

Ovulaatiotesti Parhaat päivät

RFSU Ovulaatiotestillä voit selvittää nopeasti ja helposti, milloin munasolu irtoaa ja mahdollisuus tulla raskaaksi on suurimmillaan.

Testi havaitsee lutenisoivan hormonin (LH) pitoisuuden nousun virtsassa kun pitoisuus ylittää 25mIU/ml ja osoittaa 2 päivää, jolloin munasolun hedelmöitymiskyky on parhaimmillaan. Tee testi klo 10.00 – 20.00 välisenä aikana, jolloin LH-hormonin määrä virtsassa on havaittavissa tarkimmin. Lutenisoivan hormonin määrän lisääntyminen tapahtuu noin 24–36 tuntia ennen munasolun irtoamista. Munasolun hedelmöitymiskyky on paras samana päivänä, kun LH-pitoisuuden nousu havaitaan, ja sitä seuraavana päivänä. Raskauden mahdollisuus kasvaa, jos yhdyntä tapahtuu näiden 48 tunnin sisällä. Ohjeiden mukaisesti tehdyn testin varmuus on 99%.

Lue ohjeet huolellisesti

Kysymyksiä ja vastauksia

En tiedä kuukautiskierroni pituutta tai kuukautiseni ovat epäsäännölliset. Milloin testauksen voi aloittaa?
Jos et tiedä kuukautiskierron pituutta, suosittelme sinun odottavan yhden kierron ajan ja laskevan sen pituuden, ennen kuin aloitat RFSU Ovulaatiotestien käyttöä. Kun tiedät kuukautiskierron pituuden, lue käyttöohjeet ja selvitä testauksen paras aloitusajankohta. Jos kuukautiskierron pituus vaihtelee enemmän kuin 3 päivää, valitse kuuden edellisen kuukauden kierroista lyhin. LH:n nousun havaitseminen voi vaatia useampia testauskertoja.

Jos haluat aloittaa RFSU Ovulaatiotestien käytön tietämättä kuukautiskierron pituutta, aloita testaaminen kierron 11. päivänä. LH-tason nousu saattaa kuitenkin jäädä havaitsematta, koska testaus käynnistyy liian myöhään kierrossa. LH-tason nousun havaitseminen voi myös vaatia ylimääräisiä testiliuskoja.

Kuukautiskierroni pituutta ei näy taulukossa. Milloin testauksen voi aloittaa?
Jos kuukautiskierronsi on alle 21 päivää tai yli 38 päivää, kysy neuvoa gynekologilta.

Mihin aikaan päivästä testi tulee tehdä?
Testi tulisi tehdä klo 10.00 – 20.00 välisenä aikana, jolloin LH-hormonin määrä virtsassa on havaittavissa tarkimmin: valitse itsellesi tällä aikavälillä paras hetki testin tekemiseen. Tee testi samaan aikaan joka päivä. Vältä juomasta suuria määriä nestettä 2 tuntia ennen testin tekemistä, jotta LH-hormonin pitoisuus ei laimene virtsassa.

Onko kaikki testiliuskat käytettävissä?

Ei. Jatka testausta, kunnes LH-pitoisuuden nousu havaitaan. Loput testiliuskat voidaan säastää seuraavalle kuukautiskierrolle, jos haluaa testata silloin uudestaan.

Miten luotettava RFSU Ovulaatiotesti on?

RFSU Ovulaatiotesti on 99% varma munasolun irtoamisen yhteydessä tapahtuvan LH-pitoisuuden nousun toteamiseksi. Testi on neuvolan ja gynekologien käyttämän testin kaltainen.

Olen käyttänyt monia eri testiliuskoja ohjeiden mukaisesti, mutta olen onnistunut havaitsemaan LH-pitoisuuden nousua. Mitä tehdä?

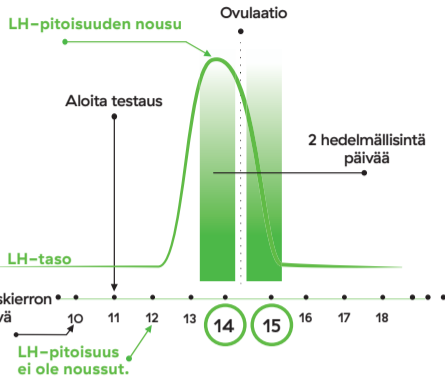
Pakkauksessa olevien testiliuskojen määrä riittää useimmille, joilla on säännölliset kuukautiset. Jos kuukautiskierto vaihtelee enemmän kuin 3 päivää, saatat joutua tekemään useampia testejä havaitaksesi, milloin virtsan LH-taso nousee. Jatka testaamista uusilla testiliuskoilla LH-pitoisuuden nousun havaitsemiseksi.

