

**Diese Bedienungsanleitung
wird Ihnen kostenlos zur
Verfügung gestellt.**

**DIE Seite rund um
Verhütung, Kinderwunsch,
Schwangerschaft und
natürliche Familienplanung!**

The logo for CLEAR PLAN features a stylized, light-colored symbol consisting of two overlapping loops, resembling a lowercase 'p' or a similar abstract shape, positioned above the brand name.

CLEAR PLAN™

Fertilitätsmonitor
GEBRAUCHSANLEITUNG

Der Clearplan Fertilitätsmonitor muss gemäß dieser Anleitung angewendet werden. Der Clearplan Fertilitätsmonitor ist ein In vitro-Diagnostikum für den privaten Gebrauch. Nicht einnehmen. Nicht innerlich anwenden. Bei Raumtemperatur und für Kinder unzugänglich aufbewahren. Kein Produkt kann eine Schwangerschaft garantieren. Der Clearplan Fertilitätsmonitor wurde entwickelt, um Sie bei der Planung einer Schwangerschaft zu unterstützen. Der Clearplan Fertilitätsmonitor ist nicht zur Verhütung geeignet.

INHALT

1	So funktioniert der Clearplan Fertilitätsmonitor.....	3
2	Monatszyklus und Eisprung	4
3	Wie der Clearplan Fertilitätsmonitor Sie unterstützen kann	5
4	Anwendungsbeschränkungen - Wichtige Hinweise.....	6-7
5	Schritt-für Schritt-Anleitung zur Anwendung des Monitors	8-11
6	Wie Sie Ihren Testzeitraum festlegen	12
7	Einstellung des M-Knopfes	13
8	Das Testen	14-17
9	Die Anzeige Ihrer Fruchtbarkeit.....	18-20
10	Ende eines Monatszyklus	21
11	Symbole auf dem Display: Praktische Hinweise	22-23
12	Pflege des Monitors	23
13	Häufige Fragen	24-32
14	Der Beratungsservice	Umschlagrückseite

CLEAR PLAN™



CLEARPLAN FERTILITÄTSMONITOR

2

Der Clearplan Fertilitätsmonitor erhöht die Chancen, Ihren Kinderwunsch zu erfüllen.

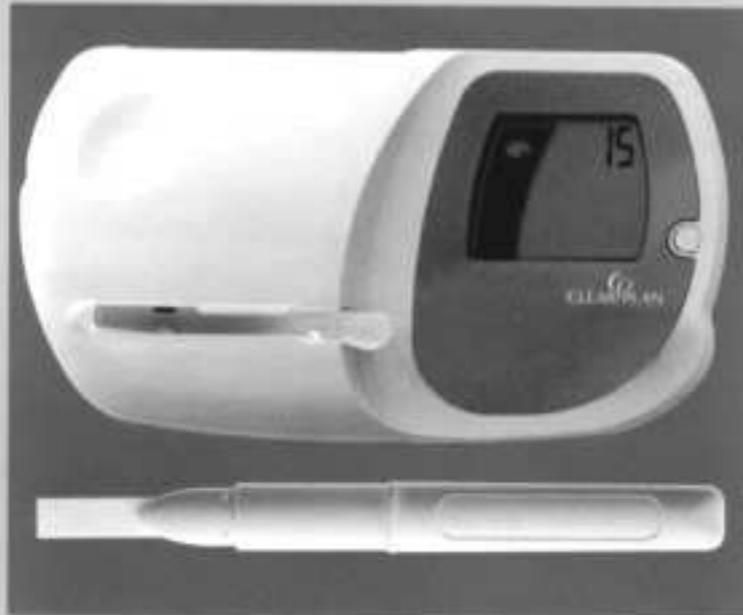
Sie haben sich entschlossen, eine Familie zu gründen. Der Clearplan Fertilitätsmonitor kann Sie dabei unterstützen, sich Ihren Kinderwunsch zu erfüllen. Er bestimmt die Tage mit hoher und maximaler Fruchtbarkeit. An diesen Tagen ist die Chance, schwanger zu werden, am größten.

Es gibt nur wenige Tage im Monatszyklus, an denen eine Schwangerschaft eintreten kann. Am wahrscheinlichsten ist eine Empfängnis bei Geschlechtsverkehr einige Tage vor bis einen Tag nach dem Eisprung (Ovulation).

Bei Ovulationstests, die Sie zu Hause durchführen können, werden lediglich die beiden Tage mit der höchsten Fruchtbarkeit erkannt. Diese Tests erfassen den Anstieg des luteinisierenden Hormons (LH), der den Eisprung auslöst.

Der Clearplan Fertilitätsmonitor zeigt außer diesen beiden maximal fruchtbaren Tagen zusätzliche Tage, an denen eine Schwangerschaft eintreten kann. Er bestimmt den Anstieg eines weiteren Hormons - des Östrogens - und kann so den meisten Frauen zusätzliche 1-5 Tage hoher Fruchtbarkeit vor der maximalen Fruchtbarkeit angeben. Das heißt, Sie kennen alle Tage, an denen das Eintreten einer Schwangerschaft wahrscheinlich ist.

SO FUNKTIONIERT DER CLEARPLAN FERTILITÄTSMONITOR

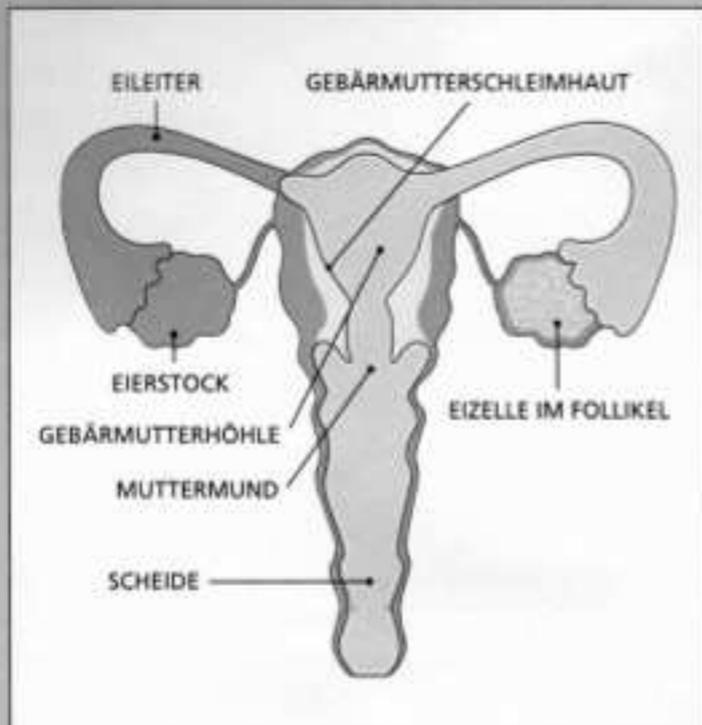


Der Clearplan Fertilitätsmonitor besteht aus einem handlichen Monitor und Einmal-Urinteststäbchen. Beide zusammen erfassen Änderungen derjenigen Hormonspiegel, die Ihre Fruchtbarkeit kontrollieren. Der Monitor speichert Ihren persönlichen Zyklusverlauf, um ein vollständiges und zuverlässiges Bild Ihrer fruchtbaren Tage aufzubauen.

Der Clearplan Fertilitätsmonitor gibt Ihnen eindeutige und verständliche Informationen über Ihren persönlichen Zyklusverlauf. Er zeigt den jeweiligen Zyklustag an und sagt Ihnen, an welchen Tagen Sie Tests durchführen müssen. Er kündigt die Menstruation an, damit Sie sich auf den Beginn Ihres nächsten Monatszyklus einstellen können oder, falls Ihre Menstruation überfällig ist, einen Schwangerschaftstest durchführen können.

