

Daysy kasutusjuhend

Nii lihtne see ongi:

 <p>fertile</p> <p>Viljastumisvõimeline</p>	 <p>infertile</p> <p>Ei ole viljastumisvõimeline</p>
 <p>learning/ fluctuation</p> <p>Info väljaselgitamisfaas/ kõikumised</p>	 <p>pregnant</p> <p>Rase</p>



Vilkuv lilla tähendab, et Daysy ootab, et Sinu menstruatsioon algaks. Kui see on alanud, kinnita, hoides nuppu 2 sekundit all.



Pidevalt pälev lilla tähendab, et oled oma menstruatsiooni antud päevaks kinnitanud. Kui Sa siiski ei soovinud seda kinnitada hoia sama nuppu uuesti 2 sekundit all.



Ringlevad sinised tulukesed näitavad, et toimub määrtmine. Hoia nuppu 2 sekundit all, kui soovid protsessi peatada.

Palju õnne! Olete just soetanud endale uusima turuloleva viljakusmonitori!

Saksamaa kvaliteettooja Valley Electronics'i 30. aasta pikkune kogemus on võimaldanud arendada selle targa ja usaldusväärse viljakusmonitori, mis sobiks Sinu elustiiliga. Ei mingeid ravimeid ega tupesiseid vahendeid, uusim tehnoloogia pakub loomulikku raseduse planeerimise meetodit. Oma keha üle kontrolli omades muutub ka Sinu elu. Kui Sul on küsimusi, võta palun meiega ühendust või uuri KKK seksiooni www.viljakusmonitor.ee veebilehel. Samuti saad vaadata ka videoid, mis on saadaval: www.viljakusmonitor.ee/kasutajatugi/videod.

Soovime Sulle edukat algust ja enesekindlat edaspidist elu!

Daysy

Daysy on viljakusmonitor. Mõõda oma kehatemperatuuri igal hommikul keele alt. Kui Sul on menstruatsioon, sisesta need päevad monitori. Temperatuurimõõtmisi jätkka ka menstruatsioonipäevadel. Daysy aitab Sul analüüsida Sinu menstruaaltsükli ja otsustada millistel päevadel oled viljastumisvõimeline.

Daysy'l on ka äpp, mille saad alla laadida *daysyView App* otsinguga. Äpp annab Sulle lisainformatsiooni Sinu tsükli kohta.

Daysy'ga on kaasas kõik vajalik:

- ✓ Kellapatarei tüüpi patarei (CR2032)
- ✓ TRRS audiokaabel
- ✓ Anduri kork

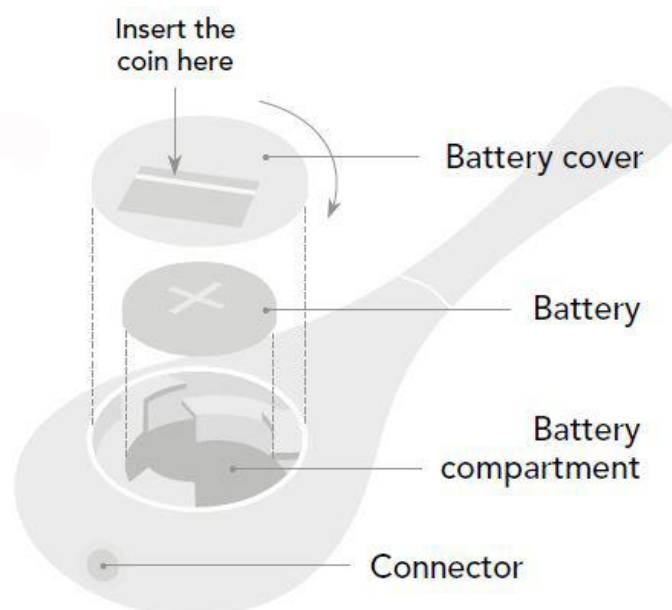
Ohutusnõuded

- ✓ Palun loe käesolev manuaal kindlasti läbi enne, kui toodet kasutama hakkad. Lisainformatsiooni saad tootja kodulehelt www.daysy.me või eestikeelselt lehelt www.viljakusmonitor.ee.
- ✓ Palun lõpeta hormonaalsete rasestumisvastaste vahendite võtmine **enne**, kui alustad Daysy kasutamist.
- ✓ Daysy ei kaitse Sind sugulisel teel levivate haiguste eest.
- ✓ Daysy't saavad kasutada naised, kelle menstruaaltsükkel kestab 19-34 päeva.
- ✓ Daysy't ei tohiks kasutada, kui Sul esineb menopausi sümptomeid või kui sa võtad samal ajal hormonaalseid ravimeid.
- ✓ Daysy efektiivsus ennustada viljastumisvõimelisi päevi võib olla madalam, kui Sinu tsükkel on ebakorrapärane.

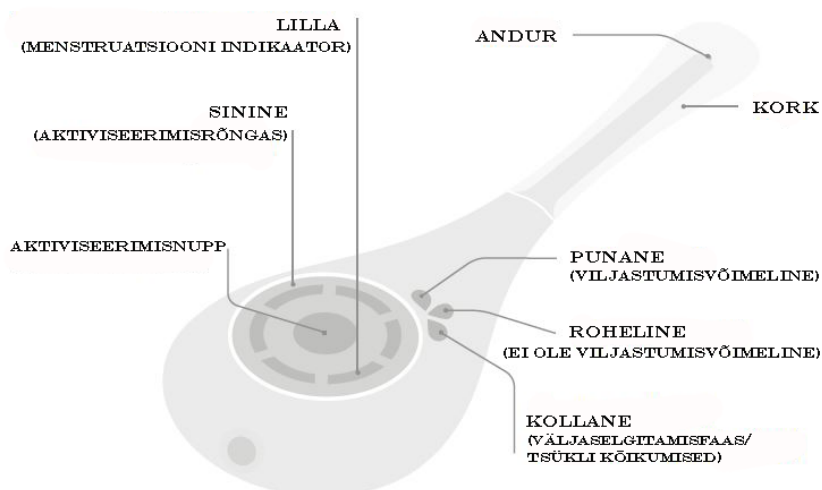
- ✓ Kui vahetad Daysy patareid, siis ole kindel, et seade on enne vana patareid eemaldamist välja lülitatud.

Esmalt - anna Daysy'le toide

1. Aseta patareid pesasse selliselt, et „+“ märk jääks Sinu poole. Sulge patareipesa kaasas oleva kaanega, keerates seda kellaosuti liikumise suunas, kuni see kohale lukustub.
2. Daysy alustab enese testimist, millest annab märku tulukeste vilkumine seadmel.
3. Daysy'l ei ole OFF nuppu, ta lülitab ise ennast 30 sekundi jooksul välja.
4. Aktiveerimisnuppu vajutades saad Daysy sisse lülitada.



Indikaatorid ja nende tähendused



Kuidas kasutada?

1. Võta Daysy ja vajuta aktiveerimisnuppu igal hommikul enne voodist tõusmist. Aktiviseerumisindikaator läheb põlema ning ekraanile ilmub Sinu viimane mõõdetud viljakusstaatus.
2. Vajuta veelkord sama nuppu ning aktiviseerumistulukesed hakkavad kellaosuti suunas pöörlema.
3. Pane anduri ots oma keele alla nii kaugele kui võimalik ning vajuta huuled Daysy kaela ümber kokku.
4. Oota, kuni kuuled kahte piiksu.*
5. Daysy näitab Sulle käesoleva päeva viljakusstaatust. Vaatamaks oma staatust päeva jooksul uuesti, vajuta lihtsalt aktiveerimisnuppu ning Sinu staatus kuvatakse ekraanile.

**Päevadel, mil mõõtmine ei õnnestunud, kuuled korisevat signaali. Kui see juhtub, proovi lihtsalt uuesti. Mõõtmine võtab tavaliselt aega 90 sekundit.*

Menstruatsioonide sisestamine

Pärast temperatuuri mõõtmist võib lilla tuluke vilkuda. See tähendab, et Daysy arvutuste kohaselt algab Sul peagi menstruatsioon.

