

Przed przeprowadzeniem testu owulacyjnego należy uważnie przeczytać instrukcję użycia.

## Instrukcja użycia

**bobo plan** jest szybkim i prostym w użyciu testem owulacyjnym do domowego użytku. Pozwala on określić dni płodne kobiety z dokładnością niemal 100%. Zestaw pięciu testów umożliwia dokonanie kilku prób testowych, w celu wskazania najbardziej prawdopodobnego dnia do poczęcia dziecka. Test można stosować o dowolnej porze dnia pomiędzy godziną 10 a 20. **Nie używaj pierwszego porannego moczu.** Wyniki testu pojawiają się w ciągu 5 minut.

**Wybór do samodzielnego zastosowania.**

**Test do diagnostyki in vitro (wyłącznie do użytku zewnętrznego).**

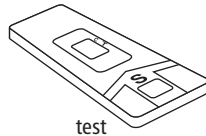
## Przed przeprowadzeniem testu

- ✓ Uważnie przeczytaj całą instrukcję użycia. Jeżeli masz jakieś pytania, co do sposobu przeprowadzenia testu lub co do jego rezultatów, zadzwoń pod numer +48 85 732 46 22 lub 732 40 99 w godz. 8.00-16.00 (pn-pt)
- ✓ Nie otwieraj foliowej torebki testu jeżeli nie jesteś gotowa do przeprowadzenia testu.
- ✓ Nie używaj testu po przekroczeniu daty ważności wydrukowanej na opakowaniu i etykiecie.
- ✓ Test przechowuj w szczelnym opakowaniu w lodówce lub temperaturze pokojowej: 3-30°C.
- ✓ Przechowuj test z dala od dzieci.
- ✓ Po wykonaniu testu nie należy podejmować żadnych działań o charakterze medycznym bez uprzedniej konsultacji z lekarzem.

## Zawartość opakowania

Zestaw Bobo Plan zawiera:

- 5 testów owulacyjnych,
  - 5 pipetek,
  - 5 pojemników do gromadzenia moczu
- instrukcja użycia.



test



pipeta



pojemnik

## Kiedy rozpocząć badanie ?

Na początku określ długość Twojego cyklu miesięczkowego - licząc od pierwszego dnia krwawienia, aż do dnia poprzedzającego kolejną miesiączkę. Ustal średnią długość cyklu na podstawie obserwacji przeprowadzonych w ciągu ostatnich kilku miesięcy. Następnie przyjmując pierwszy dzień krwawienia jako dzień 1 (zaznacz go w kalendarzu), użyj Tabeli 1 aby określić kiedy powinnaś rozpocząć przeprowadzanie testu.

**Przykład:** Jeśli Twój cykl wynosi przeciętnie 26 dni, zacznij badanie 10-tego dnia licząc od dnia rozpoczęcia krwawienia miesięczkowego.

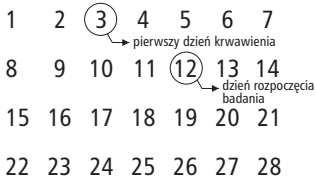


Tabela 1			
Długość cyklu a dzień rozpoczęcia badania			
Długość Twojego cyklu	Dzień cyklu właściwy do rozpoczęcia badania	Długość Twojego cyklu	Dzień cyklu właściwy do rozpoczęcia badania
21 dni	dzień 5	31 dni	dzień 15
22 dni	dzień 6	32 dni	dzień 16
23 dni	dzień 7	33 dni	dzień 17
24 dni	dzień 8	34 dni	dzień 18
25 dni	dzień 9	35 dni	dzień 19
26 dni	dzień 10	36 dni	dzień 20
27 dni	dzień 11	37 dni	dzień 21
28 dni	dzień 12	38 dni	dzień 22
29 dni	dzień 13	39 dni	dzień 23
30 dni	dzień 14	40 dni	dzień 24

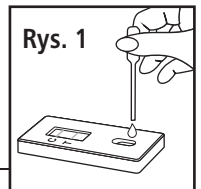
**Uwaga:** Jeśli Twój cykl jest krótszy niż 21 dni lub dłuższy niż 40 dni, powinnaś skonsultować się z lekarzem.

