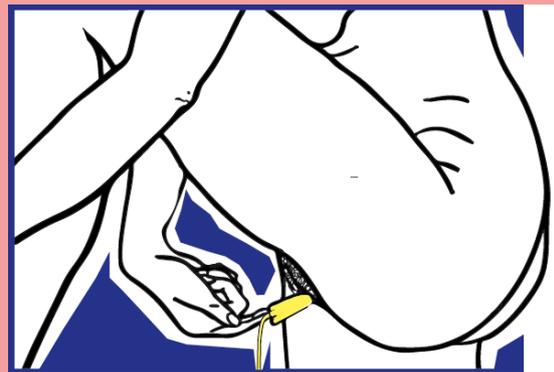


# TAMPONS UND BINDEN FÜR DICH

Die Menstruation oder auch Monatsblutung, Tage, Periode oder Regel dauert durchschnittlich vier bis fünf Tage und wird durch Hormone gesteuert. In den meisten Fällen setzt die Periode alle 25 bis 32 Tage ein. Anfangs ist die Blutung noch eher unregelmäßig. Binden und Tampons können verwendet werden, um das Blut aufzufangen.



Binden zum Einlegen in den Slip



Tampons sind zusammengepresste, feste Watterollen

Tampons werden in die Vagina eingeführt, sodass sie das Blut bereits dort auffangen. Mit dem Rückholfädchen kann man sie wieder entfernen. Das geht auch, wenn das Hymen (Jungfernhäutchen) noch da ist, also auch schon vor dem ersten Geschlechtsverkehr. Binden und Tampons sollten aus medizinischen und hygienischen Gründen regelmäßig gewechselt werden. Tampons können bis zu 8 Stunden getragen werden.