

 **cyclotest[®]**

Ich bin mir sicher.

cyclotest[®] 2 plus

Gebrauchsanweisung



UEBE
Germany est. 1890

Bestimmungsgemäße Verwendung	4
Sicherheitshinweise	5
Wichtige Anwenderhinweise	6
Wichtige technische Hinweise	8
Bedienung des Gerätes	10
Gerätebeschreibung	10
Ganz einfach in 3 Schritten!	12
Zyklusstart-Eingabe	13
Zyklusstart-Eingabe vergessen	14
So messen Sie Ihre Aufwachttemperatur	15
Weckfunktion	19
So lesen Sie Ihr Display	20
Kontrollanzeigen	22
Eisprungsymptome	24
Eingabe von Eisprungsymptomen	26
Abruf Ihrer Messdaten	27
Fruchtbarkeitsprofil	29
Auswertung der Daten am PC	29
Batterieanzeige / Batteriewechsel	30
Häufig gestellte Fragen	31
Fieber/erhöhte Temperatur und Unregelmäßigkeiten	31
Unregelmäßiger Zyklus	31
Zeitverschiebung	32
Weckton abschalten	32
Messtaste gedrückt ohne Sensor am Messort	33
Zyklusstart falsch eingegeben	33
Schwangerschaftsanzeige	33

cyclotest® 2 plus zeigt nur fruchtbar an	34
Wann und wie oft wird gemessen?	34
Der Zyklus der Frau	35
Technische Informationen	36
Fehler- und Ermeldungen	36
Kundendienst	36
Technische Daten	37
Allgemeine Bestimmungen	39
Zeichenerklärung	39
Entsorgung	39
Reinigung und Pflege des Gerätes	40
Garantie	41
Die cyclotest® service hotline	42

Vielen Dank, dass Sie sich für cyclotest® 2 plus (nachfolgend auch als Gerät bezeichnet) entschieden haben.

Mit cyclotest® 2 plus haben Sie ein modernes Gerät zur Ermittlung der wichtigsten Phasen innerhalb Ihres Zyklus erworben. Die einfache, vollautomatische Messung der Aufwachttemperatur ermöglicht Ihnen, die fruchtbaren und unfruchtbaren Tage einzugrenzen. Eine händische Protokollführung wird dadurch gänzlich unnötig.

Das Gerät ist bestimmt zur Messung der Basaltemperatur bei Frauen im gebärfähigen Alter und zur Bestimmung der unfruchtbaren, fruchtbaren und hochfruchtbaren Phase im Zyklus einer Frau. Es verfügt über eine Elektronik zur Erfassung, Aufbereitung und Auswertung der Basaltemperatur, Zyklusbeginn und optional LH-Hormon- oder Zervixschleim-Eingabe.

Die mit Hilfe des Messfühlers ermittelte Maximaltemperatur wird automatisch gespeichert. Aus den daraus gewonnen Daten errechnet der Minicomputer im Gerät fruchtbare bzw. unfruchtbare Tage. Die jeweilige Phase innerhalb des Zyklus wird der Anwenderin über das Display angezeigt.

Bei Nichtbeachtung nachfolgender Sicherheitshinweise kann die optimale Funktion Ihres cyclotest® 2 plus nicht gewährleistet werden. Bitte lesen Sie die komplette Gebrauchsanleitung sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät verwenden. Achten Sie bei Ihrer täglichen Nutzung auf die beschriebene Vorgehensweise.

- **Während der fruchtbaren Phase muss zusätzlich verhütet werden**

cyclotest® 2 plus ist ein Diagnosegerät zur Bestimmung der fruchtbaren und unfruchtbaren Tage im Zyklus einer Frau und kein Ersatz für Maßnahmen bzw. Mittel zur Schwangerschaftsverhütung. Während der fruchtbaren Phase sollten Sie, wenn Sie nicht schwanger werden wollen, die Verhütungsmethode Ihrer Wahl anwenden (z. B. cyclotest® Kondome „Natürliche Liebe“, PZN 10186690).

- **Zykluskontrolle ohne Hormone**

Eine gleichzeitige Verwendung von cyclotest® 2 plus und hormonellen Verhütungsmitteln ist sinnlos. Hormonelle Verhütungsmittel beeinflussen den natürlichen Zyklusverlauf und damit die Funktion von cyclotest® 2 plus.

- **Vorsicht bei Unregelmäßigkeiten**

Von einer Verwendung des Gerätes wird abgeraten bei unregelmäßigen Arbeits- und Schlafenszeiten (z.B. Schichtdienst) und unausgeglichene Zyklen (z.B. Pubertät, Krankheit, Zykluslängen über 45 Tage, Wechseljahren). Siehe Seite 31. Optimal ist die Anwendung bei Frauen nach Vollendung der Pubertät bis zum Eintritt ins Klimakterium (Wechseljahre, Menopause) mit regelmäßigen Arbeits- und Schlafzeiten.

Wichtige Anwenderhinweise

- Vor der Messung **Unversehrtheit der Messspitze prüfen**. Je nach Anwendungsort könnte eine beschädigte Messspitze ungewollt eine Verletzung herbeiführen.
- Die Voraussetzung für die Funktion von cyclotest® 2 plus ist, die morgendlichen Messungen der Aufwachtemperatur vor dem Aufstehen durchführen. Sie sollten **mindestens 5 Stunden geschlafen** haben und in der letzten Stunde vor dem Messen nicht aufgestanden sein.
- Solange cyclotest® 2 plus noch zu wenig von Ihnen „weiß“, d. h. noch nicht genügend Zykluswerte gespeichert hat, wird **zur Sicherheit eine längere fruchtbare Phase** angezeigt. Erst wenn mindestens sechs Zyklen gespeichert sind, kann die fruchtbare Phase **vor dem Eisprung** genauer eingegrenzt werden.
- Bitte beachten Sie, dass mögliche **Störfaktoren** wie ungewohnter Alkoholenuss, Stress und Umgebungswechsel in Einzelfällen die Temperatur **beeinflussen** können. Es kann ratsam sein, die Messung in solchen Fällen ausfallen zu lassen. Siehe Seite 31.
- Sollten Sie eine **untypische Temperaturerhöhung** aufgrund einer Erkrankung feststellen, empfehlen wir, für diesen Zeitraum keine weiteren Messungen vorzunehmen.
- **Nach der Stillzeit** sollte erst gemessen werden, wenn die Menstruation wieder regelmäßig einsetzt.

