

VŠEOBECNÉ INFORMÁCIE O TAMPÓNOCH A O TOM, AKO ICH BEZPEČNE POUŽÍVAŤ

Všeobecné informácie

Tampóny sú výrobky, ktoré sa používajú na absorpciu menštruačnej krvi počas vašej menštruácie a zavádzajú sa do pošvy. Ich absorpčný materiál je bavlna, viskóza (rajón) alebo zmes obidvoch. Tampóny sú určené na zavádzanie buď pomocou plastového alebo kartónového aplikátora alebo bez aplikátora (len pomocou prsta). Všetky tampóny sú opatrené šnúrkou na zaistenie bezpečného vybratia. Niektoré tampóny majú tiež dodatočnú vonkajšiu kryciu vrstvu, ktorá pomáha pri ich zavádzaní a vyberaní.

Každé menštruačné krvácanie je iné, mení sa zo dňa na deň počas každej menštruácie a môže byť rôzne počas vášho menštruačného života. Preto sa tampóny vyrábajú v určitom rozsahu absorpčnej schopnosti/veľkosti, aby pomáhali zvládať rôzne menštruačné krvácanie. Vždy zvolte najnižšiu absorpčnú schopnosť, ktorá je vhodná pre potreby vášho menštruačného krvácania.

Každé balenie tampónov má tabuľku s popisom absorpčnej schopnosti tampónov v kvapkách a gramoch ich prepojenie s odporúčaným menštruačným prietokom.

Absorpčná schopnosť v kvapkách	Absorpčná schopnosť v gramoch	Obvykle odporúčané pre menštruačné krvácanie, ktoré je...
●	< 6	Veľmi slabé až slabé
●●	6 až 9	Slabé až stredne silné
●●●	9 až 12	Stredne silné až silné
●●●●	12 až 15	Silné
●●●●●	15 až 18	Veľmi silné
●●●●●●	18 až 21	Extrémne silné

Bezpečnostné rady a syndróm toxického šoku

Možno ste počuli o syndróme toxického šoku alebo TSS. TSS je veľmi zriedkavé ale vážne ochorenie, ktoré môže byť fatálne. Preto je dôležité vedieť, aké sú príznaky, aby bolo možné ich rýchlo rozoznať a ihneď vyhľadať lekársku pomoc.

Všetky príznaky TSS sa nemusia vyskytnúť v rovnakom čase. Ak sa u vás objavia príznaky alebo máte obavy, že môžete mať TSS, preventívne si vyberte tampón, požiadajte o okamžitú lekársku pomoc a informujte lekára, že máte menštruáciu, používali ste tampóny a že možno máte TSS.

Príznaky TSS môžu zahŕňať niektoré alebo všetky z nasledujúcich príznakov:

- Náhla vysoká horúčka nad 39 °C
- Vracanie
- Hnačka
- Vyrážky ako pri spálení od slnka
- Bolesť hrdla
- Závraty alebo mdloby

TSS sa môže vyskytnúť opätovne a pre tých, ktorí mali TSS, sa v budúcnosti neodporúča tampóny používať. Ak ste mali TSS, pred budúcim použitím akéhokoľvek druhu tampónu alebo vnútrovagínálnej pomôcky sa poraďte s lekárom.

Odporúčania pre bezpečné používanie tampónov

Pozor: Ide o všeobecné odporúčania, platné pre všetky druhy tampónov. Konkrétne pokyny, vrátane podrobností o zavádzaní a vyberaní tampónov, o tom, ako často tampón meniť a ako dlho by ste ho mali nosiť, nájdete na obale alebo v informáciách o výrobku danej značky tampónu, ktorý používate.

- Pred zavedením tampónu a po ňom si umyte ruky.
- Použite tampón najnižšej absorpčnej schopnosti/veľkosti, ktorý je vhodný pre vašu menštruáciu.
- Používajte vždy len jeden tampón.
- Na konci menštruácie nezabudnite vybrať posledný tampón.

Ďalšie informácie nájdete v informáciách o značke vášho tampónu alebo navštívte [webovú stránku EDANA](#).



Any questions, contact

Luminita Barbu, Regulatory Affairs Director at EDANA

Email: luminita.barbu@edana.org