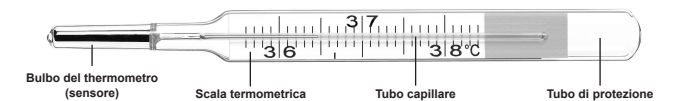


PARTI DELL'APPARECCHIO



DATI	
Range minimo di misurazione:	da +35,6 °C a +38,4 °C
Risoluzione:	0,1 °C
Accuratezza:	+/- 0,1 °C
Condizioni di funzionamento/conservazione:	Temperatura: da -15 °C a +39 °C
<p>Uso previsto:</p>	<p>⚠ è possibile solo il rilevamento di temperature superiori alla temperatura ambiente</p> <p>Termometro basale analogico, individua i giorni dell'ovulazione per il controllo del ciclo mestruale.</p> <p>Questo termometro clinico a liquido in vetro consente di determinare la temperatura basale ed è adatto per uso domestico per la pianificazione familiare naturale. Misura le più piccole variazioni di temperatura corporea nel corso del ciclo femminile, individuando così i giorni più propizi per il concepimento.</p>
Caratteristica:	Termometro a massima a visualizzazione analogica con galinstano
Garanzia di qualità:	Il termometro è prodotto e testato conformemente ai requisiti della Direttiva UE 93/42/CEE in materia di dispositivi medici. Il marchio Geratherm® è certificato ai sensi della Direttiva 93/42/CEE e della norma EN ISO 13485 ed è autorizzato all'utilizzo della marcatura CE0197 (Organismo notificato TÜV Rheinland LGA Products GmbH).

CHE COS'È LA TEMPERATURA BASALE?

Le donne che desiderano essere informate sul proprio periodo fecondo possono utilizzare il metodo della temperatura basale (temperatura corporea al momento del risveglio).

Oscillazioni anche minime del valore della temperatura basale possono rivelare quali sono i giorni fertili della donna.

⚠ PRECAUZIONI

- Il termometro Geratherm Basal non è un sistema contraccettivo.
- Esso consente soltanto di misurare temperature corporee che siano superiori alla temperatura ambiente!
- Evitare di far cadere il termometro e di esporlo a urti violenti.
- Non piegare o mordere la punta del termometro.
- Conservare fuori dalla portata dei bambini.
- Non utilizzare più il termometro se l'involucro di vetro è danneggiato (pericolo di lesioni).
- Evitare che il galinstano, il liquido termometrico utilizzato, entri a contatto con metalli preziosi o metalli leggeri poiché in tal caso si provocherebbero delle reazioni.
- Eseguire la misurazione con la dovuta attenzione, così da prevenire qualsiasi pericolo di lesione.
- L'uso del termometro presuppone una visita dal proprio medico e in nessun caso la sostituisce.
- Ogni volta che si utilizza il termometro pulirlo o disinfettarlo prima e dopo l'uso.

USO

- Prima di procedere alla misurazione verificare che la colonna del liquido si trovi sotto la tacca dei 36 °C.
- Prima e dopo l'uso pulire l'involucro di vetro del termometro seguendo le istruzioni riportate nella sezione "Indicazioni per la pulizia e la disinfezione".
- Posizionare il termometro nell'area corrispondente al tipo di misurazione prescelto (orale, rettale, ascellare e vaginale).
- Attendere almeno 4 minuti per consentire al termometro di rilevare la temperatura corporea. Il liquido termometrico che si trova all'interno del tubo capillare indica sulla scala termometrica la rispettiva temperatura corporea. La lettura della temperatura è resa più agevole grazie all'astuccio protettivo dotato di lenti di ingrandimento.
- Una volta eseguita la misurazione riportare il liquido termometrico sotto la tacca dei 36 °C, affermando il termometro per l'estremità superiore e scuotendolo almeno 15 – 20 volte con dei movimenti rapidi del polso.

QUANDO È DOVE DEVO CONTROLLARE LA MIA TEMPERATURA CORPOREA?

- La temperatura va rilevata ogni mattina alla stessa ora, prima di alzarsi. Non mangiare nulla prima di misurare la temperatura. Evitare lo sforzo fisico. Se le ore di sonno sono state poche (almeno 5 o 6 ore) non registrare la misurazione oppure non effettuarla.
- Applicare il termometro sempre nello stesso punto, in base al metodo di misurazione adottato: orale, vaginale o rettale. Utilizzare sempre lo stesso metodo durante un intero ciclo!
- Registrare il valore della temperatura rilevata nella tabella fornita assieme al termometro.
- In caso di anomalie o di disturbi mestruali consultare il proprio medico.

