

30°C / 86°F
15°C / 59°F

IVD



0336



OvuLady

gebruiksaanwijzing



Deze testen zijn voor thuisgebruik. • Buiten bereik van kinderen houden.

Assistentie

Voor vragen over de testen of de uitvoering kunt u contact opnemen met de producent:

CLINDIA BENELUX BV Postbus 274 - 3830 AG Leusden

Telefoon: 033 - 432 56 10 - Fax: 033 - 432 56 09

e-mail LHtest@Clindia.nl - Website: www.zelftest.nl



OvuLady® is een geregistreerd merk van Clindia Benelux BV.; Clomid is een geregistreerd merk van Merrel Dow Pharmaceuticals; Serophene is een geregistreerd merk van

Serono Laboratories Inc.

• november 2003



o v u l a t i e t e s t

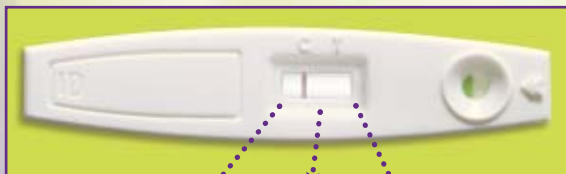
**vul het
druppelpipetje
met urine**



**druppel 5 druppels urine in de ronde
uitsparing**



wacht 10* minuten voordat u de test afleest



6. Ik heb alle 6 testen zoals beschreven in de gebruiksaanwijzing uitgevoerd, maar ik heb nog geen LH-piek vastgesteld. Wat moet ik doen?

Indien u een onregelmatige of lange cyclus heeft en nog geen positief resultaat heeft bereikt na gebruik van 6 testen, raden wij u aan om met een nieuwe verpakking Ovulady verder te testen. Indien u na drie cycli nog steeds geen LH-piek heeft kunnen aantonen raden wij u aan contact met uw (huis)arts op te nemen.

7. Uit de resultaten bleek dat ik geen LH-piek heb gehad, wat betekent dit? U heeft deze maand waarschijnlijk geen eisprong gehad. Lees het onderdeel 'Geen LH-piek geconstateerd:' zorgvuldig.

8. Kunnen testen uit een verpakking Ovulady in dezelfde maand met testen uit een andere verpakking Ovulady gebruikt worden? Ja

9. Kan ik mijn urine bewaren en later testen? U kunt de urine 8 uur bij kamertemperatuur (15°-30°C) of 24 uur in de koelkast (2°-8°C) bewaren. NIET INVRIEZEN! Zie verder pagina 6: 1. Het opvangen van de urine.

10. Kunnen Clomid, Serophene of Clomifeen de testresultaten beïnvloeden? Ja, indien u Clomid, Serophene of Clomifeen gebruikt, moet u de instructies van uw arts opvolgen. Uw arts kan u precies vertellen wanneer u moet beginnen met testen.

* niet langer dan 15 minuten wachten voordat u de test afleest

Gebruiksaanwijzing LH test OvuLady

- Lees voor dat u met testen begint deze gebruiksaanwijzing door.
- Gebruik de OvuLady Ovulatietesten niet na de op de verpakking aangegeven vervaldatum.
- Bewaar de testen bij kamertemperatuur (15°-30°C).
- Houd de ovulatietesten buiten bereik van kinderen.
- Niet voor inwendig gebruik.
- De testen zijn voor eenmalig gebruik.
- De test is niet geschikt als middel voor geboortebeperving.
- Gebruik de OvuLady ovulatietest niet als het metaalfolie pakje beschadigd is.

Inhoud van het testpakket:

Bekijk voor u begint de inhoud van het testpakket:

- 6 metaalfolie pakjes;
- 6 urinebekertjes;
- deze handleiding.

Elk metaalfolie pakje bevat:

- 1 testcassette;
Voor het uitvoeren en aflezen van de test.
- 1 druppelpipetje;
Om urine op de testcassette te druppelen.
- 1 'drooghoud' zakje
Kan na opening van het metaalfolie pakje worden weggegooid.