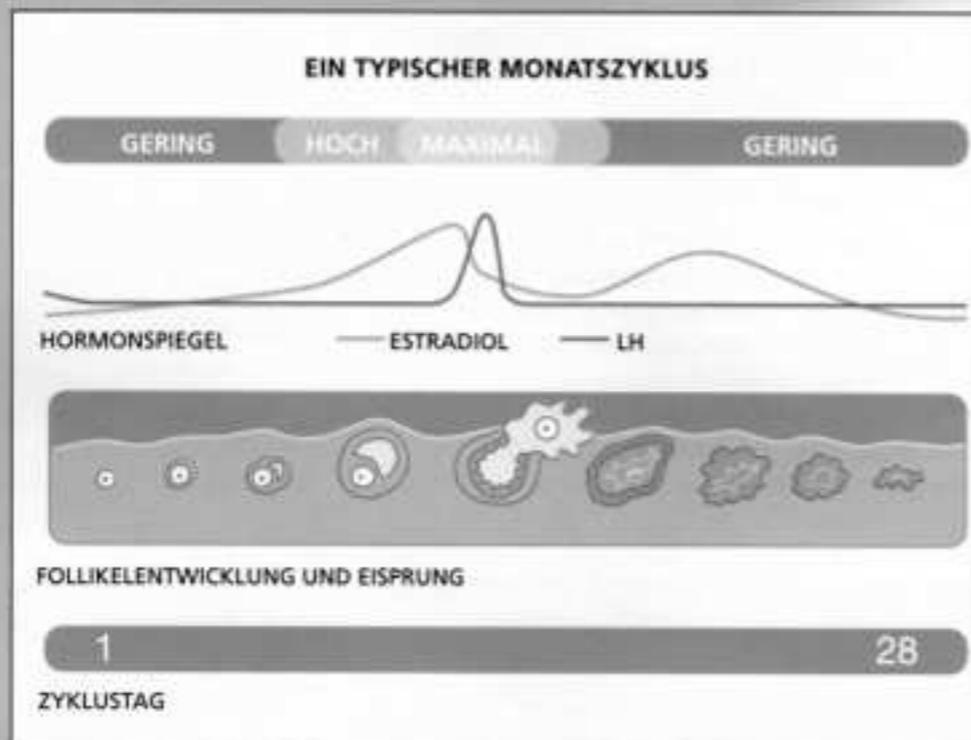
- Sie müssen einen einfachen Urintest durchführen, wenn Sie vom Monitor dazu aufgefordert werden. Für jeden Monatszyklus wird mindestens ein kompletter Satz von 10 Teststäbchen benötigt. Sollten Ihre Zyklen lang oder unregelmäßig sein, fordert der Monitor unter Umständen 10 weitere Tests an, damit die Tage mit der höchsten Fruchtbarkeit bestimmt werden können.
- Die Teststäbchen nehmen Hormone aus Ihrem Morgenurin auf und wandeln sie so um, dass sie vom Monitor ausgewertet werden können. Der Monitor interpretiert die Hormonspiegel und teilt Ihnen mit, ob Ihre Fruchtbarkeit in den nächsten 24 Stunden gering, hoch oder maximal ist.

3



- Ein Monatszyklus ist der Vorgang, bei dem sich der Körper der Frau auf eine mögliche Schwangerschaft vorbereitet. Veränderungen der Hormonspiegel bewirken die Freisetzung einer Eizelle aus den Eierstöcken.
- In beiden Eierstöcken (Ovarien) befinden sich zahlreiche Eizellen in je einem flüssigkeitsgefüllten Bläschen, den Follikeln. In der ersten Phase des Monatszyklus reift in einem Ovar eine Eizelle mit ihrem Follikel heran. Der Follikel produziert in zunehmenden Mengen das Hormon Östrogen. Dadurch verdickt sich die Gebärmutterschleimhaut so, dass sie eine befruchtete Eizelle aufnehmen kann, und dass der Muttermund flüssigeren, „fruchtbaren“ Schleim produziert, der von großer Bedeutung für die Fruchtbarkeit ist (siehe S. 5). Hohe Östrogenkonzentration hat einen kurzfristigen, deutlichen Anstieg des Luteinisierenden Hormons (LH) zur Folge, der ca. 24 bis 36 Stunden später den Eisprung (Ovulation) auslöst.
- Die Eizelle kann bis ca. 24 Stunden nach dem Eisprung befruchtet werden. Wenn keine Befruchtung stattfindet, fällt langsam der Östrogenspiegel. Der Aufbau der Gebärmutterschleimhaut wird beendet, und ein neuer Monatszyklus beginnt.

WIE DER CLEARPLAN FERTILITÄTSMONITOR SIE UNTERSTÜTZEN KANN



- Der Clearplan Fertilitätsmonitor erkennt Veränderungen der Östrogen- und LH-Spiegel.
- Ein erhöhter Östrogenspiegel bewirkt die Bildung von „fruchtbarem Schleim“, der glatt und flüssig ist, und in dem Spermien einige Tage lang leben können. Wenn Sie während dieser Zeit Geschlechtsverkehr haben, können einige Tage später zum Zeitpunkt des Eisprungs immer noch befruchtungsfähige Spermien vorhanden sein. Wenn der Clearplan Fertilitätsmonitor einen Anstieg des Östrogenspiegels erfasst, wird auf dem Display hohe Fruchtbarkeit angezeigt.
- Erfasst der Monitor den LH-Anstieg, wird die maximale Fruchtbarkeit angezeigt. Der LH-Anstieg kündigt den Eisprung an.

Sie nutzen Ihre Chancen auf eine Schwangerschaft am besten, wenn Sie nicht nur bei Anzeige maximaler Fruchtbarkeit Geschlechtsverkehr haben, sondern auch bereits an Tagen, an denen der Monitor Ihnen hohe Fruchtbarkeit anzeigt.

- Der Clearplan Fertilitätsmonitor ist für Frauen geeignet, deren natürliche Zykluslänge üblicherweise zwischen 21 und 42 Tagen liegt. Die meisten Frauen benötigen 10 Teststäbchen pro Zyklus. Frauen mit unregelmäßigen oder langen Zyklen benötigen eventuell 20 Teststäbchen pro Zyklus um die fruchtbare Phase zu bestimmen.
- Nach einer Schwangerschaft (auch wenn sie nicht ausgetragen wurde) kann der Spiegel des Schwangerschaftshormons HCG noch eine Zeitlang erhöht sein. Dadurch kann die Anzeige des Monitors beeinflusst werden. Es kann daher sinnvoll sein, mit der Anwendung von Clearplan so lange zu warten, bis das Schwangerschaftshormon abgebaut ist. Fragen Sie Ihren Arzt.
- Wenn Sie bis vor kurzem schwanger waren, gestillt haben oder eine hormonelle Verhütungsmethode (z.B. die Pille) verwendet haben oder eine andere Behandlung durchgeführt wurde, die Ihren Zyklus beeinflusst, kann Ihre Zykluslänge unregelmäßig sein. Es kann daher sinnvoll sein, mit der Anwendung des Clearplan Fertilitätsmonitors zu warten, bis sich Ihr Zyklus stabilisiert hat, d. h. mindestens zwei aufeinanderfolgende natürliche Monatszyklen zwischen 21 und 42 Tagen Länge.
- Bestimmte persönliche Umstände, Erkrankungen oder Arzneimittel können die Anzeige des Clearplan Fertilitätsmonitors beeinflussen. Hierzu gehören Wechseljahrsymptome, Stillen, beeinträchtigte Leber- oder Nierenfunktion, das polyzystische Ovarialsyndrom (PCOS).

