

Zahraniční test: Menstruační tampóny

28.6.2023 - | DTest

Pro menstruaci se v českém jazyce ujala celá řada výrazů - menzes, menorea, perioda, měsíčky nebo třeba čmýra. Nezáleží na tom, zda periodické menstruační krvácení nazýváte odborně, lidově nebo dokonce expresivně. Důležité je, že po dobu několika dekad, tedy od menarche (první menstruace) až po menopauzu provází život velké většiny žen. Každá perioda trvá „jen“ několik dní. Jde však o dobu, kdy je hygiena a pohodlí ženy zásadní.

Na trhu naleznete celou řadu různých typů menstruačních pomůcek. K těm vůbec nejpopulárnějším patří tampóny. Italská spotřebitelská organizace Altroconsumo společně s dalšími zahraničními partnery před několika měsíci (InSalute 12/2022) podnikla test 16 výrobků známých značek, z nichž většinu můžete nalézt i na pultech našich obchodů.

Zaměřila se na nejdůležitější vlastnosti - absorpci či komfort při používání. Zkoušela odolnost šňůrky, sledovala, zda se z tampónů neoddělují vlákna, a zjišťovala případné negativní dopady na životní prostředí. Výsledky testu jsou povzbudivé, rozdalo se 15 dobrých známek, pouze jeden produkt byl dostatečný.

Ještě než se začtete do výsledků, je vhodné upozornit na italský způsob hodnocení. Od testů v našem časopise se poněkud liší. Jednotlivé skupiny zkoušek totiž s výjimkou celkového hodnocení nejsou oznámkovány pomocí procentuálních bodů, nýbrž symboly.

Mýty kolem tampónů

I kolem dámské intimní hygieny kolují nepravdivé povídačky a mýty. Níže uvádíme ty nejčastější.

Nevhodné na noc - Tampón můžete používat i v průběhu spánku. Těsně před spaním zaveďte nový a hned po probuzení jej vyměňte. Pokud ale plánujete spát déle než osm hodin, je lepší zvolit klasickou vložku.

Nevhodné pro teenagerky - Tampóny je možné používat hned s příchodem první menstruace, vhodnější je zvolit je pro mírnější krvácení. Porušení panenské blány při zavedení nehrozí.

Šňůrka se může přetrhnout - Jak ukázaly i samotné testy, k přetržení šňůrky prakticky nemůže dojít. Nelze ji oddělit, protože je přišitá po celé délce tampónu.

Může se v těle ztratit - Po zavedení je tampón podepřen pánevními svaly, nehýbe se a především nemůže „cestovat“ směrem nahoru, protože ústí dělohy je příliš malé.

Na celý den stačí jeden tampón s vysokou absorpční schopností - Tampón je nutné vyměnit každých 4-8 hodin, vlhké prostředí je příznivé pro bakterie a hrozí vznik tzv. syndromu toxického šoku. Před použitím tampónu si umyjte ruce mýdlem, aby nedošlo ke kontaminaci.

Zachytit a nepustit

Absorpční schopnost je v případě menstruačních pomůcek klíčová. Laboratoř zkoumala rychlost, s jakou je tampón schopen tekutinu zachytit, a také celkovou absorpční kapacitu, tedy maximální

objem, který dokáže pojmout.

Za rychlost absorpce nebyla udělena žádná velmi dobrá známka. Na dobré hodnocení dosáhla polovina produktů, tedy osm tampónů. Šlo o výrobky značek Coop, o.b. (konkrétně výrobek 100% Organic Cotton), Masmi, Organyc, Tampax (produkty Compak a Blue Box) a Carrefour. Zbytek tampónů byl až na jednu výjimku uspokojivý. Jediným propadlíkem se staly tampóny Joy Division Soft-Tampon. Jde o výrobek, který v testovaném výběru poněkud vyčnívá. Nemá podobu klasického tampónu, připomíná spíše růžovou mycí houbu ve tvaru srdce. Výrobce tvrdí, že jde o tampóny bez šňůrky, které je možné používat při sportu, ve vodě i při sexu. Ve zkouškách však vůbec nepřesvědčily.