- ✓ Kui Sul on menstruatsioon alanud, hoia aktiveerimisnuppu all kuni lilla tuluke jääb põlema ja kuuled piiksu.
- ✓ Kui Sul ei ole menstruatsioon alanud, ära tee midagi, tuluke jääb vilkuma.
- ✓ Sisesta menstruatsioon iga päev, päevi tuleks järjestikku sisestada vähemalt 3.
- ✓ Kui Su menstruatsioon on alanud, aga Daysy ei küsi seda, aktiveeri menstruatsioon vajutades ja hoides aktiveerimisnuppu all, kuni lilla tuluke põleb. See kinnitab, et Daysy võttis sisestuse arvesse.
- ✓ Temperatuure mõõda ka menstruatsioonipäevadel!

Märkus: Pärast pillide või muude hormonaalsete rasestumisvastaste vahendite kasutamise lõpetamist ei ole esimene veritsemine menstruatsioon, vaid pillide kasutamisest põhjustatud veritsemine. Ära seda menstruatsioonina sisesta.

Tähtis!

- ✓ Mõõda kindlasti oma temperatuuri hommikul esimese asjana, st **enne kui Sa voodist üles tõused**. Kui mõõtmine tuleb meelde alles siis, kui oled juba üles tõusnud, on parem, kui jätad mõõtmise sel päeval vahele ja jätkad järgmisest hommikust.
- ✓ **Sisesta kindlasti oma menstruaatsioonid**.
- ✓ Mida regulaarsemalt mõõdad, seda paremini saab Daysy Sinu tsüklit jälgida.
- ✓ Alguses näed rohkem kollast ja punast tuld, kuna Daysy'l läheb umbes 3 kuud aega, et Sinu tsüklit tundma õppima. Mõistame, et see võib olla tüütu, aga ole palun kannatlik! Kui Daysy on Sinu tsüklit tundma õppinud näed, et ootamine oli vaeva väärt.

Daysy puhastamine

Puhasta Daysy't niiske lapiga, kui see on vajalik. Ära kasuta liiga palju vett ega pane Daysy't otse vee alla – seade ei ole veekindel. Väikeses koguses võid vajadusel kasutada puhastamiseks alkoholi.

Patarei

Patarei tööiga on, umbes 2 aastat. Kui patarei on peaaegu tühi, hakkab Daysy aktiveerimisnupp intensiivselt vilkuma. Kui vahetad patarei paari päeva jooksul, ei kustu Sinu andmed seadmest ära. Kui aga patarei saab täiesti tühjaks, peab Daysy Sinu tsükli õppimisega otsast peale alustama.

Märkus: Kui vahetad Daysy patareid, veendu enne patarei välja võtmist, et seade on välja lülitatud.

Probleemid ja vea väljaselgitamine

Daysy õppimisfaas – seade näitab palju kollast tuld.

Daysy peab Sinu tsüklit tundma õppima. Mida regulaarsemalt mõõdad, seda kiiremini õpib ta Sinu individuaalset tsüklit tundma. Esimesed 2-3 tsüklit on Daysy ettevaatlik ning annab mitu kollast päeva. Selleks, et protsessi kiirendada, mõõda igal hommikul. Mida rohkem mõõtmisi vahele jätad, seda rohkem kollast tuld saad.

Daysy näitab kollast tuld ka siis, kui Su tsükkel kõigub. Ovulatsioon ja menstruaatsioon võivad tsüklit tsüklisse varieeruda - Daysy näitab seda kollase tulukesega.

Seade ei reageeri, kui vajutan aktiveerimisnuppu.

- ✓ Vaheta patareid. R2032 on saadaval kõikjal, kus müüakse patareid.

Aktiviseerimisrõngas vilgub intensiivselt.

- ✓ Vaheta patarei niipea kui võimalik.

Daysy ei hakka mõõtma, vaid koriseb.

- ✓ Eemalda sünkroniseerimisjuhe enne mõõtmist.

Daysy lõpetab mõõtmise korinaga, mitte piiksudega.