Toepassing:

De OvuLady ovulatietest is een snelle, betrouwbare en eenvoudige test om de vruchtbare periode binnen uw menstruatiecyclus te bepalen. Dit gebeurt door het aantonen van een stijging van het LH (Luteïniserend Hormoon) in de urine. Tijdens deze periode heeft u de meeste kans om zwanger te worden. De test is niet geschikt om als vorm van geboortebeperving te gebruiken.

Hoe werkt de test?

Het vrijkomen van een eikel uit de eierstok wordt eisprong of wel ovulatie genoemd. Gedurende uw cyclus is het Luteïniserend Hormoon (verder LH genoemd) in een lage concentratie in uw lichaam en urine aanwezig. Vlak vóór de ovulatie stijgt het gehalte aan LH in de urine. Deze stijging wordt ook wel LH-piek genoemd.

De OvuLady ovulatietest toont aan wanneer de LH-piek aanwezig is. Gewoonlijk zal binnen 24 tot 48 uur na het begin van deze LH-piek de ovulatie plaatsvinden, in deze periode bent u het meest vruchtbaar.

Het is wel belangrijk te weten dat een LH-piek of ovulatie door diverse oorzaken niet in elke cyclus plaats hoeft te vinden.

Wanneer kunt u met testen beginnen?

Het juiste tijdstip om met testen te beginnen wordt bepaald door de lengte van uw cyclus. De lengte van een cyclus is het aantal dagen tussen twee opeenvolgende menstruaties. Om de lengte van uw cyclus vast te stellen begint u met tellen op de eerste dag van uw menstruatie en telt u door tot en met de laatste dag vóór de volgende menstruatie.

- *Bijvoorbeeld: uw menstruatie begint op de eerste dag van de maand en uw volgende menstruatie begint op de 28ste van deze maand, uw cyclustijd is dan 27 dagen.*

Als u een onregelmatige cyclus heeft neem dan als uw cyclustijd de lengte van de kortste cyclus van de laatste 4 cycli.

- *Bijvoorbeeld: uw laatste cycli waren 26, 28, 24 en 30 dagen, dan gaat u bij het bepalen van de eerste testdag uit van een cyclus van 24 dagen.*

Met behulp van de tabel kunt u bepalen wanneer u met testen moet beginnen. Zoek in de kolom 'Cyclustijd' het aantal dagen van uw cyclus op. In de naastgelegen kolom 'Starten op dag' leest u af na hoeveel dagen u moet starten met testen, na het begin van uw menstruatie.

Bijvoorbeeld: uw cycluslengte is 28 dagen, u leest in de naastgelegen tabel 'Starten op dag' af dat u op dag 11 moet beginnen. Als uw laatste menstruatie begon op 3 maart (= dag 1) dan moet u de eerste test uitvoeren op 13 maart (= dag 11).

Cycluslengte in dagen	Starten op dag*	Cycluslengte in dagen	Starten op dag*
21	5	31	14
22	5	32	15
23	6	33	16
24	7	34	17
25	8	35	18
26	9	36	19
27	10	37	20
28	11	38	21
29	12	39	22
30	13	40	23

* Vanaf de eerste dag van de laatste menstruatie.

Noteer hieronder de verschillende data:

Cycluslengte: dagen

Eerste dag van de menstruatie:.....

Eerste dag van de test:.....

Vóórat u de test uitvoert:

- Voor het beste resultaat gebruikt u urine die u tussen 10.00 uur 's morgens en 20.00 uur 's avonds opvangt. Probeer elke dag op ongeveer hetzelfde tijdstip de urine waarmee u de test uitvoert op te vangen. Gebruik niet uw eerste ochtendurine omdat deze over een te lange tijd in uw blaas verzameld is en daardoor geen betrouwbare weergave geeft van de actuele LH spiegel.
- Haal de testcassette pas uit het zakje van metaalfolie als u de test gaat uitvoeren.
- Raak de uitsparingen in de testcassette niet met de handen aan, dit kan de test nadelig beïnvloeden.
- Het is verstandig het druppelen met het druppelpipetje van te voren te oefenen. Zuig hiertoe met het druppelpipetje wat urine op uit het opvangbakje (zie illustratie) en laat dit druppelsgewijs -door het bolletje van de druppelpipet voorzichtig in te knijpen- terugdruppelen in dit urine opvangbakje.
- Is er na 6 dagen nog geen sprake van een LH-piek? Ga dan door met testen en gebruik hiervoor een (deel) van een nieuwe verpakking OvuLady.