ANWENDUNGSBESCHRÄNKUNGEN – WICHTIGE HINWEISE

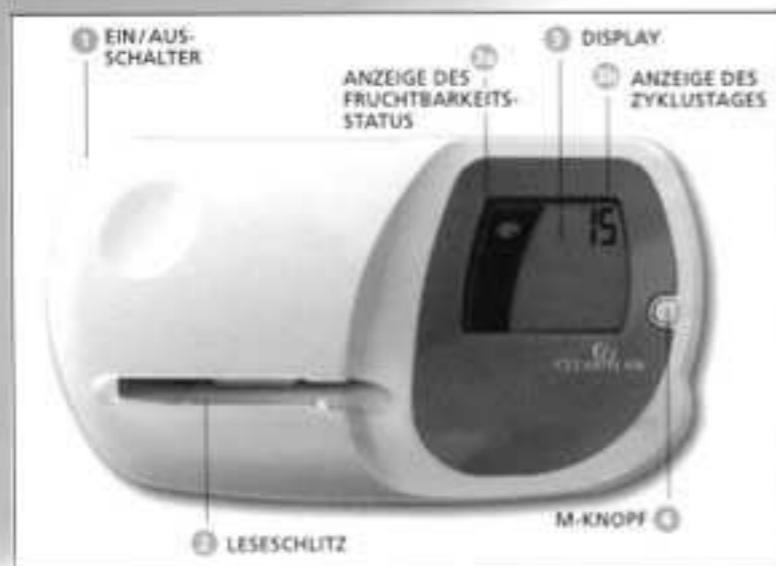
- Die meisten Arzneimittel beeinflussen den Clearplan Monitor nicht. Sie sollten den Clearplan Monitor allerdings nicht verwenden, wenn Sie Arzneimittel einnehmen, die Ihren Zyklus beeinflussen. Das betrifft vor allem fruchtbarkeitsfördernde Arzneimittel, die LH oder HCG enthalten. Wenn Sie Arzneimittel einnehmen, die Clomiphen als wirksamen Bestandteil enthalten, rufen Sie bitte den Clearplan Beratungsservice an. Antibiotika, die Tetracykline als wirksame Bestandteile enthalten, können den Clearplan Fertilitätsmonitor beeinflussen. Fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie sich nicht sicher sind, ob ein Arzneimittel, das Sie einnehmen, Tetracykline enthält.
- Paare, bei denen bereits Einschränkungen der Fruchtbarkeit ärztlich diagnostiziert worden sind, sollten vor der Anwendung des Clearplan Fertilitätsmonitors mit ihrer Ärztin/ihrem Arzt sprechen.

Der Clearplan Fertilitätsmonitor wurde entwickelt, um Paare bei der Erfüllung ihres Kinderwunsches zu unterstützen. Es gibt kein Produkt, das das Eintreten einer Schwangerschaft garantieren kann. Der Clearplan Fertilitätsmonitor ist nicht zur Verhütung geeignet.

LERNEN SIE IHREN CLEARPLAN FERTILITÄTSMONITOR KENNEN

In Ihrer Monitorpackung finden Sie Ihren Clearplan Fertilitätsmonitor und vier Mignon-Batterien (Größe AAA; 1,5 V). Sie benötigen noch eine Packung Teststäbchen für den Clearplan Fertilitätsmonitor.

Bevor Sie mit der Anwendung des Clearplan Fertilitätsmonitors beginnen können, müssen Sie Ihre nächste Menstruation abwarten. Lesen Sie sich vor der ersten Anwendung diese Gebrauchsanleitung vollständig durch und machen Sie sich mit Ihrem Monitor vertraut.



- 1 **Ein/Aus - Schalter:** zum Einschalten drücken, zum Ausschalten ein zweites Mal drücken. Der Monitor schaltet sich nach 30 Sekunden automatisch ab, um die Batterien zu schonen; Sie sehen dann keine Anzeige auf dem Display. Der Monitor schaltet sich jedoch nicht ab, während er ein Teststäbchen auswertet.
- 2 **Leseschlitz:** in den Leseschlitz wird das Teststäbchen zur Auswertung eingelegt; dort bleibt das Teststäbchen, bis der Monitor den Test abgelesen hat.
- 3 **Display:** zeigt Ihnen
 - 4 Ihren Fruchtbarkeitsstatus
 - 5 Ihren aktuellen Zyklustag an.
 Weitere Symbole geben Ihnen zusätzliche Informationen oder Anweisungen, z.B. wann ein Test durchgeführt werden muss.

SCHRITT-FÜR-SCHRITT-ANLEITUNG ZUR ANWENDUNG DES MONITORS

LERNEN SIE IHREN CLEARPLAN FERTILITÄTSMONITOR KENNEN

- 6 **M-Knopf:** wird gedrückt, um dem Monitor mitzuteilen, dass Ihr Monatszyklus beginnt. Lesen Sie bitte die Seiten 12 und 13 dieser Gebrauchsanleitung, bevor Sie den M-Knopf drücken.
Nur die Clearplan Fertilitätsmonitor Teststäbchen können zusammen mit dem Monitor verwendet werden.





Drücken des M-Knopfes

- Sie können am Morgen nach Beginn Ihrer Menstruation mit der Anwendung des Clearplan Fertilitätsmonitors beginnen, nicht vorher. Zuerst müssen Sie den M-Knopf drücken.
- Indem Sie den M-Knopf drücken teilen Sie dem Monitor mit, dass Ihre Menstruation eingesetzt und ein neuer Zyklus begonnen hat.
- Durch das Drücken des M-Knopfes legen Sie auch den 6-stündigen Testzeitraum fest. Sie sollten den Testzeitraum so einstellen, dass Sie mit dem ersten Urin des Tages testen können. Es ist wichtig, den ersten Aufwachurin zum Testen zu verwenden, da dieser die höchste Hormonkonzentration enthält.
- Der Testzeitraum beginnt 3 Stunden vor und endet 3 Stunden nach dem Zeitpunkt, zu dem Sie den M-Knopf gedrückt haben. Der Clearplan Fertilitätsmonitor wird nur während dieser Zeit an Testtagen einen Test anfordern. Deshalb müssen Sie jeden Tag den Monitor während des Testzeitraums einschalten um nachzusehen, ob an diesem Tag ein Test durchgeführt werden muss (siehe nebenstehende Abbildung).
- Zu Beginn jedes neuen Zyklus können Sie am ersten Zyklustag entweder den M-Knopf zur selben Uhrzeit wie im vergangenen Zyklus drücken, oder Sie können den Testzeitraum ändern, indem Sie den M-Knopf zu einer anderen Uhrzeit einstellen.

EINSTELLUNG DES M-KNOPFES



AUSGANGSANZEIGE – DRÜCKEN SIE DEN M-KNOPF 5 SEKUNDEN, BIS „1“ ERSCHEINT

ANZEIGE DES FRUCHTBARKEITSSTATUS



ANZEIGE NACH DEM DRÜCKEN DES M-KNOPFES

- Wenn Ihre Menstruation während der Nacht beginnt oder am Morgen vor der Uhrzeit, zu der Sie den M-Knopf drücken wollen, drücken Sie den M-Knopf zur geplanten Uhrzeit. Wenn Ihre Menstruation im Laufe des Tages einsetzt, nach der Uhrzeit, zu der Sie den M-Knopf drücken wollten, warten Sie bis zum nächsten Tag mit dem Drücken des M-Knopfes. Dies ist dann Tag 1 Ihres Zyklus.
- Drücken Sie 5 Sekunden lang fest auf den M-Knopf. Lassen Sie ihn erst dann los, wenn das 'm'-Symbol und die Zahl 1 auf dem Display erscheinen. Beide Zeichen blinken zunächst. Sobald Sie den M-Knopf loslassen, hören sie auf zu blinken und bleiben auf dem Display stehen. Bitte beachten Sie: Führen Sie noch keinen Test durch. Sie können nur dann einen Test durchführen, wenn der Monitor diesen anfordert.
- Wenn Sie den M-Knopf richtig eingestellt haben, zeigt die Zahl 1 auf dem Display und das „m“ an, dass es der erste Zyklustag ist. Außerdem erscheint links auf dem Display das erste Drittel eines Balkens, der Ihren Fruchtbarkeitsstatus an diesem Tag als „gering“ angibt. Das ist normal am Beginn eines Zyklus.
- Wenn Sie den M-Knopf zu lange drücken, erscheint die Zahl 2 auf dem Display. Wenn Sie den M-Knopf auf den falschen Tag eingestellt haben, müssen Sie dies rückgängig machen. Drücken Sie hierzu den M-Knopf erneut für 5 Sekunden, bis das 'm'-Symbol erlischt. Das Display geht dann wieder auf die Ausgangsanzeige zurück, so, als hätten Sie den M-Knopf noch nicht gedrückt.