## Sposób użycia:

**Zbieranie moczu:** Mocz do przeprowadzenia testu gromadź o tej samej porze każdego dnia. Aby osiągnąć najlepsze rezultaty, test powinien być przeprowadzony z użyciem moczu zebranego w godzinach pomiędzy 10 a 20. **Nie używaj pierwszego porannego moczu.** Mocz zbieraj raz dziennie do czystego i suchego naczynia szklanego bądź plastikowego lub do pojemnika z zestawu. Najlepiej jest wykonać test bezpośrednio po zebraniu moczu. Jednakże istnieje możliwość przechowywania moczu w temperaturze pokojowej przez 8 godzin lub w lodówce przez 24 godziny (nie mrozić!). Chcąc skorzystać ze schłodzonego moczu, przed przeprowadzeniem testu na jakiś czas należy wyjąć go z lodówki aby osiągnął temperaturę pokojową.

1. Wyjmij test z foliowego opakowania tuż przed przeprowadzeniem testu.
2. Napełnij pipetkę moczem ściskając jej szeroką część. Następnie trzymając pipetkę pionowo nad okienkiem SAMPLE (S) wpuść do okienko 3 krople moczu. Aplikuj mocz powoli pozwalając aby każda kropla została wchłonięta zanim dodasz następną (rys. 1).
3. Odczytaj wynik w ciągu 5 minut obserwując pojawianie się linii T i C w oknie testowym. Po odczytaniu wyniku, wyrzuć test.

**UWAGA:** Nie należy sugerować się zmianami zachodzącymi w okienku testowym po upływie 5 minut, ponieważ na skutek dalszych reakcji chemicznych wynik pokazany po tym czasie może być zafałszowany.



Rys. 1

## Interpretacja wyników



Rys. 2



Rys. 3



Rys. 4

### NEGATYWNY (brak wzrostu hormonu LH)

Wynik uznajemy za negatywny jeśli:

1. Kolor linii w oknie testowym T jest mniej intensywny od koloru linii w oknie testowym C.
  2. Jeśli nie pojawi się linia w oknie testowym T.
- W obu przypadkach w tabeli wyników nanieś „-” jako wynik negatywny.

### POZYTYWNY (wzrost hormonu LH)

Wynik uznajemy za pozytywny jeśli:

1. Kolor linii w oknie testowym T jest tak samo intensywny jak kolor linii w oknie testowym C.
2. Kolor linii w oknie testowym T jest bardziej intensywny od koloru linii w oknie testowym C.

W obu przypadkach w tabeli wyników nanieś „+” jako wynik pozytywny.

### WYNIK NIEWAŻNY

Wynik uznajemy za nieważny jeśli w ciągu 5 minut:

1. Pojawi się linia tylko w oknie testowym T i nie pojawi się w oknie kontrolnym C
  2. Nie pojawi się żadna linia w oknie testowym T oraz w oknie kontrolnym C.
- W obu przypadkach wynik uznajemy za błędny, a test należy powtórzyć przy użyciu nowego zestawu testującego.

Tabela wyników <i>bobo-plan</i>				
Test	Dzień Twojego cyklu	Data wykonania badania	Godzina zebrania moczu	Wynik
1				
2				
3				
4				
5				

## Co oznaczają wyniki przeprowadzonego testu ?

Po każdym teście zapisz w tabeli wyników rezultat przeprowadzonego badania.

Jeżeli wynik jest pozytywny, najprawdopodobniej nastąpił wzrost poziomu hormonu LH. Od tego momentu, w ciągu 24-36 godzin większość kobiet ma owulację. Wcześniejse określenie dnia owulacji jest ważne dla zajścia w ciążę ponieważ komórka jajowa może być zapłodniona w ciągu 6-24 godzin po owulacji. Wynika z tego, że aby zajść w ciążę najlepiej jest współżyć w dniu wzrostu poziomu hormonu LH i dzień później.

Wynik negatywny wskazuje, że nie nastąpił wzrost poziomu LH. Pamiętaj, że kolor linii T słabszy od koloru linii C (rys.2) informuje o niskim poziomie hormonu LH w moczu.

## Kiedy można zakończyć przeprowadzanie testów ?

Możesz zakończyć przeprowadzanie testów po wykryciu wzrostu poziomu hormonu LH. Pamiętaj jednak, że w celu wykazania wzrostu hormonu LH czasem trzeba przeprowadzać badanie przez 5 dni z rzędu.

