

Instruktioner



Vad betyder ljusen?



Fertil



Infertil



Inläring/
fluktuationer



Gravid

Gå in på vår hemsida www.daysy.nu för att se videoinstruktioner



Ett blinkande violett ljus innebär att Daysy förväntar sig din mens. Håll nere knappen i två sekunder för att bekräfta mens.



Ett fast lysande violett ljus innebär att du bekräftat din mens. Om du inte menade att bekräfta mensens kan du hålla nere knappen i två sekunder igen för att ångra.



Roterande blått ljus innebär att mätning pågår. Håll nere knappen i två sekunder om du vill avbryta mätningen.

Daysy har en app


Daysyview ger dig värdefull information om din menscykel. Du har också möjligheten att dela informationen med din partner på en rad sätt. Du kan ladda ner Daysyview i App store genom att scanna QR-koden bredvid.



©Valley Electronics AG, Zurich. All rights reserved, 2014-08-29.

*Daysy is a registered trademark of Valley Electronics AG.

Grattis till ditt köp av Daysy. Den nyaste p-datorn på marknaden.



Vår erfarenhet under 25 år har hjälpt oss att ta fram denna avancerade och pålitliga p-datorn anpassad för din vardag. Inga piller, inga krångliga produkter, endast en naturlig metod för fertilitetsplanering tillsammans med den senaste tekniken. Genom Daysy tar du kontrollen över ditt liv. Om du har några frågor tveka inte att höra av dig till oss eller läs vår omfattande FAQ på www.daysy.nu. Du hittar även instruktionsvideos på hemsidan.

Vi önskar dig en lyckad start på ditt nya hormonfria liv!

Om daysy

Daysy är din p-dator. Ta basaltemperaturen dagligen under tungan. Markera vilka dagar du har mens. Daysy hjälper dig att analysera din menscykel och visar när du är fertil och när du inte är det. Du kan ladda ner appen daysyview från App store.

Appen kopplar du ihop med daysy och kan ge dig mer information om din cykel.

Daysy levereras med alla nödvändiga delar.

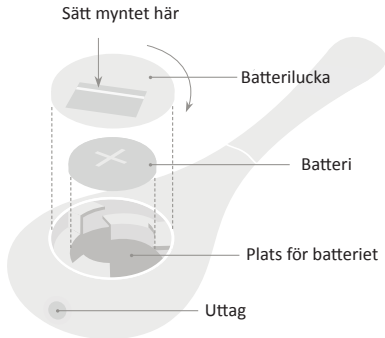
- Knappbatteri (CR2032)
- Sensorskydd
- TRRS kabel

Observera

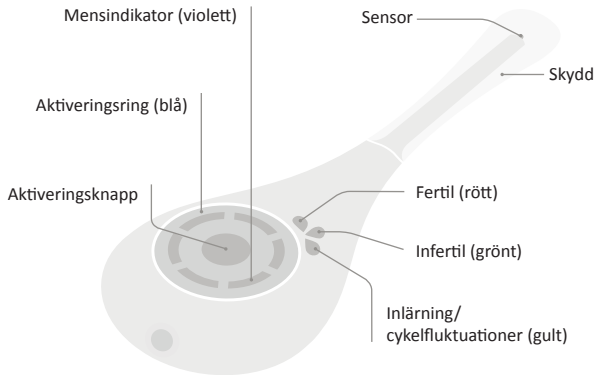
- Vänligen läs hela denna manualen innan du börjar använda daysy. Ytterligare information kan hittas på hemsidan www.daysy.nu
- Du måste sluta ta preventivmedel med hormoner innan du börjar använda daysy.
- Daysy skyddar inte mot sexuellt överförbara sjukdomar.
- Daysy bör användas av kvinnor med en menscykel i intervallet 19-40 dagar.
- Använd inte daysy om du är i klimakteriet eller om du går på hormonella behandlingar.
- Om du har en oregelbunden menscykel kan det hända att daysy ger dig färre gröna dagar.
- När du byter batteri, se till att daysy är avstängd innan du tar bort och byter batteriet.

Det viktigaste först: Starta daysy

1. Sätt i batteriet i batterifacket med symbolen "+" vänt mot dig. Stäng batteriluckan med ett mynt genom att rotera luckan medsols tills det låses på plats.
2. Daysy startar med ett självttest som syns tydligt genom de blinkande lamporna.
3. Daysy har ingen avstängningsknapp. Daysy stängs av automatiskt efter 30 sekunder.
4. Du startar daysy genom att trycka på aktiveringsknappen.



