

**Test di Ovulazione Eva-Test®™**

**(modello con display)**

**LIBRETTO DI**

**I S T R U Z I O N I**



# IMPORTANTE

Grazie per avere acquistato il test di ovulazione elettronico **Eva-Test®™**.

Dopo che avrete terminato di leggere tutte le pagine di questo libretto di istruzioni, utilizzate sempre questo breve decalogo come principale punto di riferimento per utilizzare efficacemente l' **Eva-Test®™**.

## **DECALOGO dell' Eva-Test®™**

**1) Verificare il funzionamento dell'Eva-Test®™:** Se avete qualche dubbio sul funzionamento dell'Eva-Test®™, cliccate il tasto "on" *senza* depositare la saliva sul sensore. Il risultato deve essere sempre la scritta "METTERE LA SALIVA SUL SENSORE". Se ottenete un risultato diverso allora potrebbe esserci un malfunzionamento dell'Eva-Test®™ o della batteria. Sostituire la batteria oppure contattare il servizio di assistenza.

**2) Calibrare correttamente l'Eva-Test®™:** Se dopo avere letto le istruzioni non riuscite a calibrare l'Eva-Test®™ fate riferimento a quanto segue:

Durante i normali test della saliva Eva-Test®™ poco dopo avere cliccato il tasto "on" fa apparire sul display il risultato del test.

Per ottenere la calibrazione è fondamentale premere nuovamente il tasto "on" (e continuare a tenerlo premuto) PRIMA che appaia il risultato del test. Quindi avete soltanto una frazione di secondo necessaria per cominciare a premere nuovamente il tasto "on" e continuare a tenerlo premuto fino a quando appariranno sul display le istruzioni da seguire, e ancora più precisamente fino a quando non apparirà la frase "LASCIARE IL TASTO ON PER COMPLETARE CALIBRAZIONE". A questo punto, rilasciando il tasto "on" continuerà il processo di calibrazione e poi la frase che confermerà che la calibrazione è stata effettuata con successo.

Se invece si attende l'accensione del display prima di premere il tasto "on" allora Eva-Test®™ penserà di stare effettuando un normale test della saliva, di quelli da effettuare durante il ciclo per verificare l'arrivo dell'ovulazione, e non capirà quindi che gli si sta chiedendo di effettuare invece la calibrazione.

Se avete ancora problemi a calibrare l'Eva-Test®™ dopo avere letto questo decalogo, potete contattare il servizio di assistenza scrivendo per quanti secondi si tiene premuto il tasto "on" e durante tutta la fase di calibrazione quali frasi appaiono sul display.

**3) NON ripetere il test a distanza di breve tempo:** Il risultato corretto è il primo che si ottiene. Anche cambiando saliva non è possibile ripetere il test a causa di diversi fattori, di cui il principale è la polarizzazione a cui viene sottoposto il sensore nel corso del test.

**4) NON utilizzare recipienti di metallo:** E' possibile raccogliere la saliva con il cucchiaino di vetro che c'è in dotazione oppure utilizzando altri recipienti (per esempio cucchiaini di plastica). L'importante è NON utilizzare recipienti di metallo (per esempio cucchiaini da the) in quanto alterano la struttura ionica dalla saliva e quindi possono distorcere i risultati dei test.

**5) Fare UN solo test al giorno:** Solitamente è più che sufficiente effettuare la calibrazione soltanto una volta tra il secondo e il quinto giorno del ciclo, ed effettuare i test quotidiani soltanto una volta al giorno (preferibilmente la mattina appena alzata). Soltanto se nel corso del primo ciclo non si riuscisse ad individuare chiaramente la fase di ovulazione allora può essere opportuno verificare la presenza di una finestra di ovulazione di breve durata effettuando il test più volte al giorno: in questo caso è anche opportuno nel corso dei primi 3 cicli in cui si utilizza Eva-Test®™ ricalibrare all'inizio di ogni ciclo al fine di evitare il rischio di avere effettuato una calibrazione non ottimale.

