

## Test owulacyjny

Cyfrowy

Przed zanurzeniem testera w moczu **koniecznie** umieść go w uchwycie.  
Przed przeprowadzeniem testu przeczytaj uważnie tę ulotkę.

### Sposób działania cyfrowego testu owulacyjnego Clearblue

Cyfrowy test Clearblue działa dzięki wykrywaniu podwyższonego poziomu (wyrzutu) hormonu zwanego hormonem luteinizującym (LH) w moczu. Wyrzut LH następuje około 24–36 godzin przed uwolnieniem komórki jajowej z jajników – czyli **owulacją**. Jesteś najbardziej płodna w dniu, w którym wykryty jest wyrzut LH **oraz w kolejnym dniu**.

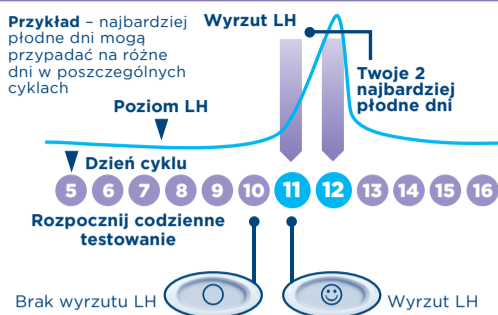
Twoje dwa najbardziej płodne dni rozpoczynają się, gdy cyfrowy test Clearblue wykryje wyrzut LH. Odładź stosunek w dowolnym momencie w ciągu następnych 48 godzin, by zmaksymalizować swoje szanse na zajście w ciążę.

### Kiedy rozpocząć testy

Wyrzut LH może nastąpić w dniu cyklu, który jest różny u poszczególnych kobiet lub w poszczególnych cyklach. Aby zmaksymalizować szansę wykrycia wyrzutu LH, musisz znać typową długość swojego cyklu. Dniem 1. jest dzień rozpoczęcia Twojego cyklu (pierwszy dzień normalnego krwawienia). Długość cyklu jest łączną liczbą dni, licząc od dnia 1. do dnia poprzedzającego początek kolejnej miesiączki włącznie.

Jeżeli nie znasz typowej długości swojego cyklu lub długość cyklu waha się, przeczytaj odpowiedź na pytanie 1 na odwrocie strony. Skorzystaj z poniższej tabeli, by określić dzień, w którym powinnaś rozpocząć przeprowadzanie testów. Możesz je przeprowadzać o dowolnej porze, jednak powinnaś to robić mniej więcej o tej samej godzinie każdego dnia (wiele kobiet preferuje przeprowadzanie testów z samego rana). Istotne, aby normalnie przyjmować płyny i wstrzymać się z oddawaniem moczu przez 4 godziny poprzedzające wykonanie testu.

Długość Twojego cyklu (dni)	21 lub mniej	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41 lub więcej
Zakładając, że pierwszy dzień miesiączki jest pierwszym dniem cyklu, rozpocznij przeprowadzanie testu w dniu wskazanym pod długością Twojego cyklu	5	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	Przeczytaj odpowiedź na pytanie 2 na odwrocie strony



### 1 Kiedy będziesz gotowa do przeprowadzenia testu...

- Wymij tester z opakowania foliowego. Użyj testera natychmiast po wyjęciu.
- Przed zanurzeniem testera w moczu **koniecznie** umieść go w uchwycie. Postępuj zgodnie z poniższymi instrukcjami.



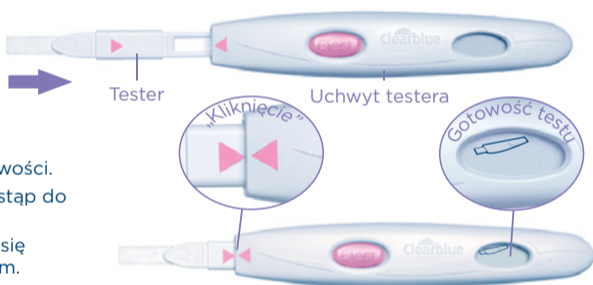
### 2 Zdejmij nasadkę

- Odnajdź różową strzałkę na testerze.



### 3 Złóż test

- Odnajdź różową strzałkę na uchwycie testera.
- Umieść obie różowe strzałki w jednej linii.
- Wsuń tester do uchwytu. Usłyszysz kliknięcie, a na wyświetlaczu pojawi się symbol gotowości.
- Nie używaj testu, dopóki** nie pojawi się symbol gotowości.
- Gdy pojawi się symbol gotowości, niezwłocznie przystąp do przeprowadzania testu.
- Jeżeli symbol gotowości nie pojawia się LUB pojawił się i zniknął, wysuń tester i ostrożnie wsuń go z powrotem.
- Jeżeli w dalszym ciągu symbol się nie pojawił, przeczytaj odpowiedź na pytanie 17 na odwrocie strony.