- Diese Verhütungsmethode **schützt nicht gegen Infektionskrankheiten**.
- Das Gerät **greift nicht aktiv in den Zyklus ein**, es wertet lediglich Temperaturparameter aus und signalisiert den aktuellen Status im Zyklus.
- Gerät nicht unbeaufsichtigt Kindern überlassen. Es enthält Kleinteile, die verschluckt werden könnten. Durch das Fühlerkabel besteht die **Gefahr des Strangulierens**.

Wichtige technische Hinweise

- Die Anwendung dieses Gerätes in der Nähe von tragbaren Telefonen, Mikrowellen- oder sonstigen Geräten mit starken elektromagnetischen Feldern kann zu Fehlfunktionen führen. Halten Sie bei der Benutzung einen Mindestabstand von 3 m zu solchen Geräten ein.
- Öffnen oder verändern Sie auf keinen Fall das Gerät. Dies ist ein Medizinprodukt und darf nur durch autorisierte Fachkräfte geöffnet werden. Wenn das Gerät geöffnet wird, erlischt die Garantie.
- Das Gerät darf nur mit Original-Ersatzteilen und -Zubehör betrieben werden. Bei Schäden durch fremdes Zubehör erlischt die Garantie!
- Das Gerät enthält empfindliche Teile und muss vor starken Temperaturschwankungen, Luftfeuchtigkeit, Staub und direktem Sonnenlicht geschützt werden.
- Setzen Sie das Gerät keiner extremen Hitze aus (pralle Sonne, Heizung, heißes Wasser etc.).
- Das Gerät ist nicht stoß- oder schlagfest. Wir empfehlen, nach größeren Stürzen oder Schlägen die Unversehrtheit und Genauigkeit der Displayanzeige überprüfen zu lassen.
- Halten Sie die vorgesehenen Betriebsbedingungen zur Messung ein. Siehe Technische Daten Seite 37.

- Diese Anleitung soll der Benutzerin helfen, cyclotest® 2 plus sicher und effizient anzuwenden und muss mit dem Produkt aufbewahrt und ggf. weitergegeben werden.
- Das Gerät muss entsprechend den in dieser Anleitung enthaltenen Verfahren verwendet werden und darf nicht für andere Zwecke eingesetzt/benutzt werden.
- Alle in Zusammenhang mit dem Gerät auftretenden schwerwiegenden Vorfälle müssen dem Hersteller und der zuständigen Behörde in dem Mitgliedsstaat, in dem die Anwenderin niedergelassen ist, gemeldet werden.

Gerätebeschreibung



- 1 Display**
zur Darstellung aller wichtigen Daten
- 2 Zyklus-Start-Taste**
Einmal pro Zyklus zu betätigen
- 3 Messtaste**
zur Erfassung der Aufwachtemperatur
- 4 Richtungstasten**
Einschalten des Displays und Anzeige
- des aktuellen Zyklus (Pfeil rechts)
- der vorherigen Zyklen (Pfeil links)
- 5 Messfühler**
hochempfindlich mit 1-Meter-Kabel – erkennt selbst minimale
Temperaturschwankungen
- 6 Fühlerfach**
aufklappbar, zur Unterbringung des Messfühlers
- 7 USB-Anschluss**
zur Verbindung mit einem PC (Zusatzsoftware erforderlich)
- 8 Kabeltrommel**
auf der Unterseite des Gerätes (zum Öffnen ziehen)

Ganz einfach in 3 Schritten!

1 Zyklus-Start eingeben

Am ersten Tag Ihrer Menstruation drücken Sie die Zyklus-Start-Taste und halten diese gedrückt, bis ein Piepton die Eingabe bestätigt.

2 Aufwachtemperatur messen

Am nächsten Morgen Ihres neuen Zyklus direkt nach dem Aufwachen und vor dem Aufstehen messen Sie Ihre Aufwachtemperatur. Nehmen Sie den Messfühler in den Mund und legen ihn in eine Ihrer Zungentaschen unter der Zunge, drücken Sie kurz die Messstaste und warten Sie, bis es piept.

3 Fruchtbarkeitsstatus ablesen

-  Hochfruchtbare Phase
-  Fruchtbare Phase
-  Unfruchtbare Phase

Hinweis: Mit der ersten Messung am Morgen nach der Zyklus-Start-Eingabe wird automatisch der Messzeitraum von +/- 2 Stunden für den aktuellen Zyklus festgelegt.

1 Zyklusstart-Eingabe



Bei der ersten Inbetriebnahme zum Zyklusstart und zu jedem weiteren Beginn einer neuen Zyklus-Messreihe wird die kleine runde Starttaste benötigt.

Mit ihr geben Sie den Zyklusstart ein. Das sollte möglichst am ersten Tag Ihrer Menstruation geschehen. Die Starttaste bitte fest drücken und solange gedrückt halten, bis die Eingabe mit einem Piepton bestätigt wird.

Den Zyklusstart können Sie unabhängig von einer Messung, also auch nachmittags oder abends eingeben.

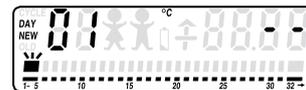


Bild Nr. 1
Bei erfolgreicher Eingabe sieht Ihr Display so aus.

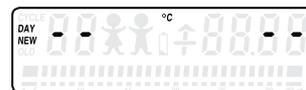


Bild Nr. 2
Sieht Ihr Display jedoch so aus, ist die Eingabe nicht erfolgt.

Warten Sie in diesem Fall, bis das Gerät sich ausgeschaltet hat, und wiederholen Sie die Eingabe. Wichtig: fest und lange die Zyklusstart-Taste drücken.

Hinweis: Ohne Start-Eingabe kann cyclotest® 2 plus keine Messergebnisse speichern.

Zyklusstart-Eingabe vergessen

Sie drücken wieder die kleine runde Zyklusstart-Taste fest und lange. Gleichzeitig drücken Sie die rechte Richtungstaste so oft, bis auf dem Display Ihr aktueller Zyklustag erscheint (z.B. 02). Halten Sie die Starttaste solange gedrückt, bis ein Piepton die Eingabe bestätigt. Danach sollte Ihr Display so aussehen:

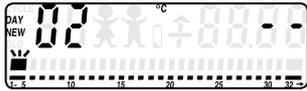


Bild Nr. 3

Achtung: Nach einem neuen Zyklusstart können Sie das letzte Fruchtbarkeitsprofil nicht mehr ausdrucken. Siehe Seite 29.

2 So messen Sie Ihre Aufwachtemperatur

Nach erfolgreicher Eingabe des Zyklusstarts können Sie Ihre Temperaturmessungen vornehmen. Beginnen Sie am Morgen danach, bevor Sie aufstehen. Wählen Sie den Zeitpunkt Ihrer ersten Messung so aus, wie es Ihrem Tagesrhythmus entspricht.

