

Nederlands  
www.matcare.nl  
info@matcare.nl

## Gebruiksaanwijzing Mat Care Ovulatietest Midstream

Lees deze gebruiksaanwijzing aandachtig door, voordat u de test uitvoert

- Controleer of op de verpakking "Ovulation / LH" staat
- Haal de test uit de verpakking.
- Verwijder de dop.
- Houd het absorptiegedeelte minimaal 5 seconden in de urinestraal of 15 seconden in een bakje opgevangen urine.
- Zorg dat het absorptiegedeelte voldoende urine heeft opgenomen.
- Plaats de dop terug op de test.
- Leg de test plat neer.
- U kunt het resultaat van de test na 10 minuten aflezen:

## Gebruiksaanwijzing Mat Care Ovulationstest Midstream

Lezen Sie diese Gebrauchsanweisung sorgfältig durch, bevor Sie den Test durchführen

- Kontrollieren Sie ob auf den Verpackung "Ovulation / LH" steht.
- Nehmen Sie den Test aus der Verpackung.
- Ziehen Sie die Kappe ab.
- Halten Sie die saugfähige Spitze mindestens 5 Sekunden in den Urinstrahl oder 15 Sekunden in einen Behälter mit aufgefangenem Urin.
- Achten Sie darauf, dass die saugfähige Spitze ausreichend nass ist.
- Setzen Sie die Kappe wieder auf.
- Legen Sie den Teststab auf eine ebene Fläche.
- Sie können das Ergebnis des Tests nach 10 Minuten ablesen:

**negatief**

**positief**

**negativ**

**positiv**



De T staat voor **Testlijn**, de C staat voor **Controlelijn**.

Das T steht für **Testlinie**, das C steht für **Kontrolllinie**.

**Negatief:** Als alleen de controlelijn verschijnt of de testlijn lichter is dan de controlelijn, is het resultaat negatief. Uw LH piek is nog niet begonnen.

**Positief:** Als de testlijn even donker of donkerder is dan de controlelijn, is het resultaat positief en vindt uw ovulatie waarschijnlijk binnen 48 uur plaats.

**Ongeldig:** Als er geen lijnen verschijnen, is de test ongeldig en dient u een nieuwe test uit te voeren. Zorg ervoor dat u de gebruiksaanwijzing nauwkeurig volgt.

**Negativ:** Wenn nur eine Kontrolllinie erscheint oder die Testlinie heller ist als die Kontrolllinie, ist das Ergebnis negativ. Der LH-Anstieg hat noch nicht angefangen.

**Positiv:** Wenn die Testlinie und die Kontrolllinie gleich dunkel sind oder die Testlinie dunkler ist als die Kontrolllinie, ist das Ergebnis positiv und findet Ihre Eisprung innerhalb 48 Stunden statt.

**Ungültig:** Falls die Kontrolllinie nicht erscheint, ist der Test ungültig und Sie müssen einen neuen Test durchführen. Befolgen Sie die Gebrauchsanweisung ganz genau.

**LET OP:** resultaat aflezen binnen 20 minuten! Interpreteer geen resultaten voordat de controlelijn verschenen is.

**ACHTUNG:** Lesen Sie das Testergebnis innerhalb von 20 Minuten nach Testdurchführung ab!

### How werkt deze test?

De test detecteert LH (Luteïnizing Hormone) in urine. De primaire functie van LH is het vrijgeven van een rijpe eicel in de eierstokken.

De snelle stijging van de hoeveelheid LH in de urine, de "LH piek", is het signaal van de start van het ovulatieproces. LH is altijd aanwezig in de urine, maar tijdens de piek is de hoeveelheid 10-20 maal hoger dan de normale hoeveelheid.

Deze piek duurt 1-3 dagen, daarna daalt de LH snel naar de normale hoeveelheid. De ovulatie vindt 20-48 uur na de start van de LH piek plaats. Dit is de meest vruchtbare periode van uw menstruatiecyclus.

### Wie funktioneert dieser Ovulationstest?

Der Test spürt LH (Luteinisierendes Hormon) im Urin auf. Die primäre Funktion des LH ist die Freisetzung einer reifen Eizelle in den Eierstöcken.

Der sprunghafte Anstieg der Menge an LH im Urin ist das Signal zum Auslösen des Eisprungs. LH ist immer im Urin anwesend, aber während des Anstiegs ist die Menge 10 bis 20 Mal höher, als die normale Menge.

Dieser Anstieg dauert 1-3 Tage, danach sinkt das LH schnell wieder auf die normale Menge. Die Ovulation (Eisprung) findet 20-48 Stunden nach dem Anfang des LH-Anstiegs statt. Dies ist der fruchtbarste Zeitraum Ihres Menstruationszyklus.

