

INTIMATE CARE

Soft Tampons 5er
Soft Tampons 10er

ART. NR.: 44320
ART. NR.: 44321

D

„SOFT TAMPONS“

GEBRAUCHSANWEISUNG

Die fadenlosen HOT INTIMATE CARE Soft Tampons ermöglichen Intimverkehr, Sport, Spa/Wellness etc. während der Menstruation.

- Vor dem Einführen und Entfernen des HOT INTIMATE CARE Soft Tampons die Hände gründlich waschen (fig.1).
- Das hygienisch verpackte Soft Tampon aus der Verpackung entnehmen.
- Zum leichteren Einführen tragen Sie etwas Gleitgel auf das Soft Tampon auf oder feuchten es leicht mit sauberem Wasser an.
- Am einfachsten lässt sich das Soft Tampon in der Hocke oder auf der Toilette sitzend einführen.
- Der Mittelfinger der einen Hand sollte auf der Mitte des Soft Tampons liegen. Mit der anderen Hand die Schamlippen öffnen und das Soft Tampon bis hinter die Scheide durchdrücken, damit es an der Gebärmutter anstößt (fig.2).
- Das HOT INTIMATE CARE Soft Tampon kann maximal 8 Stunden getragen werden (fig.3). Empfehlenswert ist allerdings eine Tragedauer von 4 bis 6 Stunden. Passen Sie die Tragezeit des Soft Tampons Ihrer Menstruation an.
- Um das Soft Tampon zu entfernen machen Sie mit den Fingern eine Art Pinzette und ziehen es heraus. Sollte das Entfernen trotzdem schwierig sein, so empfehlen wir Ihnen, sich in eine Hockposition zu begeben, da die Tiefe der Vagina dadurch verkürzt wird (fig.4).

WICHTIG:

HOT INTIMATE CARE Soft Tampons sind keine Verhütungsmittel. Sie sind zur Verwendung mit Kondomen und Spirale geeignet. Bei einer frisch eingesetzten Spirale sollten Sie Rücksprache mit Ihrem Arzt halten (fig.5). Nur für einmaligen Gebrauch. Eine Wiederverwendung kann zu Erkrankungen und Infektionen führen.

GB

„SOFT TAMPONS“

INSTRUCTIONS

The stringless HOT INTIMATE CARE Soft Tampons allow for intercourse, sports, spa treatments, etc. during menstruation.

- Wash hands thoroughly before insertion or removal of HOT INTIMATE CARE Soft Tampons (fig.1).
- Remove the hygienically sealed Soft Tampon from its packaging.
- For easier insertion, apply a small amount of lubricant onto the Soft Tampon, or moisten it with clean water.
- The Soft Tampon can be easily inserted in a squatting position or when sitting on the toilet.
- Place the middle finger of one hand onto the middle of the Soft Tampon. Part the labia with the other hand and push the Soft Tampon into the vagina until it is in firm contact with the cervix (fig.2).
- The HOT INTIMATE CARE Soft Tampon can be worn for up to 8 hours (fig.3). Recommended time of use is 4 to 6 hours, depending on the flow of your period.
- Remove the Soft Tampon by pulling it out using your finger and thumb. If you have difficulty, we recommend that you remove the Soft Tampon in a squatting position for easier removal (fig.4).

IMPORTANT INFORMATION:

HOT INTIMATE CARE Soft Tampons is not a form of birth control. They are suitable to be used with condoms and spiral. Consult your doctor if you have recently had an spiral inserted (fig.5). Do not reuse Soft Tampons, as this can lead to illness and infections.

I

„SOFT TAMPONS“

ISTRUZIONI

Gli assorbenti interni morbidi senza filo HOT INTIMATE CARE consentono di avere rapporti e fare sport, trattamenti benessere, ecc. durante il ciclo mestruale.