Samotná absorpční kapacita většiny testovaných tampónů byla na velmi dobré úrovni, hned devět výrobků získalo nejvyšší hodnocení. Pouze uspokojivé pak byly zmiňované Joy Division a také Amazon Basic Care Tampons. Myslete však na to, že tampóny je třeba měnit často bez ohledu na míru nasáknutí – snížíte tím riziko vzniku syndromu toxického šoku.

Není nad praxi

Každá žena je samozřejmě jedinečná, zkoušky „obsluhy“ proto nemohly probíhat v laboratoři, ale postaraly se o ně dobrovolnice v běžném životě. V podrobných dotaznících se pak vyjadřovaly ke komfortu při nošení, tvaru a rozměrům či snadnosti zavádění a vyjímání. V dotaznících dále byly kolonky k hodnocení měkkosti, zápachu či subjektivnímu pocitu schopnosti zadržovat tekutinu.

Praktické zkoušky jednoznačně ovládly tampóny o.b. ProComfort. Všechna dílčí hodnocení byla velmi dobrá, testující ženy tak měly o nejoblíbenějším produktu jasno. Na opačném konci tabulky opět skončily Joy Division, které jako jediné za praktické zkoušky obdržely dostatečné hodnocení. Největší potíž tkvěla v obtížném vyjímání, způsobeném způsobeném především absencí šňůrky.

Drží pohromadě

Testované tampóny jsou většinou vyrobeny z viskózy, bavlny či umělých vláken, například z polyesteru, polyethylenu či polypropylenu. Zkouška nazvaná zachování struktury zjišťovala, zda se z tampónů neuvolňují vlákna, která by mohla představovat zdravotní riziko. Sedmero tampónů získalo velmi dobrou známku, žádná vlákna se z nich neztrácela.

Zklamaly pouze Tampax Blue Box, kterým laboratoř přiřkla dostatečnou. Podle hodnotitelů nicméně množství vláken nebylo tak vysoké, aby mohlo uškodit zdraví. Joy Division do zkoušky nebyly zahrnuty, jelikož jsou vyrobeny z PU pěny.

menstruační tampóny

- o.b. ProComfort

orientační cena 2,10 euro

orientační roční náklady 27,30 euro

celkové hodnocení dobře 79 %

absorpce [+]

absorpční rychlost / absorpční kapacita [0] / [++]

praktické zkoušky [++]

tvar / rozměry [++] / [++]

vyjmutí z obalu [++]

zavádění / vyjímání [++] / [++]

měkkost [++]

komfort [++]

zadržování tekutiny [++]

zápach [++]

zachování struktury [++]

dopady na životní prostředí [+]

množství netříditelného odpadu [0]

obal [+]

deklarace [-]

odolnost šňůrky [++]

odolnost suché / mokré šňůrky [++] / [++]

informace

deklarovaná absorpční schopnost 3

počet tampónů v balení 16

aplikátor [n]

materiál aplikátoru [n]

parfemace [n]

deklarované alergený [n]

certifikace Öko-Tex Standard 100

deklarované složení viskóza, polyethylen, polypropylen, polyester

suchý tampón: délka / průměr 49 / 14 mm

mokrý tampón: délka / průměr 51 / 21,7 mm

délka šňůrky 146 mm

hmotnost tampónu 2,60 g

- Coop Vivi Verde Assorbenti Interni In Cotone Biologico

orientační cena 3,40 euro

orientační roční náklady 44,20 euro

celkové hodnocení dobře 78 %

absorpce [+]

absorpční rychlost / absorpční kapacita [+] / [++]

praktické zkoušky [++]

tvar / rozměry [+] / [0]

vyjmutí z obalu [++]

zavádění / vyjímání [++] / [++]

měkkost [+]

komfort [++]

zadržování tekutiny [++]

zápach [+]

zachování struktury [++]

dopady na životní prostředí [+]

množství netříditelného odpadu [+]

obal [+]

deklarace [++]

odolnost šňůrky [++]

odolnost suché / mokré šňůrky [++] / [++]

informace

deklarovaná absorpční schopnost 2

počet tampónů v balení 16

aplikátor [a]

materiál aplikátoru papír

parfemace [n]

deklarované alergeny [n]

