

## ИНСТРУКЦИЯ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ТЕСТА НА ОВУЛЯЦИЮ OVUPLAN (ОВУПЛАН)

НИКТО НЕ ЗНАЕТ НАЛУЧШЕГО ВРЕМЕНИ, КОГДА ЗАВОДИТЬ РЕБЕНКА, НО МЫ МОЖЕМ ПОМОЧЬ ОПРЕДЕЛИТЬ ВРЕМЯ, КОГДА МОЖНО ПРОБОВАТЬ

Для некоторых женщин забеременеть не так просто, как обычно думает большинство. Есть много причин, почему задуманное трудно осуществимо. Если врачом исключены причины, связанные со здоровьем и физическим состоянием, тогда трудность состоит, обычно, в выборе точного времени. Тест на овуляцию **OVUPLAN** определяет дни, когда наиболее вероятно осуществить задуманное. Это простой тест по моче, который Вы можете проводить самостоятельно у себя дома. Набор включает в себя достаточное количество тестов, которые позволяют тестироваться в течение 5 дней для более точного определения подходящего времени. В случае наступления задержки менструального цикла Вы можете использовать наши качественные тесты на беременность для подтверждения наступления беременности. Если повторные попытки в течение 3-4 месяцев в наиболее благоприятные дни не принесли ожидаемого результата – мы советуем Вам обсудить данную проблему с врачом.

Перед тем как использовать тест **OVUPLAN** (ОВУПЛАН) удостоверьтесь, что Вы осведомлены о следующем:

- Тесты должны храниться герметично запечатанными при комнатной температуре. Вы не должны открывать тест и доставать его до того момента, как Вы будете готовы провести тестирование.
- Тест не может быть использован после даты срока годности, обозначенной на пакете (EXP: месяц / год).
- Внимательно ознакомьтесь с инструкцией перед началом тестирования, чтобы правильно провести тест, потому что каждый тест предназначен только для однократного использования.
- Вы не должны использовать первую утреннюю мочу для проведения теста.
- Тест разработан для определения увеличения уровня ЛГ (лютеинизирующего гормона), который сопровождает наступление овуляции.
- Несмотря на то, что точность теста очень высока (более 99% в клинических испытаниях), возможно появление ложных результатов, связанное с приемом некоторых гормональных препаратов (например, инъекций гормонов содержащих ХГЧ).

### СОДЕРЖИМОЕ НАБОРА

Тест на овуляцию **OVUPLAN** состоит из:

- 1 или 5 тест-полосок (или тест-мидстрим) на овуляцию, герметично упакованных в мешочек.

Дополнительно могут потребоваться часы или секундомер.

### УСЛОВИЯ ХРАНЕНИЯ

Храните тест в запечатанном мешочке при комнатной температуре.

### ИСПОЛЬЗОВАНИЕ

Тест на овуляцию **OVUPLAN** используется для определения времени, когда зачатие может наступить наиболее вероятно. При приближении времени наступления овуляции – когда яйцеклетка выходит из яичников – количество лютеинизирующего гормона (ЛГ) в организме женщины существенно растет. Тест на овуляцию **OVUPLAN** разработан для определения роста ЛГ гормона. В научных терминах этот тест является иммунохроматографическим одностадийным in-vitro тестом для качественного и полуколичественного выявления лютеинизирующего гормона человека в моче для определения времени наступления овуляции.

### КОГДА НАЧИНАТЬ ТЕСТИРОВАТЬСЯ

До того, как Вы начнете использовать тест, Вы должны определить длину Вашего обычного менструального цикла. Длина цикла определяется как количество дней от первого дня начала менструации (этот день считается) до первого дня начала следующей менструации (это день не считается). Для более точного определения длины Вашего обычного цикла желательно взять среднее значение трех последних циклов. Например, последние три цикла составляли 24 дня, 26 дней и 28 дней, среднее значение будет  $(24+26+28)/3 = 26$  дней. После того, как Вы определили длину Вашего обычного цикла, сверьтесь с таблицей для определения дня, когда Вы должны начать тестироваться. Если Ваш цикл меньше 21 дня или длиннее, чем 40 дней - проконсультируйтесь с Вашим доктором, когда начать тестироваться.

