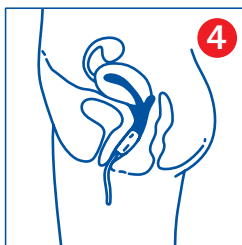
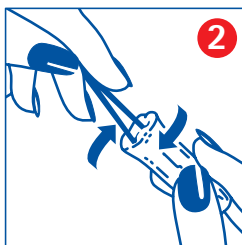
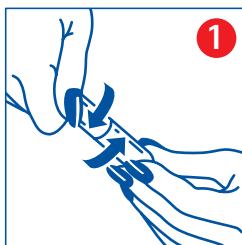


# senta

## TAMPONS









### Klassifizierung nach Aufnahmefähigkeit

(entsprechend der international harmonisierten Testmethode)

### Classification according to absorbing capacity

(in accordance with the internationally harmonised test method)

TRÖPFCHEN (droplets)	SAUGSTÄRKE IN GRAMM (grams absorbency values)
1 Tröpfchen (droplet) 	< 6
2 Tröpfchen (droplets) 	6-9
3 Tröpfchen (droplets) 	9-12
4 Tröpfchen (droplets) 	12-15
5 Tröpfchen (droplets) 	15-18
6 Tröpfchen (droplets) 	18-21

EDANA



Rauscher Consumer Products GmbH, A-1141 Wien  
Rauscher-Lößnitztal GmbH & Co KG, D-09569 Oederan  
Lohmann & Rauscher s.r.o., CZ-68401 Slavkov u Brna  
Lohmann & Rauscher s.r.o., SK-81104 Bratislava

Made in the E.U.

[www.rauscher-co.com](http://www.rauscher-co.com)

D

**Bitte lesen Sie die Gebrauchsanleitung  
und die Hinweise für Ihre Gesundheit!**

### **Senta Tampons bieten Ihnen dreifachen Komfort:**

1. Die sanfte Rundkuppe ermöglicht leichtes und sanftes Einführen des Tampons.
2. Durch die spezielle Rillenstruktur wird die Flüssigkeit rasch ins Innere des Tampons geleitet – der Tampon kann sich gleichmäßig ausdehnen und paßt sich so dem Körper sanft an.
3. Die weiche Vliesumhüllung sorgt dafür, dass der Tampon auch beim Entfernen seine Form behält.

### **Senta Tampons gibt es in vier Größen:**

- **Mini Comfort:** an den schwächeren Tagen und für junge Mädchen
- **Normal:** bei normaler, mittelstarker Menstruation
- **Super:** bei starker Menstruation
- **Super Plus:** bei sehr starker Menstruation und nach der Geburt

Bitte benutzen Sie immer die kleinstmögliche Größe.

### **So verwenden Sie Senta Tampons richtig:**

Bitte zuerst gründlich die Hände waschen. Drehen Sie den unteren und den oberen Teil der Cellophanhülle in Pfeilrichtung gegeneinander [Abb. ①]. Ziehen Sie den unteren Teil der Hülle, wo das Rückholbändchen liegt, ab. Nach Auseinanderziehen des Bändchens weiten Sie das Tamponende durch kreisende Bewegungen, sodass eine kleine Vertiefung entsteht [Abb. ②]. Nun stecken Sie die Spitze des Zeigefingers in die Vertiefung am Tamponende und entfernen die obere Cellophanhülle [Abb. ③]. Führen Sie den Tampon so tief in die Scheide ein, bis Sie ihn nicht mehr spüren. Achten Sie darauf, dass das Rückholbändchen so weit aus der Scheide heraushängt, dass Sie es gut fassen können [Abb. ④].

### **So wird der Senta Tampon entfernt:**

Ziehen Sie den Tampon einfach am Rückholbändchen nach vorn und unten heraus. Am leichtesten geht das, wenn der Tampon vollgesogen ist.

### **Hinweis zur Tragedauer:**

Wenn die Blutung am stärksten ist, wechseln Sie den Tampon am besten alle **3 bis 4 Stunden**. Beim Abklingen der Periode oder **nachts** kann der Tampon auch einmal länger in der Scheide bleiben. Jedoch nicht länger als **6 bis 8 Stunden**. Bitte benutzen Sie immer nur jeweils einen Tampon. Wir raten Ihnen sicherzustellen, dass der Tampon nach Ende der Menstruation entfernt wird.

### **Wichtiger Hinweis für Ihre Gesundheit:**

In seltenen Fällen können während der Menstruation Symptome wie hohes Fieber über 39° C, Erbrechen, Durchfall, Schwindelgefühl oder Hautausschlag auftreten. Obwohl einige harmlose Krankheiten ebenso beginnen, kann eine ganz bestimmte bakterielle Infektion (TSS: Toxic Shock Syndrom) lebensbedrohliche Folgen haben. Bitte entfernen Sie bei Auftreten der beschriebenen Symptome den Tampon, suchen Sie sofort einen Arzt auf und teilen Sie ihm mit, dass Sie menstruieren. Frauen, bei denen TSS aufgetreten ist, raten wir, vor der weiteren Tampon-Verwendung mit ihrem Arzt zu sprechen.



**Please read the directions  
and health advice!**

### **Senta Tampons offer you three-way comfort:**

1. The soft, rounded tip allows the tampon to be inserted easily and gently.
2. The special grooved structure means that the fluid is quickly drawn inside the tampon – the tampon is able to expand evenly, gently fitting the contours of your body.
3. The soft fleecy cover ensures that the tampon keeps its shape even while it is being removed.

### **Senta Tampons come in four sizes:**

- **Mini Comfort:** for “lighter” days and for young girls
- **Normal:** for normal to moderately heavy menstruation
- **Super:** for heavy menstruation
- **Super Plus:** for a very heavy menstrual flow and after birth

Please, always use the smallest size suitable.

### **How to use Senta tampons correctly:**

First, please wash your hands thoroughly. Twist the lower and upper parts of the cellophane cover in opposite directions as indicated by the arrows [Figure ①]. Pull off the lower part of the cover where you see the removal tape. After drawing out the removal cord, widen the tip of the tampon using circular movements to give a small recess [Figure ②]. Now place the tip of your index finger in the recess in the tip of the tampon and remove the top of the cellophane wrapper [Figure ③]. Insert the tampon into the vagina until you are no longer able to feel it. Make sure the removal cord is hanging far enough outside the vagina for you to be able to grip it firmly [Figure ④].

### **How to remove the Senta tampon:**

Just ease the tampon out at an angle, using the removal cord. This is easiest to do when the tampon is saturated.

### **Note on wearing time:**

When the blood flow is at its heaviest, it is best to change the tampon every **3 to 4 hours**. As the flow gets lighter, or at **night**, the tampon can be left in the vagina for longer. However, do not exceed **6 to 8 hours**. Never use more than one tampon at a time. We advise you to check that the tampon is removed when your menstruation is over.

### **Important health advice:**

In rare cases, symptoms may occur during menstruation such as a high temperature above 39° C, vomiting, diarrhoea, dizziness or rashes. Although some harmless illnesses start in just the same way, a particular type of bacterial infection (TSS: Toxic Shock Syndrome) may be life-threatening.

If any of the symptoms described occur, please remove the tampon, consult a doctor immediately and tell him/her that you are menstruating. We advise women who have previously suffered from TSS to consult their doctor before using tampons again.

**Les tampons Senta vous procurent un triple confort:**

1. Le bout rond et doux permet l'introduction facile et en douceur du tampon.
2. Les liquides sont dirigés rapidement à l'intérieur du tampon grâce à la structure spéciale rainurée – le tampon peut alors s'étendre uniformément et il s'adapte à la forme du corps.
3. L'enveloppe molle du tissu assure que le tampon conserve aussi sa forme en l'enlevant.

**Les tampons Senta sont disponibles en quatre tailles:**

●● **Mini Confort:** pour les règles plus faibles ou pour les jeunes filles

●●● **Normal:** pour les règles normales ou moyennement fortes

●●●● **Super:** lorsque les règles sont fortes

●●●●● **Super Plus:** pour règles fortes et pour la phase après un accouchement

Veillez à toujours utiliser la plus petite taille possible.

