



*always*

## Zapytaj ALWAYS

### **Jaka jest różnica między podpaskami na dzień i na noc?**

Podpaski ALWAYS Ultra Night (rozmiar 3) i ALWAYS Ultra Secure Night (rozmiar 4) zostały zaprojektowane specjalnie z myślą o lepszej ochronie na noc, niezależnie od tego, jak często zmieniasz pozycję podczas snu. Podpaski ALWAYS Ultra Normal (rozmiar 1) i ALWAYS Ultra Long (rozmiar 2) stworzono dla zapewnienia optymalnej ochrony w ciągu dnia.

### **Której podpaski Ultra powinnam użyć w czasie mojej miesiączki?**

Każda kobieta jest inna, dlatego Always Ultra oferują ochronę dopasowaną do kształtu Twojego ciała i intensywności miesiączki. Na dni o lekkim krwawieniu do bielizny w rozmiarze S i M skorzystaj z rozmiaru 1. Podczas dni o umiarkowanym krwawieniu skorzystaj z rozmiaru 1 stworzonego do bielizny w rozmiarze S, a z rozmiaru 2 do bielizny w rozmiarze M i L. Podczas dni o obfitym krwawieniu skorzystaj z rozmiaru 2 przeznaczonego do bielizny w rozmiarze S, a z rozmiaru 3 do bielizny w rozmiarze M i L.

### **W jakich rozmiarach dostępne są podpaski ALWAYS Ultra?**

Podpaski ALWAYS Ultra są dostępne w czterech różnych rozmiarach tak, aby każdej kobiecie zapewnić ochronę dopasowaną do kształtu jej ciała i intensywności miesiączki: Normal (rozmiar 1), Long (rozmiar 2), Night (rozmiar 3), i Secure Night (rozmiar 4). Pamiętaj, że im lepiej dopasowane, tym lepiej Cię chronią.

### **Jak często powinnam zmieniać podpaskę ALWAYS Ultra?**

Częstotliwość zmiany podpaski zależy od stopnia intensywności Twojego krwawienia. Im bardziej obfite krwawienie, tym częściej powinnaś zmieniać podpaskę, co pozwoli obniżyć ryzyko przeciekania. Im lżejsze krwawienie, tym zmiana podpaski może okazać się rzadsza. Zaleca się zmianę podpaski co 4-8 godzin.

### **Jak mogę uniknąć przeciekania?**

Upewnij się, że korzystasz z rozmiaru, który jest najlepiej dopasowany do kształtu Twojego ciała i intensywności miesiączki. Dla dodatkowej ochrony przed przeciekaniem wypróbuj większy rozmiar podpaski. Możesz również rozważyć częstszą zmianę podpaski. Podpaski ze skrzydełkami zapewniają lepsze dopasowanie do bielizny, pozwalając na utrzymanie podpaski na miejscu, a także lepsze dopasowanie do kształtu Twojego ciała, co jeszcze bardziej obniża ryzyko przeciekania.

### **A co z dniami, w których nie mam miesiączki?**

Aby zapewnić uczucie świeżości przez cały dzień, niezależnie od tego, co się dzieje, zwłaszcza, jeśli występują upławy lub nieregularne plamienia, rozważ skorzystanie z wkładek higienicznych ALWAYS DAILIES.

### **Co to jest ALWAYS MÓJ ROZMIAR?**

ALWAYS Mój Rozmiar to gama podpasek pozwalających każdej kobiecie na uzyskanie najlepszej ochrony dopasowanej do kształtu jej ciała i intensywności miesiączki.