Indikatorerna och deras betydelse*



*Se sid 26 för alla LED-kombinationer

Hur du använder Daysy

1. Starta daysy varje morgon innan du går upp ur sängen genom att trycka på aktiveringsknappen. Aktiveringsringen lyser upp och din fertilitetsprognos från föregående mätning visas.
2. Tryck på knappen en gång till och ljuset på aktiveringsringen börjar rotera medsols.
3. Stoppa sensorn under tungan, så långt bak som möjligt och stäng läpparna runt halsen på daysy.
4. Vänta tills du hör två pip.*
5. Daysy visar nu dagens fertilitetsprognos. För att se din prognos igen senare under dagen, tryck en gång på aktiveringsknappen och din prognos visas.

** Om daysy inte lyckades ta din temperatur hör du ett dovt surr. Om detta händer så försök igen. Mätningen tar vanligtvis cirka 90 sekunder.*

Bekräfta mens

Efter mätningen kan det hända att det violetta ljuset blinkar. Detta innebär att daysy förväntar sig att din mens ska börja snart.

- Om du har mens, tryck ner och håll in knappen tills det violetta ljuset börjar lysa fast och du hör ett pip.
- Om du inte har mens gör du ingenting. Lamporna fortsätter att blinka.
- Ange mens för varje dag den pågår. Mens måste markeras under minst tre påföljande dagar.
- Om du har mens men daysy inte har frågat dig, aktivera mensmarkeringen genom att trycka in och hålla nere knappen tills det violetta ljuset lyser. Detta bekräftar att du matat in mens.

Notera: Den första blödningen efter att du slutat använda hormonella preventivmedel är ingen mens utan en reaktion på hormonbortfallet. Markera inte mens för denna blödning.

Viktigt

- Var noga med att mäta det första du gör på morgonen. Detta betyder att mäta innan du går upp ur sängen. Om du går upp och sedan kommer på att mäta är det bättre att istället undvika mätning den dagen.
- Var noga med att mata in när du har mens.
- Ju mer regelbundet du mäter, desto bättre kan daysy utvärdera din menscykel.
- I början kommer du se många röda och gula dagar. Detta beror på att daysy behöver ta del av cirka tre menscykler innan den kan identifiera din specifika fertila period. Vi vet att detta kan vara frustrerande, men ha tålamod. När väl daysy har lärt sig din menscykel kommer du att se fördelen.

Rengör Daysy

Rengör daysy med en fuktig trasa vid behov. Undvik att använda för mycket vatten eftersom daysy inte är vattentät. Alkohol och tvål kan användas i små mängder vid behov.

Batteriet

Batteriet räcker i cirka två år. Om batteriet håller på att ta slut kommer aktiveringsringen att blinka intensivt. Om du byter batteri inom en dag eller två kommer dina fertilitetsprognoser inte att påverkas. Om du dock låter batteriet tömmas helt kommer daysy behöva lära om var du är i din nuvarande menscykel.

Notera: När du byter batteri var noga med att daysy inte är påslagen när du tar ut det gamla batteriet.

Problem och felsökning

Daysy inlärningsperiod – ger många gula dagar

- Daysy behöver lära känna din cykel. Ju mer kontinuerligt du mäter desto fortare kan daysy lära känna din individuella cykel. De första 2-3 cyklerna kommer daysy vara försiktig och därför ge dig många gula dagar. För att skynda på processen bör du mäta varje morgon. Om du missar att mäta många dagar kommer daysy ge dig fler gula dagar.

- Daysy kommer också ge dig gula dagar när din cykel visar större variationer. Ägglossningens dag och dina mensdagar kan ändras från cykel till cykel och daysy kommer då visa detta genom att ge dig fler gula dagar. Behandla de gula dagarna som röda.

- För mer detaljer, kolla FAQ på www.daysy.nu eller kontakta kundsupport.

Daysy fungerar inte trots att knappen är nedtryckt.
Byt batteri på daysy. CR2032, de finns där det säljs batterier.

Ringen upphör inte att blinka.
Byt batteri så fort som möjligt.

Daysy vill inte mäta, istället surrar den.
Ta bort sladden från Daysy innan du mäter.

Daysy avslutar mätningen med ett surrande istället för sitt vanliga pip-pip.

Din mätning pausades och var inte lyckad. Använd dessa tips och mät igen:

- Placera hela tippen av daysy under tungan. Tippen måste vara omringad av kroppsvävnad för att ett bra mätvärde ska kunna registreras.
- Ha munnen stängd under hela mätningen.
- Efter att du börjat din mätning, ta inte ut daysy förrän den låter pip-pip.
- Om du har feber så kan det hända att Daysy inte accepterar din mätning.

