sollte es dir tatsächlich einmal nicht gelingen, den Tampon zu entfernen, so ist ein Besuch bei deinem Gynäkologen unumgänglich. Vergesse nicht, zum Ende der Menstruation den letzten Original Soft-Tampon zu entfernen! Soft-Tampons sind kein Verhütungsmittel!

ACHTUNG – JEDEN TAMPON NUR EINMAL VERWENDEN!

Verwende die Original Soft-Tampons niemals mehrfach, da der optimale Effekt nur bei einmaligem Gebrauch erzielt werden kann und der Mehrfachgebrauch zu Infektionen führen kann! Bitte in Originalverpackung lagern und vor Licht schützen! Verfärbungen stellen keinen Mangel dar! Bitte entsorge den Tampon über den Hausmüll und nicht über die Toilette. Die Folie gehört in den Gelben Sack! Papier und Schachtel in das Altpapier!

Wichtige Infos für deine Gesundheit:

Das toxische Schocksyndrom (TSS) ist eine äußerst seltene, aber ernst zu nehmende Krankheit, welche in der Gesamtbevölkerung auftreten kann. Ungefähr die Hälfte der TSS-Fälle tritt jedoch bei Tamponverwenderinnen auf. Es kann aber auch während der Menstruation auftreten, wenn kein Tampon verwendet wird! TSS kann lebensbedrohend sein und muss daher frühzeitig erkannt und behandelt werden. Wenn du plötzlich während deiner Menstruation hohes Fieber (über 39 °C), Hautausschlag, Erbrechen, Durchfall, Halsschmerzen, Schwindelgefühl, -anfalle bekommen, solltest du sofort den Tampon entfernen und einen Arzt aufsuchen. Diese grippeähnlichen Symptome können Anzeichen von TSS sein. Teile deinem Arzt mit, dass du deine Regelblutung hast. Frauen die an TSS erkrankt sind oder waren, raten wir vor weiterer Verwendung mit ihrem Arzt zu sprechen. Informationen rund um die Menstruation, Probenbestellung und vieles mehr findest du unter:

www.Soft-Tampons.de

EN Soft-Tampons professional

... stringless, for discreet use on a woman's special days – especially recommended during intercourse, in the sauna, when swimming or during sport.

USER INSTRUCTIONS

Wash your hands thoroughly before inserting or removing the Original Soft-Tampons!

Insertion:

1. Remove the tampon from its packaging.
2. For easier insertion, we recommend that you apply a little lubricant (e.g. AQUAGlide) to the dry tampon or moisten it with clean water. Squeeze firmly for maximum absorption capability before insertion.
3. The tampon is easiest to insert when squatting or sitting on the toilet.
4. Place your index finger on one of the tampon's flat sides, grip the tampon by the sides using your thumb and middle finger, and squeeze it together. Use the other hand to part the labia and insert the tampon into the vagina using your index finger or middle finger until it is sitting against the cervix (see pictures).

Duration of use:

Replace the tampon frequently. Adjust the duration of use to the heaviness of your menstrual flow. During the first few days, it may be necessary to change the tampon approx. every 3 – 5 hours. We recommend you to change the tampon every 4 – 6 hours, and after 8 hours at the latest. Replacing a tampon immediately after swimming or unprotected sexual intercourse can reduce the risk of infection.

Removing the tampon:

It is best to remove the tampon using your index finger and middle finger, or thumb and index finger. A squatting position reduces the depth of the vagina from 7–8 cm to 4–5 cm, making it easier to remove the tampon. Light pressure in the lower abdomen pushes the tampon out. The use of a vaginal douche can also help.

The following always applies:

Soft-Tampons are safe for use with condoms and IUDs. Consult your physician after having an IUD freshly inserted. If

you are unable to remove a tampon by yourself, consult a gynaecologist. Don't forget to remove the last tampon when your menstruation has ended!

PLEASE NOTE – USE EACH TAMPON ONLY ONCE!

Reusing tampons can lead to infection! Store Soft-Tampons in their original packaging and in a dry place away from light. Discolouration does not mean that the product is defective. Soft-Tampons must be disposed with the household waste, the remaining packaging in line with the country's respective regulations concerning waste.