Tempo di misurazione per via VAGINALE: min. 4 minuti

Per informazioni su questo metodo consultare il proprio ginecologo.

⚠ **FERMARSI** se si avverte una qualche resistenza.

Tempo di misurazione per via ORALE: min. 4 minuti

La misurazione per via orale consente di ottenere rapidamente risultati precisi. Posizionare il bulbo del termometro (sensore) a destra o a sinistra della radice della lingua, in una delle due sacche delimitate dal frenulo. Mentre si esegue la misurazione tenere la bocca chiusa. Non mangiare, bere o fumare prima di eseguire la misurazione.

Tempo di misurazione per via RETTALE: min. 4 minuti

Introdurre (ca. 2 cm) il bulbo del termometro (sensore) nell'ano, dopo aver eventualmente lubrificato l'estremità del bulbo applicandovi un po' di crema per la pelle o di olio per bambini.

Per questo tipo di misurazione si può usare un cappuccio di protezione per il termometro. Inserire il termometro in questo cappuccio. Lubrificare il cappuccio di protezione del sensore con un olio idroslubile, così da agevolarne l'inserimento nell'ano. Non utilizzare vaselina pura. Introdurre la punta del sensore nel retto per non più di 2 cm.

⚠ **FERMARSI** se si avverte una qualche resistenza.

Tempo di misurazione per via ASCELLARE: min. 4 minuti

Questo tipo di misurazione non consente di ottenere valori molto precisi e pertanto non si addice alla rilevazione della temperatura basale.

COME POSSO REGISTRARE LA MIA TEMPERATURA E PERCHÉ QUEST'OPERAZIONE È IMPORTANTE?

Nella parte superiore della tabella sono riportati i giorni del ciclo mestruale da 1 a 42; se necessario se ne possono aggiungere altri. Sopra ogni casella del giorno del ciclo si scrive la rispettiva data. Lungo l'asse verticale sono riportate le temperature da 35 °C a 38 °C. Basta contrassegnare con un punto la temperatura rilevata. Contrassegnare anche i giorni nei quali si sono avuti rapporti sessuali.

1 o 2 giorni dopo l'ovulazione (espulsione dell'ovocita) la temperatura basale aumenta di 0,2 – 0,5 °C e si assesta su questo valore fino all'inizio del ciclo successivo (subito prima dell'ovulazione spesso si osserva un calo della temperatura di ca. 0,1 °C). Se c'è stata un'ovulazione, nell'arco di 48 ore dovrebbe subentrare questo aumento della temperatura. Una volta compilate almeno 3 tabelle si ottiene un prospetto dell'ovulazione e quindi si ricava un prospetto dei propri giorni fertili.

COME INIZIARE LA REGISTRAZIONE

Il primo giorno della mestruazione è il giorno 1 sulla curva della temperatura basale. La temperatura dovrebbe diminuire all'inizio delle mestruazioni. Non considerare come primo giorno del ciclo eventuali piccole perdite ematiche prima del ciclo vero e proprio. Registrare la temperatura rilevata durante l'intero periodo. Annotare sintomi premenstruali, eventuali patologie o febbre e iniziare una nuova curva della temperatura quando si presentano di nuovo le mestruazioni.

COSA SIGNIFICA OVULAZIONE?

Per ovulazione o espulsione dell'ovocita si intende il processo di distacco dell'ovocita dalle ovaie, condizione necessaria per la fecondazione dell'ovulo da parte di uno spermatozooto nelle tube uterine. In tal caso dal punto di vista fisico si possono riscontrare alcuni mutamenti, ad es. poco prima dell'ovulazione, ovvero tra il 10° e 12° giorno circa del ciclo mensile, compare un sottile muco vaginale di colore chiaro prodotto dalla cervice uterina. Questo muco ha il compito di conservare in vita gli spermatozoi fino al momento dell'ovulazione. Un altro possibile sintomo è un leggero dolore sul lato destro o sinistro nel momento in cui avviene l'espulsione dell'ovocita. Se il ciclo mestruale è regolare, ovvero di 28 giorni, fra il 10° e il 14° giorno dovrebbero esserci maggiori probabilità di concepimento. Tuttavia, il ciclo mestruale può variare da donna a donna e sono poche le donne con un'ovulazione regolare a metà del ciclo.

