

Apotekets Ægløsningstest

Over 99% nøjagtig

Brugsvejledning

Apotekets Ægløsningstest hjælper dig til at forudsige ægløsningen, det tidspunkt hvor du er mest frugtbar. Testen registrerer øgningen af et hormon i din urin, der er tegn på, at ægløsningen vil finde sted i løbet af de næste 24-48 timer. Det er i denne periode, du har størst chance for at blive gravid.

Indhold

Apotekets Ægløsningstest indeholder alt, hvad du skal bruge til at foretage 7 test for at fastsætte den mest frugtbare periode i din menstruationscyklus. Du tester din urin hver dag og starter den dag, du har beregnet efter beskrivelsen i "Hvornår skal du begynde at teste?".

Opbevaring

Testen opbevares tørt ved 2-30°C. Undgå direkte sol. Det bedste resultat opnås ved at bruge testen ved 18-30°C.

Hvornår skal du begynde at teste?

- Find ud af, hvor lang din månedlige menstruationscyklus er. Det er antallet af dage fra og med den dag, hvor du begynder at bløde, frem til dagen før starten på din næste menstruation.
- Beregn den gennemsnitlige længde på din cyklus gennem de sidste par måneder. Hvis din cyklus varer mellem 21 og 40 dage, kan du bruge skemaet "Hvornår skal jeg teste" herunder til at fastsætte, hvilken dag du skal starte.
- Find tallet for din cykluslængde i skemaet "Hvornår skal jeg teste". Det er det antal dage du skal tælle frem fra din første menstruationsdag.
- Notér første menstruationsdag i din kalender. **Husk: Dag 1 er den dag, hvor du begynder at bløde.**
- Tæl Dag 1 med og tæl dig frem til det antal dage, som fremgår af skemaet. Derefter markerer du datoen i din kalender. Det er den dag, du skal begynde at teste.

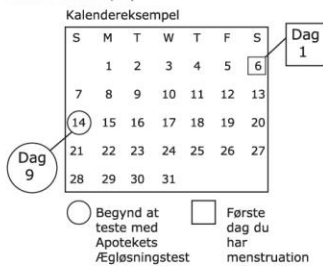
Bemærk: Hvis din menstruationscyklus er uregelmæssig (varierer med mere end et par dage hver måned) eller du er usikker på hvor lang din cyklus er, kan du vælge den korteste cyklus når du læser skemaet. Det kan betyde, at du kan komme til at skulle teste i mere end 7 dage.

Hvis du tager Clomifencitrat, bør du følge lægens anbefaling til hvornår testen skal tages. Som regel skal du begynde 3 dage efter, at du har taget den sidste tablet.

Hvornår skal jeg teste

Cyklus længde	Begynd at teste så mange dage efter menstruationens start
21	5
22	5
23	6
24	7
25	8
26	9
27	10
28	11
29	12
30	13
31	14
32	15
33	16
34	17
35	18
36	19
37	20
38	21
39	22
40	23

Eksempel: "Min normale cyklus er 26 dage. Min sidste menstruation begyndte den 6. Skemaet "Hvornår skal jeg teste" viser, at jeg skal tælle 9 dage frem fra den 6. Når jeg tæller 9 dage frem i kalenderen, kan jeg se, at jeg skal begynde at teste min urin den 14." (Se kalendereksempel)



Husk at tælle den første menstruationsdag som Dag 1

Sådan udføres testen

For at opnå det bedste resultat, skal testen udføres på samme tidspunkt hver dag – mellem kl. 10 og kl. 20. Nogle kvinder vælger at vente til efter kl. 12.

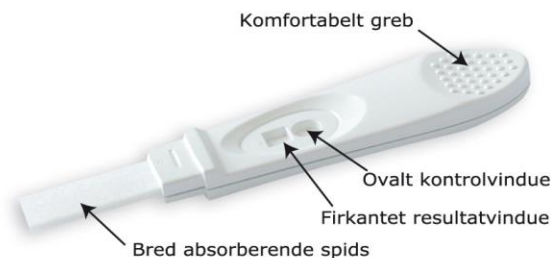
Undgå at drikke for meget og undgå at tisse i mindst 4 timer før du foretager testen. For kvinder der har svært ved at holde sig i mindst 4 timer, kan det være en løsning at anvende den første morgenurin.

Husk at notere datoen, cyklusdag og det tidspunkt, hvor testen foretages i testresultatskemaet herunder.