- Lavati accuratamente le mani prima di inserire o rimuovere gli assorbenti interni morbidi HOT INTIMATE CARE (fig.1).
- Estrai l'assorbente interno morbido igienicamente sigillato dalla sua confezione.
- Per facilitare l'inserimento, applica una piccola quantità di lubrificante sull'assorbente interno o inumidiscilo con acqua pulita.
- L'assorbente interno morbido può essere facilmente inserito in posizione accovacciata o seduti sul water.
- Posiziona il dito medio di una mano al centro dell'assorbente interno morbido. Con l'altra mano apri le labbra della vagina e spingi l'assorbente interno morbido nella vagina finché non è perfettamente aderente al collo dell'utero (fig.2).
- L'assorbente interno morbido HOT INTIMATE CARE può essere utilizzato al massimo per 8 ore (fig.3). Il periodo di utilizzo consigliato è di 4-6 ore, a seconda del flusso del ciclo mestruale.
- Rimuovi l'assorbente interno morbido estraendolo con un dito e il pollice. In caso di difficoltà, per facilitare l'operazione, ti consigliamo di rimuovere l'assorbente interno morbido in posizione accovacciata (fig.4).

INFORMAZIONE IMPORTANTE:

Gli assorbenti interni morbidi HOT INTIMATE CARE non sono strumenti di contraccezione. Sono adatti per essere utilizzati con un profilattico e spirale intrauterina. Consulta il medico se di recente ti è stata applicata una spirale intrauterina (fig.5). Non riutilizzare gli assorbenti interni morbidi; questo potrebbe causare malattie e infezioni.

NL

„SOFT TAMPONS“

INSTRUCTIES

De HOT INTIMATE CARE Zachte Tampons zonder touwtje maken vrijen, sporten, spa-behandelingen etc. mogelijk tijdens de menstruatie.

- Was de handen grondig voor het inbrengen of verwijderen van de HOT INTIMATE CARE Zachte Tampons (afb.1).
- Verwijder de hygiënisch gesealde Zachte Tampon uit de verpakking.
- Breng een klein beetje glijmiddel aan op de Zachte Tampon voor makkelijker inbrengen of bevochtigt hem met schoon water.
- De Zachte Tampon kan eenvoudig worden ingebracht in een gehurkte positie of zittend op het toilet.
- Plaats de middelvinger van één hand op het midden van de Zachte Tampon. Houd de schaamlippen opzij met de andere hand en duw de Zachte Tampon in de vagina tot deze duidelijk de baarmoedermond raakt (afb.2).
- De HOT INTIMATE CARE Zachte Tampon kan tot wel 8 uur worden gedragen (afb.3). De aangeraden gebruikstijd is 4 tot 6 uur, afhankelijk van de hoeveelheid bloedverlies tijdens de menstruatie.
- Verwijder de Zachte Tampon door deze met de vinger en duim eruit te trekken. Als dit moeilijk gaat, raden we aan de Zachte Tampon te verwijderen in een gehurkte positie, waardoor het verwijderen eenvoudiger is (afb.4).

BELANGRIJKE INFORMATIE:

HOT INTIMATE CARE Zachte Tampons zijn geen voorbehoedsmiddel. Ze zijn geschikt om te worden gebruikt met condooms en een spiraal. Raadpleeg uw arts als u recentelijk een spiraal hebt laten inbrengen (afb.5). Gebruik de Zachte Tampons niet opnieuw, omdat dit kan leiden tot ziekte en infecties.

E

„SOFT TAMPONS“

INSTRUCCIONES

Los tampones de esponja sin hilo HOT INTIMATE CARE permite mantener relaciones sexuales, hacer deporte, tratamientos de spa, etc. durante la menstruación.

- Lavarse bien las manos antes de introducir o retirar el tampón HOT INTIMATE CARE (fig.1).
- Retirar el tampón de su envase higiénicamente sellado.
- Para introducirlo con más facilidad, aplicar un poco de lubricante en el tampón o humedecerlo con agua limpia.
- El tampón se puede introducir fácilmente en cuclillas o sentada en el inodoro.
- Coloca el dedo medio de una mano en el centro del tampón. Separa los labios con la otra mano y empujalo dentro de la vagina hasta que esté en contacto firme con el cuello del útero (fig.2).
- El tampón HOT INTIMATE CARE se puede llevar hasta 8 horas (fig.3). Se recomienda utilizarlo de 4 a 6 horas, dependiendo del flujo de tu periodo.
- Retira el tampón tirando de él hacia fuera con el pulgar y otro dedo. Si tienes dificultades, te recomendamos sacar el tampón en cuclillas (fig.4).

INFORMACIÓN IMPORTANTE:

Los tampones de esponja HOT INTIMATE CARE no son una forma de anticoncepción. Pueden usarse con preservativos y DIU. Consulta a tu médico si has llevado recientemente un DIU insertado (figura 5). No reutilices los tampones, ya que puede conducir a enfermedades e infecciones.