certifikace ICEA GOTS

deklarované složení 100% organická bavlna

suchý tampón: délka / průměr 41 / neuv. mm

mokrý tampón: délka / průměr 44 / 18 mm

délka šňůrky 128 mm

hmotnost tampónu 1,90 g

- Saugella Cotton Touch

orientační cena 3,90 euro

orientační roční náklady 43,20 euro

celkové hodnocení dobře 77 %

absorpce [+]

absorpční rychlost / absorpční kapacita [0] / [++]

praktické zkoušky [++]

tvar / rozměry [++] / [++]

vyjmutí z obalu [++]

zavádění / vyjímání [++] / [++]

měkkost [++]

komfort [++]

zadržování tekutiny [++]

zápach [++]

zachování struktury [+]

dopady na životní prostředí [+]

množství netříditelného odpadu [0]

obal [+]

deklarace [++]

odolnost šňůrky [++]

odolnost suché / mokré šňůrky [++] / [++]

informace

deklarovaná absorpční schopnost 2

počet tampónů v balení 16

aplikátor [n]

materiál aplikátoru [n]

parfemace [n]

deklarované alergeny linalool, limo[n]n

certifikace [n]

deklarované složení 100% bavlna močená v roztoku z mandlového oleje, tymiánu a měsíčku

suchý tampón: délka / průměr 49 / 13 mm

mokrý tampón: délka / průměr 52 / 18,8 mm

délka šňůrky 136 mm

hmotnost tampónu 2,60 g

- o.b. 100% Organic Cotton

orientační cena 4,30 euro

orientační roční náklady 55,80 euro

celkové hodnocení dobře 77 %

absorpce [+]

absorpční rychlost / absorpční kapacita [+] / [++]

praktické zkoušky [++]

tvar / rozměry [++] / [+]

vyjmutí z obalu [+]

zavádění / vyjímání [++] / [++]

měkkost [++]

komfort [++]

zadržování tekutiny [+]

zápach [++]

zachování struktury [++]

dopady na životní prostředí [+]

množství netříditelného odpadu [0]

obal [+]

deklarace [-]

odolnost šňůrky [++]

odolnost suché / mokré šňůrky [++] / [++]

informace

deklarovaná absorpční schopnost 3

počet tampónů v balení 16

aplikátor [n]

materiál aplikátoru [n]

parfemace [n]

deklarované alergeny [n]

certifikace [n]

deklarované složení 100% organická bavlna

suchý tampón: délka / průměr 48 / neuv. mm

mokrý tampón: délka / průměr 49 / 21 mm

délka šňůrky 141 mm

hmotnost tampónu 2,60 g

- Masmi Tamponi In Cotone Bio + Applicatore

orientační cena 4,20 euro

orientační roční náklady 54 euro

celkové hodnocení dobře 75 %

absorpce [+]

absorpční rychlost / absorpční kapacita [+] / [++]

praktické zkoušky [++]

tvar / rozměry [0] / [0]

vyjmutí z obalu [++]

zavádění / vyjímání [++] / [++]

měkkost [++]

komfort [++]

zadržování tekutiny [++]

zápach [++]

zachování struktury [++]

dopady na životní prostředí [0]

množství netříditelného odpadu [0]

obal [0]

deklarace [-]

odolnost šňůrky [++]

odolnost suché / mokré šňůrky [++] / [++]

informace

deklarovaná absorpční schopnost 2

počet tampónů v balení 16

aplikátor [a]

materiál aplikátoru papír

parfemace [n]

deklarované alergeny [n]

certifikace ICEA GOTS

deklarované složení organická bavlna

suchý tampón: délka / průměr 48 / neuv. mm

mokrý tampón: délka / průměr 57 / 19 mm

délka šňůrky 126 mm

hmotnost tampónu 2,20 g

- Organyc Cotton

orientační cena 5,20 euro

orientační roční náklady 65,30 euro

celkové hodnocení dobře 74 %

absorpce [+]

absorpční rychlost / absorpční kapacita [+]/[++]

praktické zkoušky [+]

tvár / rozměry [+]/[+]

vyjmutí z obalu [+]

zavádění / vyjímání [+]/[+]

měkkost [++]

