







INFORMATIONS AUX CONSOMMATRICES

Les **protections périodiques** sont spécifiquement conçues pour absorber le flux menstruel pendant la période des règles. La quantité de flux et la durée de la période des règles varient d'un jour à l'autre et d'une femme à l'autre. Les différents produits présents sur le marché français permettent de répondre à un maximum de besoins et de situations.

Le **Code de bonnes pratiques européen relatif aux tampons périodiques** amène les fabricants à retranscrire systématiquement le niveau d'absorption du produit selon une symbolique commune (comportant le nombre approprié de gouttelettes correspondant au niveau d'absorption déterminé) et à délivrer dans une notice des recommandations et des instructions précises sur la manière d'utiliser correctement les tampons. Enfin, ces notices comportent d'importantes informations concernant les symptômes du syndrome du choc toxique menstruel.

	GOUTTETTES	GRAMMES
1 GOUTTELETTE		< 6
2 GOUTTETTES		6 – 9
3 GOUTTETTES		9 – 12
4 GOUTTETTES		12 – 15
5 GOUTTETTES		15 – 18
6 GOUTTETTES		18 – 21

RÈGLES DE BASE D'UTILISATION ET D'HYGIÈNE

Pour la bonne utilisation des tampons, les fabricants recommandent de prendre connaissance des informations figurant sur **l'emballage** et la **notice détaillée** présente dans les boîtes de tampons.

DANS TOUS LES CAS, NOUS VOUS RAPPELONS LES RÈGLES DE BASE D'UTILISATION ET D'HYGIÈNE SUIVANTES

- Se laver les mains avant d'utiliser une protection périodique.
- Choisir l'absorption adaptée à son flux, sachant que celui-ci varie pendant la période des règles.
- Changer régulièrement sa protection périodique.
- Ne rien jeter dans les toilettes.
- Jeter sa protection après usage dans des conditions hygiéniques. Pour les serviettes périodiques, utiliser le sachet service prévu à cet effet.
- Se laver les mains après avoir retiré sa protection périodique et avant d'en mettre une nouvelle.

DANS LE CAS DES TAMPONS

- Ne pas utiliser de tampon périodique en dehors des règles.
- Utiliser toujours un niveau d'absorption plus faible adapté à son flux. Se reporter à la symbolique commune des gouttelettes figurant sur l'emballage du produit.
- S'assurer d'avoir retiré le tampon usagé avant d'insérer un nouveau tampon périodique dans le vagin. Dans tous les cas, n'utiliser qu'un seul tampon à la fois.
- Changer son tampon régulièrement (toutes les 4 à 8 heures).