

Probiotic Tampon®

ellen.

Tampons probiotiques ellen®

Les **tampons probiotiques ellen®** contiennent du LN®, Lacto Naturel, un mélange probiotique de trois souches de bactéries productrices d'acide lactique qui sont naturellement présentes dans le vagin et lui assurent un pH équilibré : Lactobacillus gasseri LN40, Lactobacillus fermentum LN99 et Lactobacillus rhamnosus LN113.

L'apport ciblé de bactéries lactiques probiotiques (lactobacilles) contenues dans les tampons probiotiques ellen® contribue à maintenir la flore vaginale naturelle dans le vagin. Les bactéries lactiques dominent naturellement la flore vaginale et créent un environnement acide. Le nombre de bactéries lactiques peut varier pour diverses raisons et affecter le pH du vagin. En conséquence, le vagin peut perdre sa protection naturelle.

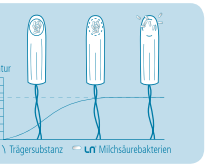
Lorsque vous utilisez des **tampons probiotiques ellen®**, vous introduisez des probiotiques naturels dans

Probiotic Tampon®

ellen.

votre vagin. Ceux-ci aident à maintenir la flore vaginale en bonne santé et à assurer l'équilibre du pH. Les bactéries lactiques incorporées dans l'excipient sont libérées du tampon lorsque l'apport en liquide est suffisant et que le tampon a atteint la température du corps. Elles parviennent ainsi dans le vagin, en colonisent la muqueuse et participent à la préservation de la flore vaginale. Vous ne sentirez pas le lactobacille se libérer, car les **tampons probiotiques ellen®** présentent un confort identique aux autres tampons.

ellen.



Les tampons conviennent à toutes les femmes menstruées.

Probiotic Tampon®

ellen.

Les modifications du pH et l'inconfort vaginal sont fréquents

La plupart des femmes éprouvent un ou plusieurs troubles génitaux au cours de leur vie.

L'inconfort vaginal survient lorsque les bactéries lactiques bénéfiques sont remplacées par des bactéries indésirables. Les changements dans l'hygiène personnelle, le stress, les sports comme le spinning ou la modification des comportements sexuels ne sont que quelques-uns des facteurs pouvant nuire au milieu vaginal.

Une hygiène intime excessive peut conduire à éliminer les bactéries lactiques naturelles ayant un effet protecteur. Cela peut entraîner un affinement et un assèchement de la paroi vaginale provoquant une sensation de brûlure dans le vagin.

Mode d'emploi

Le **tampon probiotique ellen®** doit être utilisé comme un tampon normal pendant la période menstruelle. Laissez le tampon dans le vagin pendant 2 heures minimum et 8 heures maximum. Cela laisse aux

Probiotic Tampon®

ellen.

bactéries probiotiques suffisamment de temps pour atteindre la surface. Vous obtiendrez un bénéfice optimal si vous utilisez au moins 3 **tampons probiotiques ellen®** par jour pendant 3 jours. Vous pouvez utiliser des tampons probiotiques aussi souvent que vous le souhaitez pendant vos règles. Les bactéries lactiques présentes dans les **tampons probiotiques ellen®** s'autorégulent et ne peuvent donc pas être surdosées.

Choisissez une taille adaptée

Le tampon doit être retiré lorsqu'il est plein. Évitez de le retirer quand il est « sec », car cela pourrait endommager votre muqueuse. N'utilisez pas de tampons plus gros que nécessaire. Essayez des tampons de différentes tailles et choisissez celle qui est la plus adaptée à votre flux.

Probiotic Tampon®

ellen.

Informations sur le produit et le stockage

Le tampon se dilate en largeur et s'adapte à votre corps. Les **tampons probiotiques ellen®** sont en 100 % viscoses, la cordelette est en 100 % coton et la surface du tampon en 100 % polypropylène. À l'intérieur du tampon se trouvent les bactéries lactiques LN®. Les **tampons probiotiques ellen®** sont blanchis sans chlore. Pour garantir la durée de conservation des bactéries lactiques, les tampons sont conditionnés dans une boîte en aluminium recyclable.

Probiotic Tampon®

Les **tampons probiotiques ellen®** se conservent dans un endroit sec et frais dont la température est comprise entre +2 et +25 °C. Les tampons ont une durée de conservation limitée, voir la date de péremption sur le dessous de l'emballage.

