

## SE

topcare® tamponger är bekväma att använda och ger ett tryggt och säkert skydd vid menstruation. Med tampongens högabsorberande kärna sugts vätskan upp snabbt och effektivt och minskar risken för läckage. Det mjuka, lena ytskiktet bidrar till att tampongen är enkel att sätta in och ta ut.

Välj alltid den tampongstorlek som motsvarar dina behov.

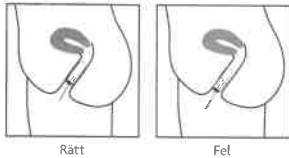
topcare® **MINI** vid mindre blödning  
topcare® **NORMAL** vid mindre till måttlig blödning  
topcare® **SUPER** vid riklig blödning

## HYGIEN

Det är viktigt med god hygien i samband med menstruation. Tvätta alltid händerna innan och efter du sätter in eller tar ut tampongen. Undvik att tampongen sitter inne för länge. Byt ungefär var 4:e timme. Har du kraftigare blödningar kan du behöva byta oftare.

## ANVÄNDNING

Dra av tampongens skyddshölje och kontrollera att snöret sitter fast ordentligt genom att försiktigt rycka i det. Sätt dig på huk alternativt stå upp med en fot på toalettstolen. Slappna av och tryck försiktigt in tampongen bakåt och uppåt i slidan. Om du fortfarande känner tampongen, sitter den inte tillräckligt långt in. Tryck då försiktigt upp den lite till. För att ta ut tampongen drar du sakta i snöret framåt och nedåt. Tampongen och dess skyddshölje bör inte spolas ner i toaletten.



## VIKTIG INFORMATION OM TSS

Toxic Shock Syndrome (TSS) eller tampongsjukan som den också kallas orsakas av ett gift som kan bildas av gula stafylokocker. Symtom på TSS är feber, svimningsanfall, yrsel, kräkning och diarré. Det är också vanligt att man blir röd i ögon och mun, får utslag och värk i muskler och leder. Sök akutmottagning om du får dessa symtom då sjukdomen är mycket farlig.

TSS upptäcktes på 70-talet och de flesta som insjuknade var unga kvinnor som använde tampong under menstruationen, därifrån kommer att TSS ibland kallas "tampongsjukan". TSS orsakas av ett gift som kan bildas av vissa sorter av gula stafylokocker. Många människor har skyddande antikroppar mot giftet utan att ha haft sjukdomen, medan andra, som saknar skyddande antikroppar, kan bli svårt sjuka. De flesta fall som inträffar idag har inget samband med menstruation eller tamponger utan förekommer oftast vid sårinfektioner. Sjukdomen är mycket ovanlig men det är mycket viktigt att känna igen TSS symtom, eftersom dödligheten är hög bland de patienter som inte får behandling tidigt.

## TSS SYM TOM

TSS orsakar hög feber, svimningsanfall, yrsel, kräkningar och diarréer. Vanligt symtom är röda ögon, röd tunga och röd munslimhinna.

Ytterligare symtom är hudutslag och muskelvärk samt att handflator och fotsulor kan svulla upp. Sjukdomen kan vara livshotande och det är därför viktigt att omedelbart uppsöka läkare om du får symtom. Kom ihåg att berätta att du använder tampong. TSS kan uppkomma även om du inte använder tampong, rådgör därför alltid med din läkare om du vill använda tampong men har haft symtom av TSS. Det finns inga förebyggande åtgärder mot TSS, men om du använder tampong, tänk på att byta ofta.

Produced in EU for Creative Concept Nordic AB, SE-183 79 Täby www.creativeconcept.se

## DK

Topcare® tamponer er behagelige at bruge og giver en tryk og sikker beskyttelse ved menstruation. Med tamponens højabsorberende kerne opsuget væsken hurtigt og effektivt og nedsætter risikoen for udsving. Det silkebløde yderlag bidrager til, at tamponen er nem at sætte op og tage ud.

Vælg altid den tamponstørrelse, der svarer til dine behov.