**Wanneer te beginnen met testen?** Bereken de gemiddelde lengte van uw menstruatiecyclus. Indien u een onregelmatige cyclus heeft, gaat u uit van de kortste cyclus. Zoek het gemiddeld aantal dagen van uw cyclus hieronder op. Daarachter vindt u de dag waarop u het beste kunt beginnen met testen. Hierbij telt de dag dat u menstruatie begonnen is, als dag 1.

**Wann fängt man mit dem Testen an?** Berechnen Sie die durchschnittliche Dauer Ihres Menstruationszyklus. Wenn Sie einen unregelmäßigen Zyklus haben, nehmen Sie den kürzesten Zyklus als Ausgangspunkt. In der linken Spalte finden Sie die durchschnittliche Dauer Ihres Menstruationszyklus. In der rechten Spalte suchen Sie den Tag, an welchem Sie am besten mit dem Test beginnen sollten. Dabei zählt der Tag, an dem Ihre Menstruation angefangen hat, als Tag 1.

Gemiddelde cyclus	Begin op dag
25	7
26	8
27	9
28	10
29	11
30	12

Gemiddelde cyclus	Begin op dag
31	13
32	14
33	15
34	16
35	17
36	18

Durchschnittliche Zyklus	Anfangen am Tag
25	7
26	8
27	9
28	10
29	11
30	12

Durchschnittliche Zyklus	Anfangen am Tag
31	13
32	14
33	15
34	16
35	17
36	18

### Waar op te letten bij het uitvoeren van de test?

- Zorg dat u voor het uitvoeren van de test 4 uur niet plast en 2 uur niet teveel drinkt.
- Voer de test NIET uit met ochtendurine maar met urine opgevangen tussen 10:00 uur en 22:00 uur.
- Voer de test iedere dag op hetzelfde tijdstip uit. Rond de middag (12:00 uur) is het beste tijdstip.
- Zorg dat de test voldoende urine opneemt

### Worauf muss man achten?

- Sorgen Sie vor der Ausführung des Tests dafür, dass Sie 4 Stunden nicht wasserlassen und 2 Stunden nicht zu viel trinken.
- Führen Sie den Test nicht mit dem Morgenurin durch, sondern mit dem Urin, den Sie zwischen 10:00 und 22:00 Uhr aufgefangen haben.
- Sorgen Sie dafür, dass der Test gut genug mit Urin durchgezogen ist.
- Führen Sie den Test jeden Tag um die selbe Zeit durch. Um die Mittagszeit ist der beste Zeitpunkt.

**How lang door te gaan met testen?** Vanaf de dag dat u begonnen bent met testen, voert u elke dag een test uit en gaat door totdat u een positief resultaat heeft. Dit kan 5 tot 15 dagen duren en dit kan per cyclus verschillend zijn.

**Wie lange sollten Sie den Test durchführen?** Ab dem Tag, an welchem Sie mit dem Test angefangen haben, führen Sie jeden Tag einen Test durch und machen so lange weiter, bis Sie ein positives Ergebnis haben. Dies kann 5 bis 15 Tage dauern und auch per Zyklus variieren.

**Wat als na 10 minuten geen enkele lijn verschijnt?** Het testresultaat is ongelukkig. Waarschijnlijk heeft u onvoldoende urine gebruikt. Voer een nieuwe test uit en zorg dat u voldoende urine gebruikt.

**Was ist, wenn nach 10 Minuten gar keine Linie erscheint?** Das Testergebnis ist unglücklich. Wahrscheinlich haben Sie nicht ausreichend Urin verwendet. Führen Sie einen neuen Test durch und achten Sie darauf ausreichend Urin zu verwenden.

Bewaren en gebruiken op kamertemperatuur - Buiten bereik van kinderen houden - Niet blootstellen aan direct zonlicht, vuist of hitte - De test is voor eenmalig gebruik - Mat Care is niet aansprakelijk voor het onjuist uitvoeren van de test of het onjuist interpreteren van het testresultaat - Indien u vragen heeft kunt u een email sturen naar: info@matcare.nl

Bei Zimmertemperatur aufbewahren und verwenden - Von Kindern fernhalten - Nicht in direktem Tageslicht, Feuchtigkeit oder Hitze stellen - Test ist für den einmaligen Gebrauch - Mat Care ist für ein falsches Interpretieren des Testergebnisses und/oder Verwendung des Produktes nicht haftbar - Falls Sie Fragen haben, schicken Sie einfach eine E-Mail an: info@matcare.de