

- **Ovulatietest met een hoge gevoeligheid.**
- **Zelftest voor thuisgebruik.**

### Gebruiksaanwijzing Sensitest Ovulatietest dipstick (LH)

Lees voor je begint met testen de gehele gebruiksaanwijzing door. De Sensitest ovulatietest is een eenvoudige manier om de 2 tot 3 vruchtbare dagen van de vrouw in een maand vast te stellen. Deze test heeft een hoge gevoeligheid en kan kleine verschillen in de concentratie van het LH hormoon in de urine detecteren. Daarmee is deze test zeer geschikt voor het vinden van je LH piek. Ongeveer 24 tot 48 uur voordat de eisprong/ovulatie plaatsvindt, neemt in de urine de hoeveelheid van het Luteïniserend Hormoon (LH) toe. Vlak voor de ovulatie is er een sterke stijging van dit hormoon meetbaar in de urine. Deze piek duurt maar 1 of 2 dagen. De Sensitest ovulatietest geeft dan 2 duidelijke streepjes (afb. 3). Nadat het LH gehalte in de urine op z'n hoogst is, vindt de ovulatie plaats binnen 24 tot 48 uur. In deze tijd heb je de meeste kans om zwanger te worden, na gemeenschap. Om deze LH piek te vinden, zul je een aantal opeenvolgende dagen moeten testen. Allereerst zul je je cycluslengte moeten bepalen. Neem een gemiddelde van de afgelopen cycli. De beste dag om te beginnen met testen kun je aflezen in de tabel (afb. 4). Je telt vanaf de eerste dag van je menstruatie (dag 1). Je gaat door met testen totdat je de LH piek kunt aflezen van de ovulatietest. De ovulatie vindt dan plaats binnen 24 tot 48 uur. Direct na de LH piek kun je stoppen met ovulatietesten.

**Het tijdstip** De test kan op ieder moment van de dag worden uitgevoerd. Het liefst **niet** met ochtendurine. Het is wel belangrijk dat het testen op alle achtereenvolgende dagen ongeveer op hetzelfde tijdstip gebeurt.

### Benodigheden voordat je gaat testen

1. Een gesloten folieverpakking met Sensitest ovulatietest dipstick. Gebruik geen ovulatietest uit een geopende of beschadigde verpakking.
2. Een schoon en droog opvangbakje.
3. Urine van de vrouw waarbij de ovulatie moet worden vastgesteld.

### De test in 7 stappen

1. Neem een gesloten verpakking en controleer of er "Ovulatietest" op staat. Gebruik geen test waarvan de houdbaarheidsdatum is verstreken.
2. Vang wat urine op in een schoon bakje.
3. Maak het pakje met de test open met droge en schone handen.
4. Pak de strip aan de gekleurde zijde vast en dompel de andere zijde ongeveer 5 seconden in het bakje met urine.
5. Dit gedeelte mag niet verder dan de lijn bij 'MAX' worden ondergedompeld (zie afbeelding).
6. Leg de test op een vlakke, droge ondergrond.
7. Wacht 5 - 10 minuten om het resultaat af te lezen. Het is belangrijk dat de achtergrond geen verkleuringen meer laat zien. Wacht echter niet langer dan 30 minuten met het aflezen van het resultaat.



### Resultaat van de test

- Het resultaat is **negatief** als er alleen één lijn verschijnt (afbeelding 1). Dit is de controlelijn (C) om te zien of de test juist is uitgevoerd. Indien testlijn (T) niet zichtbaar is of zeer licht roze verschijnt heeft het lichaam nog onvoldoende LH aangemaakt om te kunnen spreken van een LH piek (afbeelding 1 en 2). Beide testresultaten kunnen als negatief worden geïnterpreteerd.
- Het resultaat is **positief** als er twee lijnen te zien zijn (afbeelding 3). Je ziet een duidelijke controlelijn (C) en een duidelijke testlijn (T). Beide lijnen zijn van dezelfde kleur of de testlijn (T) is donkerder dan de controlelijn (C). Op dit moment is de hoeveelheid LH in je lichaam maximaal.

### Resultaat geen lijnen

- Als er **geen lijnen** te zien zijn, is de test waarschijnlijk onjuist uitgevoerd. Mogelijk is er te weinig urine door de ovulatietest opgenomen. Houd de ovulatietest nogmaals enkele seconden in de urine.