1. Messzeitraum festlegen:

cyclotest® 2 plus hat ein Messzeitfenster von vier Stunden. Mit der ersten Messung am Morgen nach der Zyklusstart-Eingabe wird automatisch der Messzeitraum von +/- 2 Stunden für den aktuellen Zyklus festgelegt. Wenn Sie beispielsweise um 7 Uhr morgens gemessen haben, werden Sie am nächsten Morgen um diese Uhrzeit mit sechs kurzen Pieptönen daran erinnert (siehe auch S. 16). Für diesen Zyklus sind die Messungen dann von 5:00 Uhr bis 9:00 Uhr möglich.

Hinweis:

- Messungen im möglichst gleichen Zeitraum optimieren die Auswertung.
- Mindestens 5 Stunden Schlaf sind vor der Messung erforderlich.
- Die Messung muss vor dem Aufstehen erfolgen.

2. Messfühlerkabel abwickeln:



Der Messfühler befindet sich oben im aufklappbaren Fühlerfach. Ziehen Sie die runde Kabeltrommel an der Rückseite des Gerätes auf, um das Kabel des Messfühlers nach Wunsch durch Abwickeln zu verlängern. So können Sie Ihre Messung bequem im Liegen vornehmen. Danach schließen Sie die Trommel wieder.

3. Messort wählen:



Sie können oral, rektal oder vaginal messen, sollten jedoch bei dem einmal gewählten Messort bleiben. Die Messung unter dem Arm (axillar) ergibt ungenaue Werte. Sie ist deshalb zur Erfassung der Basaltemperatur ungeeignet.

4. Messvorgang:

Empfohlen wird die Messung unter der Zunge bei geschlossenen Lippen. Führen Sie die Messfühlerspitze in eine der beiden Wärmetaaschen unter der Zunge links oder rechts von der Zungenwurzel ein. Der Temperatursensor muss einen guten Gewebekontakt haben. Schließen Sie den Mund und atmen Sie ruhig durch die Nase, so dass das Messergebnis nicht durch die Atemluft beeinträchtigt wird.

5. Messung starten:



Wenn die Messfühlerspitze ruhig und bequem liegt, drücken Sie kurz die große runde Messtaste.

Haben sie bei der Messung ein wenig Geduld. Der Sensor muss sich erst erwärmen (von Zimmertemperatur auf Körpertemperatur).

6. Messende:

Das Gerät bestätigt Ihnen die **erfolgreiche Messung** (Dauer der Messung ca. 60-90 Sekunden) **mit einem langen Piepton** und zeigt die gemessene Temperatur oben rechts im Display. Nach ca. 1 Minute erfolgt die selbständige Abschaltung.

Wenn Sie die **Messung zu früh abbrechen**, macht das Gerät Sie mit **3 kurzen Pieptönen** darauf aufmerksam, dass es noch kein Messergebnis speichern konnte, weil die Aufwärmphase noch nicht abgeschlossen war. In diesem Fall bitte noch einmal messen und den Messfühler erst herausnehmen, wenn der lange Piepton zu hören war. Alles andere erledigt cyclotest® 2 plus im Hintergrund.

Nach erfolgreicher Messung wird Ihr Messwert automatisch gespeichert.

cyclotest® 2 plus zeigt nach der Messung den Fruchtbarkeitsstatus für den aktuellen Tag an.

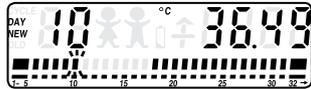


Bild Nr. 12 „keine Babys“ bedeutet **unfruchtbare Phase**.

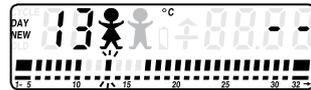


Bild Nr. 14 „Abwechselnd blinkende Babys“ bedeutet **fruchtbare Phase**.

6. Messwert wird gespeichert:

Sollten Sie außerhalb des Messzeitfensters von 4 Stunden messen, wird die Messung nicht gespeichert und es erscheint folgende Anzeige:

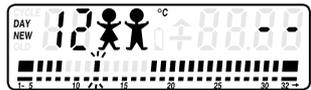


Bild Nr. 4

Weitere Informationen ab dem 2. Zyklus

Bei der Eingabe eines neuen Zyklusstarts und bei den Messungen verfahren Sie wie im ersten Zyklus.

Ab dem zweiten Zyklusstart hat cyclotest® 2 plus anhand Ihrer Eingaben und Messungen zum ersten Zyklus einiges „gelernt“.

Das voraussichtliche Ende der fruchtbaren Phase im aktuellen Zyklus wird – analog zum vorherigen Zyklus – im Display auf der Zeitachse angezeigt.

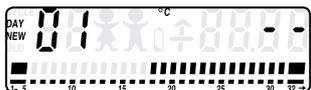


Bild Nr. 6
So sieht ein Display nach dem Start des 2. Zyklus aus

Die voraussichtliche unfruchtbare Phase nach dem Eisprung beginnt in diesem Beispiel am 18. Zyklustag: Das Balkendiagramm über der Zeitachse beginnt bei 18.

cyclotest® 2 plus kann jetzt die hochfruchtbare Phase anzeigen [2 stehende Babys]. In dieser Phase empfehlen wir zusätzlich zur Interpretation der Temperaturverläufe die Beobachtung und Eingabe von Körpersymptomen. [Siehe Seite 26]

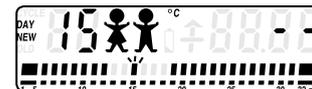


Bild Nr. 15 “Babys”: Zwei “Babys” gleichzeitig bedeuten **“hochfruchtbare Phase”** (Anzeige erst ab dem zweiten Zyklus).

Weckfunktion

Achtung: Wählen Sie den Zeitpunkt Ihrer ersten Messung so aus, wie es Ihrem Tagesrhythmus entspricht.

cyclotest® 2 plus hat ein Messzeitfenster von vier Stunden. Mit der ersten Messung am Morgen nach der Zyklusstart-Eingabe wird automatisch der Messzeitraum von +/- 2 Stunden für den aktuellen Zyklus festgelegt. Die Uhrzeit Ihrer ersten Messung bleibt in cyclotest® 2 plus für alle weiteren Messungen während eines Zyklus gespeichert. Wenn Sie beispielsweise um 7 Uhr morgens gemessen haben, werden Sie am nächsten Morgen mit sechs kurzen Pieptönen daran erinnert.