**Comment utiliser les tampons Senta correctement?**

Tout d'abord, veuillez-vous laver les mains soigneusement. Tournez la partie inférieure et la partie supérieure de la gaine de cellophane l'une contre l'autre comme indiqué par les flèches [Illustration ①]. Retirez la partie inférieure de la gaine de cellophane (du côté du cordon). Après avoir extrait la bandelette en tirant, élargir l'extrémité du tampon en faisant des mouvements circulaires de telle manière qu'un petit creux se produit [Illustration ②]. Maintenant, mettre le bout de l'index dans le creux, à l'extrémité du tampon, et enlever l'enveloppe supérieure en cellophane [Illustration ③]. Introduire le tampon dans le vagin aussi profondément jusqu'à ce que vous ne sentiez plus le tampon. Faire bien attention à ce que la bandelette de retrait sorte assez du vagin pour pouvoir ensuite bien la saisir [Illustration ④].

**Comment retirer le tampon Senta?**

Extraire simplement le tampon par la bandelette de retrait, avec précaution, en tirant vers l'avant et le bas. Le plus facile pour le retirer, c'est quand le tampon est saturé.

**Information concernant la durée d'utilisation:**

Quand les saignements des règles sont le plus forts, changer, au mieux, le tampon toutes les **3 ou 4 heures**. Quand la période arrive à sa fin ou **la nuit**, le tampon peut alors rester une fois plus longtemps dans le vagin. Cependant, il ne doit pas rester plus de **6 à 8 heures**. N'utilisez pas plus d'un tampon à la fois. Nous vous conseillons de toujours contrôler à la fin des règles si vous avez bien retiré le tampon.

**Remarque importante pour votre santé:**

Dans certains rares cas, des symptômes, tels que forte fièvre de plus de 39° C, vomissements, diarrhée, étourdissement ou éruptions cutanées peuvent apparaître. Bien que certaines maladies bénignes commencent de la même façon, il peut s'agir d'une infection bactérienne bien précise (TSS: Toxic Shock Syndrom – SCT: le syndrome du choc toxique) qui peut se révéler mortelle. Dès que vous remarquez les symptômes décrits, retirez le tampon et consultez immédiatement un médecin en lui communiquant que vous avez vos règles. Nous conseillons aux femmes qui ont contracté le SCT d'en parler à leur médecin avant de réutiliser des tampons.



**Si prega di leggere le istruzioni per l'uso e l'avvertimento per la vostra salute!**

### **I tamponi Senta vi offrono tre tipi di comfort:**

1. La calotta lievemente arrotondata consente di introdurre il tampone facilmente e senza avvertire fastidio.
2. Grazie alla speciale struttura scanalata il liquido viene condotto velocemente all'interno del tampone, il quale può così dilatarsi uniformemente e adattarsi al corpo dolcemente.
3. Il morbido rivestimento in tessuto non tessuto fa sì che il tampone non si deformi mentre lo si toglie.

### **Gli assorbenti Senta sono disponibili in quattro misure:**

●● **Mini Comfort:** per le giornate più deboli e per le ragazze giovani

●●● **Normal:** per le mestruazioni normali o medio-forti

●●●● **Super:** per le mestruazioni forti

●●●●● **Super Plus:** in caso di mestruazioni molto forti e dopo il parto

Usate sempre la misura più piccola possibile.

### **Come usare correttamente i tamponi Senta:**

Innanzitutto lavatevi bene le mani. Girate l'una contro l'altra la parte inferiore e quella superiore dell'astuccio in cellophane nel senso rispettivamente indicato dalla freccia [Fig. ①]. Sfilate la parte inferiore dell'astuccio, dove si trova il cordino di recupero. Dopo aver divaricato il nastrino, spianate l'estremità del tampone con dei movimenti circolari, in modo da formare una depressione [Fig. ②]. Mettete ora la punta del dito indice nella depressione, sull'estremità del tampone, e rimuovete l'involucro in cellophane superiore [Fig. ③]. Introducete il tampone nella vagina fino a non sentirlo più, accertandovi che il nastrino di recupero rimanga fuori dalla vagina quanto basta per afferrarlo bene [Fig. ④].

### **Come rimuovere il tampone Senta:**

L'estrazione del tampone è semplice: afferrate il nastrino di recupero e tiratelo in avanti verso il basso. L'operazione riesce meglio quando il tampone è del tutto imbevuto.

### **Durata del tampone:**

Quando le mestruazioni sono al massimo è bene cambiare il tampone ogni **3 o 4 ore**. Man mano che le regole si calmano, oppure **di notte**, il tampone può rimanere nella vagina anche più a lungo per una volta. In ogni caso non più di **6 o 8 ore**. Usate sempre un solo tampone alla volta. Vi consigliamo di accertarvi di avere tolto effettivamente il tampone quando la mestruazione è finita.

### **Attenzione: avvertimento importante per la vostra salute:**

In alcuni casi piuttosto rari si possono verificare durante la mestruazione sintomi come: febbre alta (oltre 39° C), nausea, diarrea, vertigini o eruzioni cutanee. Nonostante a manifestarsi in questo modo siano varie malattie innocue, c'è un'infezione batterica ben precisa (TSS: Toxic Shock Syndrom) che può avere conseguenze letali. Non appena si verificano i sintomi descritti, pertanto, dovete togliere il tampone e andare immediatamente dal medico dicendogli che avete le mestruazioni. Consigliamo alle donne già ammalate di TSS di farsi dire dal proprio medico se continuare a usare il tampone o no.

E

**¡ Por el bien de su salud, lea las instrucciones de uso e indicaciones!**

### Los tampones Senta le brindan triple confort:

1. La suave punta redondeada del tampón permite colocarlo con facilidad y suavidad.
2. El flujo es absorbido rápidamente debido a la estructura acanalada especial del tampón - el tampón se expande de forma uniforme adaptándose con suavidad al cuerpo.
3. El tampón no se deforma ni siquiera al extraerlo.

### Los tampones Senta vienen en cuatro tamaños:

●● **Mini Confort:** para los días de poco flujo y para los primeros usos

●●● **Normal:** para los días de flujo moderado a abundante

●●●● **Super:** para los días de flujo muy abundante

●●●●●● **Super Plus:** para la menstruación intensa y el período posnatal

Utilice siempre la absorción mínima necesaria.

### Uso correcto del tampón Senta:

Primero lávese bien las manos. Gire, una contra la otra, la parte inferior y superior de la funda de celofán, en el sentido de la flecha [Dib. ①]. Tire de la parte inferior de la funda, en el punto donde se encuentra el cordón. Luego de estirar las tiras del tampón, ensanche el extremo inferior del tampón haciendo movimientos circulares hasta que se produzca un pequeño ahuecamiento [Dib. ②]. Ahora coloque la punta del dedo índice en el ahuecamiento del extremo inferior del tampón y quítele la parte superior de la envoltura de celofán [Dib. ③]. Introduzca el tampón en la vagina hasta una profundidad en la que quede colocado de modo tal que usted no lo sienta. Controle que las tiras para extraer el tampón queden colgando lo suficientemente afuera de la vagina como para poder tirar de ellas sin dificultad [Dib. ④].

### Cómo extraer el tampón Senta:

El tampón se saca tirando de las tiras del tampón hacia adelante y abajo. Esto resulta más fácil cuando el tampón está bien empapado.

### Indicaciones sobre el tiempo de uso:

Los días de abundante flujo, se recomienda cambiar el tampón cada **3 ó 4 horas**. Los días de menor flujo y **de noche** el tampón puede estar más tiempo en la vagina, pero nunca más de **6 a 8 horas**. Utilice sólo un tampón para cada uso. Asegúrese de extraer el último tampón que use al terminar su período.