Instruktion

- Følg hvert trin omhyggeligt.
- Hav et ur eller anden tidstager ved hånden.
- Åbn ikke folieposen med testen før du er klar til at teste.
- Undgå at berøre området omkring vinduet på testen.

Apotekets Ægløsningstest:



Sådan gør du

- Åbn folien og tag testen ud, mens du holder på det noprode fingergreb.
- Tag hæften af testen. Hold testen, så den absorberende spids peger nedad.
- Tis direkte på den absorberende spids i mindst 5 sekunder. Bemærk: Hvis du foretrækker det, kan du også opsamle din urin i et rent, tørt bæger og dyppe den absorberende spids mindst halvvejs ned i urinen i mindst 10 sekunder.
- Hold fortsat spidsen nedad, sæt hæften på og læg testen uforstyrret på et plant underlag med vinduerne opad i 3 minutter. En lys pink farve vil bevæge sig hen over det firkantede resultatvindue, mens testen virker. Det vil ikke påvirke resultatet.*
- Resultatet kan aflæses efter 3-10 minutter som beskrevet i næste afsnit. For at være sikker på et negativt resultat, bør testen ligge alle 10 minutter.

*Lad testen ligge uforstyrret i mindst 3 minutter for ikke at påvirke resultatet.

Testresultatskema

Test	Testdato	Cyklusdag	Testtidspunkt	Dit testresultat
eksempel	14 januar	9	12	Negativt
1				
2				
3				
4				
5				

Vent mindst 3 min. efter du har tisset på testen, før du aflæser dit resultat. Dette er en farvesammenligningstest. Du skal sammenligne farven på teststregen i det firkantede vindue med kontrolstregen i det ovale vindue for at se, om resultatet er positivt eller negativt. Det er farverne, der skal sammenlignes – ikke stregens tykkelse.

AFLÆSNING AF DIT RESULTAT

Om dit resultat

Positivt resultat

Hvis stregen i det firkantede resultatvindue har samme eller en mørkere farve end stregen i det ovale kontrolvindue, vil du sandsynligvis få ægløsning i løbet af 24-48 timer. I dette tidsrum er der størst chance for at blive gravid.



Et positivt resultat skyldes, at din urin har et højt indhold af LH (Luteiniserende Hormon), et hormon din krop danner hele tiden, men som øges betydeligt lige før ægløsningen. Du kan forvente at få ægløsning i løbet af 24-48 timer efter din første positive test, og kan planlægge efter det. Ubrugte test kan gemmes til næste måned, hvis du ikke allerede er blevet gravid.

Negativt resultat

Hvis stregen i det firkantede resultatvindue er lysere end stregen i det ovale kontrolvindue, eller hvis der ikke er nogen streg i resultatvinduet, er resultatet negativt. Det betyder, at der ikke er registreret øget LH og du må fortsætte med at teste dagligt. For at få bekræftet et negativt resultat bør testen ligge alle 10 minutter. Bliv ikke bekymret eller overrasket over et negativt resultat de første gange, du foretager testen. Ikke alle kvinder har ægløsning midt i cyklus og derfor vil du måske ikke få et positivt resultat i løbet af de første 7 dage, du tester. Fortsæt med at teste med Apotekets Ægløsningstest.



Ugyldigt resultat

Hvis der ikke er kommet en streg i det ovale kontrolvindue, gælder resultatet ikke og der må foretages en ny test. Et ugyldigt resultat skyldes ofte, at testproceduren ikke er fulgt eller at testen er udløbet. Stregen i det ovale kontrolvindue er en sikkerhed for, at du har foretaget testen korrekt og at testen fungerer, som den skal. Stregen fungerer også som kontrol for niveauet af LH.



TESTENS BEGRÆNSNINGER

- Kun til in vitro diagnosticering.
- Genbrug ikke testen. Kassér den efter brug.
- Testen fungerer kun, hvis vejledningen følges nøjagtigt.
- Anvend ikke testen efter udløbsdatoen, der står på æsken.
- Kassér testen, hvis folien er ødelagt.
- Testen kan ikke anvendes som prævention.
- Smertestillende midler, antibiotika og andre almindelige lægemidler skulle ikke påvirke testresultatet. Medicin der indeholder hCG eller LH kan påvirke testen og bør ikke tages i den periode, hvor Apotekets Ægløsningstest anvendes.
- Særlige medicinske tilstande og medicin kan måske/måske ikke påvirke testens pålidelighed til at forudsige ægløsning. Det kan være graviditet, efter fødsel, symptomer på menopause, amning, p-piller, noget fertilitetsmedicin eller polycystisk ovariesyndrom (PCOS). Kvinder med medicinsk diagnosticerede fertilitetsproblemer bør spørge deres læge, om testen er anvendelig for dem.
- Upålidelige resultater kan forekomme ved store mængder bakterier i urinen.
- Opbevares uden for børns rækkevidde.

