

Probiotic Tampon®

ellen® – der gesunde Tampon

ellen® Probiotic Tampon® ist das weltweit erste Monats-hygieneprodukt mit probiotischen Milchsäurebakterien (Laktobazillen). ellen® wurde entwickelt, um die natürliche Vaginalflora zu unterstützen. Der Wirkstoff Lacto Naturel (LN®) ist eine spezielle Kombination aus patentierten körpereigenen Milchsäurebakterienstämmen. Diese Laktobazillen produzieren Milchsäure und stabilisieren das gesunde bakterielle Gleichgewicht in der Vagina.

ellen® – der Tampon, der mehr kann

ellen® verbindet den zuverlässigen Schutz und hohen Komfort eines Tampons mit den positiven Eigenschaften probiotischer Bakterien.

ellen.

ellen® – unterstützt die natürliche Vaginalflora und stabilisiert den vaginalen pH-Wert

In der gesunden Vaginalflora kommen ausreichend viele Milchsäure produzierende Bakterien der Gattung Lactobacillus vor. Diese sorgen für ein leicht saures Scheidenmilieu, das einen gewissen Schutz gegenüber infektionsauslösenden Erregern bietet. Die Milchsäurebakterien stellen damit die erste Barriere des Körpers gegen Intiminfekte dar.

ellen® führt der Vaginalschleimhaut gezielt körpereigene Milchsäurebakterien zu, unterstützt damit die natürliche Vaginalflora und stabilisiert auf diese Weise den pH-Wert im leicht sauren, für die Vagina gesunden Bereich.

Probiotic Tampon®

ellen® – wirkt einem bakteriellen Ungleichgewicht der Vagina entgegen

Gerade während der Menstruation ist das bakterielle Gleichgewicht der Vagina besonderen Belastungen ausgesetzt. Der pH-Wert ist durch die Menstruationsflüssigkeit verändert und macht die Vagina anfälliger für die Besiedelung mit fremden Mikroorganismen. Auch Stress, enge, synthetische Bekleidung, Sex und übertriebene Hygiene haben einen Einfluss auf das bakterielle Gleichgewicht der Vaginalflora und den vaginalen pH-Wert. Krankheitserreger können sich bei einem pH-Wert über 4,5 leichter ansiedeln und Entzündungen hervorrufen. Anzeichen dafür sind Reizungen, Juckreiz, unangenehmer Geruch und vermehrter Ausfluss. Die in ellen® enthaltene Kombination körpereigener Laktobazillen (LN®) unterstützt die Vaginalflora und stabilisiert den pH-Wert.

ellen.

ellen® – regelmäßig in der Regel

ellen® mit seinen probiotischen Milchsäurebakterien wirkt sich insbesondere bei regelmäßiger Anwendung positiv auf die Intimgesundheit aus. Um eine gesunde und starke Vaginalflora zu erlangen und zu behalten, wird empfohlen, ellen® während jeder Monatsblutung kontinuierlich anzuwenden. Die Milchsäurebakterien in ellen® sind selbstregulierend und können daher nicht überdosiert werden.

ellen® – für Ihre individuellen Bedürfnisse

Sowohl Stärke als auch Dauer der Periode sind bei jeder Frau unterschiedlich. Faktoren wie die Verhütungsmethode, eine vorangegangene Entbindung oder

Probiotic Tampon®

die Veranlagung spielen hierbei eine Rolle. Aber auch während der Regel verändert sich die Blutungsstärke. Zu Beginn der Periode ist die Blutung deutlich stärker und zum Ende hin schwächer, bis sie schließlich ganz ausklingt. ellen® hat für Sie deshalb Tampons mit verschiedenen Saugstärken entwickelt. So können Sie immer den für Ihre Bedürfnisse passenden Tampon wählen. Sie sollten dabei stets die kleinstmögliche Tampongöße für Ihre individuelle Blutungsstärke verwenden. Die Menge des Wirkstoffs LN® ist bei allen Größen von ellen® gleich.

ellen® – ein CE-konformes Medizinprodukt der Klasse III

ellen® ist das Ergebnis mehrjähriger Forschung auf dem Gebiet der Gynäkologie und Mikrobiologie.