Sie können den M-Knopf vom 1. bis zum 5. Zyklustag einstellen (siehe Frage 6 und Frage 7, Seite 26).



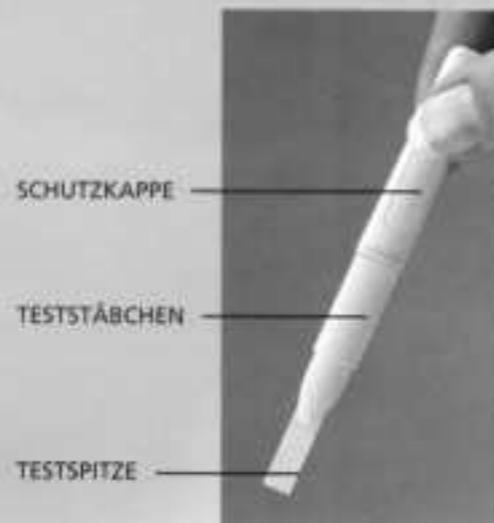
MIT DIESEM SYMBOL FORDERT DER MONITOR EINEN TEST AN

Wann der Monitor Tests anfordert

- Schalten Sie Ihren Clearplan Fertilitätsmonitor jeden Morgen innerhalb Ihres Testzeitraums und bevor Sie zur Toilette gehen ein. An den ersten 5 Zyklustagen wird das „m“ im Display angezeigt. Die Zahl ändert sich täglich und zeigt Ihnen an, an welchem Zyklustag Sie sich befinden. Beachten Sie, dass sich die Tageszahl erst zu Beginn des Testzeitraums ändert (siehe S. 12).
- An den Tagen, an denen der Monitor Informationen über Ihre Hormonspiegel benötigt, wird ein Test angefordert . Jeder Test muss mit dem ersten Aufwachen durchgeföhrt werden, und zwar innerhalb des Testzeitraums.
- Im ersten Anwendungszyklus wird der erste Test am Tag 6 Ihres Monatszyklus angefordert. Es werden entweder genau 10 oder 20 Tests an aufeinander folgenden Tagen angefordert. Die Anzahl der angeforderten Tests ist von der Zykluslänge abhängig und davon, ob Tage mit maximaler Fruchtbarkeit festgestellt werden. In allen folgenden Anwendungszyklen wird der erste Testtag abhängig von Ihrem individuellen Hormonprofil zwischen Zyklustag 6 und 9 variieren. Sie werden in jedem Zyklus aufgefordert, an insgesamt 10 oder 20 aufeinanderfolgenden Tagen zu testen.

Bitte achten Sie darauf, dass Sie zu Beginn Ihres Zyklus ausreichend Teststäbchen zur Verfügung haben. Beginnen Sie Ihren Zyklus immer mit 10 Teststäbchen aus derselben Packung.

WANN DER MONITOR TESTS ANFORDERT UND WIE SIE DIE TESTS DURCHFÜHREN



HALTEN SIE DAS TESTSTÄBCHEN MIT DER TESTSPITZE NACH UNTEN GENAU 3 SEKUNDEN IN DEN URINSTRAHL

WENN SIE DEN TEST MIT EINER URINPROBE IN EINEM GEFÄß DURCHFÜHREN WOLLEN, HALTEN SIE DIE SAUGFÄHIGE TESTSPITZE 15 SEKUNDEN IN DEN URIN

DANACH ENTFERNEN SIE DIE SCHUTZKAPPE VOM GRIFF UND STECKEN SIE SIE ÜBER DIE BENETZTE TESTSPITZE



TESTSTÄBCHEN NACH ENTFERNEN DER SCHUTZFOLIE

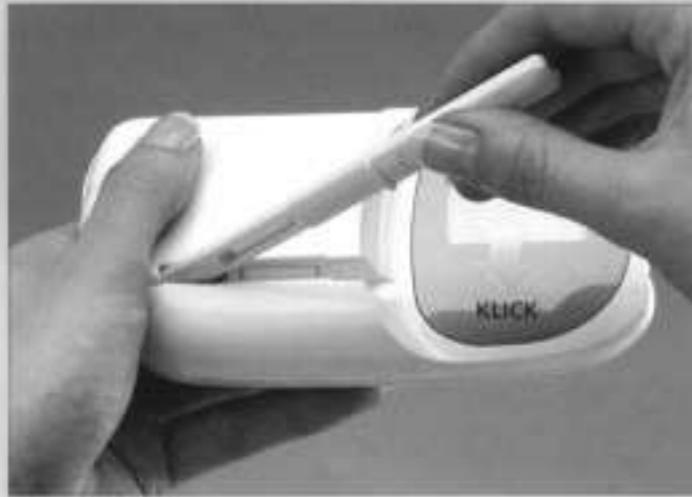


ZUM EINLEGEN IN DEN MONITOR BEREITES TESTSTÄBCHEN

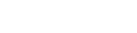
Wie Sie die Tests durchföhren

1. Nehmen Sie ein Teststäbchen aus der Schutzfolie und verwenden Sie es unverzüglich.
2. Halten Sie nur die Spitze des Teststäbchens genau 3 Sekunden in den Urinstrahl. Achten Sie darauf, dass Sie die 3 Sekunden einhalten. Dadurch ist sichergestellt, dass die Testspitze ausreichend benetzt ist, aber auch nicht zu viel Urin aufnimmt. Sie können alternativ den Urin in einem sauberen, trockenen Becher auffangen und die Spitze des Teststäbchens 15 Sekunden in die Urinprobe halten (siehe F18, Seite 29).
3. Halten Sie die Testspitze weiterhin nach unten, nehmen Sie die Schutzkappe vom Griff ab und stecken Sie sie über die benetzte Testspitze. Sollten sich auf dem Gehäuse des Teststäbchens Urintropfen befinden, entfernen Sie diese mit Toilettenpapier, bevor Sie das Teststäbchen in den Leseschlitz des Monitors einlegen.
4. Jetzt kann das Teststäbchen in den Leseschlitz des Monitors eingelegt werden.

Jedes Teststäbchen kann nur einmal verwendet werden. Nur Clearplan Fertilitätsmonitor Teststäbchen können zusammen mit dem Clearplan Monitor verwendet werden.



Einlegen des Teststäbchens in den Monitor

- Wenn Ihr Monitor noch nicht eingeschaltet ist, tun Sie das bitte jetzt. Wenn Sie den Ein/Aus-Schalter gedrückt haben, blinkt im Leseschlitz ein rotes Licht. Dadurch überprüft der Monitor, ob der Leseschlitz bereit für einen Test ist. Warten Sie mit dem Einlegen des Teststäbchens ab, bis dieses Licht erlischt, dann sehen Sie das Symbol „Teststäbchen einlegen“ , anderenfalls wird Sie der Monitor auffordern, das Teststäbchen wieder zu entfernen.
- Das Teststäbchen muss zügig, spätestens aber vor Ablauf von 15 Minuten nach der Benetzung mit Urin, zur Auswertung in den Leseschlitz eingelegt werden. Es darf nur eingelegt werden, wenn das Symbol „Teststäbchen einlegen“  auf dem Display zu sehen ist.
- Halten Sie das Teststäbchen so herum, dass die abgeschrägte Ecke nach links unten weist, und legen Sie es gemäß nebenstehender Abbildung in den Leseschlitz des Monitors ein. Drücken sie das Teststäbchen nach unten, bis es hörbar einrastet.
- Wenn Sie das Teststäbchen richtig eingelegt haben, blinkt das Teststäbchensymbol  5 Minuten lang auf dem Display, während der Monitor den Test auswertet. Sie dürfen das Teststäbchen während der Auswertung nicht entfernen. Der Monitor kann nicht ausgeschaltet werden, während ein Teststäbchen ausgewertet wird.

WANN DER MONITOR TESTS ANFORDERT UND WIE SIE DIE TESTS DURCHFÜHREN



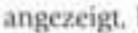
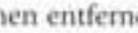
DER MONITOR WERTET GERADE EINEN TEST AUS.