**Uwaga:** Poniżej przedstawione zostały powody, dla których badanie może nie wykryć wzrostu poziomu hormonu LH:

1. Moc zgromadzono o niewłaściwej porze dnia.
2. Zbyt niski poziom hormonu LH w moczu.
3. Test przeprowadzono w niewłaściwym dniu cyklu - zbyt wcześnie lub za późno (Tabela 1).
4. Podczas cyklu, w którym przeprowadzono test nie nastąpił wzrost poziomu LH.

## Najczęściej zadawane pytania

### Jak działa test owulacyjny ?

Bobo-plan bada poziom hormonu luteinizującego (LH), który jest zawsze obecny w Twoim moczu. Poziom hormonu wzrasta tuż przed najbardziej płodnym dniem w miesiącu. Wzrost hormonu LH powoduje uwolnienie jednej z komórek jajowych z jajnika, co określa się mianem owulacji.

### Czy powinienam ograniczyć dietę?

Nie.

### Czy alkohol, aspiryna lub inne substancje mogą wpływać na wynik testu ?

Nie, jednak powinnaś skonsultować się z lekarzem jeżeli jesteś w trakcie kuracji hormonalnej.

### Czy test owulacyjny może być stosowany w celu antykoncepcji ?

Nie, gdyż bobo-plan wykrywa wzrost poziomu hormonu LH około 24-36 godzin przed owulacją. Stąd, jeżeli będziesz współżyła kilka dni przed określeniem wzrostu poziomu hormonu LH, plemniki, których żywotność wynosi do 72 godzin (3 dni) mogą już zapłodnić komórkę jajową.

### Dlaczego do testu owulacyjnego nie należy używać pierwszego porannego moczu ?

Używając pierwszego porannego moczu, możesz nie trafić w pierwszy dzień wzrostu hormonu LH. Najlepsze rezultaty osiąga się przeprowadzając test w godzinach pomiędzy 10 a 20.

### Zauważyłam, że kolor linii kontrolnej C ma inny odcień niż wczoraj. Czy powinienam się tym martwić ?

Różnice w kolorze linii kontrolnej C nie mają wpływu na wynik. Pamiętaj, aby być pewną wyniku, zawsze porównuj kolory linii T i C w dniu przeprowadzenia testu. Wynik testu wpisz w Tabeli wyników.









### Wykorzystałam 5 testów znajdujących się w opakowaniu lecz nie wykryłam wzrostu hormonu LH. Co powinienam zrobić?

Dla większości kobiet, które mają regularny cykl zestaw bobo-plan jest wystarczający aby wykryć wzrost poziomu LH. Jeżeli przeprowadziłaś pięć testów, w prawidłowy sposób opisany w instrukcji użycia i otrzymałaś pięć wyników negatywnych oznacza to, że w tym czasie owulacja nie nastąpiła. Możesz wówczas kontynuować przeprowadzanie testu w celu wykrycia wzrostu poziomu LH (owulacji) w następnych dniach.

### Chcę przekonać się, czy zaszłam w ciążę. Co powinienam zrobić?

Aby przekonać się czy zaszłaś w ciążę możesz wykonać test ciążowy bobo-test. Bobo-test to łatwy w użyciu i szybki test wykrywający ciążę już 7 dni po stosunku. Wynik otrzymasz po kilku minutach. Jeżeli bobo-test wykaże pozytywny wynik powinnaś skonsultować się z lekarzem.

**Wszystkie elementy zużytego testu należy włożyć do oryginalnego opakowania i postępować z nimi tak, jak z odpadkami. Nie należy używać ponownie żadnego z elementów zestawu testowego.**

 3°C - 30°C	Temperatura przechowywania		Przeczytaj instrukcję
	Numer serii		Do jednorazowego użyciu
	Data ważności		Do diagnostyki in vitro - do użytku zewnętrznego
	Producent / Wytwórca	REF	Numer katalogowy
	Ilość testów w zestawie	Rev.	Data ostatniej weryfikacji



Rev. 28.08.2006

**Przechowywać w temp. 3-30°C.  
Numer serii i data ważności  
na opakowaniu i etykiecie.**

**Wytwórca:**  
DIAGNOSIS Sp. z o.o.  
ul. Warszawska 42A  
15-077 Białystok  
Polska  
[www.diagnosis.pl](http://www.diagnosis.pl)