### Aviso importante sobre la salud:

Solo en casos aislados aparecen durante la menstruación síntomas como fiebre alta (superior a 39° C), vómitos, diarrea, mareos o erupciones cutáneas. Aunque algunas enfermedades poco importantes también empiezan con tales síntomas, existe una infección bacteriana específica (TSS: Toxic Shock Syndrom) que puede poner en peligro su vida. En caso de que aparezcan los síntomas descritos, saque el tampón y consulte con un médico, indicándole que tiene la menstruación. A las mujeres que ya hayan sufrido TSS, les aconsejamos que consulten con su médico antes de continuar utilizando tampones.



## Lees de gebruiksaanwijzing en de raadgevingen voor Uw gezondheid!

### Senta tampons geven U driemaal comfort:

1. Met zachte afgeronde top zijn de tampons gemakkelijk en zacht in te brengen.
2. Door de speciale groefstructuur dringt het vocht snel in de tampon door – de tampon zet gelijkmatig uit en past zich op die manier zacht aan het lichaam aan.
3. De zachte vliesomhulling zorgt ervoor dat de tampon ook bij het verwijderen ervan zijn vorm behoudt.

### Senta tampons bestaan in vier grote maten:

●● **Mini Comfort:** op zwakke momenten en voor jonge meisjes

●●● **Normal:** bij normale, gemiddelde menstruatie

●●●● **Super:** bij sterke menstruatie

●●●●●● **Super Plus:** bij zeer sterke menstruatie en na de geboorte

Gebruik altijd het kleinst mogelijke formaat.

### Zo gebruikt U de Senta tampons op de goede manier:

Eerst goed Uw handen wassen. Draai het onderste en het bovenste deel van het cellofaanomhulsel in pijlrichting tegen elkaar (Afb. ①). Trek het onderste gedeelte van de huls eraf, daar waar het touwtje zich bevindt. Na het uit elkaar trekken van het bandje verbreedt U het einde van de tampon met draaiende bewegingen, zodat er een kuiltje ontstaat [Afb. ②]. Nu steekt U de top van Uw wijsvinger in het kuiltje aan het einde van de tampon en verwijdert U het cellofaanomhulsel [Afb. ③]. Breng de tampon zo diep in de schede in, totdat U hem niet meer voelt. Let erop dat het terughaalbandje ver genoeg uit de schede komt zodat U het goed kunt vastnemen [Afb. ④].

### Zo verwijdert U de Senta tampon:

Trek de tampon aan het terughaalbandje gewoon naar voren en neem hem eruit. Dit gaat het makkelijkst wanneer de tampon doordrenkt is.

### Zo lang draagt U de tampon het best:

Als de bloeding het sterkst is, vervangt U de tampon liefst om de **3 tot 4 uur**. Naar het einde van de menstruatie toe of 's nachts kan de tampon ook wat langer in de schede blijven. Echter niet langer dan **6 tot 8 uur**. Gebruik altijd maar één tampon. Zorg ervoor dat de tampon na het einde van de menstruatie wordt verwijderd.

### Belangrijk voor Uw gezondheid:

In zeldzame gevallen kunnen tijdens de menstruatie symptomen optreden als hoge koorts van meer dan 39° C, braken, diarree, misselijkheid of huiduitslag. Hoewel enkele ongevaarlijke ziekten op dezelfde manier beginnen, kan een welbepaalde bacteriële infectie (TSS: Toxic Shock Syndrom) levensgevaarlijk zijn. Verwijder de tampon als die symptomen zich voordoen, raadpleeg onmiddellijk een arts en zeg hem dat U menstrueert. Vrouwen die al TSS hebben gehad, geven we de raad om vóór verder gebruik van tampons hun arts te raadplegen.



## De bedes læse brugsanvisningen og de helbredsmæssige informationer!

### Senta tamponer giver dig tredobbelt beskyttelse:

1. Den bløde afrundede spids gør at det er nemt og behageligt at indføre tamponen.
2. Den særlige rillestruktur gør, at væsken hurtigt ledes længere ind i tamponen – tamponen kan udvide sig regelmæssigt og tilpasser sig således blidt til kroppen.
3. Den bløde fleeceindhylning sørger for at tamponen også beholder sin form, når du tager den ud.

### Senta Tamponer fås i fire forskellige størrelser:

●● **Mini Komfort:** til dage med svag blødning og til unge piger

●●● **Normal:** til normal, moderat menstruation

●●●● **Super:** til kraftig menstruation

●●●●● **Super Plus:** ved meget kraftig menstruation og efter fødsel

Du bør altid benytte den mindst mulige størrelse.

### Sådan bruger du Senta tamponer rigtigt:

Vask først hænder grundigt. Drej den nederste og den øverste del af callofanhylsteret mod hinanden i pilenes retning [Fig. ①]. Træk hylsterets nederste del ud ved hjælp af snoren. Træk snoren ud og udvid enden af tamponen ved at trække snoren rundt i cirkelbevægelser, så der dannes en lille fordybning [Fig. ②]. Stik nu spidsen af pegefingern ind i fordybningen i enden af tamponen og fjern det øverste cellofanhylster [Fig. ③]. Før tamponen så langt op i skeden, at du ikke længere kan mærke den. Sørg for at der hænger et stykke snor uden for skeden, der er langt nok til at du kan få fat i det [Fig. ④].

### Sådan fjernes Senta tamponen:

Du kan tage tamponen ud ved at trække snoren fremad og nedad. Det går lettest, når tamponen har suget sig fuld.

### Hvor længe kan en tampon blive siddende:

Når blødningen er kraftigst, skal du helst skifte tamponen ud hver **3. til 4. time**. I slutningen af menstruationsperioden eller om **natten** kan tamponen også blive siddende i skeden længere. Dog aldrig længere end **6 til 8 timer**. Du må aldrig bruge mere end én tampon. Vi råder dig til at kontrollere, at du har fjernet tamponen, når menstruationen er slut.

### Vigtig helbredsmæssig information:

I sjældne tilfælde kan der under menstruationen indtræde symptomer som høj feber over 39°, opkastning, diarré, svimmelhed eller hududslæt. Selv om der er flere ufarlige sygdomme, der begynder på samme måde, kan en særlige bakteriel infektion (TSS: Toxic Shock Syndrom) have livsfarlige følger. Hvis du har de beskrevne symptomer skal du med det samme fjerne tamponen, søge læge og fortælle lægen, at du har menstruation. Kvinder, der har haft TSS, rådes til at tale med deres læge, inden de igen bruger tampon.



## **Přečtěte si prosím návod k použití a pokyny pro Vaše zdraví!**

### **Tampóny Senta Vám poskytují trojnásobný komfort:**

1. Jemné zaoblení konce tampónu usnadňuje jeho snadné zavedení.
2. Díky speciálním drážkám je tekutina rychle odvedena dovnitř tampónu – tampón proto rovnoměrně saje a přizpůsobí se tak šetrně anatomii těla.
3. Jemný vlisový povrch zaručuje zachování tvaru tampónu při jeho vytažení.

### **Tampóny Senta jsou ve čtyřech velikostech:**

●● **Mini Komfort:** při slabé menstruaci a pro mladé dívky

●●● **Normal:** při normální, středně silné menstruaci

●●●● **Super:** při silné menstruaci

●●●●● **Super Plus:** při velmi silné menstruaci a po porodu

Vždy prosím používejte nejmenší možnou velikost.

### **Správné použití tampónů Senta:**

Nejprve si prosím důkladně umyjte ruce. Otočte horní a dolní částí celofánové fólie ve směru šipek proti sobě [Obrázek ①]. Stáhněte spodní část pouzdra, v níž je vlákno na vytažení tampónu. Po roztažení šňůrky rozšířte konec tampónu krouživým pohybem tak, aby vzniklo malé prohloubení [Obrázek ②]. Nyní vložte špičku ukazováčku do prohloubení na konci tampónu a odstraňte horní celofánový obal [Obrázek ③]. Zaveďte tampón tak hluboko, až ho nebudete cítit. Dávejte pozor, aby vytahovací šňůrka vyčnívala tak, aby se snadno dala uchopit [Obrázek ④].