F

„SOFT TAMPONS“

DES INSTRUCTIONS

Les tampons doux sans fil de HOT INTIMATE CARE permettant d'avoir des rapports sexuels, de faire des cures thermales, du sport, etc. pendant la menstruation.

- Lavez-vous les mains soigneusement avant d'insérer ou de retirer les tampons doux HOT INTIMATE CARE (fig.1).
- Retirez le tampon doux scellé hygiéniquement de son emballage.
- Pour faciliter leur insertion, appliquez une petite quantité de lubrifiant sur le tampon doux ou humidifiez-le avec de l'eau claire.
- Le tampon doux peut être facilement inséré en position accroupie ou lorsque vous êtes assise sur les toilettes.
- Placez l'index sur le milieu du tampon doux. Écartez les lèvres de l'autre main et poussez le tampon doux dans le vagin jusqu'à ce qu'il soit en contact avec le col de l'utérus (fig.2).
- Le Tampon doux HOT INTIMATE CARE peut être porté pendant 8 heures (fig.3). La durée recommandée d'utilisation est de 4 à 6 heures, selon le flux de vos règles.
- Retirez le tampon doux en le tirant à l'aide de votre doigt et de votre pouce. Si vous éprouvez des difficultés, nous recommandons de retirer le tampon doux en position accroupie pour l'enlever plus facilement (fig.4).

INFORMATIONS IMPORTANTES:

Les tampons doux sans fil de HOT INTIMATE CARE ne sont pas un moyen de contraception. Ils peuvent être utilisés avec les préservatifs et le stérilet. Consultez votre médecin si vous vous êtes fait récemment poser un stérilet (fig.5). Ne pas réutiliser les tampons doux, car cela peut conduire à des maladies et des infections.

P

„SOFT TAMPONS“

INSTRUÇÕES

Os Tampões Suaves sem fio HOT INTIMATE CARE permitem ter relações sexuais, fazer desporto, tratamentos de spa, etc. Durante a menstruação.

- Antes da introdução ou remoção dos Tampões Suaves HOT INTIMATE CARE, lave cuidadosamente as suas mãos (fig.1).
- Retire o Tampão Suave, que se encontra selado higiénicamente, de dentro da respetiva embalagem.
- A fim de facilitar a introdução, aplique uma pequena quantidade de lubrificante no Tampão Suave, ou humedeça o mesmo com água limpa.
- O Tampão Suave pode ser introduzido facilmente numa posição de agachamento ou enquanto se encontra sentada no quarto de banho.
- Coloque o dedo médio de uma das mãos no meio do Tampão Suave. Separe os lábios com a outra mão e empurre o Tampão Suave para dentro da vagina, até que se encontre firmemente em contacto com o colo do útero (fig.2).
- O Tampão Suave HOT INTIMATE CARE pode ser usado durante 8 horas (fig.3). O tempo recomendado de utilização é de 4 a 6 horas, dependendo do fluxo do seu período.
- Retire o Tampão Suave puxando o mesmo para fora, utilizando o seu dedo e o polegar. Se tiver alguma dificuldade, recomendamos que retire o Tampão Suave numa posição de agachamento, a fim de facilitar a remoção. (fig.4).

INFORMAÇÕES IMPORTANTES:

HOT INTIMATE CARE Os Tampões Suaves não constituem uma forma de contraceção. São adequados para utilizar com preservativos e dispositivos intrauterinos. Se introduziu recentemente um DIU, consulte o seu médico (fig.5). Não reutilize os Tampões Suaves, uma vez que tal poderá conduzir a doenças e infeções.

TR

„SOFT TAMPONS“

TALIMATLAR

Telsiz HOT INTIMATE CARE Yumuşak Tampon regl süresince cinsel ilişki, spor, spa bakımları, vb. için izin verir.