Geen LH-piek geconstateerd ?

- U heeft in deze cyclus geen LH-piek gehad.
→ Test opnieuw in de volgende cyclus.
- U heeft te vroeg/laat in de cyclus gemeten.
→ Bepaal nauwkeurig de dag waarop u moet starten.
- U heeft een 'korte' LH-piek.
→ Test de volgende cycli 2 maal per dag ('s morgens én 's avonds).
- U heeft veel gedronken voor u ging testen
→ Zorg dat u 2 à 3 uur voor het testen niet te veel drinkt.
- De hoeveelheid LH in uw urine is te laag
Heeft u na drie cycli nog geen LH-piek kunnen vaststellen, neem dan contact op met uw (huis)arts.

Hoe voert u de test uit?

1. Het opvangen van de urine

U kunt voor de test het beste urine gebruiken die u tussen tien uur 's morgens en acht uur 's avonds opvangt. Als u de test niet direct uitvoert kunt u de urine maximaal acht uur bij kamertemperatuur of 24 uur in de koelkast bewaren, niet invriezen. Gebruikt u de urine die in de koelkast is bewaard, laat dan deze urine een half uur vóór gebruik op kamertemperatuur komen. Het kan zijn dat de urine uit de koelkast na enige tijd op de bodem een beetje troebel

is geworden, gebruik dan de urine van boven in het bekertje. Probeer de twee uur vóór het opvangen van de urine weinig of niets te drinken, zo voorkomt u dat de hoeveelheid LH in uw urine te veel verdund is.

- Ga op het toilet zitten om te plassen
- Houd, terwijl u plast, het urine opvangbekertje even in de urinestraal. Als het bekertje halfvol is heeft u voldoende.

2. Het uitvoeren van de test

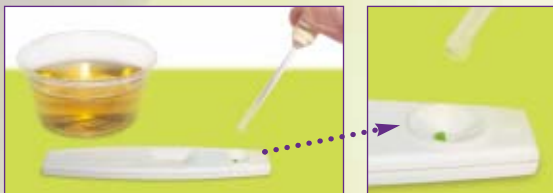
- Gebruik een klok of horloge om de tijd nauwkeurig te kunnen bepalen.
- Zet het bakje met urine klaar.
- Open het zakje van metaalfolie en haal de testcassette eruit. Leg de testcassette met de uitsparingen naar boven op een



- vlakke ondergrond (zie foto), zet daarnaast het bakje met urine. Verplaats de testcassette niet totdat u de test heeft uitgevoerd en het resultaat afgelezen.
- Neem het druppelpipetje, knijp het bolletje in en houd het uiteinde in de urine.
 - Laat het bolletje langzaam weer bol

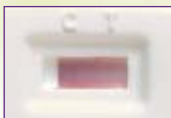
worden zodat het druppelpipetje zich voor een deel vult met urine.

- Houd de druppelpipet ongeveer 2 cm, recht boven, de ronde uitsparing en druppel 5 druppels urine in deze uitsparing.



Zorg ervoor dat er geen urine in de andere uitsparing terecht komt.
Tel nauwkeurig het aantal (5) druppels urine.

- U ziet nu een roze/paarse verkleuring door het resultaatvenster lopen, dit betekent dat de urine door de testcassette wordt opgenomen.



- Als er een roze/paarse streep verschijnt bij de **C** van 'controle' is de test goed uitgevoerd. De controlestreep helpt u tevens bij het aflezen van het resultaat.



3. Het aflezen van het resultaat:

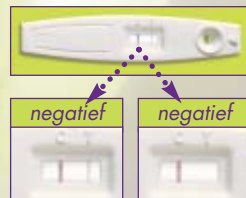
- Wacht 10 minuten na het druppelen van de urine voordat u de test afleest. Later dan 15 minuten, na het druppelen van de urine, mag u het resultaat niet meer beoordelen. Na deze tijd kan het testresultaat namelijk verkleuren waardoor dit niet meer nauwkeurig valt af te lezen.
- Vergelijk nu de kleurintensiteit van de controlestreep bij **C** met de intensiteit van de streep bij de **T** van 'test'.

