

Mensskydd



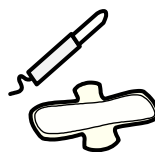
Del 1:



Vad



är

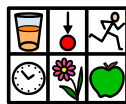
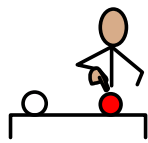


mensskydd?
























Detta material är framtaget i projektet **Universell menskompetens** som drivs av MENSEN och är finansierat av Allmänna arvsfonden | www.menskompetens.se |



Materialet är utformat av [instagram.com/visuellt_stod](https://www.instagram.com/visuellt_stod)

Widgitsymboler © Widgit Software/Symbolbruket 2002-2022 | www.symbolbruket.se



I det här materialet:

 Sida	 Innehåll
3	 =  Vad är mensskydd?
4	  - Vilka mensskydd finns?
5	   Mensskydd utanför kroppen
6	   Mensskydd inuti kroppen
7	 Storlekar
8	     Efter användning: Byta, slänga och rengöra
9	   Vilket mensskydd ska jag börja med?
10	  Sammanfattning mensskydd

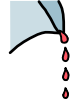
 = 
Vad är mensskydd?



mensblod



Under mensen



rinner

det



blod

ur



slidan.



suga upp



Mensskydd



används

för att



suga upp



mensblod.



fläckar



Utan mensskydd

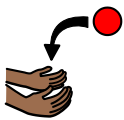
blir



kläderna



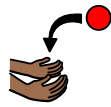
blodiga.



fångar



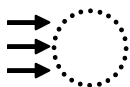
Mensskydd



fångar



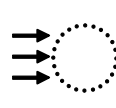
mensblodet.



skydd



Mensskydd



skyddar



kläderna

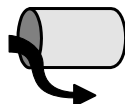
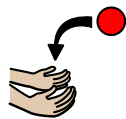
och



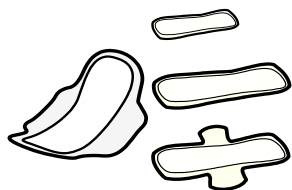
sängen.



Vilka **mensskydd** finns?



Fångar blodet utanför kroppen



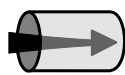
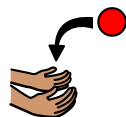
bindor



mensunderbyxor



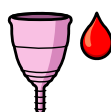
Bindor sätts i underbyxor.



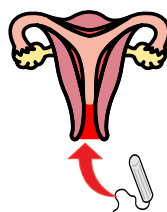
Fångar blodet inuti kroppen



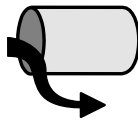
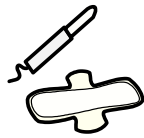
tamponger




menskopp



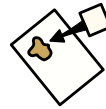
Tamponger och menskoppar förs in i slidan.



Mensskydd utanför kroppen

1x 

engångsbinda



Binda i bomull som klistras i underbyxorna.



binda med
vingar



Binda som viks runt grenen på underbyxorna.



tygbinda



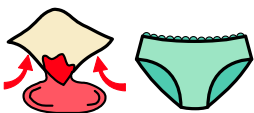
Tyg som knäpps eller viks runt underbyxorna.



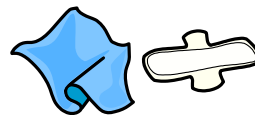
trosskydd



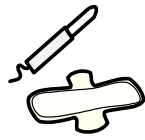
Tunna bindor i bomull eller tyg.



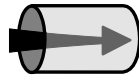
mens-
underbyxor



Underbyxor med insydd tygbinda.