- HOT INTIMATE CARE Yumuşak tamponları yerleştirirken ya da çıkarırken önce ellerinizi iyice yıkayın (Şekil 1).
- Hijyenik mühürlü Yumuşak Tamponu paketinden çıkarın.
- Kolay yerleştirilmesi için, Yumuşak Tampon üzerine küçük bir miktar kayganlaştırıcı uygulayın veya temiz su ile nemlendirin.
- Yumuşak Tampon çömelme pozisyonunda veya tuvalete otururken kolayca yerleştirilebilir.
- Bir elinizin orta parmağını Yumuşak Tamponun ortasına yerleştirin. Labiayı diğer elinizle ayırın ve rahim boynu ile temas edene kadar vajına içine Yumuşak Tamponu itin (Şek. 2).
- HOT INTIMATE CARE Yumuşak Tampon 8 saate kadar kullanılabilir (Şek.3). Tavsiye edilen kullanım süresi, dönemizin akışına bağlı olarak 4 ila 6 saat arasındır.
- Retire o Tampão Suave puxando o mesmo para fora, utilizando o seu dedo e o polegar. Se tiver alguma dificuldade, recomendamos que retire o Tampão Suave numa posição de agachamento, a fim de facilitar a remoção. (fig. 4).

ÖNEMLİ BILGI:

HOT INTIMATE CARE Yumuşak Tampon doğum kontrol biçimi değildir. Prezervatif ve spiral ile birlikte kullanımı uygundur. Son zamanlarda takılan bir spiralinizi varsa doktorunuza danışın (Şek.5). Hastalık ve enfeksiyonlara yol açabileceği için Yumuşak Tamponları birden fazla kez kullanmayın.

N

„SOFT TAMPONS“

INSTRUKSJONER

Med de stringløse HOT INTIMATE CARE mykttampogene kan man ha samleie, spille sport, få spabehandling, osv. under menstruasjon.

- Vask hender grundig før innsetting eller fjerning av HOT INTIMATE CARE-mykttamponger (fig.1).
- Fjern den hygienisk forseglede mykttampongen fra emballasjen.
- For enklare innsetting, påfør litt smøring på mykttampongen, eller fukt den med rent vann.
- Mykttampongen kan enkelt settes inn i en huk-posisjon eller når man sitter på toalettet.
- Plasser langfingeren på en hånd på midten av mykttampongen. Del leppene med den andra hånden og dytt mykttampongen inn i vaginaen til den er i fast kontakt med livmorshalsen (fig.2).
- HOT INTIMATE CARE-mykttampongen kan gås med i innlitt 8 timer (fig.3). Anbefalt brukstid er 4 til 6 timer, avhengig av flyten på perioden.
- Fjern mykttampongen ved å dra den ut med fingeren og tommelen din. Hvis du har problemer, anbefaler vi at du fjerner mykttampongen i en hukposisjon for enklere fjerning (fig.4).

VIKTIG INFORMASJON:

HOT INTIMATE CARE-mykttamponger er ikke en form for fødselskontroll. De passer for bruk med kondomer og spiral. Snakk med legen din hvis du nylig hadde satt inn en spiral (fig.5). Bruk ikke mykttamponger på nytt, ellersom dette kann føre til sykdom og infeksjoner.

S

„SOFT TAMPONS“

INSTRUKTIONER

De snörlösa, mjuka tampongerna HOT INTIMATE CARE möjliggör samlag, sportaktiviteter, spabehandling etc. under menstruationen.

- Tvätta händerna noggrant innan införing eller borttagning av de mjuka tampongerna HOT INTIMATE CARE (fig.1).
- Ta ur den hygieniskt förseglade mjuka tampongen ur sitt emballage.
- För enklare införing; applicera en liten mängd glidmedel på den mjuka tampongen eller fukta den med rent vatten.
- Den mjuka tampongen införs lättast i en hukande position eller sittandes på toalettet.
- Placera en handens långfinger i mitten av den mjuka tampongen. Sära på blygdäpparna med den andra handen och dytt mykttampongen in i vaginaen till den har säker kontakt med livmoderhalsen (fig.2).
- Den mjuka tampongen HOT INTIMATE CARE kan bäras i upp till 8 timmar (fig.3). Rekommenderat användande är 4-6 timmar beroende på hur rikligt ditt menstruationsflöde är.
- Avlägsna den mjuka tampongen genom att dra ut den med hjälp av ditt finger och din tumme. Om du upplever några svårigheter rekommenderar vi avlägsnande av den mjuka tampongen i en hukande position för enklare borttagning (fig.4).