Spørgsmål og svar

Sp. Hvor nøjagtig er denne test?

Sv. Laboratoriestudier har vist, at Apotekets Ægløsningstest er over 99% nøjagtig.

Sp. Kan jeg bruge testen til at undgå graviditet?

Sv. Nej.

Sp. Hvordan virker Apotekets Ægløsningstest?

Sv. Når din ægløsning nærmer sig, producerer din krop en stor mængde af det luteiniserende hormon LH, som gør, at et modent æg løsnes fra æggestokken. Denne øgning af LH sker som regel midt i din cyklus. Apotekets Ægløsningstest registrerer hormonet tilstedeværelse. Det er mest sandsynligt at blive gravid, hvis sæden befrugter ægget inden for 24-36 timer efter ægløsningen.

Sp. Kan alkohol eller almindelige lægemidler påvirke testresultatet?

Sv. Nej, men du bør kontakte din læge, hvis du er i hormonbehandling.

Sp. Hvad kan give et vildledende resultat?

Sv. Hvis du allerede er gravid, har været gravid for nylig eller er kommet i overgangsalderen, kan du få et vildledende resultat. Det kan også ske, hvis du har polycystisk ovariesyndrom (PCOS) eller får visse typer fertilitetsmedicin. Hvis du har et diagnosticeret fertilitetsproblem og/eller tager fertilitetsmedicin, så spørg din læge, om denne test er velegnet for dig og – i givet fald – hvornår du skal teste.

Sp. Vil den væskemængde, jeg drikker, påvirke resultatet?

Sv. Indtagelse af væske før testen vil fortynde hormonniveauet i din urin. Du opnår det bedste resultat, hvis du begrænser dit væskeindtag og undlader at tisse i ca. 4 timer, før du tager testen.

Sp. Hvor lang tid er de farvede streger synlige?

Sv. Testen bør aflæses i løbet af 3-10 minutter. Et positivt resultat forsvinder ikke. De farvede streger kan blive mørkere og en kulørt baggrund kan vise sig efter adskillige timer. Nogle negative resultater kan senere vise en mørkere teststreg og fremtræde positiv. Du skal derfor kassere testen, når du har aflæst resultatet.

Sp. Hvad sker der, hvis urinen sprøjter op på testvinduet?

Sv. Et klart skjold beskytter vinduerne mod sprøjt.

Sp. Jeg anvender temperaturmetoden. Kan denne test erstatte det?

Sv. Kroppens temperaturstigning er primært et tegn på, at ægløsningen allerede har fundet sted. Apotekets Ægløsningstest indikerer, at ægløsningen snart vil ske.

Sp. Hvis jeg får et positivt resultat, hvornår er det så bedst at have samleje?

Sv. Din frugtbarhed er størst nu. Det tilrådes derfor at have samleje inden for de næste 48 timer.

Sp. Jeg fik et positivt resultat og havde samleje på det anbefalede tidspunkt. Men jeg blev ikke gravid. Hvad skal jeg gøre?

Sv. Der er mange faktorer, der kan påvirke din evne til at blive gravid. Prøv at tale med din læge.

Sp. Jeg fik et positivt resultat og havde samleje på det anbefalede tidspunkt. Jeg tror jeg er gravid. Hvor hurtigt kan jeg finde ud af det?

Sv. Apotekets Graviditetstest kan give dig svar fra den dag, du forventer din menstruation. Apotekets Graviditetstest kan købes på apoteket.

Sp. Jeg er for nylig stoppet med p-piller. Vil det påvirke mit resultat?

Sv. Din krop har brug for omkring 3 måneder til at genetablere den månedlige cyklus. Du kan bruge Apotekets Ægløsningstest, når din cyklus igen er regelmæssig.

Fabrikant: SPD Swiss Precision Diagnostics GmbH, 47 Route de Saint Georges, 1213 Petit Lancy, Geneve, Schweiz

Distributør: Apotekernes A.m.b.a., Mileparken 20F, 2740 Skovlunde, www.apotekets.dk

Denne test er til hjemmebrug.

IVD	Medicinsk udstyr til in vitro diagnostik	LOT	Batchkode	⚠	Må ikke genbruges
~4	Temperaturgrænser 2°C - 30°C	🕒	Udløbsdato	🏭	Fabrikant