komfort [+]

zadržování tekutiny [++]

zápach [+]

zachování struktury [++]

dopady na životní prostředí [0]

množství netříditelného odpadu [0]

obal [+]

deklarace [-]

odolnost šňůrky [++]

odolnost suché / mokré šňůrky [++] / [++]

informace

deklarovaná absorpční schopnost 2

počet tampónů v balení 16

aplikátor [a]

materiál aplikátoru papír

parfemace [n]

deklarované alergeny [n]

certifikace ICEA GOTS

deklarované složení organická bavlna

suchý tampón: délka / průměr 51 / 13 mm

mokrý tampón: délka / průměr 67 / 18,8 mm

délka šňůrky 119 mm

hmotnost tampónu 2,30 g

- Satessa 807534 Compact Tampons

orientační cena 2,40 euro

orientační roční náklady 15,50 euro

celkové hodnocení dobře 73 %

absorpce [+]

absorpční rychlost / absorpční kapacita [0] / [++]

praktické zkoušky [+]

tvar / rozměry [++] / [+]

vyjmutí z obalu [++]

zavádění / vyjímání [++] / [++]

měkkost [+]

komfort [+]

zadržování tekutiny [++]

zápach [+]

zachování struktury [++]

dopady na životní prostředí [+]

množství netříditelného odpadu [0]

obal [+]

deklarace [0]

odolnost šňůrky [++]

odolnost suché / mokré šňůrky [++] / [++]

informace

deklarovaná absorpční schopnost 3

počet tampónů v balení 32

aplikátor [n]

materiál aplikátoru [n]

parfemace [n]

deklarované alergeny [n]

certifikace [n]

deklarované složení neuvedeno

suchý tampón: délka / průměr 47 / neuv. mm

mokrý tampón: délka / průměr 50 / 19 mm

délka šňůrky 133 mm

hmotnost tampónu 2,60 g

- Cottony Tamponi Per Pelli Sensibili

orientační cena 2,50 euro

orientační roční náklady 32,10 euro

celkové hodnocení dobře 70 %

absorpce [+]

absorpční rychlost / absorpční kapacita [0] / [+]

praktické zkoušky [+]

tvar / rozměry [0] / [-]

vyjmutí z obalu [0]

zavádění / vyjímání [+] / [++]

měkkost [+]

komfort [++]

zadržování tekutiny [+]

zápach [+]

zachování struktury [++]

dopady na životní prostředí [0]

množství netříditelného odpadu [0]

obal [0]

deklarace [-]

odolnost šňůrky [++]

odolnost suché / mokré šňůrky [++] / [++]

informace

deklarovaná absorpční schopnost 2

počet tampónů v balení 16

aplikátor [a]

materiál aplikátoru papír

parfemace [n]

deklarované alergeny [n]

certifikace [n]

deklarované složení 100% bavlna

suchý tampón: délka / průměr 52 / neuv. mm

mokrý tampón: délka / průměr 64 / 20 mm

délka šňůrky 116 mm

hmotnost tampónu 2,30 g

- Tampax Compak 32 Units

orientační cena 7,10 euro

orientační roční náklady 45,80 euro

celkové hodnocení dobře 69 %

absorpce [+]

absorpční rychlost / absorpční kapacita [+] / [+]

praktické zkoušky [+]

tvár / rozměry [+] / [0]

vyjmutí z obalu [+ +]

zavádění / vyjímání [+ +] / [+ +]

měkkost [+]

komfort [+]

zadržování tekutiny [+]

zápach [+]

zachování struktury [0]

dopady na životní prostředí [0]

množství netříditelného odpadu [0]

obal [+ +]

deklarace [+ +]

odolnost šňůrky [+ +]

odolnost suché / mokré šňůrky [+ +] / [+ +]

informace

deklarovaná absorpční schopnost 2

počet tampónů v balení 32

aplikátor [a]

materiál aplikátoru papír

parfemace [n]

deklarované alergeny [n]

certifikace [n]

deklarované složení viskóza, polyester, bavlna

suchý tampón: délka / průměr 43 / neuv. mm

mokrý tampón: délka / průměr 64 / 20 mm

délka šňůrky 98 mm

hmotnost tampónu 2 g

- Tampax Compak

orientační cena 3,50 euro

orientační roční náklady 46 euro

celkové hodnocení dobře 68 %

absorpce [+]