### **Vyjmutí tampónů Senta:**

Zatáhněte jednoduše za vytahovací šňůrku opatrně směrem ven. Jde to nejsnadněji, když je tampón zcela nasáknutý.

### **Upozornění na dobu používání:**

Při silném krvácení měňte tampón každé **3 až 4 hodiny**. Při odeznívání menstruačního cyklu nebo **v noci** se může tampón ponechat delší dobu, ale neměl by být používán déle než **6 až 8 hodin**. Vždy prosím použijte jen jeden tampón. Doporučujeme Vám zajistit, aby byl tampón po ukončení menstruace odstraněný.

### **Důležité upozornění pro Vaše zdraví:**

Ve vzácných případech se mohou během menstruace vyskytnout symptomy jako vysoká horečka nad 39° C, zvracení, průjem, pocity závratě nebo vyrážka. I když stejně začínají některé nevinné nemoci, může mít jedna zcela konkrétní bakteriální infekce (TSS: Toxic Shock Syndrom) život ohrožující následky. Vyskytnou-li se popsané symptomy, odstraňte prosím tampón, okamžitě vyhledejte lékaře a oznamte mu, že máte menstruaci. Ženám, které onemocněly na TSS, doporučujeme, aby se o dalším používání tampónů poradily s lékařem.



## **Pred použitím si prečítajte návod a informáciu pre vaše zdravie!**

### **Senta tampóny Vám poskytujú trojnásobný komfort:**

1. Mäkká oblá hlavička tampónu umožňuje jeho ľahké a jemné zavedenie.
2. Čez špeciálnu štruktúru drážok bude tekutina dovnútra tampónu rýchlo vstrebaná – tampón sa môže rovnomerne rozšíriť a jemne sa atk prispôbiť telu.
3. Jemná povrchová vrstva tampónu zabezpečuje to, aby si tampón zachoval svoj tvar aj pri jeho odstránení z tela.

### **Tampóny Senta sú v štyroch veľkostiach:**

●● **Mini Komfort:** počas slabej menštruácie a pre mladé dievčatá

●●● **Normal:** počas normálnej, stredne silnej menštruácie

●●●● **Super:** počas silnej menštruácie

●●●●● **Super Plus:** pri veľmi silnej menštruácii a po pôrode

Vždy, prosím, používajte najmenšiu možnú veľkosť.

### **Správne použitie Senta tampónov:**

Najskôr si dôkladne umyte ruky. Otočte proti sebe v smere šípky dolnú a hornú časť celofánového puzdra (Obrázok číslo ①). Stiahnite spodnú časť puzdra, v ktorej je vlákno na vytiahnutie tampónu. Po vytiahnutí motúzika rozšírite koniec tampónu kruhovým pohybom tak, aby vznikla malá priehlbina [Obrázok číslo ②]. Vložte koniec ukazováka do priehlbiny tampónu a odstráňte vrchnú časť celofánového obalu [Obrázok číslo ③]. Zavedte tampón do pošvy tak hlboko, až kým ho necítete. Dajte pritom pozor, aby motúzik po zavedení tampónu vyčnieval natoľko, aby ho bolo možné uchopiť [Obrázok číslo ④].

### **Odstránenie tampónu z tela:**

Vytiahnite opatrne tampón za motúzik smerom von. Najľahšie to docielite vtedy, keď tampón je pine nasiaknutý.

### **Upozornenie:**

Keď je krvácanie najsilnejšie, vymeňte si tampón každé **3 až 4 hodiny**. Ku koncu menštruácie alebo **v noci** môžete tampón použiť aj dlhší čas. Nie však dlhšie než **6 až 8 hodín**. Vždy, prosím, použite iba jeden tampón. Odporúčame Vám zabezpečiť, aby bol tampón po ukončení menštruácie odstránený.

### **Dôležité upozornenie pre Vaše zdravie:**

V zriedkavých prípadoch sa môžu počas menštruácie vyskytnúť symptómy, ako sú vysoká horúčka nad 39°C, vracanie, hnačka, pocity závratu alebo kožná vyrážka. Hoci rovnako začínajú niektoré neškodné choroby, môže mať celkom určitá bakteriálna infekcia (TSS: Toxic Shock Syndrom) následky, ktoré ohrozujú život. Ak sa vyskytnú opísané symptómy, odstráňte, prosím, tampón, okamžite vyhľadajte lekára a oznámte mu, že máte menštruáciu. Ženám, ktoré ochoreli na TSS, odporúčame, aby sa o ďalšom používaní tampónov poradili s lekárom.



**Kérjük, olvassa el figyelmesen a használati utasítást és az egészsége érdekében hozzáfűzött megjegyzéseket!**

### **A Senta tamponok háromszoros komfortot kínálnak.**

1. A felső rész puha, félgömb alakú kiképzése könnyű és gyengéd bevezetést tesz lehetővé.
2. A folyadék a különleges bordázatnak köszönhetően igen gyorsan jut a tampon belsejébe, ami által a tampon egyenletesen tágul ki és gyengéden illeszkedik a testhez.
3. Egy puha borítóanyag gondoskodik arról, hogy a tampon eltávolításakor is megőrizi formáját.

### **A Senta tampon négy méretben kapható:**

●● **Mini Komfort:** a gyengébb menstruáció napjaira és fiatal lányoknak

●●● **Normál:** normális, közepesen erős menstruáció esetére

●●●● **Szuper:** az erős menstruáció napjaira

●●●●● **Szuper Plus:** nagyon erős menstruáció esetére és szülés után

Mindig a megfelelő méretet használjuk.

### **A Senta tamponok helyes alkalmazása:**

Először mosson alaposan kezét, majd távolítsa el a celofánburok közepén található szalagot. Csavarjuk a celofánburkolat alsó és felső részét egymással ellentétes irányba, ahogy a nyilak mutatják [Ábra 1]. Húzzuk le a burkolat alsó – visszahúzózsínóros – részét. A zsinór kihúzását követően tágítsa ki a tampon végét körkörös irányban végzett mozdulatokkal, amíg egy kis mélyedés nem keletkezik [Ábra 2]. Dugja mutatójára hegyét a tampon végén keletkezett mélyedésbe és távolítsa el a celofánburok felső részét [Ábra 3]. Vezesse be a tampont olyan mélyen a hüvelybe, hogy már ne legyen érzékelhető. Eközben ügyeljen arra, hogy a visszahúzó zsinór mindig jól foghatóan lógjon ki a hüvelyből [Ábra 4].

### **A Senta tampon eltávolítása:**

Húzza ki a tampont a visszahúzó zsinórnál fogva előre s egyben lefelé végzett mozdulattal. Ez akkor végezhető a legkönnyebben, ha a tampon már teleszívta magát.

### **Hordási időtartam:**

A legerősebb vérzés időszakában a tampont **3-4 óránként** ajánljuk cserélni. A menstruáció vége felé, ill. **éjszakánként** a tampon esetleg hosszabb időn keresztül is a hüvelyben maradhat, de **6-8 óránál** ne tovább. Mindenkor csak egy tampont alkalmazzunk. A menstruáció után ügyeljünk a tampon eltávolítására.

### **Fontos tudnivaló egészségünk érdekében:**

Ritka esetben magas (39°C feletti) láz, esetleg hányás, hasmenés, szédülés vagy bőrkiütés és hasonló tünetek léphetnek fel a menstruáció során. Jóllehet néhány ártalmatlanabb betegség is így kezdődik, egy bizonyos bakteriális fertőzés (a TSS, Toxic Shock Syndrom) azonban kifejezetten életveszélyes következményekkel járhat. A fenti tünetek fellépése esetén távolítsuk el a tampont, forduljunk azonnal orvoshoz és közöljük vele, hogy éppen havi vérzésünk van. A TSS-ben egyszer már megbetegedett nőknek nyomatékosan ajánljuk, hogy a további tamponhasználat előtt feltétlenül kérjék ki házi orvosuk tanácsát.

