



## Bei allen Fragen oder Wünschen: Ihr TENA Kundenservice ist für Sie da

- Fragen rund um Blasenschwäche und unsere Produkte
- Beratung und Auswahl geeigneter Produkte
- Kostenlose Muster für einen diskreten Test zu Hause
- Beratung zur Verordnung auf Rezept
- Weitere Tipps zum Leben mit Blasenschwäche

Rufen Sie uns einfach an: **TENA Hotline: 01806 – 12 12 22**

Festnetz 0,20 €/Anruf, Mobilfunk max. 0,60 €/Anruf. Anrufe sind nur aus Deutschland möglich.



Weitere Informationen zu unseren Produkten, Services und einem starken Leben mit Blasenschwäche finden Sie auch unter: [www.TENA.de](http://www.TENA.de)



Januar 2022

 **essity** TENA, eine Marke von Essity



# Diskret und sicher. Der Schutz von TENA.



## Blasenschwäche muss keine große Sache sein

1 von 3 Frauen

hat Erfahrung mit Blasenschwäche, kleinere Urinverluste eingeschlossen\*



Auch die Ursachen dafür sind nicht ungewöhnlich. Oft liegt es an geschwächten Beckenbodenmuskeln, Schwangerschaft und Geburt, Übergewicht oder den Wechseljahren, wenn die Blase schwächelt.



Aber machen wir uns nichts vor. Auch was alltäglich ist, kann Grund zur Sorge sein. Kann ich noch Sport treiben? Muss ich mir eine andere Garderobe zulegen? Kann ich noch ausgehen wie früher?

Solche Bedenken sind verständlich, aber unnötig. Denn mit den Produkten von TENA können Sie Ihr Leben so leben, wie Sie es möchten. Dafür bürgen wir mit unserer über 60-jährigen Erfahrung und mit einer Vielfalt an Produkten, die perfekt zu Ihnen und Ihrem Leben passen. Zu jedem Anlass, in jeder Situation.

### Immer die richtige Saugstärke

TENA Produkte orientieren sich in Sachen Saugstärke und Sicherheit an Ihren persönlichen Bedürfnissen. Finden Sie das perfekte Produkt in 3 verschiedenen Kategorien:

- Sehr leichte Blasenschwäche
- Leichte bis mittlere Blasenschwäche
- Mittlere bis schwere Blasenschwäche

Die Saugstärken der TENA Produkte reichen von ein paar Tröpfchen – **TENA Discreet Mini Magic: max. 30 ml\***  – bis hin zu größeren Flüssigkeitsmengen – z. B. **TENA Pants Maxi: max. 1.520 ml\*** . So sind Sie bei jeder Form von Blasenschwäche rundum perfekt geschützt.

Mini   
Mini Plus   
Normal 

Die Saugstärken unserer Produkte werden in dieser Broschüre wie hier gezeigt dargestellt.

\* Flüssigkeitsaufnahme unter Druck/Praxiswert



## TENA für jede Lebenslage: Schutz, wann und wie Sie ihn brauchen



### Wenn Sie regelmäßig kleinere Mengen Urin verlieren

**TENA Lady Discreet Einlagen**  
Dünnere als Damenbinden, für hervorragende Saugfähigkeit und diskreten Schutz.



Mini   
Mini Plus   
Normal 

### Wenn Sie hin und wieder ein paar Tröpfchen verlieren

**TENA Discreet Slipseinlagen**  
So dünn wie eine herkömmliche Slipseinlage, aber viel sicherer und saugfähiger.



Mini Magic   
Ultra Mini 

### Wenn Sie regelmäßig größere Mengen Urin verlieren

**TENA Lady Discreet Einlagen+**  
Weiche, atmungsaktive Einlagen für ein sicheres Gefühl und gesunde Haut. Die InstaDRY™ Technologie saugt Flüssigkeit sofort auf und der superabsorbierende Kern schließt diese verlässlich im Inneren der Einlage ein.



Extra   
Extra Plus   
Maxi 

### Für besondere Gelegenheiten und aktive Tage

#### TENA Silhouette

Slipseinlagen, Einlagen und Pants in verschiedenen Schnitten und Farben. Elegant und feminin, sicher wie TENA.



Normal Mini 



Normal Blanc   
Normal Noir   
Plus Noir   
Plus Crème 

### Für Schutz in der Nacht

**TENA Lady Discreet Night**  
Extra saugfähige, längere und breitere Einlagen für Schutz im Liegen. Maximale Absorptionskraft an den kritischen Stellen.