- För fler detaljer, läs FAQ på www.daysy.nu eller kontakta kundsupport.

Efter att jag har tryckt ner knappen eller satt i ett batteri visar daysy röd indikator och blinkar frenetiskt.

Något är fel med din daysy, kontakta kundsupport.

Jag kommer inte kunna använda daysy kommande månader, vad behöver jag göra?

Om du planerar att inte använda daysy under en längre period, rengör p-datorn, ta bort batteriet och ha daysy på ett torrt ställe. Din data kommer inte raderas.

Hur kommunicerar daysy med mig?

- Pip-pip: daysy är nöjd med resultatet, din mätning gick bra
- Brrrrrrp (surrande): Daysy är inte nöjd. Din mätning gick fel eller så är det problem med självtestet.
- Pip: Alla knapptryck blir bekräftade med ett kort pip.

Om du har fler frågor gällande användning, läs vår omfattande FAQ på hemsidan.

Teknisk data

Tekniskt avsedd användning: Daysy är en batteridrivnen p-dator som mäter den dagliga basaltemperaturen. Daysy kan användas av kvinnor för att identifiera den fertila perioden. Aktuell fertilitetsstatus visas via en optisk display.

Betydande prestandaegenskaper: Mätning av basaltemperaturen, uträkning och visning av fertilitetsstatus.

Kan användas av/kan inte användas av

Kan användas av: Daysy p-dator kan användas av kvinnor som har en regelbunden menscykel med en längd mellan 19 till 40 dagar.

Ska ej användas:

- Om du har ett medicinskt tillstånd som gör att det kan bli farligt med en graviditet, till exempel högt blodtryck eller hjärtsjukdom.
- Ifall det finns en risk för barnet om du blir gravid, till exempel om du är beroende av droger eller alkohol eller tar medicin som kan skada barnet.
- Ifall du börjar känna av klimakteriet, tar hormonella mediciner eller hormonella preventivmedel.
- Om du har väldigt oregelbunden menscykel som kan göra det ovanligt svårt för daysy att kartlägga din fertilitet.

Varningar

- Läs inte av dagens fertilitetsprognos på appen, **den gällande och senaste prognosen finns alltid i daysy.**
- Mät inte med kabeln inkopplad.
- Anslut inte till något annat än en smartphone eller surfplatta.
- Anslut inte daysy till en smartphone eller surfplatta under tiden den är ansluten till något annat.
- Använd inte daysy om höljet har gått sönder.
- Tugga inte på sensorn.

- Bit/svälj inte bitar av daysy
- Använd inte om du har en ovanligt oregelbunden menscykel
- Öppna inte höljet
- Modifiera inte daysy p-dator
- Ha inte daysy i för höga temperaturer.
- Ha inte daysy i direkt solljus under en längre period
- Mät bara i din mun.
- Ta inte in sensorn för långt in i munnen.
- Daysy är personlig. Den ska inte delas med andra människor. Om du vill ge Daysy till en vän måste du först radera all din data.
- Daysy kan inte förhindra graviditet. Om du väljer att ha sex utan kompletterande skydd under fertila dagar kan inte Daysy förhindra en graviditet.

Information om elektromagnetisk kompatibilitet

Medicinsk elektrisk utrustning kräver särskilda försiktighetsåtgärder beträffande EMC för installation och användning enligt EMC-informationen i denna bruksanvisning. Trådlös kommunikationsutrustning som Wifi, mobiltelefoner, sladdlösa telefoner och walkie-talkies kan påverka denna produkt och borde därför hållas på 3,3 meters avstånd från produkten.

Notera: Som indikeras i tabell 6 i IEC 60601-1-2:2007 för ME utrustning, en typisk mobiltelefon med maximal försörjning på 2W ger $d=3,3$ m vid immunitetsnivå på 3V/m.

Målgrupp: Användare av denna produkt bör vara över 15 år och förstå detta dokument.

Produktens vikt: 42 g, **Batterityp:** CR2032

Produktens etikett



Etiketten till vänster är en förstoring av den du hittar på Daysys baksida.

Generell information



Tillverkare



Datum för tillverkning



Se bruksanvisningen



Försiktighetsåtgärder



CE märkning



Applicerad del typ BF



Smileyn visar att vi hoppas att du är lika nöjd med användningen av daysy som vi är med att ha tillverkat den för dig.



