

RFSU Ovulaatiotesti



rfsu

RFSU OVULAATIOTESTI

RFSU Ovulaatiotestillä voit itse selvittää nopeasti ja helposti, milloin munasolu irtoaa ja milloin mahdollisuus tulla raskaaksi on suurimmillaan.

Mitä ovulaation yhteydessä tapahtuu?

Normaalisti luteinisoivan hormonin (LH) erityis lisääntyä voimakkaasti ennen munasolun irtoamista suunnilleen kuukautiskierron puolivälissä. Munasolu vapautuu munarakkulaasta (ns. munasolun irtoaminen) muutamasta tunnista yhteen vuorokauteen ulottuvan ajan kuluessa tästä huipusta. LH-huipun yhteydessä munasolu on hedelmöitymiskykyisin seuraavan kahden vuorokauden ajan. Raskauden todennäköisyys kasvaa, jos olet yhdynnässä 48 tunnin kuluessa. Koska miehen siittiöt elävät useiden päivien ajan, voit tulla raskaaksi, vaikka olisit ollut yhdynnässä ennen LH-huippua. (Kuva 1)

RFSU ovulaatiotesti on yksinkertainen testi, joka määrittelee virtsan LH-pitoisuuden lisääntymisen. Tämä parantaa mahdollisuutta määrittää munasolun irtoamisen ajankohta, mikä lisää raskaaksi tulemisen mahdollisuutta. Testi antaa 96 % varman tuloksen, mikäli se tehdään oikealla tavalla.

Milloin testi tehdään?

Ensin on määriteltävä kuukautiskierron pituus. Tämä tarkoittaa aikaa kuukautisten alkamisesta seuraavien kuukautisten alkamista edeltävään päivään.

Ensimmäinen vuotopäivä on päivä 1.

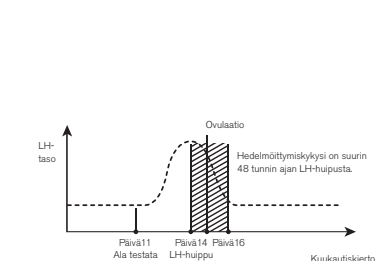
Katso viereisestä taulukosta, milloin sinun tulee aloittaa testi. Mikäli kuukautiskierronsi on alle 21 päivää tai yli 38 päivää, kysy neuvoa lääkäriltä. Ellet tiedä kuukautiskierronsi pituutta, voit aloittaa testin 11 päivää ensimmäisten kuukautisten jälkeen, koska kuukautiskierron pituus on keskimäärin 28 päivää. Kaikilla naisilla munasolu ei kuitenkaan irtoa kuukautiskierron puolivälissä, minkä takia et ehkä saa positiivista tulosta testin ensimmäisen 5 päivän aikana. Tee yksi testi joka päivä 7 päivää kestävä ajanjakson aikana, tai kunnes voidaan todeta LH-tason kohoaminen.

Tärkeä muistaa

- Lue käyttöohje huolellisesti ennen käyttöö. RFSU LH-tikku on tarkoitettu vain virtsan LH-hormonin mittaamiseen käyttöohjeen mukaisesti. Mikäli käyttöohjetta ei noudateta yksityiskohtaisesti, tulos voi olla virheellinen.
- Testi on tarkoitettu vain ulkoiseen käyttöön, ja jokaista tikkua saa käyttää vain kerran.
- Älä käytä testiä viimeisen käyttöpäiväyksen jälkeen (viimeinen käyttöpäivä on pakkauksessa).
- Testi voidaan hävittää kotitalousjätteiden mukana.
- Kipulääkkeillä, antibiooteilla tai muilla tavanomaisilla lääkkeillä ei yleensä ole vaikutusta testituloksiin. hCG:tä tai LH:tä sisältävillä epillereillä tai ehkäisyvälineillä saattaa olla vaikutusta testitulokseen, eikä niitä tule käyttää tämän testin yhteydessä. Testi ei toimi, mikäli olet raskaana tai vaihdevuotesi ovat alkaneet.
- Mikäli et ole varma tuloksesta, tai ellei tulos vastaa omia odotuksiasi, ota yhteys lääkäriisi, kättilöosi tai gynekologiisi.

Säilytys

Säilytä testiä ehjässä pakkauksessa jääkaapissa tai huoneenlämmössä. Testiä ei saa säilyttää alle +2 asteen tai yli +30 asteen lämpötilassa. Älä jätä pakkausta suoraan auringonvaloon, kosteuteen ja kuumuuteen. Pidettävä pois lasten ulottuvilta.

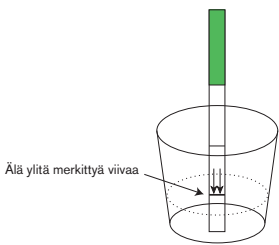


[Kuva 1]

Näin teet testin

Tee testi aina suunnilleen samaan aikaan päivästä. Älä käytä ensimmäistä aamuvirtsaa, sillä LH-pitoisuus näkyy virtsassa vasta myöhemmin päivällä. Paras aika on klo 10.00–20.00, jolloin LH-hormonitaso on suurimmillaan. On tärkeää, ettet ole virtsannut vähintään 4 tuntia ennen testin tekemistä virtsassa olevan LH-hormonin laimentumisen estämiseksi. Vältä myös runsasta nestejuontia kahden tunnin kuluessa ennen testin tekemistä.