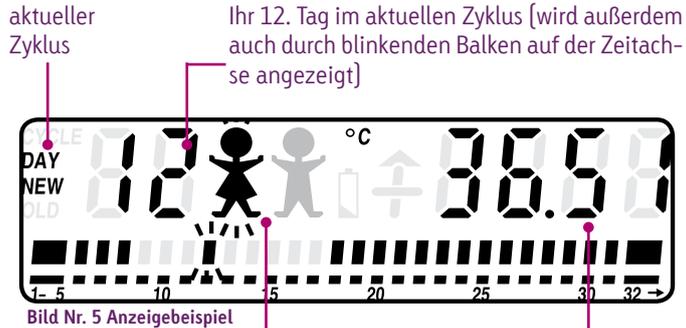
Haben Sie den ersten Weckton überhört, werden Sie nach 10 sowie nach 30 Minuten nochmals erinnert.

Hinweis: Während der unfruchtbaren Phase nach dem Eisprung wird nicht mehr an die Messung erinnert. Bis zum nächsten Zyklusstart sind keine Messungen erforderlich.

3 So lesen Sie Ihr Display

Mit der rechten Pfeiltaste können Sie gespeicherte Informationen aufrufen und auf dem Display ansehen.

Und so lesen Sie das Display:



Sie sind in der fruchtbaren Phase

an Ihrem 12. Zyklustag lag Ihre gemessene Aufwachtemperatur bei 36.51 °C.

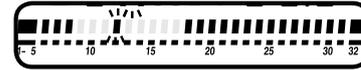
Zeigt im welchem Zyklus Sie sich gerade befinden.
 DAY NEW = aktueller Zyklus
 DAY OLD = zurückliegenden Zyklen

Zeigt an welchem Tag Sie sich gerade befinden. Auch durch blinkenden Balken auf der Zeitachse zu sehen.

Zeigt im welchem Fruchtbarkeitsstatus Sie sich gerade befinden.
 ZWEI BABYS gleichzeitig = hochfruchtbare Phase
 EIN BABY abwechselnd = fruchtbare Phase
 KEINE BABYS = unfruchtbare Phase

Zeigt die gemessene Aufwachtemperatur in °C auf 2 Kommastellen.

Graue Balken [ausgeblendete Balken] zeigen die voraussichtliche fruchtbare Phase an.



Schwarze Balken [eingblendete Balken] zeigen die voraussichtliche unfruchtbare Phase.

Kontrollanzeigen

Hinweis: Die Displays auf den folgenden Seiten sind als Anzeigenbeispiele zu sehen.

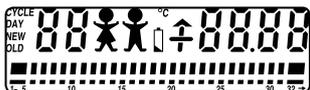


Bild Nr. 7
Nach dem Drücken der Messtaste führt das Gerät einen Funktionstest durch, alle Anzeigenelemente werden sichtbar.

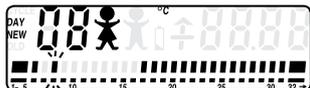


Bild Nr. 8
DAY NEW: Sie befinden sich in Ihrem aktuellen Zyklus.

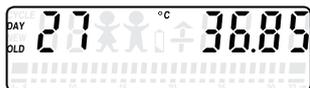


Bild Nr. 9
DAY OLD: Sie haben beim Zurückblättern das Messergebnis des 27. Tages Ihres vorherigen Zyklus aufgerufen. Ihre aktuelle Zyklusmessung wird davon nicht beeinträchtigt.

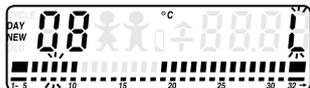


Bild Nr. 10
L [Low]: Zeigt an, dass Ihre Aufwachtemperatur unter dem Messbereich von cyclotest® 2 plus liegt. Ein blinkendes "L" während der Messung zeigt an, dass sich der Sensor in seiner Aufwärmphase befindet. Siehe Fehler- und Errormeldungen Seite 36.

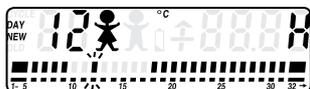


Bild Nr. 11
H [High]: Zeigt an, dass Ihre Aufwachtemperatur ungewöhnlich hoch ist (z.B. bei Fieber). Siehe Fehler- und Errormeldungen Seite 36.

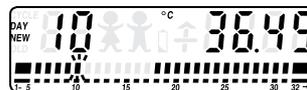


Bild Nr. 12
10. Zyklustag, keine "Babys" bedeutet unfruchtbare Phase.

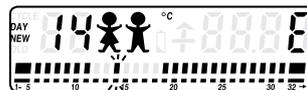


Bild Nr. 13
E [Error]: Bei diesem Zeichen ist die Messung zu wiederholen. Siehe Fehler- und Errormeldungen Seite 36.

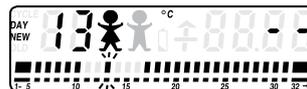


Bild Nr. 14
"Baby": Abwechselnd blinkende "Babys" bedeuten "fruchtbare Phase".

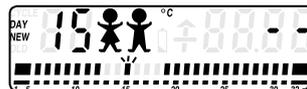


Bild Nr. 15
"Babys": Zwei "Babys" gleichzeitig bedeuten "hochfruchtbare Phase" [Anzeige erst ab dem zweiten Zyklus].

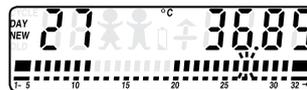


Bild Nr. 16
°C: Zeigt die gemessene Aufwachtemperatur in Grad Celsius auf 2 Kommastellen genau.

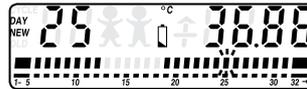


Bild Nr. 17
"Batterie": Diese Displays erscheinen während der Messung oder beim Abrufen der Daten, wenn die Batterieleistung niedrig ist und die Batterie durch den UEBE Kundenservice ausgetauscht werden muss. Siehe Batterieanzeige / Batteriewechsel Seite 30.

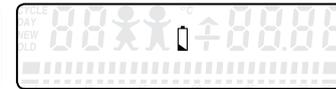


Bild Nr. 18
"Pfeil": während der Messung sagt aus, dass die Temperatur noch ansteigt.

Eisprungsymptome

Welche Symptome lassen sich in Zusammenhang mit einem bevorstehenden Eisprung beobachten bzw. nachweisen?

- Temperaturanstieg
- Veränderung des Zervixschleims
- Anstieg der LH-Konzentration im Urin

Temperaturanstieg

Der Temperaturanstieg wird von cyclotest® 2 plus kontrolliert und ausgewertet. Das Gerät ist in der Lage, weitere Symptome zu speichern, die Sie eingeben. Diese kombinierte Auswertung von Temperatur- und Symptom-Informationen wird symptothermale Methode genannt.