Normal Night   
Maxi Night 

### Für mittlere bis schwere Blasenschwäche

#### TENA Pants

Weißer, weicher und angenehm zu tragender Einweghosen, die ganz wie normale Unterwäsche angezogen werden. Verlässlicher Schutz vor Auslaufen für einen aktiven Lebensstil.



Plus   
Super   
Night Super   
Maxi 



## Kleine Tröpfchen? Kein Problem – mit TENA Discreet Slip einlagen

Auch wenn man hin und wieder nur ein paar Tröpfchen verliert, möchte man sich schützen: diskret, sicher, ohne dass es auffällt oder das tägliche Leben einschränkt. Dafür sorgen TENA Discreet Slip einlagen. Sie sind so dünn wie eine herkömmliche Slip einlage, dabei aber sehr viel saugfähiger.

**TENA Discreet Slip einlagen sind in zwei Größen und Saugstärken erhältlich.**

### TENA Discreet Mini Magic

Mit nur 15 cm Länge die kleinste Slip einlage im TENA Sortiment.

### TENA Discreet Ultra Mini

Die TENA Lady Slip einlage in normaler Größe. Nur 3 mm dünn.

Mini Magic  
Ultra Mini



Das bieten Ihnen alle  
TENA Discreet Slip einlagen

- **Eine auf den Körper abgestimmte Form** sorgt für perfekten Sitz und verhindert das Verrutschen.
- **Ein angenehmes Gefühl auf der Haut** dank der seidenweichen Oberfläche.
- **DREIFACHSCHUTZ** vor Auslaufen, Feuchtigkeit und Gerüchen.
- **Eine Oberfläche, die sich stets trocken anfühlt**  
Die schnell trocknende Oberfläche nimmt Flüssigkeit sofort auf.





## So sicher, so diskret: TENA Lady Discreet Einlagen

Dann und wann Urin nicht mehr halten zu können, sorgt für ein Gefühl von Unsicherheit. Manche Frauen behelfen sich mit Damenhygieneprodukten. Aber sie stellen schnell fest, dass diese Produkte keinen sicheren Schutz bieten. TENA Lady Discreet Einlagen sind trockener, sicherer und angenehmer als herkömmliche Damenhygieneprodukte.

**TENA Lady Discreet Einlagen sind in drei Größen und Saugstärken erhältlich.**

### TENA Lady Discreet Mini

Für leichte Blasenschwäche, vergleichbar mit einer kleinen Damenbinde.

### TENA Lady Discreet Mini Plus

Eine diskrete Einlage, mit 25 cm etwas länger für zusätzlichen Schutz.

### TENA Lady Discreet Normal

Etwas größer und länger sowie mit elastischen Seitenbündchen – für stärkeren Schutz.



### Das bieten Ihnen alle TENA Lady Discreet Einlagen

- **Perfekter Sitz**  
Durch die 3D-Passform passen sich die Produkte perfekt Ihrem Körper an. Der Kern ist anatomisch geformt.
- **Dünn und diskret bei gleichzeitiger Sicherheit**  
Dafür sorgt die microPROTEX™ Technologie: eng verwobene Fasern mit ultra-absorbierenden Materialien.
- **DREIFACHSCHUTZ**  
vor Auslaufen, Feuchtigkeit und Gerüchen.



## Jetzt noch dünner dank InstaDRY™ Technologie: TENA Lady Discreet Einlagen+

TENA Lady Discreet Einlagen+ bieten maximalen Schutz bei mittelstarkem, unfreiwilligem Urinverlust. Die InstaDRY™ Technologie saugt Flüssigkeit sofort auf und der superabsorbierende Kern schließt diese verlässlich im Inneren der Einlage ein, weg von der Haut.

**TENA Lady Discreet Einlagen+ sind in drei Größen und Saugstärken erhältlich.**

### TENA Lady Discreet Extra

Dank der körpernahen TROCKENZONE passen sie sich Ihrem Körper optimal an – für hervorragende Saugstärke und Diskretion, 31 cm lang.

### TENA Lady Discreet Extra Plus

Bequeme, etwas saugstärkere Einlage+ mit Geruchsneutralisierer und ultra-schnellem Aufsaugen für ein sicheres Gefühl.

### TENA Lady Discreet Maxi

Mit 38 cm Länge die größte und saugstärkste Einlage+ für den ultimativen Schutz.



Das bieten Ihnen alle  
TENA Lady Discreet Einlagen+

- **DREIFACHSCHUTZ**  
vor Auslaufen, Feuchtigkeit und Gerüchen.
- **Angenehmes Gefühl auf der Haut**  
durch das weiche, textilartige, atmungsaktive Außenmaterial und die elastischen Seitenbündchen.
- **Überraschend dünn dank InstaDRY™ Zone**  
Saugt Flüssigkeit sofort auf und schließt sie verlässlich im Inneren der Einlage ein.