**Tampony Senta zapewniają Wam potrójny komfort:**

1. Delikatna, kulista końcówka umożliwia lekkie i delikatne wprowadzenie tamponu.
2. Dzięki rowkowanej strukturze ciecz szybko przesiąka do wnętrza tamponu, który może się równomiernie nasączać i delikatnie dopasować do kształtu pochwy.
3. Mięciutka powłoczka gwarantuje, że tampon także przy wyciąganiu zachowa swój kształt.

**Tampony Senta dostępne są w czterech rozmiarach:**

●● **Mini Komfort:** na dni, gdy menstruacja jest słabsza i dla młodych dziewcząt

●●● **Normal:** przy normalnej, średniej menstruacji

●●●● **Super:** przy silnej menstruacji

●●●●●● **Super Plus:** przy bardzo obfitej menstruacji i po porodzie  
Zaleca się używanie zawsze najmniejszego możliwego rozmiaru.

**Poniżej opis prawidłowego używania tamponów:**

Najpierw prosimy o dokładne umycie rąk. Dolną i górną część opakowania z celofanu zawinąć zgodnie ze strzałkami w przeciwnym do siebie kierunku (Il. ❶). W miejscu, gdzie znajduje się tasiemka oderwać dolną część opakowania. Po rozciągnięciu sznurka końcówkę tamponu tak rozciągamy, żeby powstało w niej małe wgłębienie [Il. ❷]. Teraz wkładamy opuszek palca wskazującego we wgłębienie końcówki tamponu i ściągamy górną część opakowania celofanowego [Il. ❸]. Wprowadzamy tampon do pochwy tak głęboko, aż przestajemy czuć jego obecność. Należy przy tym uważać, żeby sznureczek do wyciągania wystawał na tyle, aby można go było bezproblemowo chwycić [Il. ❹].

**Sposób wyjmowania:**

Tampon wyjmujemy ciągnąc do dołu i przodu za sznureczek. Najłatwiej zrobić to, gdy tampon jest całkowicie nasiąknięty.

**Uwaga na temat długości czasu używania:**

W okresie, gdy krwawienie jest najmocniejsze, to tampon należy zmieniać co **3 lub 4 godziny**. Pod koniec menstruacji lub w **nocy** tampon może też dłużej pozostać w pochwie, jednakże nie dłużej niż **6-8 godzin**. Należy używać zawsze tylko jednego tamponu. Po skończeniu menstruacji należy sprawdzić, czy tampon został wyjęty.

**Ważna informacja dla zdrowia:**

W rzadkich przypadkach w czasie menstruacji mogą się pojawić takie symptomy jak gorączka powyżej 39° C, wymioty, biegunka, zawroty głowy lub wysypka. Mimo że mogą być to objawy niegroźnych chorób, takie objawy mogą być też początkiem pewnej infekcji bakteryjnej (TSS: Toxic Shock Syndrom - syndrom szoku toksycznego), która może mieć groźne następstwa. W przypadku wystąpienia powyżej opisanych symptomów należy wyjąć tampon, udać się natychmiast do lekarza i poinformować go, że jesteście w trakcie menstruacji. Kobietom, które chorowały na TSS radzimy, żeby dalsze używanie tamponów uzgodniły z lekarzem.



**Vă rugăm să citiți modul de întrebuințare și indicațiile privind sănătatea dvs.!**

### **Tampoanele Senta vă oferă confort triplu:**

1. Datorită capătului ușor rotunjit tamponul poate fi introdus ușor și plăcut.
2. Structura specială riată face ca lichidul să pătrundă repede în interiorul tamponului - tamponul se poate întinde în mod regulat și se acomodează ușor corpului.
3. Îmbrăcămintea de vâl face ca la îndepărtarea lui tamponul să-și păstreze forma.

### **Există patru variante de tampoane Senta, de diferite dimensiuni:**

- **Mini Comfort:** în zilele cu sângerare mai slabă și pentru fete tinere
  - **Normal:** se folosesc la menstruație normală până la medie
  - **Super:** în caz de menstruație puternică
  - **Super Plus:** pentru menstruație puternică și după nașteri
- Vă rugăm să folosiți întotdeauna cea mai mică mărime posibilă.

### **Cum poate fi folosit bine tamponul:**

Spălați-vă mai întâi bine mâinile. Rotiți partea de sus și cea de jos a învelișului de celofan în sensuri opuse, în direcția săgeților [Fig. ①]. Trageți de partea inferioară a ambalajului, unde se află firul de la capătul tamponului. După desfacerea bentiței lărgiți sfârșitul tamponului prin mișcări circulare astfel încât să se formeze o mică adâncitură [Fig. ②]. Introduceți acum vârful arătătorului adâncitura de la sfârșitul tamponului și îndepărtați partea de sus a îmbrăcăminții de celofan [Fig. ③]. Introduceți tamponul adânc în vagină până nu-l mai simțiți. Fiți atentă ca bentița de scos să atârne din vagină astfel încât să o puteți bine apuca [Fig. ④].

### **Astfel îndepărtați tamponul Senta:**

Apucați bentița de scos și trageți pur și simplu de în jos și spre față. Cel mai ușor merge atunci când tamponul este plin îmbibat.

### **Indicații privind durata de purtat:**

Când menstruația este foarte puternică schimbați tamponul la fiecare **3-4 ore**. Spre sfârșitul perioadei de menstruație cât și în timpul **noptii** tamponul poate rămâne chiar și timp mai îndelungat în vagină, însă nu mai mult timp decât **6-8 ore**. Vă rugăm să folosiți întotdeauna numai câte un tampon. Vă sfătuim să vă asigurați de faptul că ați înlăturat tamponul la încetarea menstruației.

### **Un sfat important pentru sănătatea dumneavoastră:**

În cazuri rare pot apărea în timpul menstruației simptome ca temperatură mai ridicată de 39°C, stări de vomă, diaree, stări de amețeală sau eczeme. Cu toate că unele boli ușoare prezintă aceleași simptome este posibilă existența unei infecții bacteriene bine definite (TSS: Toxic Shock Syndrom) care vă poate pune în pericol viața. Vă rugăm ca la apariția simptomelor descrise să înlăturați tamponul, să mergeți la medic și să-l anunțați că vă aflați în perioada de menstruație. Femeile care au suferit de boala TSS sunt îndrumate de noi să consulte medicul ginecolog înainte de folosirea tampoanelor.



**Prosimo vas, da preberete navodil za uporabo, ter opombe pomembne za vaše zdravje!**

### **Senta tamponi vam nudijo trikratnoudobje.**

1. Nežna okrogla kupola omogoča lahko in nežno vstavljanje tampona.
2. Na osnovi specialne brazdaste strukture tekočina hitro pronica v notranjost tampona – tampon se lahko enakomerno razširi in nežno prilagodi telesu.
3. Mehki runski ovoj poskrbi za to, da tampon tudi pri odstranjevanju obdrži svojo obliko.

### **Senta tamponi obstajajo v štirih velikostih:**

- **Mini Komfort:** za dneve s šibko krvavitvijo in za mlada dekleta
  - **Normal:** za normalno, srednje močno menstrualno krvavitev
  - **Super:** za močno menstrualno krvavitev
  - **Super Plus:** ob zelo močni menstruaciji in po porodu
- Prosimo, uporabite vedno najmanjšo možno velikost.

### **Tako se Senta tamponi pravilno uporabljajo:**

Kot prvo prosimo, da temeljito umijete roke. Zavrtite spodnji in zgornji del celofanskega ovitka v smeri puščice enega proti drugemu (Slika ①). Odstranite spodnji del ovitka, kjer je vrvica s katero se izvleče tampon. Ko ste ločili vrvico, z krožnimi gibi, razširite konce tampona tako, da nastane majhna vdolbina [Slika ②]. Sedaj vtaknite vrh kazalca v vdolbino na koncu tampona in odstranite zgornji celofanski ovoj [Slika ③]. Vstavite tampon tako globoko v vagino, da ga ne bo več čutiti. Pazite, da povratna vrvica ostane zunaj vagine, tako da ga lahko trdno primete [Slika ④].