VIKTIG INFORMATION:

HOT INTIMATE CARE mjuka tamponger är inte en form av preventivmedel. De passar att användas tillsammans med kondom eller spiral. Rådfråga din läkare om du nyligen har fått en spiral insatt (fig.5). Återanvänd inte de mjuka tampongerna då det kan leda till sjukdomar och infektioner.

INTIMATE CARE

(SK)

„SOFT TAMPONS“

POKYNY

S jemnými tampónmi bez šňůrky HOT INTIMATE CARE můžete mať počas menštruácie pohlavný styk, podstupovať kúpeľné procedúry a venovať sa športu a mnohým iným aktivitám.

- Pred aplikovaním alebo odstránením jemných tampónov HOT INTIMATE CARE si dôkladne umyte ruky (obr.1).
- Vyberte jemný tampón z hygienicky uzatvoreného obalu.
- Pre jednoduchšiu aplikáciu na jemný tampón naneste malé množstvo lubrikačného gélu alebo ho navlhčíte čistou vodou.
- Jemný tampón sa dá ľahko aplikovať, keď čúpíte alebo sedíte na záchode.
- Umiestnite jeden prostredník na strednú časť jemného tampónu. Druhou rukou od seba odťahnite pisky a vložte jemný tampón do pošvy, až kým sa pevne nedotýka krčka (obr. 2).
- Jemné tampóny HOT INTIMATE CARE môžete nosiť až 8 hodín (obr. 3). Odporúčaná doba používania je 4 až 6 hodín a závisí od intenzity menštruácie.
- Pre vybratie jemného tampónu ho uchopte palcom a ukazovákom/prostredníkom a potiahnite. Ak máte problémy a chcete vyberanie uľahčiť, odporúčame vám vyberať jemný tampón, keď čúpíte (obr. 4).

DÔLEŽITÉ INFORMÁCIE:

Jemné tampóny HOT INTIMATE CARE nie sú druh antikoncepcie. Môžu sa používať zároveň s kondómami a vnútromaternicovým telieskom. Ak ste si nedávno dávali zaviesť vnútromaternicové teliesko, kontaktujte svojho lekára (obr. 5). Nepoužívajte jemné tampóny viac než jeden raz. Opakované použitie môže viesť k chorobám a infekciám.

(RS)

„SOFT TAMPONS“

UPUTE

Meki tamponi HOT INTIMATE CARE bez končica dozvoljavaju seksualni odnos, sportske aktivnosti, spa tretmane, itd. za vreme menstruacije.

- Operite detaljno ruke pre stavljanja ili uklanjanja HOT INTIMATE CARE Mekih tampona (slika 1).
- Izvadite Meki tampon iz njegovog higijenski zapečaćenog pakovanja.
- Zarad lakšeg stavljanja, nanosite malu količinu lubrikanta na Meki tampon, ili ga navlažite čistom vodom.
- Pre jednodušhiju aplikaciju na jemný tampón naneste malé množstvo lubrikačného gélu alebo ho navlhčíte čistou vodou.
- Meki tampon može lako biti stavljen u čuččem položaju ili kada sedite na wc solji.
- Stavite srednji prst jedne ruke na sredinu Mekog tampona. Razdvojite usmine drugom rukom i gurajte Meki tampon u vaginu, sve dok ne nalegne na grlić materice (slika 2).
- HOT INTIMATE CARE Meki tampon može da se nosi najviše osam sati (slika 3). Preporučeno vreme upotrebe je četiri do šest časova, u zavisnosti od intenziteta vaše menstruacije.
- Uklonite Meki tampon izvlačeći ga koristeći vaš prst i palac. Ako imate poteškoća, preporučujemo da uklonite Meki tampon u čuččem položaju zarad lakšeg uklanjanja (slika 4).

VAŽNE INFORMACIJE:

HOT INTIMATE CARE Meki tamponi nisu sredstva kontracepcije. Pogodni su za korišćenje sa kondomima i spiralom. Konsultujte vašeg lekara ako ste u skorije vreme stavljali spiralu (slika 5). Nemojte ponovo koristiti isti Meki tampon, jer ovo može dovesti do bolesti i infekcija.

(PL)

„SOFT TAMPONS“

INSTRUKCJE

Miękkie tampony bez sznurków HOT INTIMATE CARE umożliwiają uprawianie sportu, stosowanie zabiegów spa, a także współżycie podczas menstruacji.

