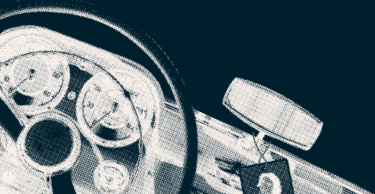


# Allt du behöver veta om menskopp

– ett friare mensskydd

*Best Friend  
moments*

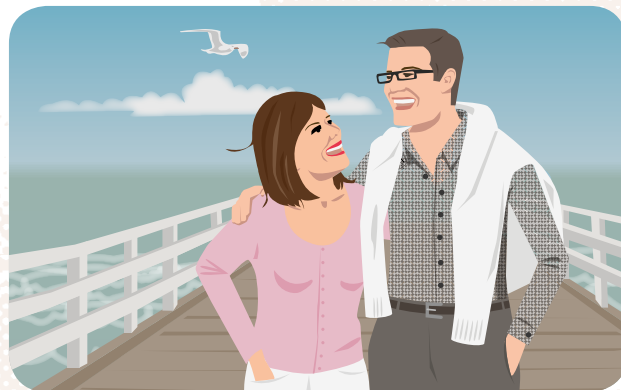


*belladot*<sup>®</sup>

# Vad är menskopp?

*Menskopp är ett alternativ till traditionella bindor och tamponger. Ett enkelt sätt för kvinnor i alla åldrar att öka sin frihet, oavsett vecka i månaden.*

**Menskoppen** är en liten, mjuk behållare i skonsam silikon som samlar upp mensens. Du behöver bara en. När den behöver tömmas, sköljer du bara av den och sätter in den igen. Bekvämt och billigt samtidigt som du gör miljön en tjänst.



## En friare känsla

När du tränar, simmar, är på resa eller sover kan du tryggt använda Belladot Evelina. Menskoppen har kapacitet att rymma mer vätska än tamponger, vilket minskar dina toabesök. Slipp känslan av knöliga bindor eller irriterade slemhinnor. Menskoppen är mjuk, tät och lätt att använda, vilket ger en friare känsla både vid aktivitet och vila.

## Skonsam för kroppen

Belladot Evelina är ett bra alternativ till tamponger, eftersom silikon varken torkar ut, skapar obehagskänsla eller påverkar sköra slemhinnor. Du undviker också att bakterier kommer med in. Evelina är oparfymrad och påverkar inte pH-balansen.

## Billigare och smartare

*Belladot Evelina menskopp är ett ekonomiskt mensskydd jämfört med andra, eftersom du använder menskoppen om och om igen. Tänk allt som behöver köpas in, månad efter månad. Idag lägger vi kvinnor 1200-1800 kr/år på traditionellt mensskydd i Sverige. Menskoppen köper du en gång. Sedan kan du göra roligare saker för pengarna.*

## Ett val för miljön

Förutom att du är snäll mot din plånbok när du väljer Belladot Evelina menskopp, så gör du naturen en tjänst. Idag används ca 500 miljoner tamponger, bindor och trosskydd varje år i Sverige. Mindre förbrukningsmaterial innebär mindre sopor.

Du behöver inte heller oroa dig för att glömma ta med byten eller bära på en massa prylar. En täcker ditt behov och det glädjer även miljön.



## Evelina menskopp – för alla åldrar

*Menskoppen finns i två olika storlekar, **Small & Medium** för kvinnor under 30 eller som inte har fött barn och **Large & Plus** för kvinnor över 30 och alla som fött barn.*



På nästa sida får du mer information om hur du använder Belladot Evelina. Vill du ha mer detaljerad information, kan du gå in på [www.belladot.com](http://www.belladot.com).

# Att använda Belladot Evelina menskopp

*Första gången du använder menskoppen och vid varje ny mensperiod, rengör du den genom att koka den i vanligt vatten i 5–7 minuter. Du kan också använda Belladot Cleansing gel om du tycker det är lättare eller inte har tillgång till vatten.*

*Förvara menskoppen i den medföljande påsen när den inte används (använd inte plastpåse eller stängd behållare).*

## Några tips:

Om den utskjutande delen känns för lång, klipper du enkelt av den till önskad längd. När du tar ut Evelina menskopp vinkla den lite försiktigt och för ut ena kanten först, för att släppa på vakuemet.

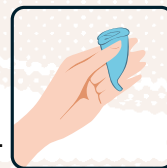
Har du trång slidmykning rekommenderar vi lite Belladot glidmedel, för att underlätta vid införandet. OBS! Använd ej vaselin eller silikonbaserat glidmedel.

## Så här gör du:



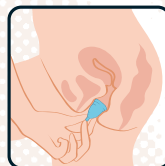
1.

Tvätta händerna noggrant. Tryck ihop koppen på mitten. Börja med att vika den en gång.



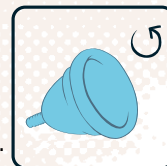
2.

Håll därefter ihop Evelina menskopp så att den passar just dig vid införing i slidan.



3.

Sitt eller stå i en ställning så att Evelina menskopp blir lätt att föra in/ta ut. Till skillnad från en tampong, sätts koppen i slidmyningen.



4.

För in fingret och känn längs med Evelina menskopps sidor så att den är öppen. Om inte, kläm ihop koppens nedre del och vrid lite för att öppna den.

## Tänk på:

Om Evelina menskopp inte sitter tillräckligt långt ner vid slidmyningen, kan läckage uppstå. Kontrollera också att de små lufthålen vid kanten inte är igentäppta.

Vid mycket riklig menstruation kan du komplettera med ett trosskydd.

Upplever du smärta, irritation eller har gynekologiska besvär innan, under tiden eller efter du använder menskoppen bör du rådfråga läkare.

ÅTERFÖRSÄLJARE:

*Apoteksgruppen, Life, i välsorterad  
fackhandel och webbbutiker.  
(Hitta närmaste butik på vår hemsida)*

*belladot*<sup>®</sup>

A SWEDISH TRADEMARK DEVELOPED  
FOR BEST FRIEND MOMENTS

+46 31 65 33 00

NYA TINGSTADSGATAN 1  
422 44 HISINGS BACKA, SWEDEN

WWW.BELLADOT.COM

*No one loves you like your  
Best Friend.*



"ÅRETS VÅGHALS"

FLER BEST FRIEND MOMENTS  
OCH NYHETER FINNS PÅ BELLADOT.COM



ART.NR: 3011601