Die Chance einer Schwangerschaft besteht nur, wenn befruchtungsfähige Spermazellen auf eine befruchtungsfähige Eizelle treffen.

Mit den genannten Symptomen – Zervixschleim-Beschaffenheit und Anstieg der LH-Konzentration – macht sich die befruchtungsfähige Eizelle bemerkbar. Ihre Befruchtungsfähigkeit ist beendet, wenn sich nach dem Eisprung das Temperaturhoch stabilisiert.

Im cyclotest® 2 plus Display sind dann keine Babys zu sehen.

Veränderung des Zervixschleims

Kurz vor dem Eisprung verändert sich die Beschaffenheit des Zervixschleims am Muttermund. Wird diese Veränderung festgestellt (Spinnbarkeit), ist der entsprechende Tag im aktuellen Zyklus zu markieren.

Die Beurteilung des Zervixschleims erfordert eine gewisse Erfahrung. NFP-Beratungsstellen (NFP = natürliche Familienplanung) bieten dabei die notwendige Hilfe an. Eine Liste ausgewählter Beratungsstellen schicken wir Ihnen auf Wunsch gerne zu.

Anstieg der LH-Konzentration im Urin

Eine erhöhte Konzentration des Ovulationshormons LH im Urin zeigt an, dass ein Eisprung bevorsteht. Dies lässt sich mit Hilfe des cyclotest® Ovulationstest nachweisen. Ist der Test positiv, ist das Ergebnis an dem entsprechenden Tag in die aktuelle Zyklusinformation einzugeben.



Bitte verwenden Sie die Teststicks erst, wenn Sie 2 Babys auf dem Display sehen (Bild Nr. 15, Seite 23). Die cyclotest® Ovulationstests erhalten Sie in Ihrer Apotheke (Art. Nr. 9035, PZN 01399381).

Eingabe von Eisprungsymptomen

Hinweis: Die Eingabe steht entweder für Zervixschleim oder für LH-Konzentration und muss am gleichen Tag des Ereignisses erfolgen.

1. Kleine runde Starttaste drücken und gedrückt halten. Es erscheint „01“
2. Gleich darauf zusätzlich die große runde Messtaste drücken, bis „CY“ rechts im Display erscheint.



Bild Nr. 19
Ihr Display sieht jetzt so aus.

3. Jetzt Zyklus-Start-Taste loslassen und Messtaste gedrückt halten, bis die Eingabe mit einem Piepton bestätigt wird.

Bitte beachten! Wenn Sie die Starttaste zu lange gedrückt halten ohne die Messtaste zu drücken, wird ein neuer Zyklus gestartet.

Die Eingabe von LH- oder Zervixschleim-Informationen ist nur an den mittleren Tagen eines Zyklus möglich.

cyclotest® 2 plus macht keinen Unterschied ob Sie LH-Konzentration oder Zervixschleim beobachten. Sie können nur eines von beiden eingeben. Wir empfehlen die Verwendung des cyclotest® Ovulationstests [Art. Nr. 9035, PZN 01399381], um das Eisprunghormon festzustellen.

Abruf Ihrer Messdaten

cyclotest® 2 plus speichert Detaildaten für den aktuellen und den vorhergehenden Zyklus sowie die Eckdaten der letzten 12 Zyklen in der Zyklusübersicht.

Abruf von Detaildaten im aktuellen und vorhergehenden Zyklus [Gerät ist ausgeschaltet]:

Rechte Richtungstaste einmal kurz drücken. Es erscheint der aktuelle Zyklustag:

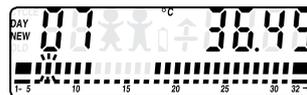


Bild Nr. 20

Linke Richtungstaste wiederholt drücken. Es erscheinen die zurückliegenden Tage. Sie können im aktuellen und im zurückliegenden Zyklus bis zum jeweiligen Zyklusstart zurückblättern:

Display-Beispiele:

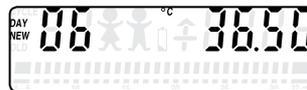


Bild Nr. 21
DAY NEW = aktueller Zyklus

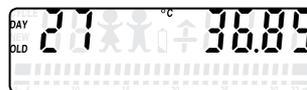


Bild Nr. 22
DAY OLD = zurückliegender Zyklus

Abruf von Zyklusübersichten für zurückliegende Zyklen (Gerät ist ausgeschaltet oder am aktuellen Zyklustag):

Rechte Richtungstaste zweimal kurz drücken. Es erscheint:

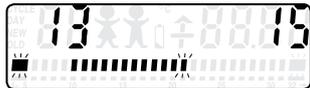


Bild Nr. 23

Erster Balken von rechts zeigt den aktuellen Zyklus

So lesen Sie die Übersicht:

- Die Ziffern links und rechts beziehen sich auf den blinkenden Zyklus.
- Linke Ziffer: Tag der CY-Eingabe, wenn eine entsprechende Information eingegeben wurde
- Rechte Ziffer: Tag des Temperaturhochs, wenn ein Temperaturhoch erkannt wurde

Um die Zykluslänge zu sehen, drücken und halten Sie die große Messtaste. Anstelle des Temperaturhochs erscheint dann die Anzeige der Zykluslänge:

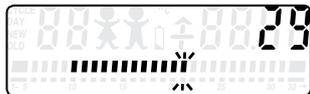


Bild Nr. 24

Linke bzw. rechte Richtungstaste drücken. Das Blinken im Balkendiagramm wandert und zeigt Ihnen, in welchem Zyklus Sie gerade sind (rechts = aktueller Zyklus, links = ältester gespeicherter Zyklus). Es können 12 Zyklen gespeichert werden.

Fruchtbarkeitsprofil

Während Ihr Frauenarzt in der Vergangenheit noch die Führung eines Menstruationskalenders empfahl, kann er heute Ihr cyclotest® 2 plus Fruchtbarkeitsprofil studieren.

Diesen Service bietet Ihnen cyclotest® 2 plus:

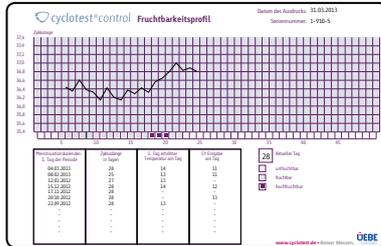
- Darstellung aller im Gerät gespeicherten Informationen
- Auswertung der Daten am PC

Auswertung der Daten am PC

Damit die Kommunikation zwischen cyclotest® 2 plus und PC funktioniert, benötigen Sie die cyclotest® control software. Sie enthält die Treiber für die USB Schnittstelle und das cyclotest® Programm zur Auswertung der gespeicherten Daten. Die cyclotest® control software mit USB-Anschlusskabel erhalten Sie als Zubehör in Ihrer Apotheke. Art. Nr. 065501, PZN 05103265.

