

© Sensitest - midstream (LH)

- **Ovulatietest met een hoge gevoeligheid.**
- **Test de ovulación de alta sensibilidad.**
- **Ovulation test with a high sensitivity.**
- **Zelftest voor thuisgebruik.**
- **Test para autodiagnóstico**
- **For self testing at home.**

### Gebruiksaanwijzing Sensitest Ovulatietest midstream (LH)

Lees voor je begint met testen de gehele gebruiksaanwijzing door. De Sensitest ovulatietest is een eenvoudige manier om de 2 tot 3 vruchtbare dagen van de vrouw in een maand vast te stellen. Deze test heeft een hoge gevoeligheid en kan kleine verschillen in de concentratie van het Luteïniserend Hormoon (LH) hormoon in de urine detecteren. Daarmee is deze test zeer geschikt voor het vinden van je LH piek. Ongeveer 24 tot 48 uur voordat de eisprong/ovulatie plaatsvindt, neemt in de urine de hoeveelheid van het LH hormoon toe en is er een sterke stijging van dit hormoon meetbaar in de urine. Deze piek duurt maar 1 of 2 dagen. Zodra de ovulatietest in de urine wordt gehouden verplaatst de urine zich door capillaire werking langs het membraan. Zodra de urine de testzone bereikt zal dit een gekleurde lijn vormen. Nadat het LH gehalte in de urine op z'n hoogst is, vindt de ovulatie plaats binnen 24 tot 48 uur. In deze tijd heb je de meeste kans om zwanger te worden, na gemeenschap (zie testresultaat van afb. 3). Om deze LH piek te vinden, zul je een aantal opeenvolgende dagen moeten testen. Allereerst zul je je cycluslengte moeten bepalen. Neem een gemiddelde van de afgelopen cycli. De beste dag om te beginnen met testen kun je aflezen in de tabel (afbeelding 4). Je telt vanaf de eerste dag van je menstruatie (dag 1). Je gaat door met testen totdat je de LH piek kunt aflezen van de ovulatietest. De ovulatie vindt dan plaats binnen 24 tot 48 uur.

**Het tijdstip:** De test kan op ieder moment van de dag worden uitgevoerd. Het liefst niet met ochtendurine. Het is wel belangrijk dat het testen op alle achtereenvolgende dagen ongeveer op hetzelfde tijdstip gebeurt.

### Benodigheden voordat je gaat testen

1. Een gesloten folieverpakking met Sensitest ovulatietest. Gebruik geen ovulatietest uit een geopende of beschadigde verpakking.
2. Urine van de vrouw waarbij de ovulatie moet worden vastgesteld.

### De test in 6 stappen

1. Neem een gesloten verpakking en controleer of er "Ovulatietest" op staat. Gebruik geen test waarvan de houdbaarheidsdatum is verstreken.
2. Maak het pakje met de test open met droge en schone handen.
3. Haal de dop van de opnamestift en houd het vrijgekomen gedeelte met absorptiestift 10 seconden in je urinestraal, met de punt naar beneden. Of steek dit gedeelte 10 seconden in een schoon en droog bakje met opgevangen urine.
4. Plaats de dop terug op de test. Druk de dop goed aan.
5. Leg de test op een vlakke, droge ondergrond, met het venster naar boven.
6. Wacht 5 - 10 minuten om het resultaat af te lezen. Het is belangrijk dat de achtergrond geen verkleuringen meer laat zien. Wacht echter niet langer dan 30 minuten met het aflezen van het resultaat.

### Resultaat van de test

- Het resultaat is **negatief** als er alleen één lijn verschijnt (afbeelding 1). Dit is de controlelijn (C) om te zien of de test juist is uitgevoerd. Indien testlijn (T) niet zichtbaar is of zeer licht roze verschijnt heeft het lichaam nog onvoldoende LH aangemaakt om te kunnen spreken van een LH piek (afbeelding 1 en 2). Beide testresultaten kunnen als negatief worden geïnterpreteerd.
- Het resultaat is **positief** als er twee lijnen te zien zijn (afbeelding 3). Je ziet een duidelijke controlelijn (C) en een duidelijke testlijn (T). Beide lijnen zijn van dezelfde kleur of de testlijn (T) is donkerder dan de controlelijn (C). Op dit moment is de hoeveelheid LH in je lichaam maximaal.