### 4 Przeprowadź test

Kiedy na wyświetlaczu pojawi się symbol gotowości...

- Przeprowadź** test bezpośrednio w strumieniu moczu.
- Przytrzymaj samą końcówkę z próbnikiem skierowaną do dołu w strumieniu moczu przez 5–7 sekund.
- Uważaj, żeby nie zamoczyć uchwytu testera.



ALBO

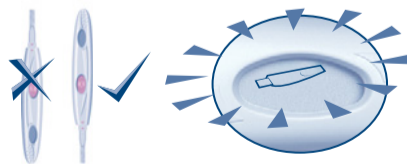
15 sekund

- Albo** przeprowadź test w próbce moczu zebranej do czystego, suchego pojemnika.
- Zanurz samą końcówkę z próbnikiem na 15 sekund w pobranej próbce.



### 5 Czekaj

- Trzymaj końcówkę z próbnikiem skierowaną do dołu albo połóż test płasko. Podczas przeprowadzania testu nigdy nie trzymaj końcówki z próbnikiem skierowanej do góry.
- Symbol gotowości zacznie migać po 20–40 sekundach, wskazując, że test działa.
- NIE WYSUWAJ TESTERA.**
- Nałóż z powrotem nasadkę i wytrzyj ewentualny nadmiar moczu.
- Jeżeli symbol gotowości nie zacznie migać, przeczytaj odpowiedź na pytanie 5 na odwrocie strony.



### 6 Odczytaj wynik

- Po 3 minutach na wyświetlaczu pojawi się Twój wynik.



- Jeżeli Twój wynik to 0, test nie wykrył wyrzutu LH. Przeprowadź test ponownie następnego dnia o tej samej porze przy pomocy nowego testera.



- Jeżeli Twój wynik to 1, test wykrył wyrzut LH, a więc jesteś w najbardziej płodnym okresie. Odładź stosunek w ciągu następnych 48 godzin, aby zmaksymalizować szansę na zajście w ciążę. W ciągu tego cyklu nie musisz wykonywać testów.

- Po odczytaniu wyniku **MUSISZ** nacisnąć przycisk wysuwania i wyjąć tester.
- Wynik testu możesz odczytać jedynie na wyświetlaczu uchwytu.
- Nie jest możliwe określenie wyniku na podstawie linii, które widać na testerze.
- Twój wynik pozostanie na wyświetlaczu przez 8 minut.

- Jeżeli tester jest cały czas wewnątrz uchwytu, a wynik zniknął z wyświetlacza, wysuń tester – Twój wynik pojawi się ponownie na 2 minuty.
- Nie wsuwać ponownie zużytego testera.

### Symbole błędów

#### Błąd A

- Zbyt wcześnie wysunęłaś tester. Niezwłocznie wóź tester z powrotem do uchwytu. Przeczytaj odpowiedź na pytanie 14 na odwrocie strony.

#### Błąd B

- Przeczytaj odpowiedź na pytanie 15 na odwrocie strony.

#### Błąd C

- Przeczytaj odpowiedź na pytanie 16 na odwrocie strony.

## Dalsze informacje

### Utylizacja testu cyfrowego

- Po odczytaniu wyniku wyrzuć tester razem z normalnymi odpadami domowymi. By to zrobić, naciśnij przycisk wysuwania na uchwycie testera. Tester zostanie uwolniony automatycznie. Po wyjęciu testera możesz zauważyć jedną lub dwie niebieskie linie na testercie.  
**Należy je zignorować;** sugeruj się wyłącznie wynikiem na wyświetlaczu na uchwycie testera. Tester nie nadaje się do ponownego użycia.
- Po zużyciu wszystkich testerów z opakowania wyjmij baterie. W tym celu rozdziel dolną i górną połowę uchwytu, zaczynając od końca najbliższej wyświetlacza. Wyjmij wszystkie baterie spod środkowej metalowej osłony. Pozbądź się ich zgodnie z odpowiednim schematem utylizacji odpadów.  
**Uwaga:** nie należy rozmontowywać baterii, ponownie ich ładować ani wrzucać do ognia. Nie połkać. Przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci. Pozostałe części uchwytu należy wyrzucić zgodnie z odpowiednim schematem utylizacji sprzętu elektrycznego. Sprzętu elektrycznego nie należy wrzucać do ognia.