- Przed aplikacją i usunięciem miękkiego tamponu HOT INTIMATE CARE należy dokładnie umyć ręce (rys.1).
- Scoateți din ambalaj Tamponul Soft, care a fost sigilat igienic.
- Usuń higienicznie zamknięty miękki tampon z opakowania.
- Aby ułatwić aplikację tamponu, użyj niewielkiej ilości substancji nawilżającej na miękki tampon lub zwilż go czystą wodą.
- Tamponul Soft se introduce cu ușurință în poziția șezând sau atunci când stați pe toaletă.
- Aplikowanie miękkiego tamponu jest łatwiejsze w pozycji kucznej lub podczas siedzenia na toalecie.
- Puneți degetul mijlociu al mâinii în mijlocul Tamponului Soft. Depărtați labiile cu cealaltă mână și împingeți Tamponul Soft în vagin până ajunge în contact cu colul cervical (fig.2).
- Tamponul Soft HOT INTIMATE CARE poate fi purtat până la 8 ore (fig.3). Timpul recomandat de folosire este între 4 și 6 ore, în funcție de fluxul menstrual.
- Scoateți Tamponul Soft trăgându-l afară cu două degete. Dacă întâmpinați dificultăți, vă recomandăm să scoateți Tamponul Soft în poziție șezând, pentru o îndepărtare mai ușoară (fig.4).
- Miękkiego tamponu HOT INTIMATE CARE można używać maksymalnie 8 godzin (rys.3). Zalecany czas użycia wynosi od 4 do 6 godzin, w zależności od wypływu krwi podczas okresu.
- Uklonite Meki tampon, wyciągając go przy użyciu palca i kciuka. W przypadku wystąpienia trudności zaleca się usowanie tamponu w pozycji kucznej (rys.4).

WAŽNE INFORMACIJE:

Miękkie tampony HOT INTIMATE CARE nie są środkami antykoncepcyjnym. Mogą być używane z prezerwatywami i spiralami. W przypadku stosowania spirali należy skonsultować się z lekarzem (rys. 5). Nie należy ponownie stosować zużytego tamponu, gdyż może to prowadzić do powstania infekcji lub choroby.

(RO)

„SOFT TAMPONS“

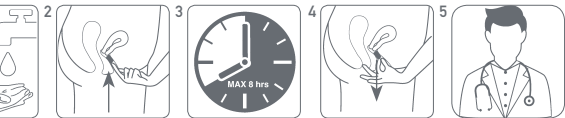
INSTRUCȚIUNI

Tampoanele Soft HOT INTIMATE CARE fără șnur permit contactul sexual, practicarea de sporturi, tratamentele spa etc., în timpul menstruației.

- Spălați-vă bine pe mâini înainte de introducerea sau de scoaterea Tampoanelor Soft HOT INTIMATE CARE (fig.1.)
- Scoateți din ambalaj Tamponul Soft, care a fost sigilat igienic.
- Pentru o introducere mai ușoară, aplicați o cantitate mică de lubrefiant pe Tamponul Soft sau umeziți-l cu apă curată.
- Tamponul Soft se introduce cu ușurință în poziția șezând sau atunci când stați pe toaletă.
- Puneți degetul mijlociu al mâinii în mijlocul Tamponului Soft. Depărtați labiile cu cealaltă mână și împingeți Tamponul Soft în vagin până ajunge în contact cu colul cervical (fig.2).
- Tamponul Soft HOT INTIMATE CARE poate fi purtat până la 8 ore (fig.3). Timpul recomandat de folosire este între 4 și 6 ore, în funcție de fluxul menstrual.
- Scoateți Tamponul Soft trăgându-l afară cu două degete. Dacă întâmpinați dificultăți, vă recomandăm să scoateți Tamponul Soft în poziție șezând, pentru o îndepărtare mai ușoară (fig.4).

INFORMAȚII IMPORTANTE:

HOT INTIMATE CARE Tampoanele Soft nu sunt o formă de contracepție. Ele pot fi folosite împreună cu prezervativele și dispozitivele intrauterine. Consultați-vă doctorul în cazul în care vi s-a fixat recent un dispozitiv intrauterin (fig.5). Nu refolosiți Tampoanele Soft, deoarece acest lucru poate cauza boli sau infecții.



(CZ)

„SOFT TAMPONS“

POKYNY

Měkké Tampóny mit behávní styk, sportovat, užívat si v lázních atd. během menstruace.