Important health information:

Toxic shock syndrome (TSS) is an extremely rare yet serious illness that can affect anyone. Approx. half of all TSS cases occur in menstruating women, and it has been described in combination with tampon use. Yet it can also occur when no tampon is being used! TSS can be life-threatening and must therefore be diagnosed and treated early. If, during menstruation, you should suddenly develop a fever (39 °C and above) and experience a rash, vomiting, diarrhoea, throat ache, or dizziness to the point of fainting, you should remove the tampon immediately and seek medical attention. These symptoms may be the indications of TSS. Inform your doctor that you are menstruating. Women who have suffered from TSS should consult their doctor before continuing to use Soft-Tampons.

NL Soft-Tampons professional

... zonder touwtje, voor discrete bescherming tijdens de menstruatie – bij het vrijen, in de sauna, bij het zwemmen en sporten.

GEBRUIKSAANWIJZING

Was voor het inbrengen en verwijderen van originele Soft-Tampons altijd eerst goed uw handen!

Inbrengen:

1. Neem de tampon uit de verpakking.
2. Om het inbrengen te vergemakkelijken adviseren wij u de droge tampon met wat glijgel (bijv. AQUAGlide) of schoon water te bevochtigen – goed uitknijpen voor maximale vochtopname)
3. U kunt de tampon het gemakkelijkst inbrengen als u gehurkt of op het toilet zit.
4. Leg uw wijsvinger op een platte kant van de tampon, pak de tampon met uw duim en middelvinger aan de zijkanten beet en druk hem samen. Open met uw andere hand uw schaamlippen en breng de tampon met uw wijs- en/of middelvinger tot voor de baarmoederhals in de vagina in (zie afbeelding).

Verwisselen:

Verwissel de tampon regelmatig. Pas de draagtijd aan de sterkte van uw menstruatie aan. Tijdens de eerste dagen kan het noodzakelijk zijn de tampon ongeveer om de 3–5 uur te verwisselen. Wij adviseren u de tampon na 4–6 uur, maximaal na 8 uur te verwisselen. Door de tampon meteen na een bezoek aan het zwembad of na onbeschermde seks te vervangen, kan de kans op infecties worden beperkt.

Verwijderen:

U kunt de tampon het best met uw wijs- en middelvinger of met uw duim en wijsvinger verwijderen. Een gehurkte positie verkleint de diepte van de vagina van 7–8 naar 4–5 cm, zodat de tampon gemakkelijker kan worden verwijderd. Een lichte druk in de onderbuik duwt de tampon naar buiten. Het gebruik van een vaginale douche kan ook handig zijn.

In principe geldt:

Soft-tampons zijn geschikt voor gebruik in combinatie met condooms en spiraal-tjes. Is er net een spiraal-tje bij u geplaatst, overleg dan eerst met uw arts. Mocht het u niet lukken de tampon te verwijderen, neem dan contact op met een gynaecoloog. Verwijder de laatste tampon aan het einde van uw menstruatie!

LET OP – GEBRUIK IEDERE TAMPON SLECHTS EENMAAL!

Meervoudig gebruik kan tot infecties leiden! Bewaar Soft-tampons in de originele verpakking op een droge, donkere plaats. Verkleuringen zijn geen gebreken. Doe een gebruikte Soft-tampon bij het restafval. Scheid het overige verpakkingsmateriaal volgens de in uw land geldende afvalvoorschriften.

Belangrijke informatie voor uw gezondheid:

Toxic Shock Syndrome (TSS) is een zeer zeldzame, maar ernstige ziekte die bij alle mensen kan optreden. Ca. de helft van de TSS-gevallen treedt op bij menstruerende vrouwen en is beschreven in samenhang met tampongebruik. TSS kan echter ook voorkomen als er geen tampon wordt gebruikt! TSS kan levensbedreigend zijn en moet daarom tijdig herkend en behandeld worden. Krijgt u tijdens uw menstruatie plotseling hoge koorts (39 °C en hoger) en krijgt u last

van huiduitslag, braken, diarree, keelpijn, duizeligheid of flauwvallen, verwijder de tampon dan meteen en neem meteen contact op met een arts. Deze symptomen kunnen op TSS wijzen. Vertel de arts dat u menstrueert. Vrouwen die eenmaal TSS hebben gehad, dienen voor ze opnieuw Soft-tampons gebruiken contact op te nemen met hun arts.

ES Soft-Tampons professional

... sin cordón para la protección discreta durante los días especiales – en las relaciones íntimas, en la sauna, al nadar y al practicar deporte.

INSTRUCCIONES DE USO

¡Lavar se las manos antes de la introducción y la extracción de los tampones Original Soft!