### Ponowne użycie uchwytu testera

- Podczas przeprowadzania testu uchwyt może zostać opryskany moczym. Koniecznie wytrzyj go do sucha. Przeprowadzenie kolejnych testów nie jest możliwe, dopóki na wyświetlaczu widnieje Twój wynik lub którykolwiek z symboli błędów. Będą one wyświetlane przez 8 minut (lub 2 minuty, jeżeli wyświetlacz był pusty, a Ty właśnie wysunęłaś tester). Ważne, aby powstrzymać się od oddawania moczu przez 4 godziny poprzedzające wykonanie testu. Jeżeli zebrałaś moc w pojemniku, możesz użyć uchwytu jeszcze raz, jeżeli tylko wyświetlacz jest pusty. Kiedy będziesz gotowa do ponownego użycia uchwytu, ponownie wykonaj czynności od punktu 1 instrukcji, używając nowego testera.

## Pytania i odpowiedzi

- Nie znam typowej długości swojego cyklu albo długość mojego cyklu waha się. Skąd będę wiedziała, kiedy zacząć przeprowadzanie testów?**  
Jeżeli nie znasz typowej długości swojego cyklu, powinnaś odczekać co najmniej jeden cykl i policzyć jego długość, zanim zaczniesz stosować cyfrowy test owulacyjny Clearblue. Kiedy już określisz długość swojego cyklu, możesz skorzystać z instrukcji na odwrocie strony, aby sprawdzić, kiedy powinnaś rozpocząć przeprowadzanie testów.  
Jeżeli różnica w długości Twoich cykli wynosi ponad trzy dni, wybierz najkrótszy cykl z ostatnich sześciu miesięcy, aby określić, kiedy powinnaś zacząć przeprowadzanie testów. Możesz potrzebować nowego opakowania z nowym uchwytem i nowymi testerami, by wykryć wyrzut LH.  
Jeżeli natomiast chcesz rozpocząć przeprowadzanie testów bez określania długości cyklu, powinnaś to zrobić w 10. dniu cyklu (jednak w tym przypadku może się zdarzyć, że przeoczysz wyrzut LH, ponieważ zbyt późno zaczniesz przeprowadzanie testów lub będziesz musiała użyć nowego opakowania, by kontynuować testy) (przeczytaj odpowiedź na pytanie 9).
- Mój cykl miesięczny nie mieści się w przedziale pokazanym w tabeli. Skąd będę wiedzieć, kiedy rozpocząć przeprowadzanie testów?**  
Jeżeli Twój cykl trwa 21 dni lub krócej, rozpocznij przeprowadzanie testów w dniu 5. Jeżeli cykl trwa ponad 40 dni, rozpocznij przeprowadzanie testów 17 dni przed następną spodziewaną miesiączką.