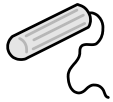
Mensskydd



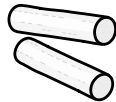
inuti



kroppen



tampong
utan
införingshylsa



En

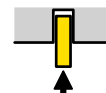
rulle

i



bomull

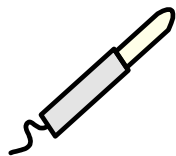
som



förs in i



slidan.



tampong
med
införingshylsa



Tampong

med en

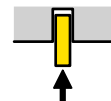


hylsa

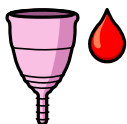
för



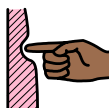
lättare



införande.



menskopp



En

mjuk

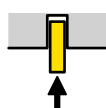
skål



i

silikon

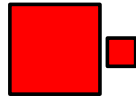
som



förs in i



slidan.



Storlekar



liten blödning



Blöder lite:



Tunt



mensskydd.



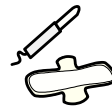
stor blödning



Blöder mycket:



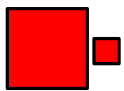
Tjockt



mensskydd.

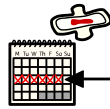


flera



storlekar

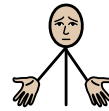
1



Under

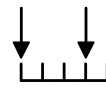
en

mens

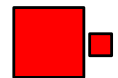


behövs

ofta



flera



storlekar.



för stor



ont



En tampong

som



suger upp



mer än



du blöder



kan göra ont

eller



kännas

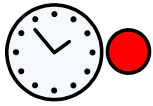


dåligt

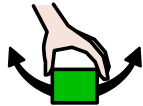
i



slidan.



Efter



användning:



Byta,



slänga



och rengöra

1x 
engångsskydd

1x 

Engångsskydd



slängs



i papperskorg,



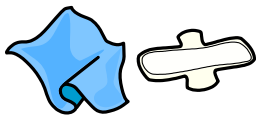
inte i toaletten.



Vira



in i toapapper först.

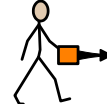

tygbindor



Tygbindor



lägger du i påse och tar med



hem.



Tvätta

och



häng på tork.


menskopp



Häll

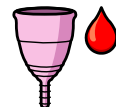


blodet

i toaletten.



Skölj



menskoppen.

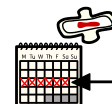


Koka



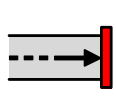
menskoppen

när



mensen

=

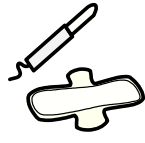


är

slut.

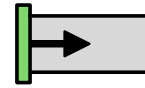


Vilket




mensskydd

ska jag




börja

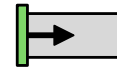
med?

1x 

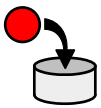
engångsbinda

1x 

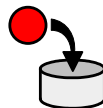
=



Engångsbinda är lätt att börja med.



lägg i väskan



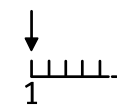
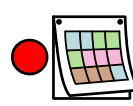
1x 



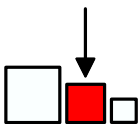
Du kan lägga en engångsbinda i väskan.



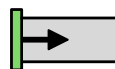
innan första
mensen



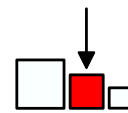
Det kan du göra innan första mensen.



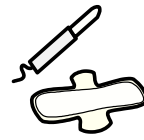
medelstor



=



Börja med en binda som är medelstor.



Sammanfattning mensskydd



suga upp



mensblod



Mensskydd



används

för att



suga upp



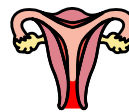
mensblod



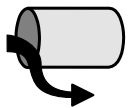
som

rinner

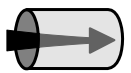
från



slidan.



utanför



inuti



Mensskydd

kan



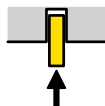
sättas

i



underbyxorna

eller



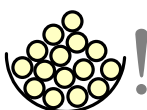
förs in i



slidan.



veta

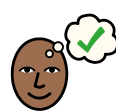


mer

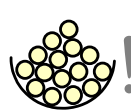


Vill

du



veta

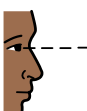


mer

om



mensskydd?



Titta



i del

2

2.