

Avec vous, à chaque étape du chemin

Du premier jour des règles au dernier, les serviettes hygiéniques PureDays sont conçues pour vous maintenir à l'aise toute la journée, à tous les égards.

Une protection à toute épreuve

Nous comprenons qu'il n'y a pas de solution unique en ce qui concerne les règles. Les flux peuvent varier en fonction du moment de la journée, de l'activité ou différer tout simplement d'une personne à l'autre. C'est pourquoi PureDays a développé une gamme complète de serviettes hygiéniques pour assurer une protection optimale à tout moment.

Protège-slip	15.5cm
Flux normal	24cm
Flux abondant	29cm Long
Flux extra-abondant	33cm Extra long



NOUVEAU
Avec plus de protection

PROTÈGE-SLIP

LONG

EXTRA LONG
utilisation nocturne



PureDays

Serviettes Hygiéniques
Protection & Confort

Le choix des filles

Cœur ultra absorbant



Commercialisé par: PANAMEX GROUP
Pour plus d'information: www.puredayscomfort.com
Écrivez-nous à info@panamexgroup.com

Comprendre vos règles

Commençons par le commencement - ce que vous vivez est NORMAL.

Toutes les filles ont des règles. Cela fait partie de la puberté pour qu'une fille devienne une jeune femme. Mieux vous le comprenez, plus il est facile pour vous de savoir reconnaître ce qui est normal, à qui parler et comment le gérer. Ce n'est pas aussi compliqué qu'il n'y paraît - nous sommes là pour vous aider à rester informée!



Signes des premières règles

Comment peut-on savoir que les premières règles sont sur le point d'arriver ? Voici quelques signes courants:



Les seins qui se développent

En général, vous pouvez vous attendre à avoir vos premières règles environ deux ans après le début du développement de vos seins.



La pousse des poils pubiens

Des poils peuvent commencer à pousser sur votre pubis, et vos premières règles suivent généralement 1 ou 2 ans après ce développement.



Des pertes vaginales

Si des pertes vaginales liquides blanches ou jaunâtres commencent à apparaître, vos premières règles peuvent arriver seulement quelques mois après - il est temps d'acquérir votre première serviette hygiénique.

Questions courantes sur les règles

1. Que sont les règles?

Les règles consistent en une libération de sang de l'utérus d'une fille à travers son vagin. Les règles sont un signe de transition pour devenir une femme.

2. Quand est-ce que la plupart des filles ont-elles leurs premières règles?

Le corps de chaque fille suit son propre rythme. La plupart des filles ont généralement leurs premières règles entre 10 et 15 ans.

3. Les règles font-elles mal?

Les règles en elles-mêmes ne devraient pas faire mal, mais certaines filles peuvent ressentir des crampes. Cet inconfort disparaît généralement après quelques jours.

4. Que dois-je utiliser pendant mes règles?

Les serviettes hygiéniques sont l'un des produits les plus utilisés pendant les règles puisqu'elles sont les plus faciles à trouver, à utiliser et à changer.

5. Combien de temps durent les règles?

Les règles se produisent généralement une fois toutes les 4-5 semaines et ont chacune une durée d'environ 5 jours. Des règles régulières sont un signe de bonne santé.

À qui parler et quelle est la prochaine étape?

La première personne à qui s'adresser est bien évidemment votre mère. Elle sera en mesure de fournir toutes les réponses et de vous aider à trouver les bons produits pour vous préparer à vos règles. Rappelez-vous, les règles sont une partie normale et naturelle de la vie d'une jeune fille en bonne santé. Cela ne devrait jamais vous empêcher de faire ce que vous voulez faire ou d'aller où vous voulez aller.