GALINSTANO – UN NUOVO LIQUIDO TERMOMETRICO NON TOSSICO – ECOCOMPATIBILE

Il termometro Geratherm basal, senza mercurio, è stato sviluppato dalla Geratherm Medical SA e contiene un metallo fluido brevettato, una miscela di gallio, indio e stagno, chiamata galinstano. Il galinstano è assolutamente non tossico ed ecocompatibile.

CONSULTARE IL PROPRIO MEDICO

Quando si decide di intraprendere un percorso di questo tipo si consiglia vivamente di consultare il proprio medico, la propria ostetrica o il propri/la propria consulente per la pianificazione familiare naturale. Le loro conoscenze possono essere utili per interpretare le informazioni fornite dalla tabella.

INDICAZIONI PER LA PULIZIA E LA DISINFEZIONE

Il termometro è dotato di un involucro igienico di vetro a tenuta ermetica e può essere disinfettato ripetutamente senza alcun limite.

- La temperatura della soluzione detergente e disinfettante non deve essere superiore a 39 °C.
- Per la pulizia dell'involucro di vetro del termometro, prima e dopo l'uso, si può usare acqua fredda con aggiunta di sapone.
- Disinfettare il termometro con un batuffolo di cotone o un panno imbevuti di alcol oppure immergendolo in una soluzione disinfettante (per i tempi di immersione o di esposizione osservare le indicazioni del produttore della soluzione).
- In caso di rottura del termometro, il liquido fuoriuscito può essere rimosso con l'aiuto di un pennello imbevuto di acqua saponata, con un pezzo di cellulosa oppure con un panno in tessuto. I residui possono essere smaltiti nei rifiuti domestici.

GARANZIA

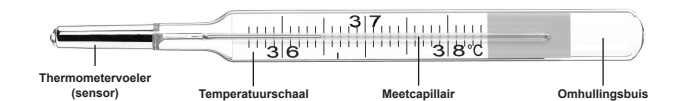
Alle normali condizioni di utilizzo il produttore assicura una garanzia illimitata del funzionamento e dell'accuratezza della misurazione (fatta eccezione per la rottura del vetro) del termometro. I danni dovuti a un uso improprio del termometro non sono coperti da garanzia.

Il termometro non necessita di un controllo metrologico periodico!

INDICE DEI SIMBOLI

Consultare il Manuale d'uso	Attenzione	Produttore
Fragile, maneggiare con cura	Conservare in luogo asciutto	Quantità
Limiti di temperatura: conservare a temperature comprese tra -15 °C e +39 °C	Numero di lotto (mese/anno) impresso al laser sulla parte posteriore del tubo di protezione in assenza del simbolo LOT	

BESCHRIJVING VAN DE ONDERDELEN



GEGEVENS	
Minimum meetbereik:	+35,6 °C tot +38,4 °C
Resolutie:	0,1 °C
Meethouwkeurigheid:	+/- 0,1 °C
Bedrijfs- / opslagvoorwaarden:	Temperatuur: -15 °C tot +39 °C
<p>Gebruiksdoeel:</p>	<p>⚠ Er kunnen alleen temperaturen worden gemeten die boven de omgevingstemperatuur liggen</p> <p>Analoge ovulatie-/ basaalthermometer voor de cycluscontrolre.</p> <p>Deze medische glazen vloeïstoffhermometer is geschikt voor het bepalen van de basaaltemperatuur bij de natuurlijke gezinsplanning in privéverke. Hij meet de kleinste wijzigingen in het temperatuurverloop van de vrouwelijke cyclus om de dagen met de meeste vruchtbaarheid vast te stellen.</p> <p>Analogo weergevende maximumthermometer met galinstanvulling</p> <p>Het vervaardigen en de controle van de thermometer gebeurt conform de eisen van de EU-richtlijn 93/42/EWG inzake medische producten</p> <p>Geratherm® is gecertificeerd conform richtlijn 93/42/EWG en EN ISO 13485 en bevoegd voor het aanbrengen van het keurmerk CE0197 (benoemde positie TÜV Rheinland LGA Products GmbH).</p>
Eigenschap:	
Kwaliteitsgarantie:	

WAT IS DE BASAALTEMPERatuur?

Vrouwen die willen weten wanneer ze vruchtbaar zijn, moeten de basaaltemperatuur (temperatuur bij het ontwaken)-methode gebruiken.

Fijne schommelingen van de basaaltemperatuur geven informatie over de vruchtbare dagen van de vrouw.

