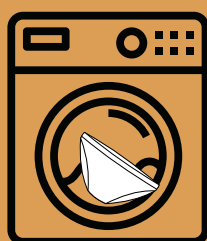
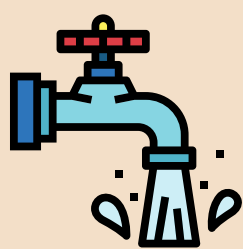


# CULOTTES MENSTRUELLES ENTRETIEN - LAVAGE

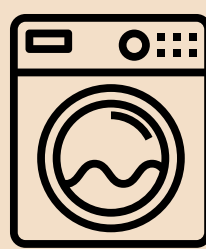


A reception de vos culottes, lavez-les une à deux fois pour activer leurs capacités d'absorption.



## Rincer à l'eau froide

Après utilisation, la culotte menstruelle se rince à l'eau jusqu'à ce que l'eau de rinçage soit claire.  
Cela évite de laisser des traces sur la culotte car le chaud "fige" le sang.  
Si le rinçage à la main vous rebute (à part phobie du sang, aucune raison, ce n'est pas "sale", juste naturel) vous pouvez utiliser le mode rinçage à froid de votre machine à laver!



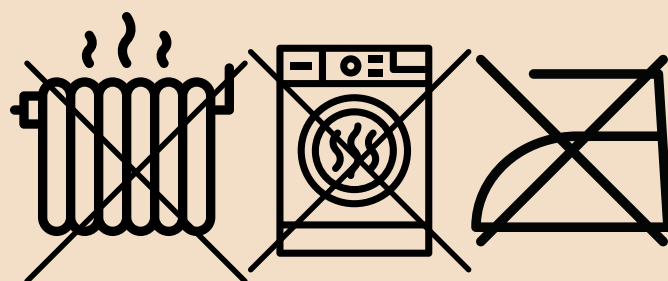
## Lavage à 30°C

Vous pouvez ensuite laver vos culottes à 30°, en machine avec le reste de votre linge, ou à la main.  
Si lavage à la main, **ne pas tordre pour essorer**, juste appuyer, sinon il y a risque d'abimer la partie étanche  
Il est recommandé d'utiliser un filet de lavage pour prolonger la durée de vie de vos culottes.  
**Ne pas utiliser d'adoucissant.**  
Privilégier un cycle délicat.



## Ne pas utiliser de lessive contenant de la glycérine ou du savon de Marseille

La glycérine bouche les mailles des tissus et a un effet néfaste sur les propriétés absorbantes de ceux-ci.



## Séchage à l'air libre

On laisse ensuite sécher à l'air libre.  
Le sèche-linge, le radiateur chaud, et le fer à repasser ou toute source de chaleur sont proscrits, ils pourraient endommager la partie étanche en PUL (PolyUréthane Laminé)



## Les trucs et astuces en plus

- En journée si vous changez de culotte, rangez-là dans une pochette étanche, vous la rincerez le soir chez vous. Si le sang est trop sec, laissez-la tremper 10 minutes dans l'eau froide, elle se rincera plus facilement ensuite.
- Si la culotte perd en absorption, elle est probablement encrassée par la lessive. Vous pouvez la faire tremper dans une bassine d'eau chaude (40°) dans laquelle vous aurez ajouté 1 cuillère à soupe de percarbonate de soude. Ne laissez pas tremper plus de 4h. Si elles étaient très encrassées, plusieurs bains peuvent être nécessaires. Mais à ne faire que si besoin car le faire trop souvent peut abîmer les culottes.
- Si apparition d'odeurs, laissez les tremper 30 minutes dans un mélange 1/4 vinaigre blanc 8%, 3/4 d'eau
- Ne jamais tordre la culotte pour l'essorer, ça abime la partie étanche, pressez juste !

LE COMPTOIR  
DES LUNES



Ces recommandations sont celles le plus souvent données par les fabricants, n'hésitez pas à suivre celles de la marque que vous utilisez si elles diffèrent un petit peu !

Pour plus d'informations sur les culottes menstruelles :  
[www.comptoirdeslunes.com](http://www.comptoirdeslunes.com)