**TIPP:** Sie sind sportlich aktiv und unternehmungslustig? Dann testen Sie doch auch einmal TENA Silhouette Produkte! Mehr dazu auf den folgenden Seiten.

Extra   
Extra Plus   
Maxi 



## Für eine gute Nacht:

### TENA Discreet Normal Night und TENA Lady Discreet Maxi Night

Sie möchten gerne unbesorgt einschlafen? Ganz ohne daran zu denken, nachts eventuell Urin zu verlieren. TENA Discreet Normal Night und TENA Lady Discreet Maxi Night schenken Ihnen eine entspannte Nachtruhe – damit Sie sich mit ganzer Kraft dem nächsten Tag widmen können.

#### TENA Discreet Normal Night

TENA Discreet Normal Night sind hinten besonders lang und breit und bieten dadurch bei leichter Blasenschwäche besonders guten Schutz im Liegen.

#### TENA Lady Discreet Maxi Night

Mit 39 cm ist die TENA Lady Discreet Maxi Night eine besonders lange Einlage, die hinten breiter ist. Für Extra-Schutz im Liegen und einen erholsamen Schlaf bei mittlerer Blasenschwäche.



Das bieten TENA Discreet Normal Night und TENA Lady Discreet Maxi Night

- **DREIFACHSCHUTZ**  
vor Auslaufen, Feuchtigkeit und Gerüchen.
- **Höchste Sicherheit im Schlaf**  
durch den saugstarken Kern und den speziellen Geruchsneutralisierer.
- **Speziell entwickelter Schnitt**  
für extra Schutz im Liegen.

Normal Night   
Maxi Night 





## Das Gefühl von Unterwäsche. Der Schutz von TENA. TENA Silhouette

Lassen sich Schutz bei mittlerer Blasenschwäche und eine klare weibliche Note miteinander verbinden? Muss man ein Stück Weiblichkeit aufgeben, nur weil die Blase schwächelt? Muss man nicht. Das neue TENA Silhouette Sortiment verbindet nie dagewesene Feminität mit höchstem Rundum-Schutz.

### TENA Silhouette Slipseinlagen Normal Noir und TENA Silhouette Einlagen Mini Noir

Diese (Slip-)einlagen sind in dunkler  
Wäsche unsichtbar –  
für absolute Diskretion  
bei leichter Blasenschwäche.



Normal  
Mini

### TENA Silhouette Einwegunterwäsche

TENA Silhouette Normal Noir und Normal Blanc  
Elegante Unterwäsche, innen und außen schwarz.  
Fast unsichtbar unter der Kleidung. Hüfthoher Schnitt:  
schmiegt sich diskret an den Körper an. Auch in Weiß  
mit zartem Allround-Design.

Normal Blanc  
Normal Noir



TENA Silhouette Plus Crème  
und TENA Silhouette Plus Noir  
Perfekt auf die weibliche Anatomie  
abgestimmt, mit regulärer Hüfthöhe  
und körpernahe Schnitt. In schickem  
Crèmeton und  
eleganem Schwarz.



Plus Noir  
Plus Crème



Das bieten alle TENA Silhouette Produkte

- **DREIFACHSCHUTZ**  
vor Auslaufen, Feuchtigkeit und Gerüchen.
- **TRU Einfärbung**  
innen wie außen – für Stil und höchste  
Diskretion.
- **Weiche, elastische Materialien**  
für ein echtes Unterwäschegefühl.
- **Dermatologisch getestet**



## Komfortabel und diskret: TENA Pants

Sie sind länger unterwegs, zum Beispiel in den Urlaub, oder wünschen sich einfach einen unterwäscheähnlichen Schutz? Mit TENA Pants genießen Sie in solchen oder ähnlichen Situationen höchsten Komfort, Sicherheit und Diskretion. Denn die Produkte sind besonders leistungsstark, körpernah geschnitten und lassen sich einfach wie Unterwäsche anziehen.

**TENA Pants gibt es in vier Saugstärken, verschiedenen Größen und als Nachtvariante.**

**TENA Pants Plus** – Weicher Slip für höchste Trockenheit und Schutz bei mittlerer Blasenschwäche. Erhältlich in XS bis XL.

**TENA Pants Super** – Mit Extra-Saugstärke, auch für die Nacht. Erhältlich in den Größen S-XL.

**TENA Pants Night Super** – Speziell für die Nacht. Mehr Saugstärke im hinteren Bereich für Auslaufschutz im Liegen. Erhältlich in den Größen M und L.