Introducción:

1. Extraer el tampón de su embalaje.
2. Para facilitar la introducción se recomienda humedecer el tampón seco con un poco de gel lubricante (p.ej. AQUAGlide) o agua limpia – (estrujar bien para obtener la máxima capacidad de absorción del líquido).
3. El tampón se deja introducir más fácilmente en cuclillas o sentada sobre el retrete.
4. Coloque el dedo índice sobre el lado plano del tampón y tómelo con el pulgar y el dedo medio lateralmente oprimiéndolo. Con la otra mano debe abrir los labios de la vagina y empujar el tampón con su dedo índice y/o medio profundamente hasta delante del cuello uterino (véase imagen).

Tiempo de uso:

Cambie el tampón regularmente. Adapte el tiempo de uso a la intensidad de su menstruación. Durante los dos primeros días podrá ser necesario cambiarlos aprox. cada 3–5 horas). Recomendamos un cambio después de 4 a 6 horas, como máximo después de 8 horas. Usted reduce los riesgos de infecciones si recambia el tampón inmediatamente después de su visita a la piscina o la relación sexual sin preservativo.

La extracción:

La mejor manera de extraer el tampón es utilizando el dedo índice y el medio o pulgar y el índice. La posición en cuclillas acorta la profundidad de la vagina de 7–8 a 4,5 cm facilitando así la extracción. Una ligera presión en el vientre bajo expulsa el tampón. Puede ser de gran utilidad la utilización de una ducha vaginal.

Vale fundamentalmente:

Los tampones Soft pueden utilizarse con preservativos y dispositivos intrauterinos. En caso de colocación reciente del DIU deberá consultar a su médico. En caso de que alguna vez le sea imposible extraer el tampón, será imprescindible la visita a un ginecólogo. ¡No se olvide de extraer el último tampón al final del periodo de menstruación!

ATENCIÓN – ¡UTILIZAR CADA TAMPÓN UNA SOLA VEZ!

¡Su uso repetido puede ocasionar infecciones! Guardar los tampones Soft en un lugar seco y protegido de la luz en su embalaje original. Las decoloraciones no son señal de defecto. Eliminar los tampones Soft junto a sus desechos domésticos, el embalaje según las normas vigentes en el país.

Informaciones importantes para su salud:

El síndrome de shock tóxico (TSS) es una enfermedad muy poco frecuente pero que debe tomarse muy en serio. Aproximadamente la mitad de todos los casos de TSS aparece, sin embargo, en mujeres durante su ciclo menstrual y por eso ha sido relacionados con el uso del tampón. Pueden aparecer sin embargo también al no utilizarlos. TSS puede provocar peligro de muerte por lo que debe diagnosticarse y tratarse a tiempo. Si Vd. siente fiebre alta durante su menstruación (39 °C y más) y aparecen sarpullido, vómitos, diarrea, dolor de garganta, mareos hasta sufrir desvanes, retire de inmediato el tampón y acuda a un médico. Estos síntomas podrían ser una señal de TSS. Infórmele al médico de su actual menstruación. A las mujeres que sufren de TSS les recomendamos consultar a su médico antes de seguir utilizando los tampones.

FR Soft-Tampons professional

... sans fil, pour une protection discrète les jours particuliers – lors du rapport amoureux, au sauna, à la piscine ou pendant le sport.

MODE D'EMPLOI

Lavez-vous impérativement les mains avant d'insérer ou de retirer les Original Soft-Tampons !

Insertion :

1. Sortez le tampon de son emballage.
2. Pour faciliter l'insertion, il est recommandé d'appliquer un peu de gel lubrifiant sur le tampon sec (p. ex. AQUAGlide) ou de l'humidifier avec un peu d'eau propre. (Essorez-le bien afin de préserver la capacité d'absorption maximale de liquide.)

3. La position la plus simple pour insérer le tampon est la position accroupie, ou assise sur la lunette des toilettes.

4. Placez l'index sur une face plate du tampon, saisissez les côtés du tampon entre le pouce et le majeur, puis pincez. Avec l'autre main, écartez les lèvres et insérez le tampon avec votre index et/ou votre majeur jusqu'à le placer à l'entrée du col de l'utérus (cf. illustration).

Durée d'utilisation :

Changez régulièrement de tampon. Adaptez la durée d'utilisation à l'intensité de vos règles. Les premiers jours, il est possible de devoir changer de tampon toutes les 3 à 5 heures. Il est recommandé de procéder à un changement après 4 à 6 heures, max. après 8 heures. Un changement immédiat après une visite à la piscine ou un rapport amoureux non protégé peut réduire le risque d'infection.