WEEE: Enligt gällande lag ska din produkt och dess batteri ej slängas i hushållssopor. När produkten har nått sin livslängd ta den till en sopstation. Korrekt återvinning av din produkt hjälper att hushålla med naturresurser och skyddar allmänhetens hälsa.

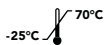
LOT

LOT nummer

IP22

Kapslingsklassning: Skyddad mot >12,5mm objekt. Droppande vatten borde inte ha någon negativ effekt på p-datorn om vattnet kommer då kapslingen lutar upp till 15 ° från sitt normala läge.

Lagrings- och användningsförhållanden



Temperaturbegränsning
Indikerar att daysy kan lagras säkert i -25 C° till 70 C°



Temperaturbegränsning
Indikerar att daysy kan användas säkert i 5 C° till 40 C°



Fuktbe­gränsning
Indikerar att daysy kan lagras säkert i luftfuktighet upp till 93%



Fuktbe­gränsning
Indikerar att daysy kan användas säkert i luftfuktighet från 15% till 93%



Tryckbe­gränsning
Indikerar att daysy kan lagras säkert i tryck från 700 hPa till 1060 hPa



Tryckbe­gränsning
Indikerar att daysy kan användas säkert i tryck från 700 hPa till 1060 hPa

Garanti

Daysy är gjord med moderna material av hög kvalitet. Den är utvecklad med toppmoderna metoder. Varje produkt har blivit noga kontrollerad och testad.

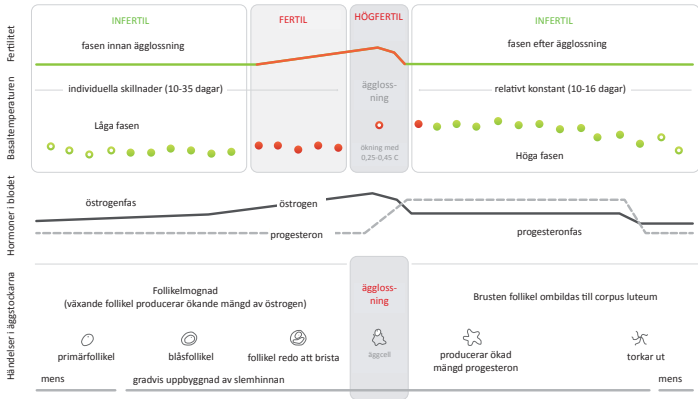
1. Vi garanterar därför att daysy är fri från fabriksfel i två år.
2. Denna garanti gäller endast för den ursprungliga köparen av en ny p-dator och inte till den som köper den i andra hand. Garantin börjar på inköpsdagen av den ursprungliga konsumenten *
3. Under garantitiden garanterar vi reparation, utbyte eller återbetalning av produkten där vi avgör vad som är det bästa alternativet. Vi är inte heller ansvariga för andra anspråk som yttre våld eller uppföljande skador. Vi är inte ansvariga för fordringar till följd av felaktig användning, rengöring, hantering eller lagring.

** Observera att garantin endast gäller enheter som köpts från auktoriserade Valley Electronics återförsäljare.*

4. Garantien upphör vid felaktig användning eller vid öppnande av produkten.
5. Garantianspråk gäller endast om användaren omedelbart anger felet skriftligen inom två veckor efter en defekt upptäckts. Användning måste upphöra efter upptäckten av felet. Returnera varan, alla tillbehör, och en kopia av den ursprungliga fakturan via spårad leverans till den auktoriserade återförsäljare som du köpte din daysy av.

Vad LED-indikeringarna visar

Fertilitetsindikator			M-LED	Aktiveringsring	Innebörd
rött	grönt	gult	violett	blått	
visas	-	-	-	-	Fertil
blinkar	-	-	-	-	Ägglossning
-	visas	-	-	-	Infertil
-	-	visas	-	-	Inlärnning eller förändringar i menscykeln
visas	visas	visas	-	-	Gravid
blinkar	blinkar	blinkar	-	-	Möjlig graviditet
-	-	-	blinkar	-	Daysy frågar efter mens
-	-	-	visas	-	Mens har matats in för dagen
-	-	-	-	blinkar	Svagt batteri



fertilitetsdiagram

**Development, Manufacturing,
Worldwide Distribution**

Valley Electronics AG
Marienstrasse 16
8003 Zürich, Switzerland
Tel: +41 44 577 68 69
Fax: +41 44 577 68 70
www.daysy.me
info@ch.daysy.me

Försäljning Sverige
Daysy Sverige
www.daysy.nu



Kontakta din lokala distributör för hjälp och support