### Resultaat geen lijnen

- Als er **geen lijnen** te zien zijn, is de test waarschijnlijk onjuist uitgevoerd. Mogelijk is er te weinig urine door de ovulatietest opgenomen. Houd de ovulatietest dan nogmaals enkele seconden in de urine.

**De uitslag is negatief** Als de ovulatietest na herhaaldelijk testen op opeenvolgende dagen geen LH piek kan aantonen, bestaat de kans dat je op de verkeerde dagen hebt getest. Bereken de gemiddelde lengte van je cyclus opnieuw. Begin zo mogelijk in je volgende cyclus 2 dagen eerder dan de tabel aangeeft. Als je bij herhaalde pogingen negatieve uitslagen hebt, adviseren we om contact op te nemen met je huisarts of gynaecoloog. Ook bij een onregelmatige of buitengewoon lange cyclus raadpleeg je huisarts.

**De uitslag is positief** Als de test aangeeft dat het LH gehalte in de urine op z'n hoogst is, vindt de ovulatie plaats binnen 24 tot 48 uur. In deze tijd heb je de meeste kans om zwanger te raken na gemeenschap.

### Beperking 1: Betrouwbaarheid van ovulatietest

Met een betrouwbaarheid van 99% is de Sensitest ovulatietest midstream net zo betrouwbaar als een vergelijkbare test van je huisarts. Je persoonlijke medische situatie kan echter de uitslag van deze test beïnvloeden. Vrouwen met het polycysteus ovarium syndroom kunnen een onjuiste positieve uitslag krijgen. Raadpleeg in geval van twijfel je huisarts.

### Beperking 2: Gebruik van alcohol

Alcohol kan de testuitslag beïnvloeden. Gebruik geen ovulatiestesten na het drinken van alcohol.

### Beperking 3: Niet gebruiken als anticonceptiemethode

Gebruik de ovulatietest niet als anticonceptiemethode. Aangezien zaadcellen een aantal dagen in leven kunnen blijven, blijft de kans op zwangerschap aanwezig.

### Beperking 4: Drink niet te veel

Het drinken van zeer veel water of andere vloeistoffen kan leiden tot een verwatering van de urine en daardoor een onduidelijke testuitslag. Het wordt daarom aangeraden om tijdens het testen niet uitzonderlijk veel te drinken. Stop bij voorkeur met drinken circa 2 uur voordat je een ovulatietest wilt uitvoeren.

### Beperking 5: Ovulatietest en het zwangerschapshormoon (hCG)

De ovulatietest reageert ook op het zwangerschapshormoon hCG. Indien je gedurende 4 of 5 dagen een positieve testuitslag krijgt op de ovulatietest met een donkerpaarse testlijn (zoals afbeelding 3), doe dan eerst een zwangerschapstest. Ook tot 9 weken na een miskraam kan de ovulatietest positief aangeven.

### Beperking 6: Gevoeligheid.

Elke type of merk ovulatietest heeft zijn eigen gevoeligheid. Gebruik geen ovulatiestesten van verschillende merken of gevoeligheid door elkaar, omdat de testuitslag kan verschillen.

*Tekst van deze gebruiksaanwijzing is herzien op 29 oktober 2013. Versie 1.5*

### Instrucciones de uso del test de ovulación Sensitest midstream (LH)

Antes de realizar el test, lea completamente las instrucciones de uso. El test de ovulación Sensitest es una forma sencilla de establecer los 2 a 3 días fértiles al mes de la mujer. Este test tiene una alta sensibilidad y puede detectar pequeñas diferencias en la concentración de hormona LH en la orina. Gracias a ello, este test es muy apto para detectar el pico de LH. Aproximadamente 24 a 48 horas antes de producirse la ovulación, aumenta la cantidad de hormona luteinizante (LH, por sus siglas en inglés) en la orina. Justo antes de la ovulación se puede medir un fuerte incremento de esta hormona en la orina. Este pico solo dura 1 o 2 días. Esos días, el test de ovulación Sensitest muestra 2 claras líneas (imagen 3). Después de alcanzar el nivel máximo de LH en orina, la ovulación se produce en las 24 a 48 horas siguientes. En este periodo tiene la mayor probabilidad de quedarse embarazada después de tener relaciones sexuales. Para detectar este pico de LH, deberá realizar el test varios días seguidos. Primero tiene que determinar la duración de su ciclo. Tome la media de los últimos ciclos. En la tabla se indica el mejor día para empezar a realizar el test (imagen 4). Se cuenta a partir del primer día de la menstruación (día 1). Siga realizando el test hasta que el test de ovulación muestre el pico de LH. La ovulación se produce en las 24 a 48 horas siguientes. Puede dejar de realizar el test de ovulación directamente después de alcanzar el pico de LH.