Für leichte Tage und Einsteigerinnen:
ellen® MINI ♡ ♡ ♡ ♡
Für leichte bis mittlere Tage:
ellen® NORMAL ♡ ♡ ♡ ♡ ♡
Für mittlere bis starke Tage:
ellen® SUPER ♡ ♡ ♡ ♡ ♡ ♡

ellen® schützt sicher, diskret und komfortabel und unterstützt die Vaginalflora durch probiotische, körpereigene Milchsäurebakterien.

ellen® entspricht allen notwendigen Anforderungen der RICHTLINIE 93/42/EWG DES RATES vom 14. Juni 1993 über Medizinprodukte und wurde nach dem Risikomanagement-Standard ISO 14971:2007 getestet.

ellen.

ellen® – für Erstanwenderinnen

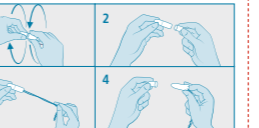
ellen® kann bereits ab der ersten Periode verwendet werden. Das Jungfernhäutchen besitzt eine Öffnung und ist normalerweise so weich und flexibel, dass ellen® in den Größen MINI und NORMAL problemlos eingeführt werden kann, ohne das Jungfernhäutchen dabei zu beschädigen.

Nehmen Sie sich bei der ersten Anwendung etwas Zeit und machen Sie sich in Ruhe mit Ihrem Körper vertraut. Entspannen Sie sich und Ihre Beckenbodenmuskulatur, dann lässt sich der Tampon leicht und ohne Probleme einführen. Am besten geht das Einführen an den ersten Tagen der Periode, wenn die Blutung am stärksten ist. Und mit jeder Anwendung wird der Umgang mit ellen® routinierter und schneller.

Probiotic Tampon®

ellen® einführen

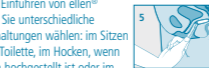
Wichtig: Hände waschen!



1. Öffnen der Schutzhülle durch Drehen in Pfeilrichtung.
2. Jetzt die Schutzhülle am unteren Teil des Tampons entfernen.
3. Das Rückholbändchen entrollen.

ellen.

4. Die Spitze des Zeigefingers in die Unterseite des Tampons drücken und den Tampon festhalten. Dann den oberen Teil der Schutzhülle entfernen.
5. Mit der freien Hand die Schamlippen etwas auseinanderhalten. Auf diese Weise wird der Scheideneingang zwischen Harnröhre und After leichter zugänglich. Für das Einführen von ellen® können Sie unterschiedliche Körperhaltungen wählen: im Sitzen auf der Toilette, im Hocken, wenn ein Bein hochgestellt ist oder im Stehen. Probieren Sie aus, was für Sie am günstigsten ist. Mit dem Zeigefinger und unter leichtem Druck wird der Tampon nun so weit in die Scheide eingeführt, bis er nicht mehr zu spüren ist. Am leichtesten ist es, den Tampon erst leicht schräg und dann aufwärts nach hinten zu

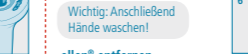


bewegen. Falls Sie einen Widerstand spüren, können Sie einfach ein wenig die Richtung ändern.
6. Der Tampon sitzt richtig, wenn er nicht mehr zu spüren ist; ansonsten muss er noch etwas tiefer eingeführt werden. Der Tampon wird von der Beckenbodenmuskulatur in der Scheide gehalten und kann auch nicht in die Gebärmutter rutschen.

ellen.

ellen® entfernen

Am leichtesten ist der Tampon zu entfernen, wenn er sich ganz vollgesogen hat. Ziehen Sie einfach am Rückholbändchen und der Tampon gleitet leicht aus der Scheide heraus. Spüren Sie beim Entfernen einen Widerstand, hat sich der Tampon noch nicht ganz



Wichtig: Anschließend Hände waschen!

ellen.

vollgesogen. Dann sollten sie mit dem Wechseln noch etwas warten oder beim nächsten Mal eine kleinere Tampongöße verwenden.

Falls Sie das Rückholbändchen einmal nicht finden können, warten Sie, bis sich der Tampon komplett vollgesogen hat, gehen Sie in die Hocke und pressen Sie, bis Sie den Tampon mit zwei Fingern fassen und entfernen können. Sollte sich der Tampon auch auf diese Weise nicht entfernen lassen, suchen Sie bitte umgehend einen Frauenarzt auf.

Bitte entsorgen Sie ellen® nicht über die Toilette, sondern über den Hausmüll.

ellen.

Wenn Sie noch Fragen haben, schreiben Sie uns.