Mõõtmise aeg sai otsa ja mõõtmine ei õnnestunud. Toimi järgmiselt ja mõõda uuesti:

- ✓ Pane Daysy andur täielikult oma keele alla. Seadme ots peab olema täielikult suuga ümbritsetud, et korralikult mõõta.
- ✓ Pane suu mõõtmise ajal kinni.
- ✓ Pärast mõõtmise alustamist ära võta Daysy't suust välja enne, kui kuuled piikse.
- ✓ Kui sul on palavik, ei pruugi Daysy mõõtmist arvesse võtta.

Kui vajutan nuppu või kui sisestan patarei, näitab Daysy punast tuld ja aktiviseerimisrõngas vilgub intensiivselt.

Daysy'ga on midagi valesti. Palun kontakteeru klienditeenindusega.

Ma ei soovi Daysy't paari kuu jooksul kasutada. Mida ma peaks tegema?

Kui plaanit Daysy't mõnda aega mitte kasutada, puhasta seade, eemalda patarei ja aseta see kuiva kohta. Sinu info ei kao kuhugi.

Kuidas Daysy minuga suhtleb?

- ✓ *Piiks-piiks*: Daysy on tulemusega rahul, mõõtmine oli edukas.
- ✓ *Grrrrrr* (korisev hää): Daysy ei ole rahul. Mõõtmine läks valesti või esines tõrge testimisel.
- ✓ *Piiks*: Kõigi nuppude ühekordne vajutamine kinnitatakse lühikese piiksuga.

Rohkem infot: www.viljakusmonitor.ee KKK või võta ühendust esindaja või tootja klienditeenindusega.

Tehnilised andmed

Seade on mõeldud kehatemperatuuri mõõtmiseks ja salvestamiseks aitamaks ennustada ovulatsiooni ja lihtsustamaks rasestumist (tegemist ei ole tavapärase rasestumisvastase vahendiga). DaysyView on tarkvara, mis on mõeldud Daysy seadme kaudu viljakusstaatuse näitamiseks, analüüsimiseks, salvestamiseks ja kalkuleerimiseks.

Kasutuse eripära: BBT, ingl k Basal Body Temperature ehk madalaima temperatuuri mõõtmine, mis keha ööpäeva jooksul saavutab (magades). Seda madalaimat temperatuuri saab mõõta vahetult pärast ärkamist, enne igasuguse liigutamise ettevõtmist. Seadet kasutatakse viljakuse staatuse arvestamiseks ja näitamiseks.

Näidustused ja vastunäidustused

Näidustused: Daysy viljakusmonitori saavad kasutada naised, kellel on regulaarne menstruaaltsükkel, mis on 19-34 päeva pikk.

Vastunäidustused:

- ✓ Sinu tervislik seisnud teeks rasestumise ohtlikuks, näiteks vererõhu probleemide või südamehaiguse korral.
- ✓ Sinu rasestumisel võib olla suur oht lapsele (näiteks kui oled narkootikumide või alkoholi sõltlane või võtad ravimeid, mis teadaolevalt põhjustavad kaasasündinud vigasid).
- ✓ Sul on menopausi sümptomid või Sa võtad hormonaalseid ravimeid ja/või hormonaalseid rasestumisvastaseid vahendeid.
- ✓ Sinu tsükkel on ebakorrapärane, seega Sinu viljakuse ennustamine võib olla raske või võimatu.

Hoiatused!

- 👉 Ära loe tänast viljakusstaatust äpist. Kõige täpsem on seda lugeda Daysy'st.
- 👉 Viljakusstaatust kuvatakse peale mõõtmist 18-ks tunniks. Edasine näit on ennustus.
- 👉 Ära mõõda oma temperatuuri, kui kaabel on ühendatud.
- 👉 Ära ühenda Daysy'ga midagi peale oma nutitelefoni või tahvelarvuti.
- 👉 Ära ühenda Daysy't oma nutitelefoni või tahvelarvutiga, kui see on ühendatud millegi muuga.
- 👉 Ära kasuta seadet, kui selle korpus on katki.
- 👉 Ära näri andurit.
- 👉 Ära neela/näri seadet ega tema osi.
- 👉 Ära kasuta, kui Sinu menstruaaltsükkel on ebaregulaarne.
- 👉 Ära ava seadme korpust.
- 👉 Ära modifitseeri seadet.
- 👉 Ära hoia kuumuse käes (näiteks sooja vee aurus).
- 👉 Ära jäta seadet pikaks ajaks otsese päikesevalguse kätte.
- 👉 Mõõda ainult oma suust.
- 👉 Ära lükka andurit liiga sügavale suhu.
- 👉 Daysy ei ole rasestumisvastane vahend. Kui oled suguühtesse astunud, ei saa Daysy mingil juhul rasedust vältida.