1. Kerää virtsa puhtaaseen ja kuivaan putkioon. Pari cm riittää.
2. Anna avaamattoman testipakkauksen saavuttaa huonelämpötila (18-30 °C, tähän menee vain pari minuuttia).
3. Varaa kello lähelle.
4. Avaa pakkaus merkiviivaa pitkin ja käytä testitikku mahdollisimman pian.
5. Pidä kiinni tikun värjätystä osasta. Upota toinen pää alaspäin osoittavine nuolineen virtsaan. Älä upota sitä max-iviivaa syvemmälle. Nosta tikku pois 5 sekunnin kuluessa, ja aseta se puhtaalle ja kuivalle alustalle.
6. Odota 10 minuuttia ja anna tikun olla paikallaan. Tikussa näkyy yksi tai kaksi värillistä viivaa vaaleaa taustaa vasten värjätyn osan vieressä. Tulos on tarkastettava 30 minuutin kuluessa.



Testituloksen tulkinta Positiivinen tulos – LH-arvo kohonnut

Mikäli tikussa näkyy kaksi värillistä viivaa, ja testiiviiva on yhtä vahva tai vahvempi kuin kontrolliviiva, tämä tarkoittaa, että LH-arvo on kohonnut. Seuraavat kaksi päivää odota hedelmällisintä aikaasi. Mikäli olet yhdynnässä seuraavan 48 tunnin aikana, mahdollisuutesi tulla raskaaksi paranevat. Voit säästää ylimääräiset testit myöhemmää tarvetta varten.

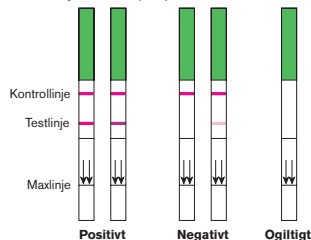
Negatiivinen tulos – LH-arvo ei kohonnut

Mikäli tikun kontrollialueella näkyy vain yksi värillinen viiva, tai mikäli testiiviiva on näkyvä, mutta se on kontrolliviivaa vaaleampi, virtsan LH-arvon kohoamista ei voida osoittaa. Tee testi uudelleen tulevina päivinä.

- Mikäli et voinut määrittää LH-arvon kohoamista tämän kierron aikana, se voi johtua siitä, että:
- Sinulla ei ehkä ollut LH-huippua tämän kierron aikana. On normaalia, ettei munasolu irtoa joka kerta.
 - Teit testin kierron liian aikaisessa tai liian myöhäisessä vaiheessa.
 - Virtsassa olevan LH:n määrä on saatantunolla liian alhainen.

Epäonnistunut testitulos

Mikäli viivoja ei ilmesty, tee testi uudelleen, ja noudata käyttöohjetta huolellisesti. Synnä voi olla, että olet tehnyt testin virheellisellä tavalla. Mikäli asia ei korjaannu, ota yhteyttä RFSU.



KYSYMYKSIÄ JA VASTAUKSIA

En tiedä, miten pitkä kuukautiskierroni on. Entä jos kuukautiset ovat epä säännölliset? Milloin testaaminen pitäisi aloittaa?

Jos et tiedä kuukautiskierronsi pituutta, odota yhden kierron ajan ja laske sen pituus ennen kuin aloitat RFSU Ovulaatiotestin käytön. Kun tiedät kiertosi pituuden, ole ohjeista, mikä on sopiva päivä aloittaa testaaminen. Jos kuukautiskierronsi pituus vaihtelee enemmän kuin kolme päivää, valitse kuuden edellisen kuukauden kieroista lyhin. LH:n nousun toteamiseen saattaa tarvita enemmän testiliuskoja kuin pakkaus sisältää. (LH on luteinisoiva hormoni, jota erittyy munasolun irrotessa.) Jos haluat aloittaa RFSU Ovulaatiotestin käytön, vaikka et tiedä kuukautiskierronsi pituutta, aloita testaaminen kierron 11:ntenä päivänä. Jos testin aloitusajankohta osuu liian myöhäiseen kierron vaiheeseen, LH-tason nousu saattaa kuitenkin jäädä havaitsematta. On tavallista, että testejä on tehtävä useita, ennen kuin LH-tason nousu on nähtävissä.

Kuukautiskierron pituus ei vastaa taulukon arvoja. Milloin minun pitäisi aloittaa testaaminen?

Jos kiertosi on lyhyempi kuin 21 vuorokautta tai pitempi kuin 38 vuorokautta, kysy neuvoa gynekologiltasi tai lääkäriltäsi.

Mihin vuorokauden aikaan testi pitäisi tehdä?