Retrait :

Le plus simple est de retirer le tampon à l'aide de l'index et du majeur ou du pouce et de l'index. Une position assise raccourcit la profondeur du vagin de 7 à 8 cm à 4,5 cm et permet ainsi un retrait plus aisé. Une légère pression dans le bas-ventre permet de pousser le tampon vers la sortie. L'utilisation d'une douche vaginale peut aussi être utile.

Règle générale :

Les Soft-Tampons conviennent à l'emploi avec le préservatif et le stérilet. Si la pose de votre stérilet est récente, parlez-en à votre médecin. Si vous ne parvenez pas à retirer votre tampon, contactez votre gynécologue. N'oubliez pas de retirer votre dernier tampon à la fin des règles !

ATTENTION – N'UTILISEZ CHAQUE TAMPON QU'UNE SEULE FOIS !

Un usage multiple peut mener à des infections ! Conservez les Soft-Tampons dans leur emballage d'origine, dans un endroit sec et à l'abri de la lumière. Les décolorations ne représentent aucun défaut. Les Soft-Tampons sont à jeter avec les ordures ménagères et l'emballage selon les dispositions générales concernant les déchets dans votre pays.

Informations importantes relatives à votre santé :

Le syndrome du choc toxique (SCT) est une maladie très rare mais qu'il convient de prendre tout à fait au sérieux et qui peut toucher tout un chacun. Environ la moitié des cas de SCT se déclare chez des femmes menstruées et un lien a été établi avec le port de tampons. Le SCT peut également survenir même en l'absence de tampon ! Ce syndrome peut s'avérer fatal et doit par conséquent être dépisté et traité précocement. Si, pendant vos règles, vous présentez subitement une grosse fièvre (39°C ou plus) et souffrez d'éruption cutanée, de vomissements, de diarrhée, de maux de gorge, de sensations de vertige pouvant aller jusqu'à l'évanouissement, retirez immédiatement le tampon et contactez un médecin. Ces symptômes peuvent être un signe de SCT. Informez le médecin que vous avez vos règles. Les femmes ayant déjà été touchées par le SCT devraient en parler à leur médecin avant toute réutilisation de Soft-Tampons.

IT Soft-Tampons professional

... senza filo, per una protezione discreta durante i giorni particolari – per il rapporto intimo, in sauna, a nuoto e durante lo sport.

ISTRUZIONI PER L'USO

Prima dell'introduzione e della rimozione del tampon soft originale si raccomanda di lavarsi assolutamente le mani!

Introduzione:

1. Estrarre il tampone dalla confezione.
2. Per facilitare l'introduzione si consiglia di inumidire il tampone asciutto con un po' di gel lubrificante (ad esempio AQUAGlide) o acqua pulita – (comprimerlo bene per garantire il massimo assorbimento di liquido)
3. Il modo più facile di introdurre il tampone è in posizione accovacciata o sulla toilette.

4. Mettere l'indice su una parte piatta del tampone, intercettare il tampone con il pollice e il dito medio nei lati e comprimerlo. Aprire con l'altra mano le labbra e introdurre quindi il tampone con l'indice e/o il dito medio fino a raggiungere il collo dell'utero nella vagina (si veda la figura)

Per quanto tempo:

Cambiare regolarmente il tampone. Adattare la durata d'uso all'intensità della mestruazione. Durante i primi giorni potrebbe essere necessario un cambio ogni 3–5 ore circa. Si consiglia un cambio dopo 4–6 ore, al massimo dopo 8 ore. Un cambio immediato dopo aver frequentato la piscina o in seguito ad un rapporto intimo non protetto può ridurre il rischio di infezione.

La rimozione:

Il tampone può essere rimosso al meglio con l'indice e il dito medio o il pollice e l'indice. Una posizione accovacciata ac-

corcia la profondità della vagina da 7–8 a 4,5 cm e facilita così la rimozione. Una lieve pressione nel basso ventre spinge fuori il tampone. Può essere utile anche l'utilizzo di una lavanda vaginale.

Fondamentalmente vale quanto segue:

I tamponi soft possono essere utilizzati in combinazione con preservativi e spirali. In caso di una spirale appena introdotta dovreste comunque interpellare il vostro medico di fiducia. Qualora non riusciste a rimuovere il tampone, recatevi dal vostro ginecologo di fiducia. Rimuovere l'ultimo tampone al termine della mestruazione!