absorpční rychlost / absorpční kapacita [+]/[+]

praktické zkoušky [+]

tvár / rozměry [+]/[0]

vyjmutí z obalu [++]

zavádění / vyjímání [++]/[++]

měkkost [+]

komfort [+]

zadržování tekutiny [+]

zápach [+]

zachování struktury [0]

dopady na životní prostředí [0]

množství netříditelného odpadu [0]

obal [+]

deklarace [++]

odolnost šňůrky [++]

odolnost suché / mokré šňůrky [++] / [++]

informace

deklarovaná absorpční schopnost 2

počet tampónů v balení 16

aplikátor [a]

materiál aplikátoru papír

parfemace [n]

deklarované alergeny [n]

certifikace [n]

deklarované složení viskóza, polyester, bavlna

suchý tampón: délka / průměr 43 / neuv. mm

mokrý tampón: délka / průměr 64 / 20 mm

délka šňůrky 98 mm

hmotnost tampónu 2 g

- Tampax & Go

orientační cena 3,30 euro

orientační roční náklady 38,60 euro

celkové hodnocení dobře 67 %

absorpce [0]

absorpční rychlost / absorpční kapacita [0] / [+]

praktické zkoušky [+]

tvar / rozměry [+] / [+]

vyjmutí z obalu [++]

zavádění / vyjímání [++] / [++]

měkkost [+]

komfort [++]

zadržování tekutiny [+]

zápach [++]

zachování struktury [+]

dopady na životní prostředí [0]

množství netříditelného odpadu [0]

obal [+]

deklarace [++]

odolnost šňůrky [++]

odolnost suché / mokré šňůrky [++] / [++]

informace

deklarovaná absorpční schopnost 2

počet tampónů v balení 18

aplikátor [a]

materiál aplikátoru plast

parfemace [n]

deklarované alergený [n]

certifikace [n]

deklarované složení bavlna, viskóza, polyester, polypropylen, polyethylen

suchý tampón: délka / průměr 48 / 14 mm

mokrý tampón: délka / průměr 55 / 28,1 mm

délka šňůrky 117 mm

hmotnost tampónu 2,20 g

- Amazon Basic Care Tampons

orientační cena 9,90 euro

orientační roční náklady 64,60 euro

celkové hodnocení dobře 67 %

absorpce [0]

absorpční rychlost / absorpční kapacita [0] / [0]

praktické zkoušky [+]

tvár / rozměry [++] / [++]

vyjmutí z obalu [++]

zavádění / vyjímání [++] / [++]

měkkost [+]

komfort [++]

zadržování tekutiny [0]

zápach [++]

zachování struktury [+]

dopady na životní prostředí [+]

množství netříditelného odpadu [+]

obal [+]

deklarace [0]

odolnost šňůrky [++]

odolnost suché / mokré šňůrky [++] / [++]

informace

deklarovaná absorpční schopnost 2

počet tampónů v balení 32

aplikátor [n]

materiál aplikátoru papír

parfemace [n]

deklarované alergený [n]

certifikace [n]

deklarované složení neuvedeno

suchý tampón: délka / průměr 46 / neuv. mm

mokrý tampón: délka / průměr 48 / 20 mm

délka šňůrky 107 mm

hmotnost tampónu 2,10 g

- Carrefour Assorbenti Interni Noc Applicatore

orientační cena 2,50 euro

orientační roční náklady 25,70 euro

celkové hodnocení dobře 65 %

absorpce [+]

absorpční rychlost / absorpční kapacita [0] / [+ +]

praktické zkoušky [+]

tvár / rozměry [+] / [+]

vyjmutí z obalu [+]

zavádění / vyjímání [+] / [+]

měkkost [++]

komfort [+]

zadržování tekutiny [++]

zápach [++]

zachování struktury [0]

dopady na životní prostředí [0]

množství netříditelného odpadu [0]

obal [0]

deklarace [0]

odolnost šňůrky [++]

odolnost suché / mokré šňůrky [++] / [++]