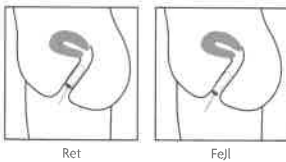
topcare® **MINI** ved mindre blødning  
topcare® **NORMAL** ved mindre til moderat blødning  
topcare® **SUPER** ved kraftig blødning

## HYGIEJNE

Det er vigtigt med god hygiejne i forbindelse med menstruation. Vask altid hænderne inden og efter, at du sætter tamponen ind eller tager den ud. Undgå, at tamponen sidder inde for længe. Skift ca. hver 4. time. Har du kraftigere blødninger, kan du have behov for at skifte oftere.

## ANVENDELSE

Træk tamponens beskyttelseshylster af, og tjek, at snoren sidder ordentligt fast ved forsigtigt at rykke i den. Sæt dig på hug, eller stå med den ene fod på toilettekummen. Slap af, og skub forsigtigt tamponen ind bagud og opad i skeden. Hvis du stadig kan mærke tamponen, sidder den ikke tilstrækkelig langt inde. Skub den i så fald forsigtigt lidt længere op. For at tage tamponen ud trækker du langsomt snoren fremad og nedad. Tamponen og beskyttelseshylsteret må ikke skylles ud i toalettet.



## VIKTIG INFORMATION OM TSS

Toxic Shock Syndrome (TSS) eller tampon-syge, som det også kaldes, forårsages af et giftstof, der kan dannes af gule stafylokocker. Symptomer på TSS er feber, besvimelsesanfald, svimmelhed, opkastning og diarré. Det er også almindeligt, at man bliver rød i øjne og mund, får udslag og smerter i muskler og led. Søg skadestue, hvis du får disse symptomer, da sygdommen er meget farlig.

TSS blev opdaget i 70'erne, og de fleste, der blev syge, var unge kvinder, der benyttede tamponer under menstruationen. Og det er derfor, at TSS nogle gange kaldes "tampon-syge". TSS forårsages af et giftstof, der kan dannes af visse former for gule

stafylokocker. Mange mennesker har beskyttende antistoffer mod giften uden at have haft sygdommen, mens andre, der mangler beskyttende antistoffer, kan blive meget syge. De fleste tilfælde, der indtræffer i dag, har ingen forbindelse med menstruation eller tamponer, men forekommer som regel ved sårinfektioner. Sygdommen er meget ualmindelig, men det er meget vigtigt at kunne genkende TSS-symptomer, fordi dødeligheden er høj blandt de patienter, der ikke får behandling i tide.

## TSS SYMPTOMER

TSS forårsager høj feber, besvimelsesanfald, svimmelhed, opkastninger og diarréer. Almindelige symptomer er røde øjne, rød tunge og rød mundslimhinde. Yderligere symptomer er hududslæt og muskelsmerter, samt at håndflader og fodsåler kan svulme op. Sygdommen kan være livstruende, og det er derfor vigtigt straks at søge læge, hvis du får symptomer. Husk at fortælle, at du bruger tamponer. TSS kan opstå, også selvom du ikke bruger tamponer; rådfør dig derfor altid med din læge, hvis du ønsker at bruge tamponer, men har haft symptomer på TSS. Der findes ingen forebyggende forholdsregler mod TSS, men hvis du bruger tamponer, skal du være opmærksom på at skifte tit.

Produced in EU for Creative Concept Nordic AB, SE-183 79 Täby www.creativeconcept.se

## NO

topcare® tamponer er behagelige i bruk og gir en trygg og sikker beskyttelse ved menstruasjon. Med tampongens hagabsorberende kjerne suges vesken opp fort og effektivt samtidig med at risken for lekkasje minimeres. Det myke, glatte ytre sjiktet bidrar til at tampongen er enkel å sette inn og ta ut.

Velg alltid den tampongstørrelse som motsvarer dine behov.

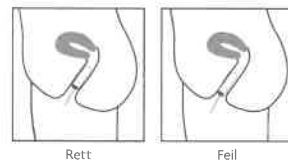
topcare® **MINI** ved mindre blødning  
topcare® **NORMAL** ved mindre till middels blødning  
topcare® **SUPER** ved riklig blødning

## HYGIENE

God hygiene er viktig i forhold til menstruasjon. Vask alltid hendene før og etter du setter inn eller tar ut tampongen. Unngå å tampongen sitter inne for lenge. Bytt ca hver 4:e time. Har du kraftige blødninger kan du bytte oftere.