ДЛИНА ЦИКЛА В ДНЯХ	ДНИ ЦИКЛА ДЛЯ НАЧАЛА ТЕСТИРОВАНИЯ	ДЛИНА ЦИКЛА В ДНЯХ	ДНИ ЦИКЛА ДЛЯ НАЧАЛА ТЕСТИРОВАНИЯ
21	День 6	31	День 14
22	День 6	32	День 15
23	День 7	33	День 16

24	День 7	34	День 17
25	День 8	35	День 18
26	День 9	36	День 19
27	День 10	37	День 20
28	День 11	38	День 21
29	День 12		
30	День 13		

Например, если длина Вашего обычного цикла 26 дней, по таблице вы можете определить, что необходимо начать тестироваться с 9 дня.

1	2	3 день 1	4	5	6	7
8	9	10	11 день 9	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28 день 26

3 = первый день начала менструации

11 = день начала тестирования (день 9)

28 = день перед началом следующей менструации (день 26)

### КОГДА ЗАКАНЧИВАТЬ ТЕСТИРОВАТЬСЯ

Заканчивайте тестироваться, как только Вы обнаружили повышение уровня ЛГ гормона. Если у Вас остались неиспользованные тесты, Вы можете сохранить их до следующего раза.

### КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ

*для тест-полосок:*



1. Откройте коробку, изучите инструкцию, вскройте герметичный мешочек и достаньте тест. Кроме теста в мешочке также будет пакетик с абсорбирующим влагу веществом, этот пакетик никак не используется при тестировании. Выбросьте его.
2. Соберите мочу в чистую сухую посуду и поместите тест-полоску в мочу до уровня, обозначенного стрелками на 5 секунд.
3. Достаньте тест из мочи и положите его на ровную сухую поверхность.
4. Подождите 10 минут и прочитайте результат.

*для тест-мидстрим:*

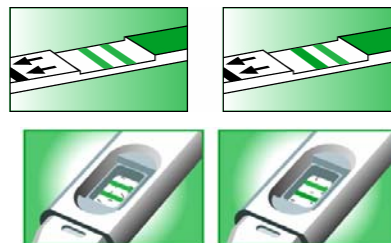


1. Откройте коробку, изучите инструкцию, вскройте герметичный мешочек и достаньте тест. Кроме теста в мешочке также будет пакетик с абсорбирующим влагу веществом, этот пакетик никак не используется при тестировании. Выбросьте его.
2. Снимите колпачок и, удерживая тест за ручку, поместите его в струю мочи на 5 секунд так, чтобы жидкость попадала на абсорбирующую поверхность, обозначенную на тесте стрелкой. (Альтернативно Вы можете собрать мочу в чистую сухую посуду и погрузить абсорбирующую поверхность в мочу на 5 секунд).
3. Закройте тест колпачком и положите его на ровную сухую поверхность.
4. Подождите 10 минут и прочитайте результат.

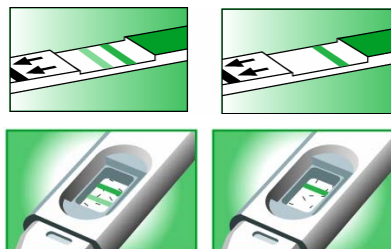
## ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ

Чтобы определить Ваш результат, сравните интенсивность окраски (т.е. светлее или темнее цвет) тестовой полоски с контрольной полоской. Контрольная полоска всегда располагается в конце тестового поля.

**Положительный** (наличие повышения уровня ЛГ гормона): тестовая полоска такой же интенсивности окраски, как и контрольная или темнее, чем контрольная. Это показывает, что повышение уровня ЛГ гормона наступило. Обычно овуляция наступает примерно от 24 до 48 часов после начала повышения уровня ЛГ гормона. Этот промежуток времени и есть наиболее благоприятный для зачатия ребенка.



**Отрицательный** (отсутствие повышения уровня ЛГ гормона): тестовая полоска светлее, чем контрольная или вообще не видна. Это показывает, что повышение уровня ЛГ гормона пока не наступило.