LH-piek



Als de streep bij de **T** van 'test' donkerder of gelijk van intensiteit is dan de streep bij de **C** van 'controle' dan heeft u een LH-piek. U kunt nu verder stoppen met testen. Vanaf deze dag en de daaropvolgende anderhalve dag zijn de dagen dat u de meeste kans heeft om zwanger te worden.

Nog geen LH-piek



Als de streep bij de **T** van 'test' lichter van intensiteit is dan de streep bij de **C** van 'controle' of zelfs geheel niet verschijnt dan is er nog geen sprake van een LH-piek. Test in dat geval de volgende dag opnieuw met een nieuwe testcassette.

Ongeldig resultaat

Als er bij de **C** van 'controle' geen streep verschijnt is het resultaat van de test ongeldig.

Wij raden u aan om met dezelfde urine en een nieuwe cassette de test nogmaals uit te voeren en goed op te letten bij het opvolgen van de instructies in deze handleiding.

U kunt ook contact opnemen met Clindia Benelux BV (033-4325610) voor

advies over het uitvoeren van de test.



Hoe betrouwbaar is de test

Bij testen in het laboratorium bleek het resultaat in 99% van de gevallen juist te zijn. Bij testen door consumenten bleek de uitslag in 96% van de gevallen juist te zijn geïnterpreteerd. De test is niet bruikbaar bij een reeds bestaande (nog niet bekende?) zwangerschap, bij gebruik van de pil of andere vormen van voorbehoedsmiddelen welke LH of HCG (zwangerschapshormoon) bevatten.

Als u geneesmiddelen gebruikt om de ovulatie op te wekken (bijvoorbeeld Clomifeen) moet u de instructies van uw arts opvolgen. Uw arts kan u precies vertellen wanneer u kunt beginnen met testen. Te vroeg beginnen met testen kan in dit geval een verkeerd positief resultaat geven.

Indien u het testresultaat in minder dan 10 minuten of later dan 15 minuten (na toevoegen van de urinedruppels) afleest, kan het resultaat minder nauwkeurig zijn.

Bewaren

De Ovulady ovulatietesten in de originele verpakking droog en bij kamertemperatuur (tussen de 15° en 30°C) bewaren. Individuele testen van verschillende verpakkingen Ovulady kunnen door elkaar worden gebruikt.

De testen niet gebruiken na de vervaldatum vermeld op de verpakking.

Tenslotte

Bij vragen of twijfel over het gebruik van de Ovulady ovulatietesten kunt u contact opnemen met Clindia Benelux BV, telefoon 033 - 4325610, fax 033-4325609 of e-mail LHtest@clindia.nl

ovu lady

Vragen en antwoorden:

- 1. Kan de hoeveelheid vloeistof die ik drink de resultaten van de test beïnvloeden?** *Het is raadzaam om ongeveer 2 uur voordat u uw urine verzamelt weinig of niet te drinken. Een te verdunde urine zou u kunnen beletten de LH-piek te zien.*
- 2. Kunnen alledaagse farmaceutische middelen de test beïnvloeden.** *Nee, uitsluitend middelen ter voorkoming van een zwangerschap (pil, prikpil e.d.) of ter bevordering van de ovulatie (bijv. Clomifeen) kunnen de test beïnvloeden.*
- 3. Kan ik de test gebruiken om een zwangerschap juist te voorkomen?** *Nee.*
- 4. Wanneer ik een positief resultaat gevonden heb, wat is dan de beste tijd om gemeenschap te hebben?** *De ovulatie volgt meestal binnen 24 tot 48 uur na het begin van de LH-piek. Gemeenschap kan daarom het beste direct (dezelfde dag) na een positief resultaat plaatsvinden. U kunt eventueel met uw arts overleggen welk tijdstip voor u het beste is.*
- 5. Is het noodzakelijk de exacte tijd tijdens de test aan te houden?** *Ja, de tijd is belangrijk. Gebruik een klok of horloge en lees de test niet vóór de 10 minuten en niet na 15 minuten na toevoegen van de urine-druppels af.*