Mit der integrierten USB-Schnittstelle und dieser Software ist es möglich, die Daten des aktuellen Zyklus aus dem Gerät auszulesen und das Fruchtbarkeitsprofil als PDF Dokument zu erstellen.

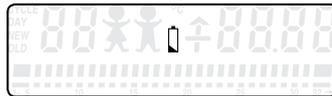
Hinweis: Sobald ein neuer Zyklusstart eingegeben wurde, kann aus dem vorangegangenen Zyklus keine Temperaturkurve mehr dargestellt werden. Die Daten der zurückliegenden Zyklen werden tabellarisch unter der aktuellen Temperaturkurve aufgelistet.



Beispiel eines mit der cyclotest® control software erstellten Fruchtbarkeitsprofils.

Diese PDF Dokumente können Sie ausdrucken, abspeichern oder per Mail verschicken.

Batterieanzeige / Batteriewechsel



Das Batteriesymbol ist keine Füllstandanzeige

Wenn zur Messung oder beim Abrufen der Daten das Batteriesymbol dauerhaft im Display erscheint, ist ein Batteriewechsel erforderlich. Nicht zu verwechseln mit dem Displaytest beim Einschalten, zu dem alle Symbole kurz angezeigt werden. Messen Sie bis zur unfruchtbaren Phase nach dem Eisprung weiter. Senden Sie dann das Gerät an den UEBE Kundendienst zum Batteriewechsel ein. Batterie nicht selbst wechseln, es droht Datenverlust. Siehe Kundendienst Seite 36.

Fieber/erhöhte Temperatur und Unregelmäßigkeiten

Eine untypische Temperaturerhöhung wird bei der Zykluserfassung ausgeblendet. Sollte diese auf eine Erkrankung zurückzuführen sein, empfehlen wir, für diesen Zeitraum keine weiteren Messungen vorzunehmen. Bei Unregelmäßigkeiten [z.B. zu wenig Schlaf, Party, Alkohol, Stress, üppiges Essen am späten Abend, Einnahme von temperaturverändernden Medikamenten, Krankheit und Fieber] sollten Sie die Messung ebenfalls ausfallen lassen. Wenn während eines Zyklus nicht genügend verwertbare Temperaturangaben vorliegen, wird die fruchtbare Phase ausgedehnt. Siehe Bild Nr. 11 „H“

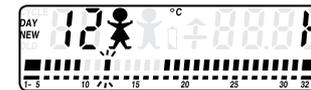


Bild Nr. 11

H (High): Zeigt an, dass Ihre Aufwachttemperatur ungewöhnlich hoch ist (z.B. bei Fieber). Siehe Fehler- und Erromeldungen Seite 36.

Unregelmäßiger Zyklus

Das Gerät zeigt eine Zykluslänge von 32 Tagen im Balkendiagramm an. Bei längeren Zyklen wird automatisch weitergezählt.

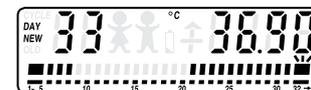


Bild Nr. 29

Sie erkennen das an dem blinkenden Quadrat im Balkendiagramm, dem kleinen Pfeil darunter sowie an der Ziffer links oben.

Bei unregelmäßigen Zykluslängen wird eine längere fruchtbare Phase angezeigt.

Zeitverschiebung

Bei Reisen innerhalb Europas: Sollten Sie sich gerade am Zyklus-anfang befinden, so signalisieren Sie dem cyclotest® 2 plus mit der kleinen runden Taste am 1. Menstruationstag Ihren Zyklusbeginn und pausieren aber mit der Messung, bis Sie sich am Zielort befinden und dort akklimatisiert haben. Danach messen Sie wie gewohnt. Um die Genauigkeit der Prognosen zu gewährleisten, sollten Sie allerdings mit den Messungen nicht später als am 5. Zyklustag beginnen.

Bei Reisen außerhalb Europas:

Bei Fernreisen vorkommende Zeitverschiebungen sind meistens so groß, dass Ihre Aufwachzeit außerhalb des „Zeitfensters“ liegt, in dem cyclotest® 2 plus Ihre Messung akzeptiert. In solchen Fällen kontaktieren Sie bitte rechtzeitig die cyclotest® service Hotline.

Weckton abschalten

Wollen Sie ungestört bleiben, z.B. am Wochenende ausschlafen, können Sie den Weckton abschalten. Dazu drücken Sie bei abgeschaltetem Gerät einmal kurz auf die große runde Messtaste. Sie sehen folgende Anzeige:



Bild Nr. 26
Weckton eingeschaltet [mehr Balken]

Drücken Sie noch einmal kurz auf die große runde Messtaste.



Bild Nr. 27
Weckton abgeschaltet [weniger Balken]

Um den Weckton wieder einzuschalten, verfahren Sie wie oben. Das Gerät bestätigt die Eingabe mit einem Piepton.

Messtaste gedrückt ohne Sensor am Messort

cyclotest® 2 plus bricht die Messung ab und signalisiert dies akustisch durch drei Pieptöne und optisch durch ein "E". Siehe Bild Nr. 13.

Zyklusstart falsch eingegeben?

Haben Sie versehentlich den Zyklusstart falsch eingegeben, dann rufen Sie unsere Service Hotline an. Halten Sie zu diesem Gespräch Ihr Gerät bereit.

Schwangerschaftsanzeige

cyclotest® 2 plus erwartet Ihren Zyklus-Start. In diesem Fall gibt es zwei Möglichkeiten:

- 1) Sie haben vergessen, am ersten Tag der Menstruation einen neuen Zyklus zu starten.
- 2) Wenn keine Menstruation eingetreten ist, sind Sie möglicherweise schwanger.

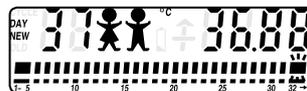


Bild Nr. 28

Wichtig: Sollten Sie innerhalb eines Zyklus unerklärliche Temperaturverläufe beobachten, die von Ihren bisherigen Zyklen abweichen, wenden Sie sich an die cyclotest® service hotline.

cyclotest® 2 plus zeigt nur fruchtbar an.