### **Tako se odstrani Senta tampon:**

Tampon enostavno vlecite za povratno vrvico, pazljivo naprej dokler ga ne odstranite. Odstranjevanje je najlažje, če je tampon do konca prepojen.

### **Navodilo o času uporabe:**

Ko je krvitev najmočnejše zamenjajte tampon vsake **3 do 4 ure**. Pri zmanjšani krvavitvi all **ponoči** lahko tampon ostane tudi dalj časa v vagini, čeprav ne dlje, **kot 6 do 8 ur**. Prosimo, uporabite vsakič le po en tampon. Svetujemo Vam, da se prepričate, da je tampon po končani menstruaciji odstranjen.

### **Pomemben napotek za Vaše zdravje:**

V redkih primerih se lahko med menstruacijo pojavijo simptomi, kot visoka vročina nad 39° C, bruhanje, driska, vrtoglavica ali kožni izpuščaj. Čeprav se nekatere nedolžne bolezni tudi lahko pričnejo s temi znaki, ima pa neka prav določena bakterijska infekcija (TSS: toksični šok sindrom) lahko življenjsko nevarne posledice. Prosimo Vas, da pri pojavu opisanih znakov odstranite tampon, takoj obiščete zdravnika in mu poveste, da imate menstruacijo. Ženam, ki so prebolele toksični šok sindrom, svetujemo, da se pred nadaljno uporabo tamponov posvetujejo s svojim zdravnikom.



**Molimo Vas pročitajte uputu za upotrebu kao i upute u vezi Vašeg zdravlja!**

### **Senta tamponi vam nude trostruki komfor:**

1. Nježna okrugla kupola omogućuje lako i nježno umetanje tampona.
2. Na osnovu specijalne brazdaste strukture se tekućina brzo sprovodi u unutrašnjost tampona – tampon se može ravnomjerno proširiti i nježno se podešava tijelu.
3. Mekani runski omot se brine za to, da tampon i nakon otklanjanja zadrži svoj oblik.

### **Senta tamponi postoje u četiri veličine:**

- **Mini Komfor:** za dane slabijeg krvarenja i mlade djevojke
  - **Normal:** kod normalne, srednje jake menstruacije
  - **Super:** kod jake menstruacije
  - **Super Plus:** kod vrlo jake menstruacije i poslije porođaja
- Molimo koristite uvijek najmanju veličinu.

### **Tako se Senta tamponi pravilno upotrebljavaju:**

Molimo da kao prvo temeljito operete ruke. Okrenite donji i gornji dio celofanskog omotača u suprotnim smjerovima u pravcu strelice [Slika ①]. Skinite donji dio omotača gdje se nalazi vrpca za izvlačenje. Nakon odvajanja vrpce širite kraj tampona kružnim pokretima, tako da nastane jedna mala udubina [Slika ②]. Sada utaknite vršak kažiprsta u udubinu na kraju tampona odstranite gornji celofanski omot [Slika ③]. Utaknite tampon tako duboko u vaginu, dok ga više ne osjećate. Obratite pažnju na to, da povratna vrpca iz vagine toliko vani visi, da možete ovu dobro uhvatiti [Slika ④].

### **Tako se odstranjuje Senta tampon:**

Tampon jednostavno vucite sa povratnom vrpcom pažljivo prema naprijed i nadolje prema van. To ide najlakše, ako je tampon potpuno napijen.

### **Upute o dužini nošenja:**

Kada je krvarenje najjače, mijenjajte tampon najbolje svaka **3 do 4 sata**. Kod popuštanja menstruacije ili **noću** može tampon jednom ostati i duže vrijeme u vagini. Ne duže od **6 do 8 sati**. Molimo koristite uvijek samo po jedan tampon. Savjetujemo Vam radi sigurnosti, da tampon po prestanku menstruacije odstranite.

### **Bitni naputak za Vaše zdravlje:**

U rijetkim slučajevima mogu se za vrijeme menstruacije pojaviti simptomi kao što su: temperatura preko 39° C, povraćanje, proljev, osjećaj vrtoglavice ili osip na koži. Lako neke neopasne bolesti upravo tako počinju, ipak određenom bakteriološkom infekcijom (TSS: Toxic Shock Syndrom) mogu nastati posljedice opasne po život. Molimo Vas, ukoliko bi se pojavili opisani simptomi odstranite tampon, odmah se obratite liječniku i recite mu da imate menstruaciju. Ženama koje su već bolovale od TSS savjetujemo, da se prije daljnje uporabe tampona konzultiraju s liječnikom.



## Παρακαλούμε, διαβάστε τις οδηγίες χρήσης και τη σημαντική συμβουλή για την υγεία σας

### Το ταμπόν Senta σας προσφέρει τριπλή άνεση:

1. Το μαλακό στρογγυλεμένο άκρο επιτρέπει στο ταμπόν να τοποθετείται εύκολα και απαλά στο κόλπο.
2. Η ειδική αυλακωτή δομή επιτρέπει στο αίμα της περιόδου να απορροφάται γρήγορα στο εσωτερικό του ταμπόν.
3. Η ειδική επιφάνεια εξασφαλίζει στο ταμπόν τη διατήρηση του σχήματός του ακόμα και όταν αυτό αφαιρείται.

### Ταμπόν Senta υπάρχουν σε τέσσερα μεγέθη:

●● **Mini Comfort:** για τις πιο αδύνατες μέρες και για νεαρά κορίτσια

●●● **Normal:** για την κανονική και μέτρια έντονη εμμηνορρυσία

●●●● **Super:** για την έντονη εμμηνορρυσία

●●●●●● **Super Plus:** ταμπόν για την έντονη εμμηνορρυσία και για μετά τον τοκετό

Να χρησιμοποιείτε πάντοτε το μικρότερο δυνατό μέγεθος.

### Πως να τοποθετήσετε σωστά το ταμπόν Senta:

Πλύνετε τα χέρια σας. Περιστρέψτε το κάτω και πάνω μέρος του περιβλήματος σελοφάν στην αντίθετη κατεύθυνση όπως δείχνει το τόξο [Εικόνα ①]. Αφαιρέστε το κάτω μέρος του περιβλήματος, όπου βρίσκεται το κορδονάκι. Τραβήξτε το κορδονάκι και κάντε κυκλικές κινήσεις μέχρι να δημιουργηθεί ένα μικρό βαθούλωμα στη βάση του ταμπόν [Εικόνα ②]. Στη συνέχεια βάλτε το δείκτη σας στο βαθούλωμα και αφαιρέστε το επάνω μέρος του σελοφάν [Εικόνα ③]. Σπρώξτε το ταμπόν βαθιά μέσα στο κόλπο, έως ότου να μην το αισθάνεστε καθόλου. Βεβαιωθείτε ότι το μέρος από το κορδονάκι που κρέμεται έξω από τον κόλπο είναι αρκετά μακρύ ώστε να μπορείτε να το τραβήξετε με άνεση [Εικόνα ④].

### Πως να αφαιρέσετε το ταμπόν Senta:

Τραβήξτε απαλά το κορδονάκι προς τα κάτω. Όσο περισσότερο υγρό έχει απορροφήσει το ταμπόν τόσο ευκολότερα αφαιρείται.

### Χρόνος χρήσης του ταμπόν Senta:

Όταν η ροή του αίματος είναι μεγάλη, πρέπει να αλλάζετε το ταμπόν κάθε **3-4 ώρες**. Όταν η ροή του αίματος μειώνεται, όπως επίσης και **κατά το νυχτερινό ύπνο**, το ταμπόν Senta μπορεί να παραμείνει στο κόλπο για μεγαλύτερο διάστημα, ποτέ όμως για περισσότερο από **6-8 ώρες**. Χρησιμοποιείτε ένα μόνο ταμπόν κάθε φορά. Βεβαιωθείτε πως αφαιρέσατε το ταμπόν μετά το τέλος της εμμηνορρυσίας.