Hyvä muistaa

- Lue käyttöohjeet huolella ennen testauksen aloittamista. RFSU Ovulaatiotesti on tarkoitettu vain virtsan LH-hormonin mittaukseen käyttöohjeen mukaisesti. Jos ohjeita ei noudateta yksityiskohtaisesti, tulos voi olla virheellinen.
- Testi on tarkoitettu vain ulkoiseen käyttöön, ja testiliuska on kertakäyttöinen.
- Älä käytä testiä (ulko- ja sisäpakkauksessa mainitun) viimeisen käyttöpäivän jälkeen.
- Särkyläkkeet, antibiootit ja muut tavalliset lääkkeet eivät yleensä vaikuta testin tuloksiin. hCG- tai LH-hormonia sisältävät e-pillerit ja ehkäisyalaastari saattavat kuitenkin vaikuttaa tulokseen, eikä niitä tule käyttää testin yhteydessä. Testi ei toimi raskauden tai vaihdevuosien yhteydessä.
- Jos olet epävarma tuloksesta tai se ei vastaa odotuksiasi, ota yhteyttä gynekologiin, neuvolaan tai lääkäriin.
- Kierrät! Lajittele pakkaus paperinkeräykseen ja käytetty liuska sekäjäteeseen.

Mitä ovulaation yhteydessä tapahtuu?

Lutenisoivan hormonin (LH) erityis lisäänty yleensä voimakkaasti ennen munasolun irtoamista, suunnilleen kuukautiskierron puolivälissä. Munasolu vapautuu munarakkula (ns. munasolun irtoaminen) muutamasta tunnista ennen vuorokautteen ulottuvan ajan kuluessa tästä huipusta. LH-huipun yhteydessä munasolu on hedelmöitymiskykyisin seuraavan kahden vuorokauden ajan. Raskauden todennäköisyys kasvaa, jos yhdyntä tapahtuu näiden 48 tunnin kuluessa. Koska miehen siittiöt voivat elää useiden päivien ajan, raskaaksi voi tulla, vaikka yhdyntä olisi tapahtunut ennen LH-huippua.



Esimerkkinä käytetty 28 päivän kuukautiskierron. Ovulaation ajankohta voi vaihdella kuukautiskierron toiseen.

Milloin testauksen voi aloittaa?

LH-pitoisuuden nousun ajankohdan vaihtelu on yksilöllistä ja se vaihtelee myös kuukautiskierron toiseen. Oman kuukautiskierron pituuden tunteminen maksimoi mahdollisuudet havaita LH-pitoisuuden nousu. Kuukautisten alkamispäivä on kierron 1. päivä, ja kierron pituus lasketaan tästä päivästä seuraavien kuukautisten alkamista edeltävään päivään.

Jos kuukautiskierron pituutta ei tiedetä tai jos kuukautiset ovat epäsäännölliset ja kierron pituus vaihtelee, voi testauksen käynnistää 11 päivää kuukautisten ensimmäisen päivän jälkeen, koska kuukautiskierron pituus on keskimäärin 28 päivää. Voi kuitenkin tapahtua, ettei LH-pitoisuuden nousu havaita, koska testaus käynnistettiin liian myöhään tai testausta on suoritettava pidemmän kauden aikana. Jos kuukautiskierron pituus vaihtelee enemmän kuin 3 päivää, aloita testaus lyhyemmän kierron mukaan.

Taulukon avulla voit laskea, milloin testaus kannattaa aloittaa.

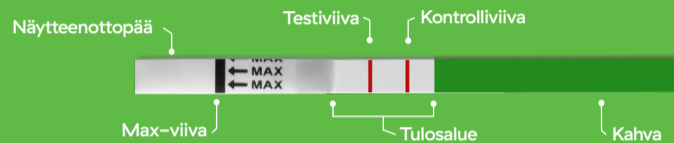
Ensimmäinen vuotopäivä on päivä 1. Jos kuukautiskierto on alle 21 päivää tai yli 38 päivää, kysy neuvoa gynekologilta. Kaikilla naisilla munasolu ei irtoa kuukautiskierron puolivälissä, minkä takia positiivista tulosta ei ehkä saada testin ensimmäisten viiden päivän aikana. Tee testi päivittäin 7 päivän ajan, tai kunnes LH-pitoisuuden nousu havaitaan.

Seuraavien kuukautisten alkamisajankohta munasolun irtoamisen jälkeen voi vaihdella, mutta välissä on yleensä 14 päivää. Koska kuukautiskierron pituus vaihtelee, voi aika kuukautisten ensimmäisestä päivästä munasolun irtoamiseen vaihdella. **Jos kuukautiskierto on esim. 28 päivää, munasolun irtoaminen tapahtuu noin 14 päivää ensimmäisen vuotopäivän jälkeen.**

Kuukautiskierron pituus	Aloita testaus
21 päivää	Päivä 6
22 päivää	Päivä 6
23 päivää	Päivä 7
24 päivää	Päivä 7
25 päivää	Päivä 8
26 päivää	Päivä 9
27 päivää	Päivä 10
28 päivää	Päivä 11
29 päivää	Päivä 12
30 päivää	Päivä 13
31 päivää	Päivä 14
32 päivää	Päivä 15
33 päivää	Päivä 16
34 päivää	Päivä 17
35 päivää	Päivä 18
36 päivää	Päivä 19
37 päivää	Päivä 20
38 päivää	Päivä 21