DIE TESTAUSWERTUNG IST ABGESCHLOSSEN, UND DAS TESTSTÄBCHEN KANN ENTFERMT WERDEN.

Einlegen des Teststäbchens in den Monitor

Bitte schauen Sie auf das Display, nachdem Sie das Teststäbchen eingelegt haben, um zu überprüfen, dass das Teststäbchen ausgewertet wird. Ein blinkendes Teststäbchensymbol zeigt an, dass das Teststäbchen ausgewertet wird.

- Wenn das Teststäbchen nicht richtig eingelegt wurde, wird es vom Monitor nicht erkannt. Das Symbol „Teststäbchen einlegen“  wird weiterhin angezeigt, bis das Teststäbchen richtig im Leseschlitz liegt.
- Nach 5 Minuten zeigt Ihnen das Display das Symbol „Teststäbchen entfernen“ . Nachdem Sie das Teststäbchen herausgenommen haben, zeigt Ihnen der Monitor Ihre aktuelle Fruchtbarkeit an. Entsorgen Sie das Teststäbchen mit dem Hausmüll.
- Falls Sie das Teststäbchen nicht innerhalb 1 Minute, nachdem der Monitor die Auswertung abgeschlossen hat, aus dem Leseschlitz herausnehmen, schaltet der Monitor sich selbst ab. Nehmen Sie in diesem Fall zuerst das Teststäbchen heraus und schalten Sie dann den Monitor ein, um die Fruchtbarkeitsanzeige ablesen zu können.

Zahl der angeforderten Tests

- Um ein genaues Bild von Ihrem Zyklusgeschehen zu erhalten fordert der Monitor in jedem Zyklus an 10 Tagen einen Test an. Falls mit 10 Tests der LH-Anstieg nicht festgestellt werden konnte, werden weitere 10 Tests angefordert. Das kommt bei unregelmäßigen oder langen Monatszyklen vor. Es ist wichtig, dass Sie alle angeforderten Tests durchführen.



GERINGE FRUCHTBARKEIT:
DIE CHANCEN AUF EINE SCHWANGERSCHAFT SIND GERING.

Es ist wichtig, dass Sie alle vom Monitor angeforderten Tests durchführen. Falls Sie einmal einen Test versäumen, wird der Monitor Ihnen die Fruchtbarkeitsstufe aufgrund der bereits gespeicherten Informationen anzeigen. Sollten Sie jedoch einen Test um den Zeitpunkt des Eisprungs versäumen, könnte es passieren, dass die maximale Fruchtbarkeit nicht angezeigt wird. Nach einem verpassten Test sollten Sie alle weiteren angeforderten Tests wie gewohnt durchführen.

Die Anzeige der Fruchtbarkeit

Der Clearplan Fertilitätsmonitor zeigt den Fruchtbarkeitsstatus über ein dreiteiliges Balken-Symbol auf der linken Seite des Displays an. Die einzelnen Balken entsprechen unterschiedlichen Stufen der Fruchtbarkeit: geringe, hohe und maximale Fruchtbarkeit. Der Monitor zeigt Ihnen die Fruchtbarkeit aufgrund der Testauswertung und der gespeicherten Informationen an.

Geringe Fruchtbarkeit

- In der Phase Ihres Monatszyklus, in der LH- und Östrogen-Spiegel niedrig sind, wird auf dem Display in der linken unteren Ecke ein Balken angezeigt. Das bedeutet, dass an diesen Tagen geringe Chancen auf eine Schwangerschaft bestehen. Es ist zwar unwahrscheinlich, aber nicht völlig ausgeschlossen, dass an diesem Tag eine Befruchtung stattfinden kann.

DIE ANZEIGE IHRER FRUCHTBARKEIT



HOHE FRUCHTBARKEIT:
GUTE CHANCEN AUF EINE SCHWANGERSCHAFT

Hohe Fruchtbarkeit

- Hohe Fruchtbarkeit wird durch zwei Balken angezeigt. Diese werden sichtbar, wenn der Clearplan Fertilitätsmonitor einen Anstieg des Östrogens ermittelt hat. Das ist der Fall, wenn die Phase der maximalen Fruchtbarkeit bevorsteht.
- An den Tagen hoher Fruchtbarkeit bestehen gute Chancen auf eine Schwangerschaft.
- Im ersten Zyklus muss der Monitor Ihr Zyklusgeschehen zunächst kennenlernen. Es ist daher möglich, dass Sie vor der maximalen Fruchtbarkeit mehr als 5 Tage lang hohe Fruchtbarkeit angezeigt bekommen. Ab dem 2. Zyklus geht die Anzahl der Tage hoher Fruchtbarkeit üblicherweise auf 1 bis 5 Tage zurück.
- Weitere Informationen siehe Fragen 11 auf Seite 27 und 13 auf Seite 28.



MAXIMALE FRUCHTBARKEIT
DIE CHANCE AUF EINE SCHWANGERSCHAFT IST AM GRÖßTEN.

Maximale Fruchtbarkeit

- Die maximale Fruchtbarkeit wird durch drei Balken und durch das Eisprungsymbol  angezeigt. Die Chance auf eine Schwangerschaft ist um den Zeitpunkt des Eisprungs herum am größten (siehe Seite 4).
- Die Tage maximaler Fruchtbarkeit werden anhand des Luteinisierenden Hormons (LH) ermittelt. Ein kurzfristiger LH-Anstieg löst den Eisprung 24 bis 36 Stunden später aus. Die maximale Empfängniswahrscheinlichkeit besteht sowohl am Tag des LH-Anstiegs als auch am darauf folgenden Tag, dem Tag des Eisprungs.
- Da eine Eizelle nach dem Eisprung noch etwa 1 Tag lebensfähig ist, kann auch am Tag nach dem Eisprung noch eine Befruchtung stattfinden. Deshalb wird Ihnen nach den Tagen maximaler Fruchtbarkeit noch ein Tag mit hoher Fruchtbarkeit angezeigt.
- Es kann vorkommen, dass in einem Zyklus keine maximale Fruchtbarkeit angezeigt wird. Siehe dazu Frage 11 auf Seite 27.

ENDE EINES MONATSZYKLUS



Einige Tage bevor Ihre nächste Menstruation fällig ist beginnt normalerweise das 'm'-Symbol auf dem Display zu blinken.

1. Am Morgen, nachdem Ihre Menstruation eingesetzt hat, drücken Sie wieder den M-Knopf, um Ihrem Monitor mitzuteilen, dass Sie sich wieder an Tag 1 Ihres Monatszyklus befinden. Dieser Vorgang ist derselbe wie im ersten Anwendungszyklus (siehe Seite 12). Ob das 'm'-Symbol vor Beginn Ihrer Menstruation geblinkt hat oder nicht, spielt für das Drücken des M-Knopfes keine Rolle. Sie können den M-Knopf auch dann drücken, wenn das 'm'-Symbol noch nicht geblinkt hat. Entscheidend ist, dass Ihre Menstruation begonnen hat.
2. Wenn das 'm'-Symbol bereits mehrere Tage lang geblinkt hat und Sie glauben, dass Ihre Menstruation überfällig ist, könnte es sein, dass Sie schwanger sind. Dies können Sie bereits ab dem Tag, an dem Sie Ihre Menstruation erwarten, mit einem Schwangerschaftstest feststellen.

Wenn das Ergebnis Ihres Schwangerschaftstests positiv ist, sollten Sie Ihre Frauenärztin / Ihren Frauenarzt aufsuchen. Dort erhalten Sie Informationen über den weiteren Verlauf Ihrer Schwangerschaft und über die Vorsorgeuntersuchungen.



1. ! 

Das Teststäbchen nochmals einlegen
Dieses Symbol erscheint, wenn das Teststäbchen aus dem Leseschlitz entfernt wird, bevor der Monitor die Auswertung des Tests abgeschlossen hat. Legen Sie das Teststäbchen erneut in den Leseschlitz ein, und der Monitor wird es wie gewohnt auswerten. Das Teststäbchen muss innerhalb von 15 Minuten nach dem Benutzen der Testspitze zur Auswertung im Leseschlitz liegen.