### Σημαντικό για την υγεία σας:

Σε σπάνιες περιπτώσεις μπορεί να παρουσιαστούν κατά τη διάρκεια της εμμηνορρυσίας συμπτώματα όπως υψηλός πυρετός άνω των 39° C, εμετός, διάρροια, ναυτία ή εξάνθημα. Παρόλο που και μερικές ασήμαντες ασθένειες έτσι ξεκινούν, μια συγκεκριμένη βακτηριακή μόλυνση (TSS: Toxic Shock Syndrom) μπορεί να έχει επικίνδυνες συνέπειες, μέχρι ακόμα και το θάνατο. Αν παρουσιαστούν τα συμπτώματα που περιγράφονται πιο πάνω, αφαιρέστε το ταμπόν και συμβουλευτείτε αμέσως ένα γιατρό, μη ξεχνώντας να του αναφέρετε πως έχετε την περιόδό σας. Συμβουλευόμαστε τις γυναίκες που έχουν ήδη αντιμετωπίσει το σύνδρομο TSS να σταματήσουν να χρησιμοποιούν ταμπόν.



**Молимо Вас да прочитате упутства за употребу и напомене за Ваше здравље!**

### **Senta тампони нуде Вам троструки комфор:**

1. Мекана обла главица омогућује лагано и нежно стављање тампона.
2. Помоћу специјалне браздасте структуре течност брзо пролази у унутрашњост тампона – тампон се може равномерно раширити и нежно прилагодити телу.
3. Мекани рунасти слој служи за то да тампон такође и код одстрањивања задржи свој облик.

### **Senta тампони постоје у четири величине:**

- **Mini Komfor:** код слабијег крварења и за младе девојке
- **Normal:** код нормалне и код менструације средње јачине
- **Super:** код јаке менструације
- **Super Plus:** Код веома јаке менструације и после порођаја

Молимо да увек користите најмању величину.

### **Овако се Senta тампони правилно користе:**

Молимо Вас да пре употребе добро оперете руке. Окрените доњи и горњи део целофанског омотача у супротним смеровима у правцу стрелице [Слика 1]. Скините доњи део омотача где се налази кончић за извлачење. После раздвајања конца доњи део тампона се помоћу кружних покрета шири тако да ће да настане мало продубљење [Слика 2]. Сада угурајте врх кажипрста у продубљење доњег дела тампона и одстраните горњи омот целофана [Слика 3]. Ставите тампон тако дубоко у вагину да га више не осећате. Пазите да конач за повлачење из вагине тако вири да га добро можете да захватите [Слика 4].

### **Овако се Senta тампони одстрањују:**

Тампон извучите концем за повлачење према напред и према доле. Најлакше иде ако је тампон сасвим напуњен.

### **Упутство за време ношења:**

Ако је крварење најјаче, најбоље је да мењате тампон свака **3 до 4 часа**. У задњим данима менструације или **ноћу** тампон може такође и дуже остати у вагини, али не дуже од **6 до 8 часова**. Молимо Вас да користите увек само по један тампон. Саветујемо Вам ради Ваше сигурности да тампон одстраните кад престане менструација.

### **Важна напомена за Ваше здравље:**

У ретким случајевима за време менструације могу да се појаве симптоми као што су: температура преко 39° Ц, повраћање, пролив, осећај вртоглавице или осип на кожи. Премда нека неопасна обољења баш овако почињу, могу се одређеном бактериолошком инфекцијом (TSS: Toxic Shock Syndrom) да изазову последице опасне по живот. У случају да би се појавили напред описани симптоми, молимо Вас, да одстраните тампон, да се одмах обратите лекару и да му кажете да имате менструацију. Женама које су већ боловале од TSS саветујемо, да пре даљне употребе тампона консултују лекара.



**Моля прочетете упътването за употреба и указанията за Вашето здраве!**

### **Тампоните Сента Ви предлагат троен комфорт:**

1. Мекото заоблено връхче прави възможно лекото и нежно поставяне на тампона.
2. Чрез специална набраздена структура течността бързо се отвежда към вътрешността на тампона – тампонът може равномерно да се разширява и по този начин се приспособява плавно към тялото.
3. Меката обвивка позволява тампонът да запазва формата си и при отстраняването му.

### **Тампоните Сента се предлагат в четири размераю:**

●● **Mini Comfort:** за дни с по-слаба менструация и за млади момичета

●●● **Normal:** при нормална, средно силна менструация

●●●● **Super:** при силна менструация

●●●●● **Super Plus:** при много силна менструация и след раждане

Моля използвайте винаги възможно най-малкия размер за Вашите нужди.

### **Как се използва правилно тампонът:**

Моля първо си измийте добре ръцете. Завъртете долната и горна част на целофановата обвивка по посока на стрелката една срещу друга (Илюстрация ①). Издърпайте долната част на обвивката, където е възвратната лентичка. След като разгънете кончето, разширете края на тампона чрез въртеливи движения, така че да се образува малка вдлъбнатина [Илюстрация ②]. Сега пъхнете върха на показалеца си във вдлъбнатината в края на тампона и отстранете горната целофанена обвивка [Илюстрация ③]. Пъхнете тампона толкова дълбоко във влагалището, докато спрете да го усещате. Внимавайте кончето за издърпване да се показва толкова от влагалището, че да можете да се хваща добре [Илюстрация ④].

### **Как се изважда тампонът Сента:**

Изтеглете тампона просто за кончето напред и отдолу навън. Това става най-лесно, когато тампонът е напоен.

### **Указание за това, колко дълго се използва:**

Когато менструалното течение е най-силно, сменяйте тампона най-добре на всеки **3 до 4 часа**. При отслабване на периода или **нощем**, тампонът може да остане по изключение и по-дълго във влагалището. Но не повече от **6 до 8 часа**. Моля използвайте винаги само един тампон. Съветваме Ви да се уверите, че след края на менструацията тампонът е отстранен.

### **Важна информация за Вашето здраве:**

В редки случаи по време на менструацията може да се появят симптоми като висока температура над 39° С, повръщане, разстройство, виене на свят или обриви. Въпреки че и някои безобидни болести започват по същия начин, може една определена бактериална инфекция СТШ: Синдром на токсичния шок (TSS: Toxic Shock Syndrom) да има последици, застрашаващи живота. Моля отстранете тампона при появата на описаните симптоми, веднага потърсете лекар и му съобщете, че сте в менструация. Съветваме жените, които са били болни от СТШ да се консултират със своя лекар преди да продължат да използват тампони.



**Прочитайте, пожалуйста, настоящую инструкцию по применению и некоторые советы - это в интересах Вашего здоровья!**

### **Тампоны SENTA обеспечивают вам тройной комфорт:**

1. Мягкий, закругленный конец обеспечивает легкое и мягкое введение тампона.
2. Благодаря специальной рифленой структуре поверхности тампона жидкость быстро впитывается внутрь тампона - тампон равномерно расширяется и идеально приспособляется к поверхности тела.
3. Мягкая ватная оболочка обеспечивает сохранение формы тампона и при удалении его.

### **Тампоны Senta имеют 4-х размеров:**

●● **Mini Comfort:** при слабой менструации и для девушек

●●● **Normal:** при нормальной менструации со средними выделениями

●●●● **Super:** при обильной менструации

●●●●● **Super Plus:** при чрезмерно обильной менструации и после родов

Используйте тампон наименьшего размера.

### **Применяйте тампоны SENTA следующим образом:**

Сначала тщательно вымойте руки. Поверните вращательным движением верхнюю и нижнюю части целлофановой обертки, как указывают стрелки, в противоположном направлении друг к другу. (Рис. 1). Снимите нижнюю часть обертки, где находится нитка для удаления тампона. После того, как вы освободили шнур, расширьте конец тампона круговыми движениями, так, чтобы образовалось небольшое углубление [Рис. 2]. Теперь поместите указательный палец в углубление на конце тампона и удалите верхнюю часть целлофановой оболочки [Рис. 3]. Введите тампон во влагалище настолько глубоко, чтобы вы его уже не чувствовали. Шнурок для вытягивания должен свисать из влагалища, так, чтобы вы могли его захватить [Рис. 4].