- O jakiej porze dnia powinienem przeprowadzić test?**  
Możesz przeprowadzać test o dowolnej porze, jednak powinnaś to robić mniej więcej o tej samej godzinie każdego dnia. Ważne, aby powstrzymać się od oddawania moczu przez 4 godziny poprzedzające wykonanie testu.
- Czy muszę zużyć wszystkie testy?**  
Nie. Możesz przestać przeprowadzać testy po wykryciu wyrzutu LH i zachować pozostałe testy wraz z uchwytem na następny cykl miesięczny, jeżeli zajdzie taka potrzeba.
- Przeprowadziłam test, jednak symbol gotowości nie zaczął migać. Co to oznacza?**  
Test nie został przeprowadzony prawidłowo. W ciągu 10 minut od przeprowadzenia testu na wyświetlaczu pojawi się symbol błędu. Powinnaś ponownie przeprowadzić test, używając nowego testera.  
Aby uzyskać informacje na temat ponownego przeprowadzenia testu, przeczytaj odpowiedź na pytanie nr 15 i część „Ponowne użycie uchwytu testera”.
- Co, jeżeli uchwyt ulegnie zamoczeniu?**  
Jeżeli uchwyt testera ulegnie zamoczeniu, powinnaś wytrzeć go do sucha. Niewielka ilość moczu nie uszkodzi uchwytu, jednak jeżeli zostanie on mocno zmoczony, może ulec uszkodzeniu. W tym przypadku wyświetlacz albo pozostanie pusty, albo wyświetli się na nim symbol błędu.
- Przeprowadziłam test, ale na wyświetlaczu nie pojawił się żaden wynik. Co to oznacza?**  
Twój wynik powinien pojawić się na wyświetlaczu w ciągu trzech minut od przeprowadzenia testu. Jeżeli wynik nie zostanie wyświetlony w ciągu 10 minut od przeprowadzenia testu, na wyświetlaczu pojawi się symbol błędu. Przeczytaj odpowiedź na pytanie 15.
- Jak dokładny jest Cyfrowy test Clearblue?**  
Cyfrowy test Clearblue podczas licznych prób laboratoryjnych wykazał ponad 99% skuteczność w wykrywaniu wyrzutu LH przed owulacją. Czulość cyfrowego testu Clearblue to 40 mIU/ml.
- Test nie wykrył mojego wyrzutu LH. Dlaczego?**  
Twój wyrzut LH mógł być zbyt niski, aby możliwe było jego wykrycie lub w tym cyklu nie miałaś owulacji. Nie jest to niezwykle, jednak zalecamy skontaktowanie się z lekarzem, jeżeli nie doszło do wykrycia wyrzutu LH podczas trzech następujących po sobie cyklach. W przypadku pominięcia testu możesz pominąć wyrzut LH, dlatego pamiętaj o wykonywaniu testów w zalecany sposób.
- Czy jakiegokolwiek leki lub choroby mogą wpłynąć na wynik testu?**
  - Przed przeprowadzeniem testu zawsze czytaj wskazówki producenta dotyczące do wszelkich przyjmowanych przez Ciebie leków.
  - Niektóre choroby i leki mogą zafałszować wynik testu: wynik może być mylący na przykład, jeżeli jesteś w ciąży, niedawno byłaś w ciąży, osiągnęłaś wiek menopauzalny lub cierpisz na zespół wielotorbielowatych jajników. Wynik może być zafałszowany również w przypadku, gdy przyjmujesz leki wspomagające płodność zawierające hormon luteinizujący lub gonadotropinę kosmówkową. Skonsultuj to ze swoim lekarzem.
  - Jeżeli medycznie zdiagnozowano u Ciebie problemy z płodnością, powinnaś zasięgnąć porady swojego lekarza, czy cyfrowy test Clearblue jest dla Ciebie odpowiedni.
  - Cytrynian klomifenu nie wpływa na wynik testu, może jednak wpłynąć na długość Twojego cyklu miesięcznego, a w konsekwencji – na czas, w którym powinnaś przeprowadzać testy. Być może będziesz musiała użyć nowego opakowania z nowym uchwytem i nowymi testerami, aby kontynuować przeprowadzanie testów.

- Jeśli otrzymasz zaskakujące wyniki, skonsultuj je ze swoim lekarzem.

- Niedawno skończyłam stosowanie hormonalnych środków antykoncepcyjnych (np. pigułki antykoncepcyjne). Czy to wpłynie na moje wyniki?**  
Nie, nie wpłynie to na Twoje wyniki. Jednakże hormonalna antykoncepcja zaburza naturalny cykl hormonalny i jeżeli niedawno zaprzestałaś jej stosowania, Twoje cykle miesięczne mogą być nieregularne i może minąć trochę czasu, nim się ustabilizują. Być może przed użyciem cyfrowego testu owulacyjnego Clearblue warto odczekać, aż miną dwa naturalne cykle miesięczne i odnotować ich długość.
- Myszę, że zaszłam w ciążę. Co powinienem zrobić?**  
Wypróbuj naszą gamę testów ciążyowych Clearblue, które mają 99% dokładność w wykrywaniu ciąży od pierwszego dnia spodziewanej miesiączki. Jeżeli jesteś w ciąży, powinnaś skontaktować się ze swoim lekarzem, który doradzi Ci, co powinnaś dalej robić. Im szybciej skontaktujesz się z lekarzem, tym lepiej dla Twojego zdrowia.
- Używam cyfrowych testów Clearblue od kilku miesięcy i nie zaszłam w ciążę. Dlaczego?**  
W przypadku zdrowych par proces zajścia w ciążę może trwać wiele miesięcy. Zalecamy wizytę u lekarza, jeśli masz mniej niż 35 lat i nie zaszłaś w ciążę po 12 miesiącach starań. Jeśli masz ponad 35 lat i nie zaszłaś w ciążę po 6 miesiącach, skontaktuj się z lekarzem. Kobiетom po 40 roku życia zalecamy niezwłoczne udanie się do lekarza.