Informatsioon elektromagneetiliste seadmete koosmõju kohta

Meditsiiniline elektroonika vajab erilist tähelepanu elektromagneetilise koosmõju osas teiste seadmetega. Traadita Interneti kaudu töötav koduvõrk, seadmed, mobiiltelefonid, juhtmeta telefonid

ja nende alused või raadiosaatjad võivad meditsiinilist elektroonikat mõjutada ning neid peaks hoidma sellisest elektroonikast vähemalt 3,3 m kaugusel.

Käesolev seade on mõeldud kasutajale, kes on:

- ✓ Vähemalt 15 aastat vana
- ✓ Vähemalt 9+ klassilise haridusega
- ✓ Võimeline lugema käesolevat manuaali ning sellest aru saama

Seadme kaal: 42 g

Patarei tüüp: CR2032

Seadme silt, mis on väikeses formaadis prinditud ka seadmele:



Märkide tähendused:



Tootja



Tootmiskuupäev



Loe manuaali



Ettevaatust!



Euroopa Majanduspiirkonna toode



Meditsiinilise elektroonikaseadme märgis



Daysy Smaili: tähendab, et loodame, et Sulle meeldib meie toodet kasutada sama palju kui meile meeldis seda Sulle disainida!



Euroopa Majanduspiirkonna

direktiiv elektrooniliste seadmete ümbertöötlemise kohta. Daysy ning tema patarei peab seaduse kohtaselt olema käideldud tavaprügist eraldi. Kui Sinu Daysy jõuab oma eluaja lõppu, vii see palun elektroonikaseadmete kogumispunkti. Selline käitlemine aitab säästa loodust ning inimeste tervist.



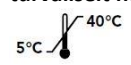
Seadme identifitseerimisnumber antud tootja juures.




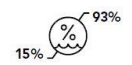
Elektroonikaseadme kaitseaste. Seade on kaitstud > 12,5 mm objektide vastu. Vertikaalselt tilkuv vesi ei kahjusta seadet, kui seadme pind on kaldu kuni 15° oma tavapositsioonist.