Testi pitäisi tehdä klo 10.00–20.00, koska tänä aikana LH:tä erittyy eniten. Tee testi suurin piirtein samaan aikaan joka päivä. Jotta virtsan LH-pitoisuus ei laimentuisi, yritä olla juomatta pari tuntia ja virtsaamatta neljä tuntia ennen testin tekemistä.

Pitäkö kaikki testiliuskat käyttää?

Ei. Jatka testausta, kunnes LH-taso nousee. Jäljelle jääneet testitikut voidaan säästää seuraavaa kuukautiskierron varten, jos haluat tehdä testin uudelleen.

Miten luotettava RFSU Ovulaatiotesti on?

RFSU Ovulaatiotesti havaitsee yli 96 % varmuudella LH-pitoisuuden nousun, jota munasolun irtoaminen edellyttää. Kyseessä on samanlainen testi, jota äitiysneuvolat ja gynekologit käyttävät.

Olen tehnyt monta testiä ohjeiden mukaan, mutta testiliuskat eivät ole kertaakaan näyttäneet LH-tason nousseen. Mitä pitäisi tehdä?

Kun kuukautiskierronsi on säännöllinen, pakkauksessa olevien testiliuskojen määrä on yleensä riittävä. Jos kuukautiskierronsi vaihtelee enemmän kuin kolme päivää, saatat joutua tekemään useampia testejä saadaksesi selville, milloin virtsasi LH-taso nousee. Hanki uusi pakkaus ja jatka testaamista, kunnes testi kertoo LH-pitoisuuden nousseen eli munasolun olevan irtoamassa.

Milloin ja kuinka pitkään testitulos on luettavissa?

Tulos on luettavissa 10 minuutin kuluessa, ja se pitää tarkistaa viimeistään 30 minuutin kuluessa testin tekemisestä.

Olen tehnyt RFSU Ovulaatiotestin, mutta testiliuskaan ei ilmestytään viivaa. Mitä pitäisi tehdä?

Synnä saattaa olla liian runsas tai vähäinen virtsan määrä. Ota käyttämätön liuska ja tee testi uudelleen. On tärkeää olla virtsaamatta vähintään neljä tuntia ennen testin tekemistä. Noudata tarkasti käyttöohjeita.

Mitä tekijät voivat aiheuttaa virheellisen testituloksen?

Jos käytät lääkkeitä, ole aina valmistajan pakkausseloste ennen testin tekemistä. Jotkut lääkkeet voivat vaikuttaa testitulokseen, eivät kuitenkaan särkylääkkeet, antibiootit ja muut tavanomaiset lääkkeet. Hedelmällisyshoidoissa käytettävät LH- tai hCG-hormonia sisältävät lääkkeet saattavat kuitenkin vaikuttaa tulokseen. Tulos voi olla virheellinen myös, jos olet raskaana, olet äskettäin ollut raskaana tai sinulla on vaihdevuodet. Kysy lääkäriltäsi neuvoa.

Olen äskettäin lopettanut hormonaalisen ehkäisyn käytön (esim. ehkäisytabletit). Voiko se vaikuttaa tulokseen?

Hormonaaliset ehkäisyvälineet vaikuttavat omaan hormonituotantoon. Jos olet äskettäin lopettanut niiden käytön, kuukautiskierronsi saattaa olla jonkin aikaa epä säännöllinen. Ennen RFSU Ovulaatiotestin käytön aloittamista kannattaa odottaa kahden kuukautiskierron ajan ja laskea niiden pituus.

RFSU Ovulaatiotesti kertoo, milloin raskaaksi tuleminen on todennäköistä. Voiko sitä käyttää ehkäisyvälineenä?

Ei. RFSU Ovulaatiotesti osoittaa LH-tason nousun, joka tapahtuu muutamasta tunnista vuorokauteen ennen ovulaatiota. Koska miehen siittiöt elävät useiden päivien ajan, voit tulla raskaaksi, vaikka olisit ollut yhdynnässä ennen LH-huippua.

Mitä minun pitäisi tehdä, jos epäilen olevani raskaana?

Voit tehdä RFSU Ovulaatiotestin jo samana päivänä kun kuukautistesii olisi pitänyt alkaa. RFSU Ovulaatiotestii on helppokäyttöinen, ja se antaa luotettavan vastauksen 5 minuutissa. Jos testitulos on positiivinen ja olet siis raskaana, ota yhteyttä äitiysneuvolaan tai gynekologiini, niin saat lisää neuvoja. Mitä nopeammin puhut terveydenhoitajasi tai gynekologiisi kanssa, sen parempi terveytesi kannalta.

RFSU Ovulaatiotesti on kehitetty yhteistyössä RFSU-klinikan. Lisätietoja tuotteesta löydät osoitteesta www.rfsu.com.

RFSU on voittoa tavoittelematon aatteellinen järjestö. Ylijäämää käytetään sukupuoli- ja parisuhdeasioihin liittyvään tiedottamiseen ja koulutukseen.

CE
0088
04-2006