Vertrieb Deutschland / Österreich:
ellen® Vertriebs GmbH
Söhnleinstraße 8 | 65201 Wiesbaden
E-Mail: infoline@ellen-tampon.eu

Vertrieb Schweiz:
Dolsan AG | 8910 Affoltern a.A.
E-Mail: info@dolsan.ch
Hersteller: Ellen AB, Schweden

Stand dieser Information: März 2010



ellen®

ellen® muss regelmäßig gewechselt werden

Wie häufig ein Tampon gewechselt werden muss, hängt von der Aufnahmefähigkeit des Tampons und der Stärke der Blutung ab. Da die Periode ungleichmäßig verläuft, sollte man die Aufnahmefähigkeit des Tampons dem Menstruationsfluss anpassen. Es ist empfehlenswert, immer die kleinstmögliche Tamponggröße zu verwenden. Zu Beginn der Periode ist die Blutung stärker und der Tampon sollte nach ca. 3–6 Stunden gewechselt werden. Ab dem 3. Tag klingt die Periode langsam aus und am Ende der Periode sowie nachts kann der Tampon auch 6–8 Stunden getragen werden. ellen® ist mit seinen unterschiedlichen Aufnahmefähigkeiten auf die verschiedenen Phasen der Periode abgestimmt.

Wichtig: Am Ende der Periode unbedingt den letzten Tampon entfernen.

ellen® – Bestandteile
ellen® verbindet den zuverlässigen Schutz und hohen Komfort eines Tampons mit den positiven Eigenschaften probiotischer Bakterien. Die Mischung gutartiger milchsäureproduzierender Bakterien (LN®) wird in gefriergetrockneter Form in die Mitte des Tampons eingebracht. Nach dem Einführen des Tampons in die Vagina verflüssigt sich die Trägersubstanz (gehärtete Pflanzenfette), in die das Probiotikum LN® eingebettet ist und die es vor Sauerstoff und starken Temperaturschwankungen schützt. Die probiotischen LN®-Bakterien werden aktiviert und siedeln sich auf der Vaginalschleimhaut an. Durch die von den LN®-Bakterien produzierte Milchsäure wird

Probiotic Tampon®

der pH-Wert ausgeglichen und die natürliche Infektionsbarriere der Vagina wieder hergestellt und/oder erhalten. ellen® besteht aus absorbierenden Viskosefasern und hat eine Hülle aus Polypropylen-Fleece. Der Rückholfaden besteht aus hydrophober Baumwolle.

Falls Sie auf der Tamponoberfläche Flecken erkennen, so handelt es sich hierbei um den Wirkstoff LN® der im Zuge des Einbringungsprozesses an den äußeren Viskosefasern verblieben ist. Die Qualität von ellen® wird dadurch nicht beeinträchtigt.

ellen® = LN® (ell-en)
LN® ist der Wirkstoff Lacto Naturel, der aus patentierten Milchsäurebakterienstämmen besteht. Sämtliche LN®-Stämme wurden unter kontrollierten Bedingungen in einer GMP-zertifizierten Anlage

ellen®

kultiviert. Sie besitzen den GRAS-Status (Generally Recognized As Safe).

ellen® – klinisch erwiesen
Klinische Studien zeigen, dass die Verwendung von ellen® sicher ist.

ellen® – das Ergebnis jahrelanger Forschungsarbeit
ellen® ist das Ergebnis jahrelanger schwedischer Forschungsarbeit auf den Gebieten der Gynäkologie, Mikrobiologie und Biochemie. LN® ist eine neue Technologie mit weltweiten Patenten.

ellen® – Aufbewahrung
Um den probiotischen Effekt von ellen® zu erhalten, sollte ellen® vor direkter Sonneneinstrahlung, Feuchtigkeit und Temperaturen über 25°C geschützt werden.

Probiotic Tampon®

Wenn Sie einen Tampon entnehmen, lassen Sie den kleinen Beutel mit dem Trocknungsmittel in der Dose und verschließen Sie diese umgehend wieder mit dem Kunststoffdeckel. So wird das Probiotikum LN® vor Feuchtigkeit geschützt.

Verwenden Sie ellen® vor dem Haltbarkeitsdatum, das Sie auf dem Boden jeder Dose finden. Falls Sie ellen® darüber hinaus verwenden wollen, könnte der probiotische Effekt vermindert sein. Die Sicherheit des Tampons wird aber nicht beeinträchtigt.