Es wird zur Sicherheit eine längere fruchtbare Phase angezeigt, wenn:

- cyclotest® 2 plus noch zu wenig von Ihnen „weiß“, d. h. noch nicht genügend Zykluswerte gespeichert hat.
- in einem Zyklus zu wenig auswertbare Messungen vorhanden sind.
- Ihr Temperaturverlauf zu schwankend ist z.B: Stress, Krankheit, usw.

Wann und wie oft wird gemessen?

Sie können Ihre tägliche Messung am Morgen nach dem Zyklus-Start beginnen. Wichtig ist, dass Sie mindestens 5 Stunden geschlafen haben und eine Stunde vor dem Messen nicht aufgestanden sind. Während der unfruchtbaren Phase nach dem Eisprung sind keine Messungen erforderlich. (Es sind keine Babysymbole sichtbar)

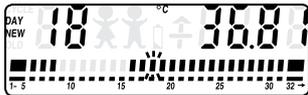


Bild Nr. 25

Sie können jetzt das Messen bis zur Menstruation ausfallen lassen.

Sind eine oder zwei Messungen ausgefallen, so macht das nichts. Einfach am nächsten Tag normal weiter messen. cyclotest® 2 plus zählt die Tage automatisch weiter. Sind in einem Zyklus zu wenig auswertbare Messungen vorhanden, zeigt das Gerät zu Ihrer Sicherheit eine längere fruchtbare Phase als üblich an.

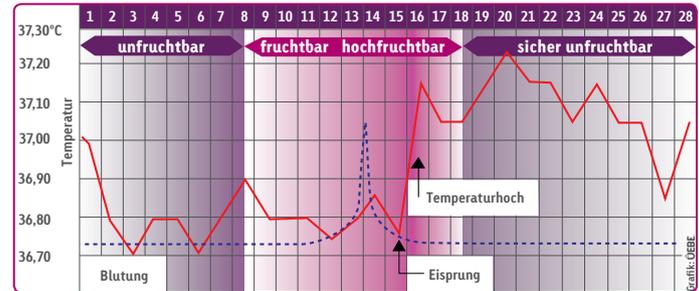
Wichtig: Mit jeder ersten Messung im Zyklus legen Sie das Zeitfenster von +/- 2 Stunden für die tägliche Messung fest. Sie können also bei jedem Zyklus neu entscheiden, ob Sie bei der einmal gewählten Uhrzeit bleiben oder lieber einen neuen Zeitpunkt wählen wollen.

Der Zyklus der Frau

Der Zyklus der Frau beträgt 28-29 Tage. Abweichungen von 5 Tagen liegen im Bereich des Normalen.

Dabei werden drei Phasen unterschieden:

- eine relativ kurze unfruchtbare Phase, die mit der Menstruation beginnt
- eine fruchtbare Phase, die kurz nach dem Eisprung endet
- eine relativ lange unfruchtbare Phase nach dem Eisprung



Die Temperaturmethode, die auf der vergleichenden Messung der Aufwachtemperatur während der einzelnen Zyklusphasen einer Frau basiert, lässt Rückschlüsse auf die Vorgänge im Körper der Frau zu. Je mehr Temperaturwerte und Informationen über die Zyklusdauer vorliegen, desto enger können Beginn und Ende der fruchtbaren Phase eingegrenzt werden.

Fehler- und Errormeldungen

Aufgetretener Fehler	Mögliche Ursache	Abhilfe
Anzeige „L“	<ul style="list-style-type: none"> - Sensor in der Aufwärmphase - zu niedrige Temperatur - evtl. technischer Defekt 	<ul style="list-style-type: none"> - weiter messen bis Messende - Messung wiederholen - bei dauerhafter Anzeige „L“ cyclotest® service hotline kontaktieren.
Anzeige „H“	<ul style="list-style-type: none"> - zu hohe Temperatur - Fieber - Krankheit - evtl. technischer Defekt 	<ul style="list-style-type: none"> - bei dauerhafter Anzeige „H“ ohne Fieber, cyclotest® service hotline kontaktieren.
Anzeige „E“	<ul style="list-style-type: none"> - kein stabiler Messwert - Messsensor vor Messende entfernt 	<ul style="list-style-type: none"> - Messung wiederholen - bei wiederholtem Erscheinen der Anzeige „E“ cyclotest® service hotline kontaktieren.

Kundendienst

Eine Reparatur des Gerätes darf nur durch den Hersteller oder eine ausdrücklich dazu ermächtigte Stelle erfolgen.

Bitte wenden Sie sich an: UEBE Medical GmbH
 Zum Ottersberg 9
 97877 Wertheim, Germany
 Tel.-Nr.: +49 (0) 9342/924040
 Fax-Nr.: +49 (0) 9342/924080
 E-mail: info@uebe.com
 Internet: www.uebe.com

Bei Rücksendungen aus Nicht-EU-Ländern beachten Sie bitte Ihre nationalen Zollbestimmungen.

Technische Daten

Gerätetyp:	Zyklus-Temperaturcomputer zur Erfassung der Basaltemperatur
Methode:	Symptothermale Methode modifiziert auf Basis der anerkannten Regeln der WHO
Gerätmaß:	8 cm x 10,8 cm x 3,3 cm
Gewicht:	ca. 110 g
Gehäusematerial:	PVC-freier Kunststoff auf ABS-Basis
Temperaturfühler:	PVC-freier biegsamer Messfühler auf TPE-Basis
Messkabel:	Spezialkabel mit Zugentlastung aus Kevlar
Messaufnehmer:	Thermistor
Anzeige:	LCD-Display (Flüssigkristallanzeige)
Anzeigenelemente:	Tag, Temperaturwert in °C, Babysymbole, Batteriesymbol, Zeitachsenanzeige, Störmeldungen, Richtungspfeil
Temperaturanzeige:	absolut in °C (nicht extrapolierend)
Messbereich:	35,5–38,0 °C
Messgenauigkeit bei Betriebsbedingungen:	±0,1 °C bei Umgebungstemperatur 10 °C bis 35 °C, Rel. Luftfeuchtigkeit bis 93 % nicht kondensierend, Luftdruck 700 hPa bis 1060 hPa.
Lager- und Transportbedingungen:	Umgebungstemperatur -10 bis +50 °C Rel. Luftfeuchtigkeit bis 93 % (nicht kondensierend) Vor Feuchtigkeit schützen
Seriennummer:	Das Gerät verfügt über eine Seriennummer welche mit SN gekennzeichnet ist. Bitte halten Sie diese bei möglichen Servicerückfragen bereit.