**El momento:** El test se puede realizar en cualquier momento del día. Preferiblemente no en la primera orina de la mañana. Eso sí, es importante que todos los días siguientes el test se realice aproximadamente a la misma hora.

### Material necesario para realizar el test

1. Un embalaje de lámina cerrado con un test de ovulación de tira reactiva Sensitest. No use un test de embarazo de un embalaje abierto o dañado.
2. Orina de la mujer de la que se tiene que determinar la ovulación.

### El test en 6 pasos

1. Tome un embalaje cerrado y compruebe si aparece impreso el texto "Test de ovulación" en el mismo. No use el test si ha superado la fecha de caducidad.
2. Procure tener las manos limpias y secas al abrir el embalaje.
3. Retire el tapón del dispositivo de absorción y coloque la parte que ha quedado libre durante 10 segundos en el chorro de orina, con la punta hacia abajo. O introduzca esta parte durante 10 segundos en un recipiente limpio y seco en el que ha recogido la orina.
4. Vuelva a colocar el tapón en el test. Apriete bien el tapón.
5. Coloque el test en una superficie plana y seca.
6. Espere 5 - 10 minutos para la lectura del resultado. Es importante que el fondo ya no presente decoloraciones. Sin embargo, no espere más de 30 minutos para la lectura del resultado.

### Resultado del test

- El resultado es **negativo** si solo aparece una línea (imagen 1). Se trata de la línea de control (C) que indica que el test se ha realizado correctamente. Si la línea del test (T) no es visible o es de color rosa muy claro, el organismo todavía no produce suficiente LH para poder hablar de un pico de LH (imagen 1 y 2). Ambos resultados del test se pueden interpretar como negativos.
- El resultado es **positivo** si se observan dos líneas (imagen 3). Se observa una línea de control clara (C) y una clara línea del test (T). Ambas líneas son del mismo color o la línea del test (T) es más oscura que la línea de control (C). En este momento la LH ha alcanzado el nivel máximo en el organismo.

### El resultado no muestra ninguna línea

- Si no se observa **ninguna línea**, es probable que el test no se haya realizado correctamente. Es posible que el test de ovulación haya absorbido una cantidad insuficiente de orina. Vuelva a colocar el test de ovulación durante varios segundos en la orina.

**El resultado es negativo** Si el test de ovulación no logra indicar un pico de LH después de repetidos tests durante días consecutivos, existe la posibilidad de que haya realizado el test en los días incorrectos. Vuelva a calcular la duración media de su ciclo. Si es posible, empiece en el siguiente ciclo 2 días antes de lo indicado en la tabla. Si obtiene resultados negativos después de repetidos intentos, le recomendamos contactar con su médico de cabecera o ginecólogo. También en caso de un ciclo irregular o muy largo, le recomendamos consultar con su médico de cabecera.

**El resultado es positivo** Si el test indica que la LH ha alcanzado el nivel máximo en la orina, la ovulación se produce en las 24 a 48 horas siguientes. En este periodo tiene la probabilidad más alta de quedarse embarazada después de tener relaciones sexuales.

### Limitación 1: Fiabilidad del test de ovulación.

Con una fiabilidad del 99%, el test de ovulación de tira reactiva Sensitest es igual de fiable que un test similar de su médico de cabecera. Sin embargo, su situación médica personal puede influir en el resultado de este test. Las mujeres con el síndrome de ovario policístico pueden obtener un resultado positivo incorrecto. Consulte en caso de duda con su médico de cabecera.

### Limitación 2: Consumo de alcohol.

El alcohol puede influir en el resultado del test. No realice tests de ovulación después de tomar alcohol.

### Limitación 3: No usar como método anticonceptivo.

No use el test de ovulación como método anticonceptivo. En vista de que los espermatozoides pueden seguir en vida durante varios días, existe la posibilidad de embarazo.