Das Teststäbchen nochmals einlegen



2. ! 

Entfernen des Teststäbchens
Dieses Symbol erscheint entweder, wenn der Monitor eingeschaltet wurde, während sich ein Teststäbchen im Leseschlitz befand, oder wenn der Monitor nicht für die Testdurchführung bereit war, weil gar kein Test angefordert wurde.

Entfernen des Teststäbchens



3. 

Schwache Batterien
Dieses Symbol bedeutet, dass die Batterien Ihres Monitors bald leer sind und ersetzt werden müssen. Sie sollten dies innerhalb von 4 Wochen nach dem ersten Erscheinen dieses Symbols tun. Eine ausführliche Anleitung zum Batteriewechsel finden Sie auf Seite 10.

Schwache Batterien



4. ! 

Leere Batterien
Dieses Symbol zeigt an, dass der Monitor keine Tests mehr annehmen und keine Auswertung durchführen kann, wenn die Batterien nicht umgehend ersetzt werden.

Leere Batterien

SYMBOLE UND FEHLER: PRAKTISCHE HINWEISE



5. !  oder ! 

Ihr Monitor arbeitet nicht.
Diese Symbole erscheinen in dem unwahrscheinlichen Fall, dass der Monitor nicht korrekt arbeiten kann, weil ein technisches Problem aufgetreten ist. Rufen Sie bitte den Clearplan-Beratungsservice an.

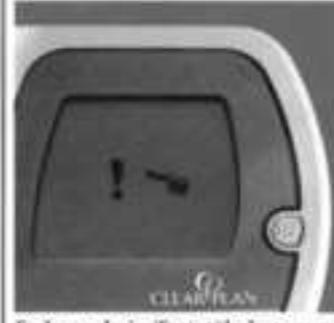
Ihr Monitor arbeitet nicht.



6. 

Der Leseschlitz muss gereinigt werden.
Reinigen Sie den Leseschlitz des Monitors nur dann, wenn das Bürstensymbol erscheint. Nehmen Sie ein sauberes, mit kaltem Wasser leicht angefeuchtetes Wattestäbchen und reinigen Sie den Leseschlitz vorsichtig. Benutzen Sie zum Befeuchten des Wattestäbchens nur klares Wasser, kein Reinigungsmittel.

Der Leseschlitz muss gereinigt werden.



7. ! 

Es kann kein Teststäbchen zur Auswertung in den Leseschlitz eingelegt werden.
Diese Symbole zeigen an, dass der Monitor einen Test nicht auswerten kann.
a) Wenn sich ein Teststäbchen im Leseschlitz befindet, nehmen Sie es heraus und schalten Sie den Monitor aus. Schalten Sie den Monitor wieder ein. Wenn das Symbol erscheint, legen Sie das Teststäbchen wieder in den Leseschlitz ein.
b) Wenn sich kein Teststäbchen im Leseschlitz befand, müssen Sie den Leseschlitz reinigen. Reinigungshinweise s. unter 6.

Es kann kein Teststäbchen zur Auswertung in den Leseschlitz eingelegt werden.

Die Reinigung Ihres Monitors

Wenn der ganze Monitor gereinigt werden muss, wischen Sie ihn mit einem Tuch ab, das zuvor mit klarem, kaltem Wasser angefeuchtet wurde. Sie dürfen keine Reinigungsmittel verwenden, und das Tuch darf nur feucht, nicht nass sein.

Ihr Monitor ist nicht wasserdicht, schützen Sie ihn deshalb vor Kontakt mit Flüssigkeiten. Wie andere elektronische Geräte sollte ein Monitor, der in Wasser oder eine andere Flüssigkeit getaucht wurde, nicht weiter verwendet werden.

F1 Wie zuverlässig ist der Clearplan Fertilitätsmonitor?

A In Labortests hat sich herausgestellt, dass der Clearplan Fertilitätsmonitor mit einer Zuverlässigkeit von 99% den LH-Anstieg vor dem Eisprung festgestellt hat. In den meisten Zyklen wird vor Anzeige der maximalen Fruchtbarkeit 1 bis 5 Tage lang hohe Fruchtbarkeit angezeigt.

F2 Ich habe bereits die Temperaturmethode und Ovulationstests verwendet, um den Eisprung zu bestimmen. Ersetzt der Clearplan Fertilitätsmonitor diese Methoden?

A Der Temperaturanstieg erfolgt erst nach dem Eisprung. Das bedeutet, dass Sie in jedem Zyklus nachträglich wissen, wann Ihr Eisprung stattgefunden hat, wenn es für eine Befruchtung bereits zu spät ist. Aus den Erfahrungen der vorangegangenen Zyklen können Sie dann den Tag des Eisprungs für die folgenden Zyklen ungefähr abschätzen. Der Vorteil des Clearplan Fertilitätsmonitors liegt darin, dass er den Eisprung jeweils im voraus ankündigt, und zwar auch bei unregelmäßigen Zyklen.

Ovulationstests erkennen den LH-Anstieg, der den Eisprung etwa einen Tag später auslöst. Mit dieser Methode werden nur 2 fruchtbare Tage pro Monatszyklus erkannt. Auch der Clearplan Fertilitätsmonitor informiert Sie über den bevorstehenden Eisprung und die Tage maximaler Fruchtbarkeit. Er beschränkt sich aber nicht auf diese wenigen Tage. Indem er auch die Veränderungen des Östrogenspiegels erfasst, kann er darüber hinaus zusätzlich die Tage hoher Fruchtbarkeit anzeigen, die den Tagen maximaler Fruchtbarkeit vorausgehen. Außerdem zählt er die Zyklustage für Sie, sagt Ihnen, an welchen Tagen Sie Tests durchführen müssen, interpretiert die Testergebnisse und lernt Ihren persönlichen Zyklusverlauf kennen.

HÄUFIGE FRAGEN

F3 Wie erhöht der Clearplan Fertilitätsmonitor die Chancen, den Kinderwunsch zu erfüllen?

A Es gibt kein Produkt, das eine Schwangerschaft garantieren kann. Der Clearplan Fertilitätsmonitor kann Tage hoher und maximaler Fruchtbarkeit in Zyklen zwischen 21 und 42 Tagen erkennen. Wenn es während einer Phase hoher oder maximaler Fruchtbarkeit zum Geschlechtsverkehr kommt, haben Sie bessere Chancen auf Ihr Wunschkind als zu einer anderen Phase des Monatszyklus.

F4 Beeinflussen hormonelle Verhütungsmittel (z.B. die Pille) das Testergebnis?

A Nach Absetzen hormoneller Verhütung wie z.B. der Pille kann es sein, dass Ihr Zyklus unregelmäßig ist und sich erst stabilisieren muss. Es kann daher sinnvoll sein abzuwarten, bis Sie mindestens zwei natürliche, aufeinander folgende Monatszyklen zwischen 21 und 42 Tagen gehabt haben, bevor Sie mit der Anwendung des Clearplan Fertilitätsmonitors beginnen. Für weitere Erläuterungen s. Seite 6 und 7.

F5 Was könnte die Testergebnisse beeinflussen?

A Die meisten Arzneimittel beeinflussen den Clearplan Fertilitätsmonitor nicht. Sie sollten den Monitor allerdings nicht verwenden, wenn Sie Arzneimittel einnehmen, die Ihren Zyklus beeinflussen. Das betrifft vor allem fruchtbarkeitsfördernde Arzneimittel, die LH oder HCG enthalten. Wenn Sie Arzneimittel einnehmen, die Clomiefendihydrogencitrat als wirksamen Bestandteil enthalten, rufen Sie bitte den Clearplan Beratungsservice an. Antibiotika, die Tetracykline als wirksame Bestandteile enthalten, können den Clearplan Fertilitätsmonitor beeinflussen. Fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie sich nicht sicher sind, ob ein Arzneimittel, das Sie einnehmen, Tetracykline enthält.