ATTENZIONE – UTILIZZARE OGNI TAMPONE SOLO UNA VOLTA!

Un utilizzo ripetuto può causare delle infezioni! Conservare i tamponi morbidi in luogo asciutto e protetto dalla luce all'interno della confezione originale. Gli scolorimenti non costituiscono alcun difetto. I tamponi morbidi vanno smaltiti nei rifiuti residui, la confezione rimanente secondo le leggi nazionali vigenti per i rifiuti.

Informazione importante per la vostra salute:

La sindrome da shock tossico (TSS) è una malattia molto rara ma da prendere seriamente, che può verificarsi in ogni persona. Circa la metà dei casi di TSS si verifica nelle donne durante il periodo mestruale ed è stato descritto in relazione all'uso di tamponi. Ma può verificarsi anche, quando non si utilizza il tampone! La TSS può costituire un pericolo di morte e va pertanto diagnosticata tempestivamente e rispettivamente curata. Nel caso in cui durante la vostra mestruazione avvertiate una febbre improvvisamente alta (39 °C e oltre), accompagnata da eruzione cutanea, rigetto, diarrea, mal di gola, vertigini fino ad arrivare allo svenimento, occorre rimuovere immediatamente il tampone e consultare un medico. Questi sintomi possono essere indizio di TSS. Comunicate anche al vostro medico che siete in periodo mestruale. Le donne che si sono ammalate una volta di TSS, prima di utilizzare ulteriormente i tamponi morbidi dovrebbero consultare il loro medico di fiducia.

PL Soft-Tampons professional

... nie mają sznureczka i zapewniają dyskretną ochronę w trudne dni – podczas pozycia intymnego, w saunie, podczas pływania i uprawiania sportu.

INSTRUKCJA OBSŁUGI

Przed założeniem i wyjęciem tamponów Original Soft-Tampons koniecznie umyć ręce!

Zakładanie:

1. Wyjąć tampon z opakowania.
2. W celu ułatwienia wprowadzenia nałożyć na suchy tampon odrobnie żelu nawilżającego (np. AQUAGlide) lub zwilżyć czystą wodą – (dobrze wycisnąć w celu zapewnienia maksymalnego wchłaniania wilgoci).
3. Tampon najlepiej zakładać w pozycji kucznej lub siedząc na sedesie.
4. Położyć palec wskazujący po płaskiej stronie tamponu, chwycić go kciukiem i palcem środkowym i ścisnąć. Drugą ręką rozchylić wargi sromowe i wprowadzić tampon palcem wskazującym i/lub palcem środkowym do pochwy aż do szyjki macicy (zobacz rysunek).

Czas noszenia:

Regularnie wymieniać tampony. Dostosować czas noszenia do intensywności krwawienia. W pierwszych dniach może być wymagana wymiana co ok. 3–5 godzin. Tampon wymieniać po 4–6, najpóźniej po 8 godzinach. Natychmiastowa wymiana po wizycie na basenie lub po stosunku może obniżyć ryzyko infekcji.

Wyjmowanie:

Tampon wyjmować najlepiej za pomocą palca wskazującego i środkowego lub kciuka i palca wskazującego. Kucnięcie powoduje skrócenie głębokości pochwy z 7–8 do 4,5 cm i ułatwia wyjęcie tamponu. Lekki nacisk w okolicy podbrzusza powoduje wysunięcie tamponu. Pomocne może być również użycie urygatora.

Podstawowe zasady:

Tampony Soft-Tampons nadają się do użytku z prezerwatywami i spiralą. Jeżeli spirala została założona niedawno, należy skonsultować się z lekarzem. W razie problemów z wyjęciem tamponu udać się do ginekologa. Ostatni tampon wyjąć na koniec miesiączki!

UWAGA – TAMPONY SĄ PRZEZNACZONE WYŁĄCZNIE DO JEDNO-RAZOWEGO UŻYTKU!

Wielokrotne używanie może prowadzić do infekcji! Przechowywać tampony Soft-Tampons w oryginalnym opakowaniu, w miejscu suchym i chronionym przed dostępem światła. Odbarwienia nie stanowią wady. Tampony Soft-Tampons wyrzucać razem z odpadami zmieszanyymi, pozostałości opakowania zutilizować zgodnie z przepisami dotyczącymi gospodarowania odpadami, które obowiązują w danym kraju.



