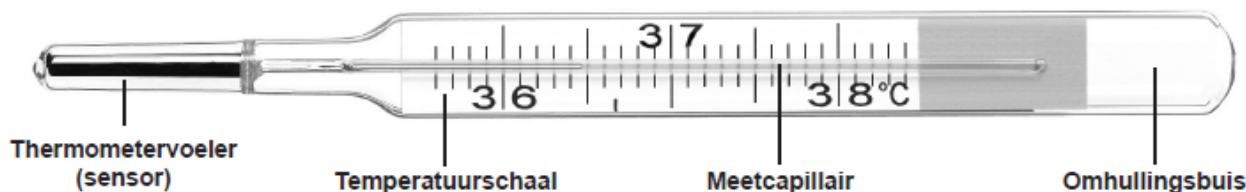


## BESCHRIJVING VAN DE ONDERDELEN



## GEGEVENS

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Minimum meetbereik:            | +35,6 °C tot +38,4 °C                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Resolutie:                     | 0,1 °C                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Meetnauwkeurigheid:            | +/- 0,1 °C                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Bedrijfs- / opslagvoorwaarden: | Temperatuur: -15 °C tot +39 °C                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Gebruiksdoel:                  | <p> Er kunnen alleen temperaturen worden gemeten die boven de omgevingstemperatuur liggen</p> <p>Analoge ovulatie-/ basaalthermometer voor de cycluscontrole.</p> <p>Deze medische glazen vloeistofthermometer is geschikt voor het bepalen van de basaaltemperatuur bij de natuurlijke gezinsplanning in privébereik. Hij meet de kleinste wijzigingen in het temperatuurverloop van de vrouwelijke cyclus om de dagen met de meeste vruchtbaarheid vast te stellen.</p> |
| Eigenschap:                    | Analoog weergevende maximumthermometer met galinstanvulling                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Kwaliteitsgarantie:            | Het vervaardigen en de controle van de thermometer gebeurt conform de eisen van de EU-richtlijn 93/42/EEG inzake medische producten<br>Geratherm® is gecertificeerd conform richtlijn 93/42/EEG en EN ISO 13485 en bevoegd voor het aanbrengen van het keurmerk C€0197 (benoemde positie TÜV Rheinland LGA Products GmbH).                                                                                                                                                                                                                                 |

## 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.



## VOORZORGSMATREGELEN

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

## GEBRUIK

1. Voor de meetprocedure moet worden gecontroleerd of de vloeistofkolom minstens onder de 36 °C ligt.
2. Reinig de glasthermometer voor en na gebruik. Let daarbij op de onderaan vermelde „Aanwijzingen voor reiniging en desinfectie“.
3. Plaats de thermometer op het lichaam overeenkomstig het type meting (oraal, rectaal, axillair en vaginaal).
4. Na minstens 4 minuten heeft de thermometer de lichaamstemperatuur opgenomen. De meetvloeistof in de meetcapillair van de thermometer toont de gemeten lichaamstemperatuur op de temperatuurschaal.  
Het aflezen van de temperatuur wordt door de bijgevoegde loephuls vergemakkelijkt.
5. Na de meting moet de weergavevloeistof 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 cyclusstorings moet u uw arts opzoeken.

**VAGINAAL** - meettijd: min. 4 minuten

Informeer u bij uw gynaecoloog over de meetmethode.



STOP als u ergens weerstand voelt.

**ORAAL** - 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 huidcrème 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.

**AXILLAIRE** - 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 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 kort 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 regelmatige 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 vroedvrouw 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 glasomhulsel 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 doordrenkt is of dompel de thermometer in een desinfectiemiddel (inwerking- resp. indompeltijd overeenkomstig de informatie van de fabrikant van het desinfectiemiddel).

Bij breuk van de thermometer kan de uitgelopen vloeistof door een met zeeploog natgemaakt penseel, celstofstukken of stoflappen worden verwijderd. De resten kunnen met het huisvuil worden verwijderd.

## GARANTIE

Op deze thermometer wordt bij normaal gebruik onbeperkte garantie op werking en meetnauwkeurigheid (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!

## SYMBOOLINDEX

|  |                                                        |  |                                                                                                          |  |             |
|--|--------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------|
|  | 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 |  |             |



Geratherm Medical AG  
Fahrenheitstraße 1  
D-98716 Geschwenda  
Duitsland  
[www.geratherm.com](http://www.geratherm.com)

PUATGB00201  
2013-09

CE0197