### **Таким образом тампон SENTA удаляется:**

Просто потяните тампон за шнурок вперед и вниз. Наиболее легко тампон удаляется, если тампон полностью пропитался выделениями.

### **Указания по продолжительности применения:**

При наиболее сильных выделениях меняйте тампон каждые **3-4 часа**. При уменьшении выделений, а также в ночное время, тампон может оставаться во влагалище более длительное **время**. Но в любом случае, не более **6-8 часов**. Вводите каждый раз по одному тампону. Советуем убедиться в том, удалили ли Вы тампон после менструации.

### **Необходимый совет в интересах здоровья:**

В редких случаях во время менструации могут появиться такие симптомы, как температура выше 39° С, рвота, понос, приступы головокружения или кожная сыпь. Хотя некоторые безобидные заболевания начинаются точно так же, существует опасность бактериальной инфекции (TSS: Toxic Shock Syndrom), которая может иметь последствия с угрозой для жизни. При появлении названных симптомов удалите тампон, немедленно обратитесь к врачу и сообщите ему о том, что у Вас менструация. Женщинам, перенесшим TSS, рекомендуем посоветоваться с врачом перед дальнейшим применением тампонов.



**Просимо ознайомитись з інструкцією по користуванню та вказівкою щодо вашого здоров'я!**

### **Тампони Сента надають вам потрійний комфорт:**

1. М'яка та округла головка тампона надає можливість легкого та ніжного введення.
2. Завдяки спеціальній борознообразній структурі рідина швидко проникає в середину тампона – тампон рівномірно розширюється та легко пристосовується до тіла.
3. Завдяки м'якій оболонці із ватного полотна (прочіс) тампон зберігає форму також і після його видалення.

### **Тампони Сента випускаються чотирьох розмірів:**

- **Mini Comfort:** при слабкій менструації та для молодих дівчат
- **Normal:** при нормальній менструації з середніми виділеннями
- **Super:** при менструації з інтенсивними виділеннями
- **Super Plus:** при сильній менструальній кровотечі та після пологів

Завжди користуватися щонайменшим розміром.

### **Правильно користуватися тампонами Сента так:**

Спочатку щільно вимити руки. Повернути нижню і верхню частини целофанової оболонки одна проти одної у напрямку стрілки (Зобр. ❶). Стягнути нижню частину оболонки, де знаходиться стрічка для видалення тампона після його використання. Після розтягнення нитки в різні сторони, розширити край тампона круговими рухами, щоб утворилася маленька заглибина [Зобр. ❷]. Потім вставити кінчик вказівного пальця в заглибину на кінці тампона та зняти верхню целофанову обгортку [Зобр. ❸]. Ввести тампон в піхву до глибини, на якій він більше не відчувається. Слідкувати за тим, щоб нитка тампона виступала із піхви настільки, щоб її можна було добре тримати [Зобр. ❹].

### **Видаляється тампон Сента наступним чином:**

Потягнути тампон за нитку наперед та вниз. Найлегше це вдається, коли тампон пропитаний повністю.

### **Вказівка щодо часу перебування тампону:**

При дуже інтенсивній кровотечі, найкраще міняти тампон кожні **3-4 годин**. Після закінчення менструації чи **вночі** тампон можна залишити в піхві довше, однак не довше **6-8 годин**. Кожного разу вводити тільки по одному тампону. Радимо переконатися в тому, що Ви видалили тампон після менструації.

### **Важлива вказівка щодо вашого здоров'я:**

В рідких випадках під час менструації можуть з'явитись такі симптоми як висока температура понад 39 °С, блювання, понос, запаморочення чи висип. Хоча деяки непогрозливі захворювання починаються так само, все ж існує небезпека певної бактеріальної інфекції (TSS: Toxic Shock Syndrom), яка може мати небезпечні для життя наслідки. При з'явленні згаданих симптомів витягнути тампон, негайно звернутися до лікаря та пояснити, що у вас менструація. Жінкам, котрі хворіли TSS, радимо звернутися за порадою до лікаря перед подальшим користуванням тампонами.

## يرجى قراءة طريقة الاستعمال والتعليمات وذلك لاجل صحتك !

فتائل سنتا الطبية تمنحك راحة بثلاثة أضعاف :

- 1 - ان الرأس المستدير في الفتيلة الطبية يسهل إدخالها بشكل سهل وناعم .
- 2 - بفضل وخود الاخاذيد في الفتيلة الطبية فإن السوائل تتساق بسرعة إلى داخل الفتيلة ،
- 3 - الغلاف النسيجي الرقيق يساعد على احتفاظ الفتيلة الطبية بشكلها العادي بعد إبعادها .

فتائل سنتا الطبية بثلاثة أحجام :

●● Mini Comfort : تستعمل للايام التي يكون فيها الحيض ضعيفا وللشابات

●●● Normal : في حالة حيض إعتيادي أو شديد قليلا

●●●● Super : في حالة حيض شديد

●●●●● Super Plus : في حالة الحيض الشديد جدا و بعد الولادة

رجاء إستعملي دائما الحجم الصغير الممكن .

توجد أربعة أحجام من فتيلة سنتا الطبية

في البداية إغسلي يديك بشكل جيد . إديري الجزء السفلى و العلوي لغلاف السيلوفان في إتجاه السهم بشكل متعكس [الصورة رقم 1] ، إسحبي الجزء السفلى للغلاف حيث يوجد شريط الأسترجاع. بعد سحب الشريط ، قومي بتوسيع نهاية الفتيلة الطبية عن طريق تحريكها دائريا بحيث ينشأ تجويف صغير [الصورة رقم 2]. ضعي رأس سبابة إصبعك في التجويف عند نهاية الفتيلة الطبية وأبعدي الغلاف العلوي للسيلوفان [الصورة رقم 3]. إدخال الفتيلة الطبية إلى داخل المهبل بعمق بحيث لا تشعرى بوجودها. إنتبهى جيدا بأن شريط الأرجاع يبقى معلقا خارج المهبل بحيث يمكنك مسكه [الصورة رقم 4]

وبهذه الطريقة يتم التخلص من فتيلة سنتا الطبية :

إسحبي الفتيلة الطبية ببساطة بواسطة شريط الأرجاع إلى الامام ثم إلى الاسفل فخارجا. ويتم سحب الفتيلة الطبية على أسهل وجه عندما تكون قد تشربت بالسوائل.

تعليمات حول مدة حمل الفتيلة الطبية :

إذا كان النزيف في العادة الشهرية على أشده ، فيتم تغيير الفتيلة الطبية كل 3-4 ساعات . في حالة إنخفاض النزيف او في الليل فإن الفتيلة الطبية يمكن أن تبقى فترة أطول في المهبل . ولكن لايجوز إبقائها أكثر من 6 إلى 8 ساعات. يرجى دائما إستعمال فتيلة طبية واحدة في كل مرة. كما ننصحك لاجل التأكد بأن الفتيلة الطبية تبعد بعد إنتهاء الحيض.

تعليمات مهمة لاجل صحتك :

في حالات نادرة يمكن أن تحصل أثناء الحيض أعراض مثل حمىعالية فوق 39 درجة ، تقنياً، إسهال ، شعور بالدوار أو طفح جلدي. ورغم ظهور بعض الامراض البسيطة أيضا، فإن عدوى جرثومة خاصة خدا ( تي أس أس : ثوكسف شوك سيندروم ) يمكن أن تسبب نتائج خطيرة على الحياة . لذا يرجى إبعاد الفتيلة الطبية حال ظهور مثل هذه الاعراض والالتجاء إلى الطبيب فوراً وإعلامه بأنك في حالة حيض. النسوة التي كن قد أصبن بمرض تي أس، أس، فإننا ننصحهن قبل البدء بأستعمال الفتيلة الطبية بالتوجه للطبيب لطلب المشورة .