Batterie:	Quecksilberfreie Knopfzelle RENATA Typ CR2450N, Batterie für ca. 500 Messungen, Batterietausch nur durch die UEBE Medical GmbH. Eine Reparatur des Gerätes darf nur durch den Hersteller oder eine ausdrücklich dazu ermächtigte Stelle erfolgen. Das Öffnen des Gerätes führt zum Verlust eventueller Garantieansprüche.
Service:	Sollte Ihr Gerät einen Defekt aufweisen, bitten wir Sie, von eigenen Reparaturversuchen abzusehen und statt dessen das Gerät mit einer kurzen Fehlerbeschreibung direkt an die UEBE Medical GmbH zur Prüfung zu senden, da Geräteteile einzeln nicht reparierbar sind.
Kalibrierung:	Das Gerät unterliegt nicht der Kalibrierpflicht, bei einem Batteriewaustausch durch die UEBE Medical GmbH wird die messtechnische Genauigkeit automatisch überprüft.
Schutzklasse IP:	IP 20: Geschützt gegen feste Fremdkörper mit Durchmesser ab 12,5 mm, kein Schutz gegen Wasser.
Zu erwartende Betriebslebensdauer:	5 Jahre

Zusätzliche Geräte, die an medizinische elektrische Geräte angeschlossen werden, müssen nachweisbar ihren entsprechenden IEC oder ISO Normen entsprechen (z. B. IEC 60950 für datenverarbeitende Geräte). Weiterhin müssen alle Konfigurationen den normativen Anforderungen für medizinische Systeme entsprechen (siehe IEC 60601-1-1 oder Abschnitt 16 der 3. Ausgabe der IEC 60601-1, jeweilig). Wer zusätzliche Geräte an medizinische elektrische Geräte anschließt, ist Systemkonfigurator und damit verantwortlich, dass das System mit den normativen Anforderungen für Systeme übereinstimmt. Es wird darauf hingewiesen, dass lokale Gesetze gegenüber obigen normativen Anforderungen Vorrang haben. Bei Rückfragen kontaktieren Sie bitte Ihren örtlichen Fachhändler oder den technischen Dienst.

Zeichenerklärung



Schutzgrad gegen elektrischen Schlag: TYP BF



Gebrauchsanweisung beachten!



Dieses Produkt hält die Richtlinie 93/42/EWG des Rates vom 5. September 2007 über Medizinprodukte ein und trägt das Zeichen CE 0123 (TÜV SÜD Product Service GmbH).



Lager- und Transportbedingungen
Umgebungstemperatur -10 bis +50 °C



Vor Feuchtigkeit schützen,
Relative Luftfeuchtigkeit bis 93 %



Trocken halten



Hersteller

Entsorgung



Batterien und technische Geräte gehören nicht in den Hausmüll, sondern müssen bei den entsprechenden Sammel- bzw. Entsorgungsstellen abgegeben werden.

Der flexible Teil des Messfühlers ist wasserdicht, der Rest des Fühlers und des Gerätes darf nur feucht abgewischt werden.

Das Gerät ist nicht wasserdicht und darf nicht in Wasser eingetaucht werden! Reinigen Sie das Gerät mit einem feuchten Tuch und einem milden Reinigungsmittel. Zum Desinfizieren des Messfühlers können Sie Ethylalkohol verwenden (in Apotheken erhältlich).

Das Thermometer keiner extremen Hitze aussetzen (pralle Sonne, Heizung, heißes Wasser etc.).

Das Gerät wurde mit aller Sorgfalt hergestellt und geprüft. Für den Fall, dass es trotzdem bei Auslieferung Mängel aufweisen sollte, geben wir eine Garantie auf Neugeräte zu den nachfolgenden Konditionen:

1. Während der Garantiezeit von 2 Jahren ab Kaufdatum beheben wir solche Mängel nach unserer Wahl und auf unsere Kosten in unserem Werk durch Reparatur oder Ersatzlieferung eines mangelfreien Gerätes. Die Kosten der Rücksendung des Gerätes in unser Werk trägt der Einsender. Unfrei zurück gesendete Reklamationen werden von UEBE nicht angenommen.
2. Nicht unter die Garantie fallen die normale Abnutzung von Verschleißteilen oder Schäden, die durch Nichtbeachtung der Gebrauchsanleitung, unsachgemäße Handhabung (z. B. ungeeignete Stromquellen, Bruch, ausgelaufene Batterien) und/oder Demontage des Gerätes durch den Käufer entstehen. Ferner werden durch die Garantie keine Schadenersatzansprüche gegen uns begründet.
3. Garantieansprüche können nur in der Garantiezeit und durch Vorlage des Kaufbeleges geltend gemacht werden. Im Garantiefall ist das Gerät zusammen mit dem Kaufbeleg und Beschreibung der Reklamation zu senden an UEBE Medical GmbH, Service-Center, Zum Ottersberg 9, 97877 Wertheim, Germany.
Die Kosten der Rücksendung des Gerätes in unser Werk trägt der Einsender. Unfrei zurück gesendete Reklamationen werden von UEBE nicht angenommen.
4. Die gesetzlichen Ansprüche und Rechte des Käufers gegen den Verkäufer (beispielsweise Mängelansprüche, Produzentenhaftung) werden durch diese Garantie nicht eingeschränkt.

Bitte beachten Sie: Im Garantiefall bitte unbedingt den Kaufbeleg beilegen.

Liebe Leserin,

sicher haben Sie unsere Hinweise zur Verwendung von cyclotest® 2 plus sorgfältig gelesen und sich mit den Funktionen vertraut gemacht.

Unsere Beschreibung entspricht dem normalen Zyklusverlauf. Bei der Beschäftigung mit cyclotest® 2 plus kann es am Anfang vorkommen, dass Ihnen einige Angaben auf dem Dialogdisplay ungewöhnlich vorkommen oder Fragen zur Handhabung auftauchen.

In solchen Fällen können Sie unsere cyclotest® service hotline anrufen, die montags bis donnerstags von 8.00 bis 17.00 Uhr und freitags bis 16.30 Uhr besetzt ist.



Auf das Gespräch mit Ihnen freut sich Ihr cyclotest® Beratungsteam.

REF 0630
PZN 06967430

7 0630 001 E
2015-12

cyclotest® und UEBE® sind international
geschützte Warenzeichen der



UEBE Medical GmbH
Zum Ottersberg 9
97877 Wertheim, Germany
Phone: + 49 (0) 93 42 / 92 40 40
Fax: + 49 (0) 93 42 / 92 40 80
E-Mail: info@uebe.com
Internet: www.uebe.com

Technische Änderungen vorbehalten.
Nachdruck auch auszugsweise untersagt.

© Copyright 2014 UEBE Medical GmbH

CE 0123