⚠ VOORZORGSMAATREGELEN

- De Geratherm Basal is uitdrukkelijk geen voorbehoedsmiddel
- Enkel het meten van temperaturen is mogelijk die boven de omgevingstemperatuur liggen!
- Thermometer niet laten vallen en niet boostellen aan hevige stoten.
- De punt van de thermometer niet buigen of erop bijten.
- Buiten het bereik van kinderen houden.
- Thermometers met beschadigd glashomhulsel mogen niet meer worden gebruikt (gevaar op letsels).
- De meetvloeïstof galinstan mag niet met edelmetalen of lichte metalen in contact worden gebracht aangezien met deze metalen reageert
- Bewaar bij de meting de nodige zorgvuldigheid om gevaar op letsels te vermijden.
- Het gebruik van de thermometer vervangt geen doktersbezoek.
- De thermometer altijd voor en na gebruik reinigen resp. desinfecteren

GEBRUIK

- Voor de meetprocedure moet worden gecontroleerd of de vloeïstofkolom minstens onder de 36 °C ligt.
- Reinig de glasthermometer voor en na gebruik. Let daarbij op de onderaan vermelde Aanwijzingen voor reiniging en desinfectie".
- Plaats de thermometer op het lichaam overeenkomstig het type meting (oraal, rectaal, axillair en vaginaal).
- Na minstens 4 minuten heeft de thermometer de lichaamstemperatuur opgenomen. De meetvloeïstof in de meetcapillair van de thermometer toont de gemeten lichaamstemperatuur op de temperatuurschaal. Het aflezen van de temperatuur wordt door de bijgevoegde loephuis vergemakkelijkjt.
- Na de meting moet de weergavevloeïstof minstens terug worden gebracht tot onder 36 °C. Daarvoor moet de thermometer zo ver mogelijk aan het bovenste uiteinde worden vastgenomen en met minstens 15 tot 20 snelle bewegingen vanuit de pols worden geschud.

WANNEER EN WAAR MOET IK MIJN TEMPERATUUR CONTROLEREN?

- Bepaal uw temperatuur elke morgen op hetzelfde tijdstip alvorens u opstaat. Voor het meten niets eten. Lichamelijke inspanning vermijden. Bij niet voldoende slaap (min. 5 tot 6 uur) geen meetwaarde invoeren, maar meting laten wegvallen.

- Altijd op dezelfde meetplaats meten: oraal, vaginaal of rectaal. Binnen een cyclus niet wisselen!
- Voer de temperatuurwaarde in de meegeleverde tabel in.
- Bij opvallendheden of cyclusstoringen moet u uw arts opzoeken.

VAGINAAL - meettijd: min. 4 minuten

Informeer u bij uw gynaecoloog over de meetmethode.

⚠ **STOP** als u ergens weerstand voelt.

ORAAI - meettijd: min. 4 minuten

De orale meting levert snel nauwkeurige resultaten. De thermometervoeler (sensor) wordt links of rechts van de tongwortel in één van de beide warmtezakken geplaatst. Houd de mond tijdens het meetproces gesloten. Eet, drink of rook niet alvorens u de temperatuur meet.

RECTAAL - meettijd: min. 4 minuten

De thermometervoeler (sensor) wordt in de aars ingebracht (ca. 2 cm) waarbij op het uiteinde van het vat wat huidréme of babyolie kan worden aangebracht.

U kunt een beschermhoes voor de thermometer gebruiken. Steek de thermometer in deze beschermhoes. Wrijf de beschermhoes voor de meetsensor met een wateroplosbare gel in om het inbrengen te vergemakkelijken. Gebruik geen ruwe vaseline. Breng de punt van de meetsensor niet verder dan 2 cm in het rectum.

⚠ **STOP** als u ergens weerstand voelt.

AXILLAIR - meettijd: min. 4 minuten

Deze meetmethode levert niet zo'n nauwkeurige meetwaarden en is daarom niet geschikt voor het bepalen van de basaaltemperatuur.

HOE TEKEN IK MIJN TEMPERATUUR OP EN WAAROM IS DAT BELANGRIJK?

Aan de bovenkant van de tabel zijn de dagen van uw cyclus van 1 tot 42 opgeschreven, u kunt er meerdere toevoegen, indien vereist. Boven elke dag van de cyclus schrijft u de betreffende datum. Verticaal zijn de temperaturen van 35 °C tot 38 °C opgeschreven. Teken er uw temperatuur met een punt op. Markeer de dagen waarop u gemeenschap had.