### Limitación 4: No ingiera demasiados líquidos.

Beber grandes cantidades de agua u otros líquidos puede diluir la orina y provocar, en consecuencia, un resultado del test impreciso. Por esta razón se recomienda no beber demasiado al realizar el test. Se recomienda dejar de beber aproximadamente 2 horas antes de realizar el test de ovulación.

### Limitación 5: Test de ovulación y hormona del embarazo (hCG).

El test de ovulación también reacciona con la hormona del embarazo hCG. Si durante 4 o 5 días obtiene un resultado positivo para el test de ovulación con una línea del test de color violeta oscuro, haga primero un test de embarazo. Hasta 9 semanas después de un aborto natural el test de ovulación puede dar positivo.

### Limitación 6: Sensibilidad.

Cada tipo o marca de test de ovulación tiene su propia sensibilidad. No combine tests de ovulación de diferentes marcas o grados de sensibilidad, pues el resultado del test puede variar.

El texto de estas instrucciones de uso ha sido revisado el 29 de octubre de 2013. Versión 1.5

## Instructions for use Sensitest Ovulation test midstream (LH)

### How the test works

Carefully read the instructions for use before you start testing. The Sensitest ovulation test is a simple way of ascertaining a woman's 2 to 3 fertile days in the month. This test has a very high sensitivity and can detect small changes in Luteinizing Hormone (LH) levels in urine. Some 24-48 hours before ovulation commences, the quantity of LH increases in urine and the sharp rise of this hormone is measurable in urine. When the midstream is immersed into a urine specimen, capillary action carries the specimen to migrate along the membrane. When LH in the urine sample reaches the test zone region of the membrane, it will form a colored line. This LH peak lasts for 1 or 2 days only. After the LH content in the urine is at its highest, ovulation takes place within 24 to 48 hours. You have the best chance to become pregnant during this period, following sexual intercourse (refer to test result of image 3). To find this LH peak, you will have to test for several consecutive days. You will first have to determine your cycle length. Take an average of the past cycles. The best day to start testing can be read from the table (image 4). You count from the first day of your menstruation which is day 1. Continue testing until you can read the LH peak from the ovulation test. Ovulation then occurs within 24 to 48 hours.

**Timing** The test can be carried out at any time of day. Preferably not with morning urine. However, it is important that testing takes place at about the same time on all consecutive days.

### What you need before you start testing

1. A sealed foil package with a Sensitest ovulation test. Do not use an ovulation test from an opened or punctured pack.
2. Urine from the woman whose ovulation must be confirmed.

### The test in 6 steps

1. Take a closed pack and check that it indicates "Ovulation test". Do not use a test that has passed its shelf life.
2. Open the pack with the test with dry, clean hands.
3. Take the coloured cap of the midstream and hold the open end with absorbent openings about 10 seconds in your urine stream with the tip pointing down. You may also choose to hold the tip about 10 seconds in a clean receptacle or plastic cup with collected urine.
4. Put the cap back on the midstream and press firmly.
5. Place the test on a smooth, dry base with its test result window facing up.
6. Wait 5 - 10 minutes before reading the result. It is important that the background is no longer discoloured. However, do not wait more than 30 minutes before reading the result.

### Test result

- The result is **negative** if a single line appears (image 1). This is the control line (C) to see whether you have carried out the test correctly. The test line (T) is not visible or appears as a light pink line (image 1 and 2). The body has made insufficient LH for an LH peak to be reached. Both test results can be interpreted as negative.
- The result is **positive** if two lines appear (image 3). You can clearly see a control line (C) and a test line (T). Both lines are of the same colour or the test line (T) is darker than the control line (C). The level of LH in your body is at its highest at this point.

### Result no lines

- If **no lines** are visible, the test has probably been carried out incorrectly. The ovulation test has possibly absorbed too little urine. Hold the tip of the midstream in the urine again for a few seconds.

### If the result is negative

If the ovulation test cannot show an LH peak after repeatedly testing on consecutive days, it is possible that you have carried the test out on the wrong days. Calculate the average length of your cycle again. On your next cycle begin testing two days earlier than the table (image 4) indicates. If you obtain negative results after repeated attempts, we advise you to contact your family doctor or gynaecologist. Consult a doctor if irregular or unusually long cycles are experienced.