- Před vložením nebo odstráněním Měkkých Tampónů HOT INTIMATE CARE si pořádně umyte ruce (fig.1).
- Z hygienicky utěsněných Měkkých Tampónů odstraňte jejich obal.
- Pro snadnější vložení aplikujte na Měkký Tampón trochu lubrikantu, nebo jej zvlhčete čistou vodou.
- Měkké Tampóny lze snadno zasunout v pokleku nebo při sezení na toaletě.
- Vložte prostředníček jedné ruky doprostřed Měkkého Tampónu. Druhou rukou rozdělte pysky a zasuňte Měkký Tampón do vagíny až do pevného spojení s děložním čípkem (fig.2).
- Měkký Tampón HOT INTIMATE CARE lze nosit až 8 hodin (fig.3). Doporučený čas nošení je mezi 4 - 6 hodinami v závislosti na stupni vaší menstruace.
- Odstraňte Měkký Tampón vytáháním pomocí vašeho prstu a palce. Pokud máte problémy, doporučujeme Měkký Tampón odstranit v pokleku pro snadnější odstránění (fig.4).

DŮLEŽITÉ INFORMACE:

Měkké Tampóny HOT INTIMATE CARE nejsou formou antikoncepce. Jsou vhodné pro použití s kondomem a děložním tělískem. Pokud jste měla nedávno zavedeno děložní tělísko, konzultujte to s vaším doktorem (fig.5). Nepoužívejte Měkké Tampóny opakovaně, může to vést k nemocem a infekcím.

(H)

„SOFT TAMPONS“

UTASÍTÁSOK

A madzag nélküli HOT INTIMATE CARE puha tamponok segítségével szexuális kapcsolatot létesíthet, sportolhat, gyógyfürdőzhet stb. a menstruáció ideje alatt.

- Alaposan mossa meg kezét a HOT INTIMATE CARE puha tamponok felhelyezése és eltávolítása előtt (1. ábra).
- Távolítsa el a higiéniaialag lezárt puha tampon a csomagolásából.
- A könnyebb felhelyezés érdekében használjon kis mennyiségű síkosítót a puha tamponon vagy nedvesítse be tiszta vízzel.
- A puha tampon könnyen felhelyezhető guggoló pozícióban vagy a toaletten ülve.
- Helyezze az egyik középső ujját a puha tampon középre. Másik kezével nyissa szét ajkait, majd nyomja fel a puha tampon a hüvelynyílásába, amíg az el nem éri a méhnyakát (2. ábra).
- A HOT INTIMATE CARE puha tampon 8 óráig használható (3. ábra). Az ajánlott használati idő 4-6 óra, a vérzésétől függően.
- Távolítsa el a puha tampon az ujjai segítségével.
- Ha problémába ütközik, próbálkozzon guggoló pozícióban a könnyebb eltávolítás érdekében (4. ábra).

FONTOS INFORMÁCIÓ:

A HOT INTIMATE CARE puha tampon nem a fogamzásgátlás egy módja. Övszer vagy spirál mellett használható. Konzultáljon orvosával, ha nemrég helyezték fel Önnék spirálát (5. ábra). Ne használja újra a puha tamponokat, mivel ez betegséghöz és fertőzéshez vezethet.

(RU)

„SOFT TAMPONS“

ИНСТРУКЦИИ

Мягие тампоны HOT INTIMATE CARE специально созданы для сексуальной активности, занятия спортом, СПА-процедур во время менструаций.

- Помойте руки, перед тем как вставить или удалить мягкий тампон (HOT INTIMATE CARE) – Извлеките мягкий тампон из индивидуальной упаковки.
- Помойте руки, перед тем как вставить или удалить мягкий тампон HOT INTIMATE CARE.
- Извлеките мягкий тампон из индивидуальной упаковки.
- Для более комфортного введения мягкого тампона рекомендуем использовать лубрикант или воду.
- Мягкий тампон удобней всего вводить в положении полусядya либо сидя.
- Средним пальцем аккуратно введите мягкий тампон во влагалище до тех пор пока он не достигнет шейки матки (рис 2).
- HOT INTIMATE CARE Мягкий тампон может находиться внутри до 8 часов (рис 3). Рекомендуемое время использования мягкого тампона от 4 до 6 часов, в зависимости от обильности вашей менструации.
- Извлекайте мягкий тампон двумя пальцами. Если вы испытываете затруднения при извлечении мягкого тампона, следует присесть на корточки для облегчения процесса (рис 4).

