

FAQ zur Benutzung von Tampons: Diese Fragen stellen sich junge Mädchen



Können Tampons verwendet werden, wenn man noch Jungfrau ist?

Grundsätzlich können Mädchen von der ersten Regel an Tampons benutzen. Der Scheideneingang ist von ringförmig angeordneten Schleimhautfalten (oft auch „Hymen“ genannt) wie ein Kranz umgeben. Durch die hormonellen Veränderungen, die der ersten Periode vorausgehen, ist der Kranz normalerweise so weich und nachgiebig geworden, dass ohne Probleme Tampons eingeführt werden können.

Welche Tamponggröße ist richtig?

Die Größe richtet sich nach der Stärke der Blutung. Abhängig davon sollte immer die kleinstmögliche Größe gewählt werden. An Tagen und Nächten mit leichter Blutung sollte ein kleiner Tampon mit geringer Saugstärke, bei starker Blutung ein großer Tampon mit hoher Saugstärke verwendet werden.

Wie oft sollte ein Tampon gewechselt werden?

Der Tampon ist zu wechseln, wenn er mit Menstruationsflüssigkeit vollgesogen ist und auslaufen kann. Wenn die Blutung zu Beginn der Tage stärker ist, sollte der Tampon alle drei bis sechs Stunden gewechselt werden. Gegen Ende der Periode kann der Tampon auch länger getragen werden; jedoch nicht mehr als acht Stunden. Ein Tipp: Bewegt sich der Tampon schon bei leichtem Ziehen am Bändchen, ist es an der Zeit, ihn zu wechseln.

Können Tampons auch nachts verwendet werden?

Tampons lassen sich auch über Nacht tragen. Im Unterschied zu Binden können Tampons im Schlaf nicht verrutschen. Der Tampon sollte vor dem Zubettgehen und morgens gleich nach dem Aufwachen gewechselt werden. Grundsätzlich sollte der Tampon aber nicht länger als acht Stunden getragen werden.

Kann das Tamponbändchen reißen?

Das Rückholbändchen ist sicher im Tampon verankert. Man kann sich auch von der Reißfestigkeit überzeugen, indem man fest an dem Bändchen zieht, bevor der Tampon eingeführt wird. So merkt man, dass es wirklich fest mit dem Tampon verbunden ist.

↓ [Darstellungen zum Aufbau und Wirkprinzip des Tampons](#)

Kann ein Tampon zu tief eingeführt werden?

Nein. Die Öffnung der Gebärmutter ist viel zu klein, als dass ein Tampon hindurchpassen könnte. Daher kann er im Körper nicht verloren gehen. Dank des langen Rückholbändchens ist der Tampon nach dem Einführen gut sichtbar und kann jederzeit zurechtgerückt oder herausgezogen werden.

↓ [Anleitung: So sitzt der Tampon richtig](#)

Was bedeutet TSS?

Das Toxische Schocksyndrom (TSS) ist eine sehr seltene, aber ernst zu nehmende Erkrankung und wird von den Toxinen (Giftstoffen) des Bakteriums *Staphylococcus aureus* verursacht, das häufig – und natürlich – in und auf dem menschlichen Körper vorkommt, auch in der Vagina. Die meisten Menschen bilden Antikörper dagegen. Ist das jedoch nicht der Fall, wird dies als einer der maßgeblichen Faktoren für die Entwicklung von TSS eingestuft. TSS ist unter anderem im Zusammenhang mit dem Gebrauch von Tampons beschrieben worden. Die Erkrankung kann jedoch auch auftreten, wenn während der Menstruation keine Tampons bzw. andere Hygieneprodukte verwendet werden. Nähere Informationen und Hinweise zu Symptomen sind in der o.b.[®] Packungsbeilage angeführt.

↓ [Dos und Don'ts bei der Körperhygiene](#)