Wenn Sie Wechseljahrsymptome oder ein Polyzystisches Ovarialsyndrom (PCOS) haben oder unter einer Leber- oder Nierenerkrankung leiden, kann die Anzeige des Clearplan Monitors davon beeinflusst werden.

Wichtige Hinweise zu den Anwendungsbeschränkungen des Clearplan Monitors finden Sie auf Seite 6 und 7).

F6 Was mache ich, wenn ich den M-Knopf aus Versehen gedrückt habe?

A Wenn Sie den M-Knopf am falschen Tag gedrückt haben, müssen Sie die Eingabe löschen. Dazu drücken Sie den M-Knopf 5 Sekunden lang, bis das 'm'-Symbol verschwindet. Wenn Sie den M-Knopf loslassen, kehrt das Display wieder auf die Ausgangsanzeige zurück, so als hätten Sie den M-Knopf gar nicht gedrückt. Sie können die Eingabe nur bis Tag 5 Ihres Zyklus löschen.

F7 Was mache ich, wenn ich am 1. Tag meines Monatszyklus den M-Knopf nicht drücken kann oder vergesse, ihn zu drücken?

Die Uhrzeit, zu der der M-Knopf gedrückt wird, ist wichtig. Lesen hierzu die Seiten 12 und 13.

A Sie können den M-Knopf alternativ zum Zyklustag 1 an Zyklustag 2,3,4 oder 5 drücken. Zu der von Ihnen gewählten Uhrzeit halten Sie den M-Knopf gedrückt und die Zahl 1 (für Tag 1) erscheint auf dem Display. Halten Sie den M-Knopf weiter gedrückt und lassen Sie ihn los, sobald die korrekte Tageszahl auf dem Display erscheint. Sie können dies auch tun, wenn Sie von Tag 2-5 den Testzeitraum noch einmal ändern wollen, weil Sie versehentlich einen ungünstigen Testzeitraum am Tag 1 eingestellt haben.

Wenn Sie innerhalb der ersten 5 Tage den M-Knopf nicht einstellen können, sollten Sie warten, bis Ihr nächster Zyklus beginnt.

F8 Wenn meine Menstruation tagsüber einsetzt und ich bis zum nächsten Morgen warten muss, um den M-Knopf zu drücken, sollte ich den Monitor dann auf Tag 1 oder Tag 2 einstellen?

A Stellen Sie den Monitor auf Tag 1 ein. Sie müssen den M-Knopf immer am Morgen nach dem Beginn Ihrer Menstruation drücken. Das versteht der Clearplan Fertilitätsmonitor unter Tag 1.

HÄUFIGE FRAGEN

F9 Kann ich, wenn ich möchte, mehr Teststäbchen verwenden?

A Nein. Sie können nur so viele Tests durchführen, wie der Monitor anfordert.

F10 Woher weiß ich, dass ich den Test richtig durchgeführt habe?

A Wenn Ihre Fruchtbarkeit angezeigt wird, nachdem Sie das Teststäbchen entfernt haben, haben Sie den Test richtig durchgeführt. Sollte keine Fruchtbarkeit angezeigt werden, legen Sie das Teststäbchen noch einmal gemäß der Beschreibung auf Seite 15 und 16 ein.

F11 Mein Monitor hat während des aktuellen Monatszyklus keine maximale Fruchtbarkeit angezeigt. Was bedeutet das?

A Es gibt Monatszyklen, in denen keine maximale Fruchtbarkeit angezeigt wird. Das kann daran liegen, dass Sie in diesem Zyklus wirklich keinen Eisprung haben. Es gibt jedoch noch mehrere andere Ursachen, die hierfür in Frage kommen, wie z.B., wenn ein Test ausgelassen oder nicht korrekt durchgeführt wurde. Auch ein ungewöhnlich kurzer oder langer Monatszyklus kann dazu führen, dass keine maximale Fruchtbarkeit angezeigt wird. Wenn die maximale Fruchtbarkeit nicht angezeigt wird, kann es sein, dass längere Zeit hohe Fruchtbarkeit angezeigt wird (maximal 19 Tage). In diesem Fall ist es unwahrscheinlich, dass tatsächlich während dieser gesamten Zeit hohe Fruchtbarkeit besteht. Wenn in mehreren Zyklen keine maximale Fruchtbarkeit angezeigt wird, rufen Sie bitte den Clearplan Beratungsservice an.

F12 Über den ganzen letzten Monatszyklus wurde eine geringe Fruchtbarkeit angezeigt. Was bedeutet das?

A In diesem Zyklus hat Ihr Monitor keine Veränderungen der Hormonspiegel der fruchtbarkeitsregulierenden Hormone feststellen können. Es ist möglich, dass kein Eisprung stattgefunden hat, oder Sie Tests ausgelassen oder nicht korrekt durchgeführt haben. Wenn auch in weiteren Zyklen nur geringe Fruchtbarkeit angezeigt wird, rufen Sie bitte den Clearplan Beratungsservice an.

- F13** Mein Monitor hat in diesem Monatszyklus nach der geringen Fruchtbarkeit sofort die maximale Fruchtbarkeit angezeigt. Was bedeutet das?
- A** Dies kann in manchen Zyklen vorkommen, wenn der Monitor zum Beispiel den Östrogen-Anstieg und den LH-Anstieg am gleichen Tag feststellt oder vor dem LH-Anstieg kein Östrogen-Anstieg festgestellt wurde. Das kann daran liegen, dass ein Test vergessen wurde, nicht korrekt durchgeführt wurde, oder dass der aktuelle Zyklus ungewöhnlich kurz wird. Sie können sich davon unbeeinflusst auf die Anzeige der Tage mit maximaler Fruchtbarkeit verlassen.
- F14** Kann ich Teststäbchen aus unterschiedlichen Packungen mischen?
- A** Es ist wichtig, dass Sie immer einen Satz von 10 Teststäbchen aus derselben Packung verwenden. Der Clearplan Fertilitätsmonitor vergleicht die Testergebnisse eines Tages mit denen der vergangenen Testtage. Da es zwischen unterschiedlichen Teststäbchenchargen leichte Unterschiede in der Empfindlichkeit gibt, bekommen Sie optimale Ergebnisse, wenn Sie immer mit einem Satz von 10 Tests aus jeweils einer Packung testen. Nach den ersten 10 Tests kann es vorkommen, dass der Monitor 10 weitere Tests anfordert. Wenn alle Teststäbchen aus der letzten Packung aufgebraucht sind, können Sie 10 Tests aus einer neuen Packung verwenden. Sie sollten alle vom Monitor angeforderten Tests durchführen.
- F15** Kann ich eine neue Packung anbrechen, wenn ich ein Teststäbchen zerbreche oder verliere?
- A** Normalerweise sollten Sie einen zweiten 10er-Satz Teststäbchen nur verwenden, wenn der Monitor mehr als 10 Tests anfordert. Wenn jedoch ein Teststäbchen aus dem 10er-Satz defekt ist und Ihre maximale Fruchtbarkeit für diesen Monatszyklus noch nicht angezeigt wurde, können Sie ausnahmsweise einen zweiten Satz Teststäbchen aus einer neuen Packung anbrechen.