Introduction du tampon

Les **tampons probiotiques ellen®** peuvent être utilisés dès les premières règles. Prenez le temps lors de la première application de vous familiariser tranquillement avec votre corps. Détendez-vous et détendez vos

ellen.

Probiotic
Tampon®



Probiotic Tampon®

muscles pelviens. Cela permettra d'insérer facilement et sans problème le tampon. L'insertion est plus facile lors des premiers jours des règles quand le flux est abondant. À chaque nouvelle application, la manipulation des **tampons probiotiques ellen®** est de plus en plus automatique et rapide.

Lavez-vous soigneusement les mains avant et après l'insertion. Touchez le tampon le moins possible avant de l'insérer.

ellen.

1. Ouvrez l'emballage de protection en tournant dans le sens de la flèche.
2. Retirez l'emballage de protection au niveau de partie inférieure du tampon.



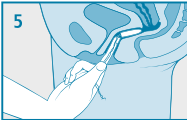
Probiotic Tampon®

3. Déroulez la cordelette. Tirez un peu sur la cordelette pour vous assurer qu'elle est bien fixée au tampon.



ellen.

4. Appuyez le bout de votre index en bas du tampon et maintenez fermement le tampon. Puis retirez la partie supérieure de l'emballage de protection.



Probiotic Tampon®

5. Tenez vos lèvres écartées avec votre main libre et poussez doucement le tampon vers le haut. Vous pouvez choisir différentes positions pour insérer un **tampon probiotique ellen®** : assise sur les toilettes, accroupie, une jambe posée plus haut que l'autre, debout. Choisissez la position la plus confortable.

Le tampon est correctement placé lorsque vous ne le sentez plus. Il est plus facile de déplacer d'abord le tampon légèrement en diagonale, puis vers le haut et

ellen.

6. Le tampon est maintenu dans le vagin par les muscles pelviens et ne peut pas glisser dans l'utérus.



Probiotic Tampon®

7. Retirez le tampon en tirant sur la cordelette. Si, en voulant le retirer, vous sentez comme une résistance, c'est que le tampon n'est pas encore tout à fait plein. Vous devez attendre un peu avant de le retirer ou penser à utiliser la fois suivante une taille de tampon plus petite. Si vous ne trouvez pas la cordelette, attendez que le tampon soit complètement plein, accroupissez-vous et appuyez jusqu'à ce que vous puissiez saisir le tampon à deux doigts et le retirer. Si vous ne parvenez pas à retirer le tampon de cette manière, consultez immédiatement un gynécologue.

ellen.

Veuillez ne pas jeter le tampon dans les toilettes, mais dans la poubelle.

Informations sur le Syndrome du Choc Toxique (SCT)

Le SCT est une infection extrêmement rare mais grave qui peut dans certains cas survenir en lien avec l'utilisation de tampons hygiéniques. Il est provoqué par des toxines produites par le staphylocoque doré, une bactérie fréquente chez l'homme. Si cette bactéri

Probiotic Tampon®

e est présente dans le vagin et qu'un tampon contenant du liquide vaginal reste trop longtemps dans le vagin, cela pourrait favoriser le développement d'un SCT. Par conséquent, lavez-vous très soigneusement les mains avant d'insérer un tampon et changez-le dès qu'il est plein.

Les symptômes du SCT sont : brusque accès de forte fièvre (<39°C), nausées, faiblesse, éruption cutanée, vertiges, maux de gorge, douleurs musculaires, vomissements et diarrhée.

ellen.

Si vous ressentez l'un des symptômes ci-dessus pendant vos règles, vous devez retirer immédiatement le tampon et contacter votre gynécologue. Cette maladie peut être mortelle, mais elle est facile à guérir si elle est traitée à temps.

Probiotic Tampon®

Informations complémentaires :
Si vous craignez les conséquences de l'inconfort vaginal que vous ressentez ou de l'utilisation de tampons, vous devez consulter votre gynécologue.
Produit à usage unique

0500064/01

ellen.

Ellen AB, Barnhusgatan 4 ög bv
SE- 111 23 Stockholm, Sweden
www.ellen.se info@ellen.se

Commercialisation en Suisse :
Dolsan AG, 8910 Affoltern a.A.

Vous trouverez de plus amples informations sur
www.ellentampon.ch