## ANVENDELSE

Dra av tampongens beskyttelsehinne og kontroller at snøret sitter fast ordentlig gjennom å forsiktig dra i det. Sett deg på huk eller stå opp med en fot på toalettstolen. Slapp av og trykk samtidig forsiktig inn tampongen bakover og oppover i skjeden. Om du fortsatt kjenner tampongen så sitter den ikke langt nok inne. Trykk den da forsiktig opp litt til. For å ta ut tampongen drar du sakte i snoren framover og nedover. Tampongen og beskyttelsehinnen bør ikke skylles ned i toalettet.



## VIKTIG INFORMASJON OM TSS

Toxic Shock Syndrome (TSS) eller tampongsyken som den også kalles, årsakes av en gift som kan dannes av gule stafylokocker. Symptom på TSS er feber, besvimelsesanfald, svimmel, oppkast og diaré. Det er også vanlig at man blir rød i øyne og munn, får utslett og verk i muskler og ledd. Søk akutthjelp om du får symptomer som dette da sykdommen er meget farlig.

TSS ble oppdaget på 70 tallet og de fleste som ble syke var unge kvinner som brukte tampong under menstruasjon. Derfor kalles TSS "tampongsyken". TSS årsakes av en gift som kan danne visse sorter av gule stafylokocker. Mange mennesker har beskyttende antikropper mot giften uten å ha hatt sykdommen. Andre, som savner antikropper kan bli meget syke. De fleste tilfeller som inntreffer i dag har ingen sammenheng med menstruasjon eller tamponger, men forekommer oftest ved sårinfeksjoner. Sykdommen er meget uvanlig, men det er meget viktig å kjenne igjen TSS symptom da dødeligheten er høy blant de pasienter som ikke får behandling tidlig.

## TSS SYMPTOM

TSS årsaker høy feber, besvimelsesanfald, svimmelhet, oppkast og diaré. Vanlige symptom er røde øyne, rød tunge og rød munslimhinne. Ytterligere symptom er hudutslett og muskelvondt samtidig med at håndflatene og fotsålene sveller opp. Sykdommen kan være livsavgjørende og det er derfor viktig at du umiddelbart søker lege om du får symptomer. Husk å informere om at du bruker tampong. TSS kan oppkomme selv om du ikke bruker tampong. Spør derfor alltid om råd av din lege om du vil bruke tampong, men har hatt symptom av TSS. Det finnes ingenting forebyggende å gjøre mot TSS, men om du bruker tampong, tenk på å bytte ofte.

Produced in EU for Creative Concept Nordic AB, SE-183 79 Täby www.creativeconcept.se

## FI

topcare® tamponit ovat mukavia käyttää ja antavat varman suojan kuukautisille. Tamponin huippuimevä ydin imee kosteuden nopeasti ja tehokkaasti sekä vähentää läpivuotojen vaaraa. Pehmeä ja sileä ulkopinta helpottaa tamponin asettamista ja pois ottamista.

Valitse aina tamponikoko joka vastaa tarpeitasi.

topcare® **MINI** niukkaan vuotoon  
topcare® **NORMAALI** niukkaan ja normaaliin vuotoon  
topcare® **SUPER** runsaaseen vuotoon

## HYGIENIA

Hygienian hyvä hoitaminen on tärkeää kuukautisten aikana. Pese aina kätesi ennen kuin laitat tamponin tai otat pois. Vältä

tamponin käyttämistä liian pitkään. Vaihda joka 4. tunti. Jos sinulla on runsaat vuodot, voit joutua vaihtamaan tamponin jopa useammin.

## KÄYTTÖ

Poista tamponin suojapakkaus ja tarkista että naru pysyy kunnolla kiinni näyksemällä siitä varovasti. Istu kyökkyssä tai seisoi toinen jalka WC-tuolilla. Rentoudu ja työnnä tamponi varovasti taaksepäin ja ylöspäin emättimeen. Jos silit tunnet tamponin, sitä ei ole viety tarpeeksi syväälle emättimeen. Työnnä tamponia siinä tapauksessa varovasti vielä