### If the result is positive

If the test indicates that the LH level in your urine is at its highest, ovulation will take place within 24 to 48 hours. You have the best chance of becoming pregnant during this period, following sexual intercourse.

### Restriction 1: Reliability of the ovulation test

With a 99% reliability, the Sensitest ovulation test is just as reliable as a comparable test by your family doctor or gynaecologist. However, your personal medical situation may influence the result of this test. Women with polycystic ovary syndrome may obtain an incorrect positive result. In case of doubt, consult your family doctor or gynaecologist.

### Restriction 2: Do not use alcohol

Alcohol may influence the test result. Do not use ovulation tests after taking alcohol.

### Restriction 3: Do not use as a contraception method

Do not use the ovulation test as a contraception method. Since sperm can remain active for a number of days, the chance of becoming pregnant remains.

### Restriction 4: Do not drink too much

Drinking large amounts of water or other liquids like coffee or tea could dilute your urine and produce light or unclear test results. You are advised to restrain from drinking large quantities of liquids during your testing period. Preferably stop drinking 2 hours before testing.

### Restriction 5: Ovulation test and the pregnancy hormone (hCG)

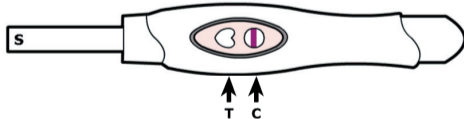
The ovulation test gives a positive test result on the pregnancy hormone hCG. If you have a positive test result on your ovulation test during 4 or 5 consecutive days with a dark purple T-line (like image 3), you could consider doing a pregnancy test first. Up to 9 weeks after a miscarriage you could expect positive test results on an ovulation test as well.

### Restriction 6: Sensitivity

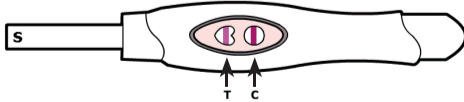
Each type or brand ovulation test has its own sensitivity. Do not use different types or brands of ovulation tests simultaneously, because test results may vary.

The text of these instructions was revised on 29 October 2013. Version 1.5

- **Afbeelding 1 en 2:** Geen LH piek
- **Imagen 1 y 2:** No hay pico de LH
- **Image 1 and 2:** No LH peak



- **Afbeelding 3:** LH piek
- **Imagen 3:** Pico de LH
- **Image 3:** LH peak



Lengte van je cyclus Duración del ciclo Length of cycle	Start met testen op dag Realizar el test a partir del día Start testing on day
22	5
23	6
24	7
25	8
26	9
27	10
28	11
29	12
30	13
31	14
32	15
33	16
34	17
35	18
36	19
37	20
38	21
39	22

- **Afbeelding 4**
- **Imagen 4**
- **Image 4**



Voor in-vitro diagnostisch gebruik. Voor extern gebruik, niet inslikken. Buiten bereik van kinderen bewaren.  
Para uso diagnóstico in vitro. Para uso externo, no ingerir. Mantener fuera del alcance de los niños.  
For in vitro diagnostic use. For external use only, do not swallow. Keep out of reach of children.



Lees voor gebruik de gebruiksaanwijzing.  
Lea las instrucciones de uso antes de usar.  
Read instructions for use before testing.



De test is eenmalig te gebruiken.  
El test se puede utilizar una sola vez.  
For non recurring use.



Bewaren tussen de 4 en 30 graden celsius in gesloten folieverpakking. Bescherm tegen hitte. Niet invriezen.  
Guardar entre los 4 y 30 grados Celsius en el embalaje de lámina cerrado. Proteger contra el calor extremo. No congelar.  
Keep between 4 and 30 degrees Celsius in a sealed pouch. Protect from heat. Do not freeze.



Bescherm tegen vochtigheid.  
Proteger contra la humedad.  
Protect from humidity.



Bescherm tegen zonlicht.  
Proteger contra la luz directa del sol.  
Protect from direct sunlight.



Uiterste gebruiksdatum.  
Fecha de caducidad.  
Final use-by date.



**Gefabriceerd door / Fabricado por / Manufactured by:**  
Sensitest - Distributieweg 54  
2645 EJ Delfgauw - The Netherlands  
Tel +31(0)153642121 - www.sensitest.nl