**Недействительный:** появление контрольной полоски необходимо для подтверждения правильности проведения теста. Если контрольная полоска не появилась в окошечке в течение 10 минут, значит, результат теста недействительный. Скорее всего, процедура теста была проведена неправильно, и Вам необходимо повторить еще раз с другим тестом.

**Повышение уровня гормона может не быть обнаружено, если:**

- моча собрана в неправильное время суток – например, первая утренняя моча не должна использоваться для этого теста;
- тестирование выполнено слишком рано или слишком поздно в течение менструального цикла. Пожалуйста, строго следуйте инструкциям об определении времени начала тестирования;
- тестирование прекращено до появления повышения уровня ЛГ. Вам надо продолжить тестирование еще на несколько дней;
- в течение менструального цикла не произошло повышение уровня ЛГ гормона, и овуляция не наступала.

## ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ

**Вопрос:** Должна ли я придерживаться каких-либо ограничений в питании перед проведением тестирования?

**Ответ:** Нет, диета никак не влияет на результат теста.

**В:** Влияет ли прием алкоголя, ацетилсалициловой кислоты или других распространенных лекарств на результат теста?

**О:** Нет, за исключением некоторых гормональных препаратов, которые могут повлиять на результаты тестирования. Если Вы принимаете какие-либо препараты, содержащие гормоны, проконсультируйтесь с Вашим доктором, могут ли они влиять на результаты теста.

**В:** Почему первая утренняя моча не может быть использована?

**О:** Если первая утренняя моча будет использоваться с этим тестом, то первый день повышения уровня ЛГ гормона может быть не определен. Наилучшее время для проведения теста - между 10 часами утра и 8 часами вечера. Всегда старайтесь проводить тест в одно и то же время, кроме того, желательно уменьшить потребление жидкости за 2 часа до тестирования.

**В:** Сегодня мне показалось, что цвет контрольной полоски сегодняшнего теста несколько отличается от цвета контрольной полоски, который был у вчерашнего теста. Что-то не так?

**О:** Цвет контрольной полоски может варьироваться от одного теста к другому. Эти различия не влияют на результат. Всегда важно просто сравнивать цвета тестовой и контрольной полосок спустя 10 минут после проведения теста, но не позднее 30 минут.

**В:** Я использовала все пять тестов и не обнаружила повышения уровня ЛГ гормона. Что делать дальше?

**О:** Не у каждой женщины овуляция наступает в середине цикла, и Вы можете не определить повышение уровня ЛГ гормона в первые же 5 дней тестирования. Это означает, что овуляция еще не наступила, и Вы должны продолжить тестирование дальше.

**В:** Я уже тестируюсь 8 дней и я не вижу повышения уровня ЛГ гормона, что-то не так?

**О:** Более 90% процентов женщин в детородном возрасте с регулярным циклом определяют наступление овуляции в течение максимум 8-10 дней тестирования. Если у Вас это не так, это означает, что у Вас не было овуляции в этом месяце. Если у Вас короткий цикл в этом месяце, возможно, что овуляция уже произошла до начала тестирования. Если у Вас длинный цикл в этом месяце, у Вас, возможно, овуляция еще не наступила. Вы должны продолжить тестироваться или тестироваться снова уже в следующем месяце. Не волнуйтесь – это нормально изредка иметь короткий или длинный цикл, или цикл, проходящий без овуляции.

**В: Я использую тест на овуляцию уже три месяца и каждый месяц я определяла наступление овуляции и имела близость в благоприятное для зачатия время. Но я пока не беременна. Что-то не правильно?**

**О:** Прежде всего, важно помнить, что нормальным, здоровым парам может потребоваться несколько месяцев, прежде чем наступит беременность. Существует множество факторов, которые влияют на Вашу возможность забеременеть, даже если у Вас была близость в наиболее благоприятное для Вас время. Если после нескольких месяцев Вы не добьетесь успеха, проконсультируйтесь с врачом.

**В: Что может повлиять на результат теста?**

**О:** Если Вы уже беременны, недавно были беременны или у Вас наступает менопауза – Вы можете получить неправильный результат теста. Некоторые рецептурные препараты, например, такие как менотропин для инъекций и даназол, могут повлиять на результат, который Вы увидите. Пожалуйста, проконсультируйтесь с Вашим врачом, если у Вас есть вопросы по результатам теста.