

Am I Ready?™ Palillo Predictor de Ovulación

Cómo funciona el predictor

Hormona luteinizante (LH) desempeña un papel importante en el proceso de ovulación. Está presente en su orina y sus niveles aumenta bruscamente justo antes de la ovulación. Esta oleada de LH desencadena la ovulación, que es la liberación de un óvulo desde el ovario. El Palillo Predictor de Ovulación Am I Ready™ es un sistema de prueba de un paso para la detección de la oleada de LH en la orina para ayudar a predecir el momento de la ovulación. La ovulación es probable que ocurra en las próximas 24 a 48 horas después de la oleada. La concepción es más probable que ocurra durante este periodo.

ANTES DE COMENZAR:

- Lea atentamente las instrucciones y tener un reloj o un cronómetro disponible.
- No abra la bolsa hasta que esté listo para comenzar la prueba.
- Revise la fecha de vencimiento en la caja o bolsa. No use si se ha caducado.

¿Cuándo debe comenzar las pruebas?

1. Determine la duración de su ciclo normal. La duración de su ciclo es de e incluyendo el primer día de la menstruación (sangrado menstrual) hasta el día antes de que comience su próximo período menstrual.
2. Decida la duración media de tus ciclos durante los últimos meses. Use la Tabla de Cuando Comenzar para decidir cuándo comenzar las pruebas.
3. Localice su número de duración de ciclo en la columna izquierda de la Tabla de Cuando Comenzar. En la misma fila en la columna de la derecha, encontrará el número de días que debe contar hacia adelante desde el primer día de su período.
4. Marque el Día Uno en su calendario. Recuerde: el primer día es el primer día de sangrado.
5. Contando el Día Uno como uno, contar hacia adelante el número de días que ha encontrado en el paso 3. Cuando haya terminado de contar, marcar ese día en su calendario.

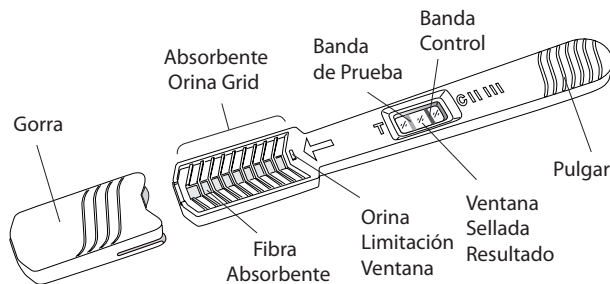
Calendario de Muestra

S	M	T	W	T	F	S
		1	2	3	4	5
6	(7)	8	9	10	11	12
13	14	15	(16)	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Ejemplo: La duración de mi ciclo normal es 27 días. Mi último periodo comenzó el día 7. Desde la Tabla de Cuando Comenzar, contará hacia adelante 10 días desde el 7. Cuando cuento 10 días hacia adelante en el calendario, encuentro que voy a empezar mi prueba el 16 (véase el calendario de la muestra).

Tabla de Cuando comenzar

Duración del ciclo	Comience a probar tantos días desde cuando comienza su período
21	5
22	5
23	6
24	7
25	8
26	9
27	10
28	11
29	12
30	13
31	14
32	15
33	16
34	17
35	18
36	19
37	20
38	21
39	22



Realización de la prueba

Para obtener los mejores resultados, realice la prueba sobre la misma hora cada día, entre las 10:00 y 20:00. No tiene que usar su primera orina de la mañana. Reduzca el consumo de líquidos 2 horas antes de recoger la orina. Asegúrese de anotar la fecha, día del ciclo y la hora que recoge la orina.

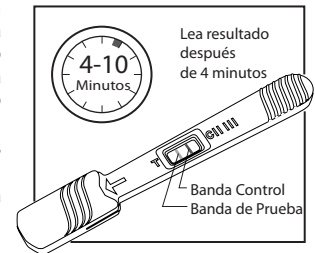
Tabla de Resultados de Pruebas

Prueba	Fecha de la Prueba	Fecha de Ciclo	Hora de Prueba	Resultados de la Prueba
Muestra	May 16th	10	11:30	negativo
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				



Cómo Usar la Prueba

1. Si fue refrigerado, El Palillo Predictor de Ovulación, deberá llegar a la temperatura ambiente antes de usar.
2. Abra la bolsa inmediatamente antes de la prueba. Saque el palillo de la bolsa. Quite la tapa.
3. Mantenga la prueba por el agarre del pulgar con la cuadrícula absorbente apuntando hacia abajo. Orine sólo en la zona de la rejilla (bajo la marca máximo señalado por la flecha) para 5 a 10 segundos hasta que la zona de la rejilla se moja a fondo. No se debe orinar en la ventana. Mantenga la cuadrícula apuntando hacia abajo durante varios segundos para deshacerse de la orina, naturalmente. No agite la orina que queda atrapada en la rejilla. Puede recoger la orina en un contenedor limpio, seco y sumergir sólo la cuadrícula (el área debajo de la marca de limitación de la orina) en la orina durante 5 segundos.
4. Vuelva a colocar la tapa. Coloque el palillo de prueba en una superficie limpia y plana con la ventana hacia arriba mientras están esperando el resultado de la prueba. Si lo desea, puede dejar la rejilla expuesta. Cuando la prueba empiece a funcionar, usted verá un flujo de color rosado claro en movimiento a través de la ventana.
5. El resultado puede leerse entre 4 ó 10 minutos después de que se coloca el palillo en la superficie plana. Para confirmar un resultado negativo, permita que la prueba dure 10 minutos completos.



Lea su resultado

Espera al menos 4 minutos después de colocar el palillo en una superficie plana. Esta es una prueba de comparación de color. Se debe comparar el color, no el espesor, de la banda de prueba contra la banda de control para determinar si tiene un resultado positivo o negativo. Un resultado positivo nunca desaparecerá. Las bandas de colores pueden ser más oscuras y un fondo coloreado puede aparecer después de varias horas. Algunos resultados negativos pueden mostrar más tarde una banda de prueba más oscura y aparecen positivos. Por lo tanto, se debe descartar la tira reactiva después de que los resultados han sido leídos.

	RESULTADO POSITIVO	Si la banda de prueba es del mismo color o más oscuro que la banda de control, se ovula dentro de las próximas 24-48 horas. Este período de tiempo es el mejor momento para la concepción.
	RESULTADO NEGATIVO	Si la banda de prueba es más ligera que la banda de control, o si no hay ninguna banda de prueba en la ventana, no se detecta aumento de LH. Se deben continuar las pruebas diarias.
	RESULTADO INVALIDO	La banda de control funciona como una prueba interna indicándole que está funcionando correctamente. Si no hay ninguna banda de control, la prueba debe ser anulada y debe realizarse una nueva prueba.