Seadme hoiustamine ja töötingimused

 **Temperatuuri limiit: Seadet võib turvaliselt hoiustada -25° C ja 70° C vahel.**

 **Temperatuuri limiit: Seadet võib turvaliselt hoiustada 5° C ja 40° C vahel.**

 **Niiskuse limiit: Seadet võib turvaliselt hoiustada kuni 93% niiskuses.**

 **Niiskuse limiit: Seadet võib turvaliselt hoiustada 15% ja 93% vahelises niiskuses.**

 **Rõhu limiit: Seadet võib turvaliselt hoiustada 700 hPa ja 1060hPa vahel.**

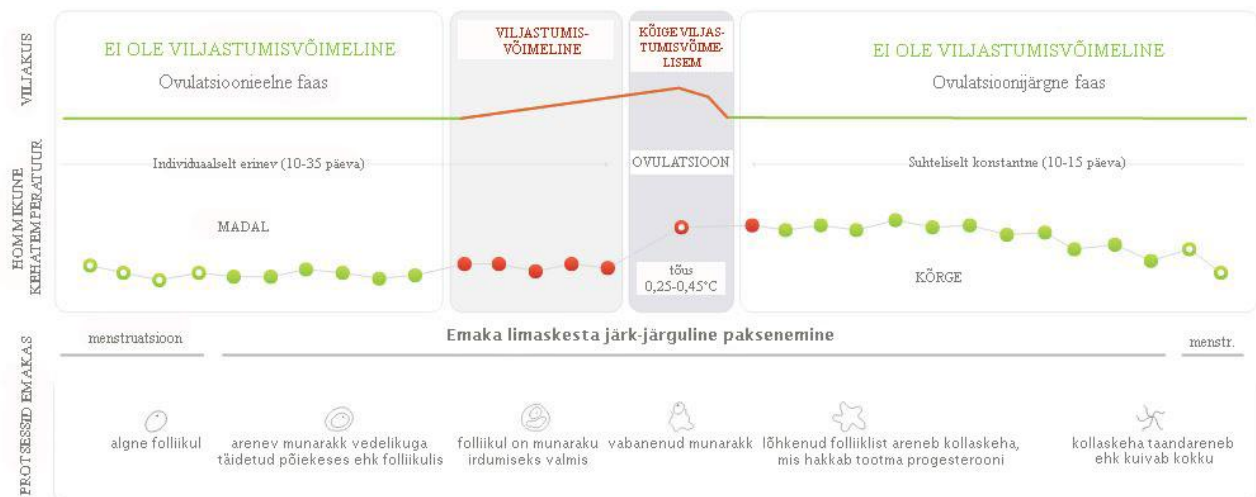
Garantii info

Daisy koosneb kaasaegsetest materjalidest ja kõrgekvaliteedilistest osadest, mis on arendatud ja mida töödeltakse kõrgete kvaliteedistandardite järgi. Iga seadet kontrollitakse ja testitakse.

- ✓ Garanteeime, et Daysy'l ei esine materjali- või tootmisdefekte 2 aastat.
- ✓ See garantii laieneb ainult esmasele ostjale uue monitori puhul. Garantii algab Daysy ostmise päeval otse tootjalt või autoriseeritud edasimüüjalt.
- ✓ Garantii kehtivuse ajal garanteeritakse parandused, vahetused või raha tagasi maksmine toodete puhul, millel ilmnevad defektid, mis loetakse mitte seadme valesti kasutamisest tulnud vigadeks. Garantii ei kehti seadme ebakorrekse kasutamise, puhastamise või hoiustamise tulemusel tekkinud vigade puhul.
- ✓ Garantii ei kehti, kui olete seadme avanud.
- ✓ Garantii kehtib ainult sel juhul, kui kasutaja juhib veale tähelepanu koheselt kirjalikus vormis kahe nädala jooksul alates ajast, mil defekt on avastatud. Seadme kasutamine tuleks lõpetada koheselt, kui on avastatud viga. Kui oled avastanud vea, saada toode tagasi koos kõigi lisadega ning originaalarvega, mille ostmisel said.

Mida tähendavad tulukesed?

Viljakuse indikaatorid	LED			Aktiviseerimis-rõngas	Viljakusstaatus
Punane	Roheline	Kollane	Lilla	Sinine	
põleb	-	-	-	-	Viljastumisvõimeline
vilgub	-	-	-	-	Ovulatsioon
-	põleb	-	-	-	Ei ole viljastumisvõimeline
-	-	põleb	-	-	Tundmaõppimisfaas või tsükli kõikumised
põleb	põleb	põleb	-	-	Rase
vilgub	vilgub	vilgub	-	-	Võimalik rasedus
-	-	-	vilgub	-	Daysy küsib, kas on menstruatsioon
-	-	-	põleb	-	Menstruatsioon on lõppenud
-	-	-	-	vilgub	Patarei tühi



Daysy'l on ka äpp!

DaysyView annab Sulle väärtuslikku infot Sinu menstruaaltsükli kohta. Saad seda infot jagada ka oma partneriga mitmel viisil. Saad DaysyView endale alla laadida App Store'i kaudu või skännides seda QR-koodi:



© Valley Electronics AG, Zurich. Kõik õigused kaitstud, 2014-12-11.

Daysy on Valley Electronics AG registreeritud kaubamärk.

Daysy peakontor:

Valley Electronics AG

Marienstrasse 16

CH-8003 Zurich

Tel: +41 (0) 44 577 6896

www.daysy.me

Daysy ametlik esindaja Eestis:

Helina Savi

Live Travel & Productions OÜ

Mäealuse 2/1, 12618 Tallinn

Tel: + 372 52 31 579

www.viljakusmonitor.ee