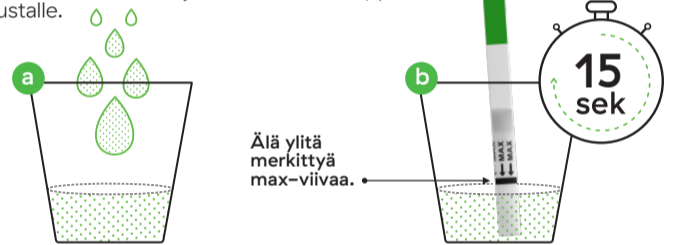
Näin teet testin

Tee testi jokaisena testipäivänä suunnilleen samaan aikaan. Älä käytä ensimmäistä aamuvirtsaa, sillä virtsan LH-pitoisuus lisääntyy yleensä vasta myöhemmin päivällä. Sopivin aika on klo 10.00–20.00 välillä, jolloin LH-hormonin määrä virtsassa on havaittavissa tarkimmin. Vältä juomasta suuria määriä nestettä 2 tuntia ennen testin tekemistä, jotta LH-hormonin pitoisuus ei laimene virtsassa. **Kun olet lukenut ohjeet ja olet valmis tekemään testin, ota testitikki sisäpakkauksesta ja käytä testi mahdollisimman pian. Pidä kiinni vihreästä päästä, ÄLÄ KOSKETA valkoiseen alueeseen, jotta testi ei anna väärää tulosta.**



Vaihe 1. Testaus

- Kerää virtsaa puhtaaseen ja kuivaan astiaan. Pari senttimetriä astian pohjalla riittää.
- Pidä kiinni vihreästä päästä, **ÄLÄ KOSKETA** valkoiseen alueeseen, jotta testi ei anna väärää tulosta.
- Upota näytteenottopää virtsaan siten, että nuolet osoittavat alaspäin. Älä upota tikkua max-viivaa syvemmmälle. Nosta tikku pois 15 sekunnin kuluttua ja laita se tasaiselle, puhtaalle ja kuivalle alustalle.



Älä ylitä merkittyä max-viivaa.

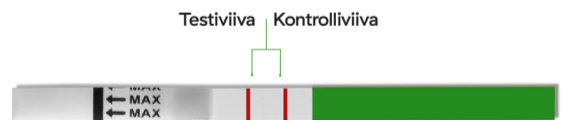
Vaihe 2. Odot 10 min

Odot 10 minuuttia ennen tuloksen lukemista koskematta testiliuskaan. Kun testiliuska alkaa reagoida, koko tulosalue värjäytyy vaaleanpunaiseksi. Älä lue testitulosta enää 15 minuutin jälkeen, sillä se saattaa antaa harhaanjohtavan tuloksen.



Vaihe 3. Lue testin tulos

Tulosalueen vaalealle taustalle ilmaantuu joko yksi tai kaksi värillistä viivaa. Toinen on kontrolliviiva ja toinen testitulos. **Lue tulos mahdollisimman pian 10 minuutin kuluttua. Älä lue testitulosta enää 15 minuutin jälkeen, sillä se saattaa antaa harhaanjohtavan tuloksen.**



Positiivinen tulos – kohonnut LH-pitoisuus

Jos tulosalueella näkyy kaksi värillistä viivaa ja testiviivan vaaleanpunainen väri on yhtä voimakas tai tummempi kuin kontrolliviiva, LH-pitoisuuden lisääntyminen on havaittu. Munasolun irtoaminen tulee tapahtumaan 24–36 tunnin sisällä. Hedelmöitymiskyky on paras seuraavien kahden päivän aikana. Raskauden todennäköisyys kasvaa, jos yhdyntä tapahtuu näiden 48 tunnin kuluessa. Sästä jäljelle jääneet testiliuskat, jos haluat testata uudelleen seuraavassa kierrossa.



Negatiivinen tulos – LH-pitoisuus ei ole kohonnut

Jos vain kontrolliviiva ilmestyy, tai jos testiviiva on kontrolliviivaa vaaleampi, virtsan LH-pitoisuuden nousua ei ole havaittu. Jatka testausta seuraavana päivänä. Jos LH-pitoisuuden nousua ei ole voitu havaita tämän kierron aikana, syynä voi olla, että:

- LH-huippua ei ehkä ollut tämän kierron aikana.
- On normaalia, ettei munasolu irtoa joka kierrossa.
- Testaus on tehty liian aikaisin tai liian myöhään kierron aikana.
- Virtsan LH-pitoisuus on voinut olla liian alhainen.



Epäonnistunut tulos

Jos punainen/vaaleanpunainen kontrolliviiva ei näy, tai jos yhtään viivaa ei näy testi-ikkunassa, tai jos viivat ovat erivärisiä kuin punainen/vaaleanpunainen/violetti, niin testi ei ole toiminut odotetusti eikä tulos ole pätevä. Tämä saattaa johtua siitä, että näytteenottopää ei ole imenyt riittävästi virtsaa, tai testi on tehty virheellisellä tavalla. Tee tällöin uusi testi ja seuraa ohjeita huolella. Jos ongelma toistuu, ota yhteyttä RFSU:hun.