Bitte denken Sie daran:
ellen® nur während der Menstruation verwenden.

ellen®

Informationen zu TSS (Toxisches Schocksyndrom)
Das TSS ist eine sehr seltene, aber ernst zu nehmende Erkrankung, die in einzelnen Fällen u. a. im Zusammenhang mit der Anwendung von Tampons aufgetreten ist. Sie wird durch Toxine des Bakteriums Staphylococcus aureus verursacht, das häufig beim Menschen vorkommt. Ist dieses Bakterium in der Scheide vorhanden und verbleibt ein Tampon mit Scheidenflüssigkeit zu lange in der Scheide, wird vermutet, dass dies die Entwicklung eines TSS begünstigt. Waschen Sie daher Ihre Hände sehr sorgfältig, bevor Sie einen Tampon einführen, und wechseln Sie den Tampon, wenn er vollgesogen ist.

Symptome des TSS
Symptome des TSS sind plötzliches hohes Fieber (> 39°C), Übelkeit, Mattigkeit, Hautrötungen, Schwindel,

Halsschmerzen, Muskelschmerzen, Erbrechen und Durchfall. Falls bei Ihnen die oben aufgeführten Symptome im Zusammenhang mit der Menstruation auftreten, müssen Sie den Tampon sofort entfernen und sich an Ihren Arzt wenden. Erwähnen Sie TSS und sagen Sie, dass Sie menstruieren. TSS kann lebensbedrohlich sein und muss daher frühzeitig erkannt und behandelt werden.

ellen® – häufig gestellte Fragen

1. Schützt ellen® zuverlässig?
Ja. Die Hersteller von Tampons haben sich international verpflichtet, die Saugfähigkeit der verschiedenen Tampongößen zu vereinheitlichen. Jeder Tampon muss eine genau definierte Menge an Menstruationsflüssigkeit aufnehmen können. ellen® hat für Sie Tampons mit drei verschiedenen Aufnahmefähigkeiten entwickelt:

ellen® MINI, ellen® NORMAL und ellen® SUPER. So schützt ellen® Sie stets sicher, diskret und komfortabel.

2. Welche Wirkstoffe enthält ellen®?
ellen® enthält den Wirkstoff LN® (Lacto Naturel). Hierbei handelt es sich um eine spezielle Kombination körpereigener Milchsäurebakterien: LN 99 Lactobacillus fermentum, LN 40 Lactobacillus gasseri und LN 113-2 Lactobacillus casei.

3. Wie häufig soll ich ellen® verwenden?
ellen® kann sich ab der ersten Verwendung positiv auf die Vaginalflora auswirken. Um das bakterielle Gleichgewicht in der Scheide nachhaltig zu stabilisieren, sollte ellen® über einen längeren Zeitraum regelmäßig verwendet werden. Eine regelmäßige Anwendung bedeutet, bei jedem Tamponwechsel ellen® zu verwenden.

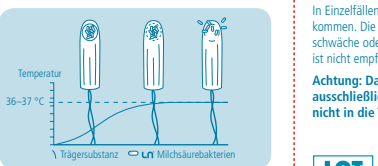
ellen®

So können Sie ganz sicher sein, dass der positive Effekt der probiotischen LN®-Bakterien bis zur nächsten Periode anhält. ellen® ist zur Unterstützung der Vaginalflora für den langfristigen Einsatz geeignet. ellen® kann nicht überdosiert werden, da die integrierten Milchsäurebakterien selbstregulierend sind.

4. Wie gelangen die Milchsäurebakterien aus dem Tampon in die Scheide?

Die in der Trägersubstanz eingebetteten Milchsäurebakterien treten bei ausreichender Flüssigkeitszufuhr und bei Erreichen der Körpertemperatur aus dem Tampon aus. So gelangen sie in die Scheide, können die Schleimhaut besiedeln und unterstützen und regulieren auf diese Weise die Vaginalflora. Sie selbst spüren nichts von der Laktobazillenfreisetzung,

denn im Tragekomfort unterscheidet sich ellen® nicht von anderen Tampons.



LOT

Probiotic Tampon®

5. Können bei der Anwendung von ellen® Nebenwirkungen oder Allergien auftreten?
In Einzelfällen kann es zu allergischen Reaktionen kommen. Die Verwendung von ellen® bei Immunschwäche oder schweren systematischen Erkrankungen ist nicht empfehlenswert.

Achtung: Das beiliegende Päckchen dient ausschließlich zur Trocknung; nicht essen, nicht in die Vagina einführen!

12 NORMAL **D/A/CH**

ellen®

Probiotic Tampon®



12 NORMAL

D/A/CH