ВАЖНАЯ ИНФОРМАЦИЯ:

HOT INTIMATE CARE Мягие тампоны не являются средством для защиты от нежелательной беременности. При использовании мягких тампонов возможно применять презервативы и спирали. Дополнительно проконсультируйтесь с врачом если вы пользуетесь спиралью в качестве контрацепции (рис 5). Мягкий тампон является одноразовым и не предназначен для повторного использования.

(CN)

„SOFT TAMPONS“

說明

無線的 HOT INTIMATE CARE 柔軟衛生棉條可讓您在月經期間進行性交、運動、spa 護理療程等。

- 在插入或移除 HOT INTIMATE CARE 柔軟衛生棉條前請徹底洗手。(圖1)
- 從包裝中取出經過衛生封裝的柔軟衛生棉條。
- 為了方便插入，請塗抹少量潤滑劑到柔軟衛生棉條上，或用乾淨的水潤濕它。
- 柔軟衛生棉條可以蹲姿或坐在馬桶上的時候輕易插入陰道。
- 將一隻手的中指放在柔軟衛生棉條的中間，用另一隻手撥開陰唇，然後將柔軟衛生棉條推進陰道，直到它與子宮頸牢固接觸。(圖2)
- HOT INTIMATE CARE 柔軟衛生棉條可以使用長達 8 個小時(圖3)。建議使用時間是 4 到 6 小時，取決於您的經血量。
- 使用你的手指和拇指將柔軟衛生棉條拉出來移除。若取出時遇到困難，我們建議您以蹲姿來快速取出柔軟衛生棉條。(圖4)

重要資訊：

HOT INTIMATE CARE 柔軟衛生棉條不是一種控制生育的方法。它們可以與保險套和螺旋式避孕器一起使用。如果你最近已植入螺旋式避孕器(圖5)，請向您的醫師諮詢。不要重複使用柔軟衛生棉條，因為這可能會導致疾病和感染。

(AE)

”SOFT TAMPONS,“

تعليمات

إن حفاظ HOT INTIMATE CARE الناعمة الغير مخططة تسمح بالجماع وممارسة الرياضة وعلاجات المنتجع الصحي، إلخ. أثناء فترة الحيض.

- قومي بغسل اليدين جيدا قبل تركيب أو إزالة حفاظ HOT INTIMATE CARE الناعمة، كما في (شكل 1).
- قومي بإخراج الحافظة الناعمة المخطومة بطريقة صحيحة ونظيفة من عبوتها.
- لتسهيل عملية الإدخال، قومي بإضافة كمية صغيرة من الزيت على الحافظة الناعمة، أو قومي بتربطها بالماء النظيف.
- يُمكن إدخال الحافظة الناعمة بسهولة في وضع الفرجاء أو عند الجلوس على المراوح.
- قومي بوضع الإصبع الأوسط من أحد اليدين على وسط الحافظة الناعمة. وياعدي بين الشفرتين باليد الأخرى، وادفعي الحافظة الناعمة إلى داخل المهبل حتى تصمغ على اتصال وتزيد مع عنق الرحم. كما في (شكل2).
- يُمكن ارتداء حفاظ HOT INTIMATE CARE الناعمة لمدة تصل إلى 8 ساعات كما في (شكل3). والوقت الموصى به للاستخدام من 4-6 ساعات، وهذا يتوقف على تدفق الدورة الشهرية لديك.
- قومي بإزالة الحافظة الناعمة عن طريق سحبها للخارج باستخدام أصابع سابتك وإبهامك. إذا كان لديك صعوبة، فحنن نصمغ بإزالة الحافظة الناعمة في وضع الفرجاء لتسهيل إزالتها كما في (شكل4).

معلومات هامة:

إن حفاظ HOT INTIMATE CARE ليست أحد وسائل تحديد النسل. إنها مناسبة للاستخدام مع الواقي الذكري والوليب. قومي باستشارة طبيبك إذا كنتي قد قمتي بتركيب لولب مؤخرا (شكل5). لا تعيدي استخدام الحافظ الناعمة، لأن ذلك قد يؤدي إلى المرض والعدوى.