### De uitslag is negatief

Als de ovulatietest na herhaaldelijk testen op opeenvolgende dagen geen LH piek kan aantonen, bestaat de kans dat je op de verkeerde dagen hebt getest. Bereken de gemiddelde lengte van je cyclus opnieuw. Begin zo mogelijk in je volgende cyclus 2 dagen eerder dan de tabel aangeeft. Als je bij herhaalde pogingen negatieve uitslagen hebt, adviseren we om contact op te nemen met je huisarts of gynaecoloog. Ook bij een onregelmatige of buitengewoon lange cyclus raadpleeg je huisarts.

### De uitslag is positief

Als de test aangeeft dat het LH gehalte in de urine op z'n hoogst is, vindt de ovulatie plaats binnen 24 tot 48 uur. In deze tijd heb je de meeste kans om zwanger te raken na gemeenschap.

### Beperking 1: Betrouwbaarheid van ovulatietest

Met een betrouwbaarheid van 99% is de Sensitest ovulatietest dipstick net zo betrouwbaar als een vergelijkbare test van je huisarts. Je persoonlijke medische situatie kan echter de uitslag van deze test beïnvloeden. Vrouwen met het polycysteus ovarium syndroom kunnen een onjuiste positieve uitslag krijgen. Raadpleeg in geval van twijfel je huisarts.

### Beperking 2: Gebruik van alcohol

Alcohol kan de testuitslag beïnvloeden. Gebruik geen ovulatietesten na het drinken van alcohol.

### Beperking 3: Niet gebruiken als anticonceptiemethode

Gebruik de ovulatietest niet als anticonceptiemethode. Aangezien zaadcellen een aantal dagen in leven kunnen blijven, blijft de kans op zwangerschap aanwezig.

### Beperking 4: Toepassing van de test

Deze test is alleen te gebruiken met opgevangen urine. Wil je een ovulatietest om in de urinestraal te houden, neem dan de Sensitest ovulatietest midstream.

### Beperking 5: Drink niet te veel

Het drinken van zeer veel water of andere vloeistoffen kan leiden tot een verwatering van de urine en daardoor een onduidelijke testuitslag. Het wordt daarom aangeraden om tijdens het testen niet uitzonderlijk veel te drinken. Stop bij voorkeur met drinken circa 2 uur voordat je een ovulatietest wilt uitvoeren.

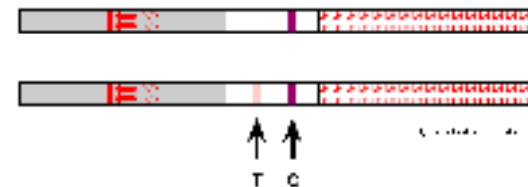
### Beperking 6: Ovulatietest en het zwangerschapshormoon (hCG)

De ovulatietest reageert ook op het zwangerschapshormoon hCG. Indien je gedurende 4 of 5 dagen een positieve testuitslag krijgt op de ovulatietest met een donkerpaarse testlijn, doe dan eerst een zwangerschapstest. Ook tot 9 weken na een miskraam kan de ovulatietest positief aangeven.

### Beperking 7: Gevoeligheid






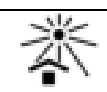


Elke type of merk ovulatietest heeft zijn eigen gevoeligheid. Gebruik geen ovulatietesten van verschillende merken of gevoeligheid door elkaar, omdat de testuitslag kan verschillen.

- **Afbeelding 1 en 2:** Geen LH piek



- **Afbeelding 3:** LH piek



	Voor in-vitro diagnostisch gebruik. Voor extern gebruik, niet inslikken. Buiten bereik van kinderen bewaren.
	Lees voor gebruik de gebruiksaanwijzing.
	De test is eenmalig te gebruiken.
	Bewaren tussen de 4 en 30 graden celcius in gesloten folieverpakking. Bescherm tegen hitte. Niet invriezen.
	Bescherm tegen vochtigheid.
	Bescherm tegen zonlicht.
	Uiterste gebruiksdatum.
	<b>Gefabriceerd door:</b> Sensitest Distributieweg 54 2645 EJ Delfgauw The Netherlands Tel +31(0)153642121 - www.sensitest.nl

Lengte Van je cyclus	Start met testen op dag
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

CE 0344