HÄUFIGE FRAGEN

- F16** Wie werden die Teststäbchen entsorgt?
- A** Benutzte Teststäbchen können zusammen mit dem Haushaltsmüll entsorgt werden. Nicht in die Toilette werfen!
- F17** Wie teste ich, wenn ich in Nachtschicht arbeite oder zwischen verschiedenen Zeitzonen reise?
- A** Durch Drücken des M-Knopfes am ersten Zyklustag wird der Testzeitraum für diesen Monatszyklus festgelegt. Wenn Sie dauerhaft in Nachtschicht arbeiten, sollten Sie den M-Knopf zu einer Zeit drücken, die den Testzeitraum so festlegt, dass Sie mit Ihrem ersten Urin nach dem Aufstehen testen können. Sie könnten den Testzeitraum z.B. auf den Nachmittag legen.
- Wenn Ihr Schlafrhythmus innerhalb eines Monatszyklus wechselt, und Sie vor oder nach Ihrem Testzeitraum aufwachen, sollten Sie eine Urinprobe des ersten Urins nach dem Aufstehen nehmen und mit dieser Probe während des nächsten Testzeitraums einen Urintest durchführen (siehe Frage 18). Verfahren Sie an allen weiteren Testtagen ebenso, es sei denn, Sie wachen während Ihres Testzeitraumes auf. Dann können Sie wie gewohnt testen.
- F18** Wie führe ich einen Test mit einer Urinprobe durch?
- A** Gelegentlich kann es notwendig oder bequemer sein, den Test mit einer Urinprobe durchzuführen. Wenn Sie einen Test mit einer Urinprobe durchführen wollen (wenn Sie z.B. zur Toilette müssen, bevor der Testzeitraum angefangen hat), sollten Sie den Urin in einem sauberen, trockenen Gefäß bei Raumtemperatur aufbewahren. Wenn Sie den Test durchführen wollen, halten Sie die Spitze des Teststäbchens 15 Sekunden lang in die Urinprobe. Dann verfahren Sie in gewohnter Weise. Der Test muss während des Testzeitraums durchgeführt werden, während das Teststäbchensymbol leuchtet (siehe Seite 12).

F19 Können die vom Monitor gespeicherten Daten verloren gehen?

A Der Monitor speichert die Daten der letzten 6 Zyklen, um Ihren Zyklusverlauf kennenzulernen. Diese Daten werden kontinuierlich überschrieben, während Sie den Monitor weiter nutzen, damit er immer den aktuellsten Informationsstand über Ihr Zyklusgeschehen hat. Wenn Sie die Anwendung des Clearplan Fertilitätsmonitors unterbrechen, wird der letzte Informationsstand unbegrenzte Zeit gespeichert.

F20 Woher weiß ich, dass der Monitor richtig funktioniert?

A Wenn die Batterien richtig eingelegt sind und der Monitor mit Strom versorgt ist, wird er eine Fehlermeldung auf dem Display anzeigen, wenn es ein Problem gibt. Die Erklärung der Symbole finden Sie auf den Seiten 22 und 23.

F21 Da der Monitor mir meine Fruchtbarkeit anzeigt, kann ich den Clearplan Fertilitätsmonitor zur Verhütung verwenden?

A Nein. Der Clearplan Fertilitätsmonitor ist dazu entwickelt worden, Ihnen zu sagen, wann die Wahrscheinlichkeit einer Empfängnis am größten ist. Da Spermien einige Tage überleben können, ist nicht auszuschließen, dass Sie auch schon vor der Anzeige der hohen oder maximalen Fruchtbarkeit schwanger werden können.

F22 Kann ich sicher sein, mit Hilfe des Clearplan Fertilitätsmonitors schwanger zu werden?

A Es gibt kein Produkt, das das Eintreten einer Schwangerschaft garantieren kann. Der Clearplan Fertilitätsmonitor gibt Paaren die Möglichkeit, ihre natürliche Fruchtbarkeit optimal zu nutzen, indem sie gezielt an den Tagen um den Eisprung herum Geschlechtsverkehr haben können. Die weitaus meisten Schwangerschaften treten innerhalb eines 6-tägigen Zeitraums um den Eisprung herum ein. Der Clearplan Fertilitätsmonitor ist eine einfache und effektive Methode, diese fruchtbaren Tage zu identifizieren, um die Chancen auf Ihr Wunschkind zu erhöhen.

HÄUFIGE FRAGEN

F23 Wie verhalte ich mich, wenn ich die Anwendung des Clearplan Fertilitätsmonitors unterbrechen will?

A Wenn Sie mit der Anwendung des Clearplan Fertilitätsmonitors für nur einen bestimmten Zyklus aussetzen wollen, können Sie alle Tests für einen Zyklus auslassen, werden dann aber in diesem und vielleicht in folgenden Zyklen die Zahl der hochfruchtbaren Tage weniger genau eingegrenzt bekommen. Drücken Sie auch in diesem Zyklus am ersten Zyklustag den M-Knopf, um Ihrem Monitor Ihre Zykluslänge anzugeben. Der Clearplan Fertilitätsmonitor wird die hochfruchtbaren Tage aufgrund der gespeicherten Information abschätzen; diese Anzeige ist ungenauer als sie wäre, wenn Sie in diesem Zyklus die angeforderten Tests durchgeführt hätten. Es wird keine maximale Fruchtbarkeit angezeigt.

Wenn Sie die Anwendung des Clearplan Fertilitätsmonitors für länger als einen Zyklus unterbrechen und nach einigen Monaten wieder anfangen wollen, müssen Sie den Monitor zurückstellen. Nehmen Sie die Batterien aus dem Monitor und bewahren Sie den Monitor und die Batterien an einem trockenen Ort auf. Stellen Sie den Monitor erst vor Beginn der nächsten Anwendung zurück. Zur Rückstellung des Monitors lesen Sie bitte die hintere Umschlag-Innenseite.

F24 Ich verwende den Clearplan Fertilitätsmonitor seit einigen Monaten, und es ist noch immer keine Schwangerschaft eingetreten. Warum nicht?

A Das Eintreten einer Schwangerschaft ist ein sehr komplexer biologischer Prozess, der von vielen verschiedenen Einflüssen und Faktoren abhängt. Es kann mehrere Monate dauern, bis sich die gewünschte Schwangerschaft einstellt. Wenn Sie nach 6 Anwendungszyklen nicht schwanger sind oder wenn Sie andere Bedenken haben, sollten Sie mit Ihrer Frauenärztin/Ihrem Frauenarzt sprechen.

RÜCKSTELLANLEITUNG

Bitte lesen Sie die folgenden Informationen, bevor Sie mit der Rückstellung des Clearplan Fertilitätsmonitors beginnen.

- Die Rückstellung des Monitors löscht Ihre gesamten persönlichen Informationen, die der Monitor gespeichert hat.
 - Die Rückstellung ist unwiderruflich. Die gelöschten Informationen können nicht wieder installiert werden.
 - Ist der Clearplan Monitor für Sie geeignet oder haben sich inzwischen bei Ihnen Rahmenbedingungen verändert? Bitte lesen Sie noch einmal auf den Seiten 6 und 7 nach.
 - Sie benötigen für die Rückstellung ein Teststäbchen. Jedes Clearplan Stäbchen ist geeignet; wenn Sie sich zur Rückstellung entschlossen haben, heben Sie ein benutztes Teststäbchen zur Rückstellung auf.
 - Vergewissern Sie sich vor der Rückstellung, dass Batterien in den Monitor eingelegt sind.
1. Der Monitor muss bei Beginn der Rückstellung ausgeschaltet sein. Legen Sie bitte bei ausgeschaltetem Monitor ein Urinteststäbchen in den Leseschlitz ein. Achten Sie darauf, dass das Teststäbchen korrekt eingelegt ist, weil es bei ausgeschaltetem Monitor kein blinkendes Teststäbchensymbol zur Kontrolle gibt.
 2. Drücken Sie den M-Knopf und halten Sie ihn gedrückt. Beobachten Sie ohne Unterbrechung das Display (bis zum Schritt 6 dieser Rückstellanleitung).
 3. Drücken Sie den Ein/Aus-Schalter, um den Monitor einzuschalten.
 4. Das Symbol  erscheint auf dem Display. Halten Sie den M-Knopf weiterhin gedrückt und lassen Sie das Teststäbchen im Leseschlitz.
 5. Nach ungefähr 15 Sekunden leuchten alle Symbole kurz auf. Danach wird wieder das Symbol „Teststäbchen entfernen“ mit dem Ausrufezeichen angezeigt. Nun können Sie den M-Knopf loslassen und das Teststäbchen entfernen. Das Display zeigt „-- m“, Ihr Clearplan Fertilitätsmonitor ist jetzt zurückgestellt und kann mit dem ersten Zyklus beginnen.

**Diese Bedienungsanleitung
wurde Ihnen kostenlos zur
Verfügung gestellt.**

**DIE Seite rund um
Verhütung, Kinderwunsch,
Schwangerschaft und
natürliche Familienplanung!**