## Komunikaty błędów

- Na wyświetlaczu pojawił się migający symbol (Błąd A). Co to oznacza?**  
Zbyt wcześnie wysunęłaś tester. Jeżeli nie włożysz go z powrotem wystarczająco szybko, na wyświetlaczu pojawi się kolejny symbol błędów. Przeczytaj odpowiedź na pytanie 15.
- Na wyświetlaczu pojawił się symbol (Błąd B). Co to oznacza?**  
Podczas przeprowadzania testu wystąpił błąd. Być może:
  - Końcówka z próbnikiem została zanurzona w moczu przed umieszczeniem testera w uchwycie.
  - Końcówka z próbnikiem nie znajdowała się w pozycji do dołu lub test nie został położony płasko po zaaplikowaniu moczu.
  - Do przeprowadzenia testu użyto zbyt dużej lub zbyt małej ilości moczu.
  - Zbyt wcześnie wysunęłaś tester. Symbol będzie wyświetlany przez 8 minut. Powinnaś przeprowadzić test ponownie, używając nowego testera i postępując ściśle według instrukcji. Przeczytaj część „Ponowne użycie uchwytu testera”.
- Na wyświetlaczu pojawił się symbol (Błąd C). Co to oznacza?**  
Test nie zadziałał tak, jak powinien. Być może nie postępowałaś zgodnie z instrukcją obsługi. Jeżeli masz niewykorzystane testy z tego opakowania, **nie** używaj ich z tym uchwytem. Będziesz musiała przeprowadzić test, używając nowego opakowania. Postępuj ściśle według instrukcji.
- Na wyświetlaczu nie pojawił się żaden wynik. Co to oznacza?**  
Test nie zadziałał tak, jak powinien. Być może nie postępowałaś zgodnie z instrukcją obsługi. Jeżeli nie zanurzyłaś jeszcze testera w moczu, wyjmij go i przeprowadź test od początku. Jeżeli wyświetlacz pozostanie pusty, musisz użyć innego uchwytu.

**www.clearblue.com**  
**800 012 072**

Bezpłatne połączenia z numerów stacjonarnych. Za połączenia z telefonów komórkowych mogą zostać naliczone opłaty. Wszystkie rozmowy są nagrywane i mogą być monitorowane w celu kontroli jakości. Podczas rozmowy telefonicznej proszę mieć przy sobie produkt i jego opakowanie.

To urządzenie cyfrowe IVD spełnia wymagania emisji i odporności normy EN 61326-2-6:2006. Środki zaradcze EMC wykorzystane w tym sprzęcie elektronicznym zapewniają odpowiednią ochronę przed skutkami zakłóceń elektromagnetycznych, które mogą wystąpić w środowisku domowym. Poniższe ostrzeżenia zapobiegawcze mają zastosowanie do sprzętu zgodnego z normą EN 61326-2-6:2006.

- Używać w suchym otoczeniu, zwłaszcza jeśli obecne są materiały syntetyczne (odzież syntetyczna, dywany itp.), które mogą powodować szkodliwe wyładowania, mogące skutkować błędnymi wynikami.
- Nie używać w bezpośredniej bliskości źródeł silnego promieniowania elektromagnetycznego (np. telefonów komórkowych), ponieważ mogą one zakłócać prawidłowe funkcjonowanie.

IVD	Urządzenie medyczne do diagnostyki <i>in vitro</i>	LOT	Kod partii		Producent
	Zakres temperatur 2-30°C		Data ważności		

Ponieważ opieka prenatalna jest bardzo ważna dla zdrowia dziecka, zalecamy, byś skontaktowała się ze swoim lekarzem, zanim zaczniesz starania o zajście w ciążę.

Do samodzielnego stosowania w domu.

Wyłącznie do diagnostyki *in vitro*.

Wyłącznie do użytku zewnętrznego. Testery nie nadają się do powtórnego użycia.

Trzymać poza zasięgiem dzieci.

Przechowywać w temperaturze 2-30°C.

Trzymać produkt w temperaturze pokojowej przez 30 minut, jeżeli był wcześniej schłodzony.

Nie używać w przypadku uszkodzenia zgrzewki foliowej.

Nie używać testu po „Dacie ważności”.

Używaj wyłącznie testerów przeznaczonych dla cyfrowego testu owulacyjnego Clearblue z uchwytem.

Nieprzeznaczone do stosowania jako środek antykoncepcyjny.

SPD Swiss Precision Diagnostics GmbH (SPD),  
Route de St Georges 47, 1213 Petit-Lancy, Genewa, Szwajcaria.  
 Dystrybutor: Procter & Gamble DS Polska Sp. z o.o.  
03-872 Warszawa ul. Zabraniecka 20  
Clearblue to znak handlowy SPD. 2300504.02 04-2019  
© 2019 SPD. Wszelkie prawa zastrzeżone.