1 tot 2 dagen na de ovulatie (eisprong) stijgt de basaaltemperatuur met 0,2 tot 0,5 °C en blijft op deze hoogte tot aan het begin van de volgende cyclus. (Direct voor de ovulatie/dag is vaak een daling waar te nemen van ca. 0,1°C.) Voor het geval dat een eisprong heeft plaatsgevonden, moet de temperatuurverhoging binnen 48 uur hebben plaatsgevonden. Als u ca. 3 tabellen hebt ingevuld, zult u een ovulatieschema krijgen en uw individueel vruchtbaarheidsschema herkennen.

BEGIN VAN DE OPTEKENING

De eerste dag van uw menstruatie is dag 1 op uw basaaltemperatuurcurve. Uw temperatuur moet bij begin van de menstruatie dalen. Doorbraakbloedingen voor de menstruatie beschouwt u niet als uw eerste dag. Voer de temperatuur tijdens uw hele periode in. Markeer premenstruele symptomen alsook ziekten of koorts en begin een nieuwe temperatuurcurve als u opnieuw uw menstruatie hebt.

WAT BETEKENT OVULATIE?

Ovulatie of eisprong betekent dat de eierstok een eitje vrijgeeft, dit is de voorwaarde voor de bevruchting van de eicel door een spermacel in de eileider. Daarbij kunnen in het lichaam bepaalde wijzigingen optreden, zoals bijv. het verschijnen van dun, helder, vaginaal slijm dat klijt voor de eisprong, d.w.z. ongeveer tussen de 10de en 12de dag van uw maandelijkse cyclus uit de baarmoederhals komt. Dit slijm heeft als taak de spermacellen tot aan de eisprong in leven te houden. Een ander symptoom kan een lichte pijn in de linker of rechter kant op het tijdstip van de werkelijke eisprong zijn. Bij een regelmatig maandelijkse cyclus van 28 dagen zijn ongeveer de dagen tussen de 10de en 14de dag de dagen waarop u waarschijnlijk zwanger kunt worden. Elke vrouw heeft echter haar individuele cyclus en slechts weinigen hebben hun eisprong regelmatig in het midden van de cyclus.

GALINSTAN - EEN NIEUWE NIET GIFTIGE MEETVLOEISTOF - MILIEUVRIENDELIJK

De kwikzilvervrije thermometer, Geratherm basal, werd door Geratherm Medical AG ontwikkeld en bevat een gepatenteerd vloeibaar metaal uit gallium, indium en tin - genaamd galinstan. Galinstan is absoluut ongiftig en milieuvriendelijk.

DOKTERSADVIES

Het is zeer aan te bevelen dat u uw arts, uw roedvrouw of natuurlijk adviseur inzake gezinsplanning raadpleegt als u een zwangerschapswens hebt. Ze kunnen u helpen de informatie op uw tabel te interpreteren.

AANWIJZINGEN VOOR REINIGING EN DESINFECTIE

De thermometer bezit een hermetisch afgesloten, hygiënisch glashomhulsel en is onbeperkt desinfecteerbaar.

- De temperatuur van het reinigings- en desinfectiemiddel mag 39 °C niet overstijgen.

- De reiniging van de glasthermometer voor en na gebruik kan met koud zeepwater gebeuren.
- Desinfecteer de thermometer met watten of een doekje dat met alcohol (doorrankt is of dampel de thermometer in een desinfectiemiddel (inwerking, resp. indompelrijd overeenkomstig de informatie van de fabrikant van het desinfectiemiddel).
- Bij breuk van de thermometer kan de uitgelopen vloeïstof door een met zeeploog natgemaakt penseel, cetstofstukken of stoffapen worden verwijderd. De resten kunnen met het huisvuil worden verwijderd.

GARANTEE

Op deze thermometer wordt bij normaal gebruik onbeperkte garantie op werking en meethouwkeurigheid (met uitzondering van glasbreuk) door de fabrikant verleend. Door ondeskundig gebruik veroorzaakte schade aan uw thermometer valt buiten de garantie.

Een wederkerende meettechnische controle is niet vereist!

SYMBOLINDEX

Gebruiksaanwijzing in acht nemen	Opgelet	Fabrikant
Breekbaar, zorgvuldig hanteren	Droog bewaren	Hoeveelheid
Temperatuurbegrenzing: tussen -15 °C en +39 °C bewaren	Lotomschrijving (maand/jaar) op de achterkant van de verpakking zonder LOT-symbool met laser aangebracht	