

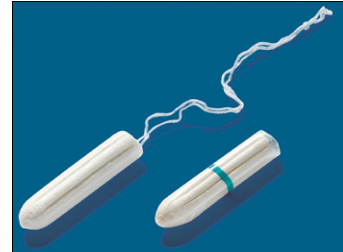
# Tampon

# T

Een tampon moet een meisje of een vrouw gebruiken als ze **ongesteld** is. (zoek dat woord op in je woordenboek)

Het is een soort **opgerold verband**.  
De tampon lijkt op een soort kogeltje.  
De bovenkant is een beetje spits.  
Dan kan de tampon gemakkelijker in de vagina.

De tampon zit netjes **verpakt**.  
Als het doorzichtig plastic eraf gehaald wordt, zie je onderaan de tampon een touwtje.  
Controleer of dit touwtje goed vastzit.



Het meisje of de vrouw duwt de tampon voorzichtig **diep in haar vagina**.  
Het **touwtje** moet uit de vagina blijven, anders kan de tampon er bijna niet meer uit.  
De tampon slokt het bloed op dat uit de vagina komt.  
Zo blijven haar kleren schoon.

**Na ongeveer 3 uur** moet er een nieuwe tampon gebruikt worden. Haal de gebruikte tampon eruit door aan het touwtje te trekken. **Gooi de gebruikte tampon weg:** Voor een gebruikte tampon zie je vaak speciale zakjes in het damestoilet.

Die gaan dan met de tampon in de afvalbak of de pedaalemmer.  
Andere mensen hoeven een gebruikte tampon niet tegen te komen.  
Dat vinden ze vies!

Het is best moeilijk en ook een beetje eng om voor **de eerste keer** een tampon te gebruiken.  
Het is wel **fijn** om een tampon te gebruiken. Als je gaat zwemmen bijvoorbeeld.

Omdat elke vrouw verschillend is, maar ook een verschillende menstruatie (veel of weinig bloed) heeft zijn er **mini** tampons, maar ook **normale** en zelfs (extra) **grote** tampons.

Je kunt tampons kopen bij de **drogist, of de supermarkt**.

Een bekend merk is o.b.

In plaats van tampons kunnen vrouwen ook maandverband gebruiken.

(ook dit woord kun je opzoeken in je woordenboek)