**6) Se l'ovulazione è individuata non ricalibrare l'Eva-Test®™:** Se la fase di ovulazione viene chiaramente individuata nel corso del ciclo, non c'è alcuna necessità di effettuare una nuova calibrazione all'inizio del ciclo successivo. Considerare sempre che anche in una donna giovane e sana 1-2 cicli all'anno possono essere anovulatori.

**7) Troppo spesso viene segnalata la fase di ovulazione? Allora ricalibrate!** A meno che non siate in presenza della segnalazione di avvenuta fecondazione, se avete acquistato da poco Eva-Test®™ e non riuscite ad utilizzarlo con successo a causa dell'accensione troppo frequente della luce rossa come risultato dei test, allora leggete quanto segue:

Il nostro consiglio è di ri-calibrare l'Eva-Test®™ al secondo giorno del ciclo ed effettuare i test anche il terzo, quarto e quinto giorno. Se in uno di questi giorni accadesse la segnalazione della fase di ovulazione, allora dovete attendere almeno 10 minuti e quindi calibrare l'Eva-Test®™ nuovamente utilizzando nuova saliva. Al termine del quinto giorno la calibrazione dovrebbe essere ottimale.

**8) Utilizzare sempre la stessa quantità di saliva!** Sia i test che la calibrazione devono essere effettuati con all'incirca la stessa quantità di saliva, ovvero a forma di montagnetta senza però traboccare dal sensore.

**9) NON utilizzare il dentifricio prima di usare l'Eva-Test®™:** I dentifrici alterano la struttura della saliva e quindi devono essere assolutamente evitati prima di utilizzare l'Eva-Test®™.

**10) I farmaci possono alterare i risultati:** Le medicine (specialmente quelle che regolano l'andamento del ciclo o che influiscono sui livelli ormonali come l'Eutirox o il Clomid) possono compromettere il livello di affidabilità dell'Eva-Test®™.

**11) Avete dubbi? Contattate il servizio di assistenza!** Il nostro servizio di assistenza è sempre a disposizione per rispondere ai vostri quesiti sull'utilizzo dell'Eva-Test®™. Consultate in internet le domande e risposte più frequenti:

<http://eva-test.it/domande-risposte/>

e se necessario contattateci attraverso il nostro sito:

<https://eva-test.it/contatta.shtml>

## Test di Ovulazione Eva-Test®™

**Eva-Test®™**: Strumento elettronico per la determinazione dell'ovulazione

L' **Eva-Test®™** è straordinariamente preciso, semplice ed efficace per determinare il periodo di ovulazione analizzando la saliva.

Lo strumento **Eva-Test®™** è stato creato da scienziati Russi usando tecnologie all'avanguardia, basandosi sugli studi dello scienziato Premio Nobel [Jaroslav Heyrovsky](#), impiegando gli ultimi successi e scoperte nel campo dell'elettrochimica, della cibernetica e dell'elettronica.

L'esattezza della determinazione dell'ovulazione è del 99.6%.

Nessuna controindicazione per utilizzare l' **Eva-Test®™** perchè non è una tecnica invasiva. Qualsiasi donna può usarlo.

**Eva-Test®™** non ha bisogno di strisce per effettuare i tests!

L' **Eva-Test®™** è tascabile, facile da portare sempre con voi grazie alla sua elegante forma di contenitore porta-cipria, professionale ma al tempo stesso facile da essere usato.

Strumento per uso personale. Prima di cominciare ad utilizzarlo quotidianamente ha bisogno di essere calibrato personalmente con la vostra saliva (vedere le istruzioni).

Lo strumento **Eva-Test®™** è brevettato in Russia, con 3 diversi brevetti: N°2128943 del 20/04/1998, N°2193861 del 10/12/2002, N°2193862 del 10/12/2002. Ha passato due volte tutti i test clinici del Ministero Russo Della Sanità ottenendo apprezzamenti, e ha la certificazione del registro del Ministero Russo Della Sanità N°29/15071101/3023-01 del 27/12/2001. Lo strumento è certificato dal Comitato Russo Della Normalizzazione, Della Metrologia e Della Certificazione, ed ha un certificato di idoneità N°ROSS RU.IMO2.VO9375 del 22/01/2002.