informace

deklarovaná absorpční schopnost 2

počet tampónů v balení 20

aplikátor [a]

materiál aplikátoru papír

parfemace [n]

deklarované alergeny [n]

certifikace [n]

deklarované složení povrchová úprava z netkaného polypropylenu a polyethylenových a viskóзовých vláken, polyethersulfonová šňůra, bavlna

suchý tampón: délka / průměr 48 / 13 mm

mokrý tampón: délka / průměr 64 / 22,40 mm

délka šňůrky 134 mm

hmotnost tampónu 2,20 g

- Carrefour Soft Normal Compact

orientační cena 5 euro

orientační roční náklady 32,40 euro

celkové hodnocení dobře 62 %

absorpce [+]

absorpční rychlost / absorpční kapacita [+]/[+]

praktické zkoušky [0]

tvar / rozměry [++]/[+]

vyjmutí z obalu [+]

zavádění / vyjímání [0]/[-]

měkkost [+]

komfort [+]

zadržování tekutiny [++]

zápach [++]

zachování struktury [+]

dopady na životní prostředí [0]

množství netříditelného odpadu [0]

obal [+]

deklarace [-]

odolnost šňůrky [++]

odolnost suché / mokré šňůrky [++] / [++]

informace

deklarovaná absorpční schopnost 2

počet tampónů v balení 32

aplikátor [a]

materiál aplikátoru plast

parfemace [n]

deklarované alergeny [n]

certifikace [n]

deklarované složení povrchová úprava z netkaného polypropylenu a polyethylenových a viskóзовých vláken, polyethersulfonová šňůra, bavlna

suchý tampón: délka / průměr 45 / neuv. mm

mokrý tampón: délka / průměr 56 / 29 mm

délka šňůrky 121 mm

hmotnost tampónu 2,40 g

- Tampax Blue Box

orientační cena 4,30 euro

orientační roční náklady 44,90 euro

celkové hodnocení dobře 60 %

absorpce [+]

absorpční rychlost / absorpční kapacita [+] / [++]

praktické zkoušky [++]

tvar / rozměry [+] / [++]

vyjmutí z obalu [++]

zavádění / vyjímání [+] / [++]

měkkost [++]

komfort [++]

zadržování tekutiny [++]

zápach [++]

zachování struktury [-]

dopady na životní prostředí [0]

množství netříditelného odpadu [0]

obal [+]

deklarace [++]

odolnost šňůrky [++]

odolnost suché / mokré šňůrky [++] / [++]

informace

deklarovaná absorpční schopnost 2

počet tampónů v balení 20

aplikátor [a]

materiál aplikátoru papír

parfemace [n]

deklarované alergený [n]

certifikace [n]

deklarované složení viskóza, polyester, bavlna

suchý tampón: délka / průměr 46 / 12 mm

mokrý tampón: délka / průměr 68 / 18,5 mm

délka šňůrky 98 mm

hmotnost tampónu 2 g

- Joy Division Soft-Tampons

orientační cena 14 euro

orientační roční náklady 291 euro

celkové hodnocení dostatečně 35%

absorpce [-]

absorpční rychlost / absorpční kapacita [--] / [0]

praktické zkoušky [-]

tvár / rozměry [++] / [0]

vyjmutí z obalu [-]

zavádění / vyjímání [0] / [--]

měkkost [+]

komfort [++]

zadržování tekutiny [-]

zápach [+]

zachování struktury ne

dopady na životní prostředí [+]

množství netříditelného odpadu [+]

obal [-]

deklarace [-]

odolnost šňůrky ne

odolnost suché / mokré šňůrky ne

informace

deklarovaná absorpční schopnost neuvedeno

počet tampónů v balení 10

aplikátor [n]

materiál aplikátoru [n]

parfemace [n]

deklarované alergeny [n]

certifikace Öko-Tex Standard 100

deklarované složení neuvedeno

suchý tampón: délka / průměr 57 / neuv. mm

mokrý tampón: délka / průměr 56 / [n] mm

délka šňůrky [n] mm

hmotnost tampónu 1,10 g

<https://www.dtest.cz/clanek-10263/zahranicni-test-menstruacni-tampony>