**TENA Pants Maxi** – Höchste Saugstärke für maximalen Schutz – tags wie nachts. Erhältlich in den Größen S, M, L und XL.



## Das bieten alle TENA Pants Produkte

- **DREIFACHSCHUTZ**  
vor Auslaufen, Feuchtigkeit und Gerüchen.
- **Hautfreundlich**  
TENA Pants sind 100 % atmungsaktiv für hohen Komfort und Schutz der Haut.
- **Körpernaher Sitz**  
TENA Pants verrutschen nicht und tragen nicht auf.
- **Sicherheit und Diskretion**  
durch die integrierten Auslaufbarrieren und einen Geruchsneutralisierer, der Gerüche erst gar nicht entstehen lässt.





## Beckenboden-Training und Beratung bei Blasenschwäche

Kennen Sie das auch? Beim Husten, Lachen oder Heben kommt es zu unfreiwilligem Harnabgang. Grund dafür ist eine **geschwächte Beckenbodenmuskulatur**.

Die gute Nachricht: **Trainierte Beckenbodenmuskeln** verbessern nicht nur die Lebensfreude, sie **helfen auch bei Blasenschwäche**. Auf unserer Webseite haben wir einfache Trainingsübungen für Sie zusammengestellt: **TENA.de/yoga**

**Weil manche Themen mehr Beratung brauchen: Ihr Fachhandel steht Ihnen zur Seite**

Über Blasenschwäche zu reden, kann Überwindung kosten. **Ihre Apotheke** und **Ihr Sanitätshaus** haben immer ein offenes Ohr für Sie: mit Diskretion, mit **kostenlosen Mustern** vieler TENA Produkte und mit kompetenter Beratung zu **TENA Qualität auf Rezept**.

|   |                    |                   |                     |     |     |             |         |            |
|---|--------------------|-------------------|---------------------|-----|-----|-------------|---------|------------|
| Praxis  | LKK                | IBKK              | IKK                 | VGA | AEV | Knappschaft | UVV     |            |
| 85812   |                    |                   |                     |     |     |             |         |            |
| Name  | Mustermann, Paula  |                   |                     |     |     |             | geb. am | 06.07.1929 |
| Adresse   | Hauptstr. 16       |                   |                     |     |     |             |         |            |
|   | 12345 Musterhausen |                   |                     |     |     |             |         |            |
| Telefon   | 8814113            | Versicherungs-Nr. | 10607567802 1 000 1 |     |     |             |         |            |
| Telefax   | 489594711          | Rezept-Nr.        | 01/19               |     |     |             |         |            |
| Rp. (Bitte Lesebare Darstellung)  |                    |                   |                     |     |     |             |         |            |
| Saugende Inkontinenzhosen TENA Silhouette Normal. Bedarf für 6 Monate.                        |                    |                   |                     |     |     |             |         |            |
| Diagnose: Harninkontinenz, Versorgung erforderlich zur Teilnahme am gesellschaftlichen Leben. |                    |                   |                     |     |     |             |         |            |
| Dr. Muster  |                    |                   |                     |     |     |             |         |            |

## Ein Plan für die Zukunft – mit dem TENA Protects-Programm

Das Wohl von Menschen liegt uns bei TENA am Herzen – und dazu gehört auch das Wohl des Planeten. Mit TENA Protects stellen wir uns der Verantwortung für mehr Nachhaltigkeit:

### Reduzierung des CO<sub>2</sub>-Fußabdrucks

Seit 2008 haben wir den Fußabdruck unserer Produkte bis zu 33% gesenkt und sind auf Kurs, um unser Ziel von 50% bis 2030 zu erreichen oder zu übertreffen.

### Aus weniger mehr machen

Mit Forschung und Innovation wollen wir Möglichkeiten finden, die Lebensqualität von Menschen zu verbessern und den ökologischen Fußabdruck unserer Produkte zu reduzieren.



### Eine Kreislaufgesellschaft aufbauen

Wir wollen Produkte und Services für eine Gesellschaft entwickeln, in der weniger entsorgt und mehr der Wiederverwertung und dem Recycling zugeführt wird.

### Unsere Ziele bis 2030:

- Wir werden den CO<sub>2</sub>-Fußabdruck unserer Produkte halbieren.
- Wir werden unsere Kohlenstoffemissionen bei Rohmaterialien, Transport und Abfall um 18% senken.
- Die Hälfte unserer gesamten Innovationen betreffen die Natur.
- 100% der Produktionseinrichtungen von Essity werden Abfall in nützliche Materialien oder in Energie umwandeln.