Il dispositivo **Eva-Test®™** è stato insignito della medaglia d'oro e dei diplomi al Salone Mondiale dell'Invenzione, della Ricerca e dell'Innovazione Industriale "Brussels - Eureka 1998" in Belgio, della medaglia d'oro a "Brussels - Eureka 2000", della medaglia d'oro a "Brussels - Eureka 2001" e della medaglia d'oro al Salone Internazionale Delle Invenzioni "Concorso Lepin" (Parigi, 1999).

## Come Funziona Eva-Test®™

Il computer dell' **Eva-Test®™** individua chiaramente l'inizio del periodo di ovulazione già dai primi segnali, confrontando il livello degli estrogeni presenti nella saliva con quello registrato nella fase di calibrazione.

Gli estrogeni sono ormoni a struttura steroidea prodotti dall'ovaio, dal surrene e, per conversione di altri precursori steroidei, anche dai tessuti periferici. Gli estrogeni sono responsabili della maturazione, dall'infanzia alla vita fertile, degli organi genitali femminili (ovaio, utero, vagina, tube) e dello sviluppo dei caratteri sessuali secondari (mammelle e configurazione corporea in generale); inoltre, con le loro variazioni legate al ciclo mestruale, garantiscono la fertilità nella donna. Infatti una delle loro caratteristiche peculiari è quella di stimolare la produzione del muco cervicale, il quale diventa più trasparente/filante proprio nel momento di più alta concentrazione degli estrogeni. La modifica nella struttura del muco cervicale è un sintomo determinato dall'arrivo dell'ovulazione. Anche la saliva, così come il muco cervicale, subisce delle modifiche nella sua struttura durante la fase che precede l'ovulazione (e anche durante l'ovulazione stessa); **Eva-Test®™** può rilevare queste modifiche appunto analizzando la saliva.

L'alta tecnologia usata nella creazione dell'**Eva-Test®™** dà la possibilità di distinguere il livello di concentrazione dei cationi delle cellule alcaline nella saliva.

L'uscita dell'ovulo dall'ovaia, denominata ovulazione, è accompagnata dalla rottura della parete del follicolo, dopo la quale l'ovulo entra nella cavità addominale ed avanza nel tubo uterino, in cui deve avvenire la fecondazione dell'ovulo da parte dello spermatozoo. Il tempo entro cui deve avvenire la fecondazione è di 8-24 ore dall'ovulazione.

Nello stesso tempo lo spermatozoo nell'ambiente alcalino vaginale rimane fino a 4-5 giorni. Per il successo della fecondazione dell'ovulo da parte dello spermatozoo è richiesto fino a 24 ore. La cellula fecondata dell'ovulo si muove lungo i tubi uterini verso l'utero per un tempo fino a 100 ore.

Tutti questi cambiamenti morfologici nell'ovaia, e la crescita dei follicoli nelle varie fasi che precedono l'ovulazione ed anche durante l'ovulazione stessa, stimolano gli ormoni luteinizzanti (LH), i quali sono uno degli ormoni gonadotropici prodotto dalla parte anteriore dell'ipofisi. In questo caso gli ormoni secreti sono: estrogeni e progesterone. Contribuiscono all'impianto (introduzione) dell'ovulo fecondato e aiutano a proteggere la gravidanza.

Gli estrogeni sono secreti dal follicolo maturo e il progesterone dal "corpo giallo", che si forma al posto del follicolo rotto.

L'aumento nella saturazione estrogena fa diminuire notevolmente l'isolamento dall'organismo degli ioni delle cellule alcaline, così sollevando la loro concentrazione sia nel sangue che nell'elettrolito della saliva della donna.

Nel ciclo mestruale della donna la concentrazione dei cationi cambia e vi è l'apparizione della

cosiddetta "finestra di ovulazione": se il concepimento accadrà nella prima metà di questo periodo di tempo allora nasceranno con maggiore probabilità femmine; ma se il concepimento si presenterà nella seconda metà, allora ci sono più probabilità di generare un maschio.

Nello strumento **Eva-Test®™** è fornita una funzione utilizzabile per la determinazione del sesso di un futuro bambino. Quando viene eseguito un test, se il risultato del test è "OVULAZIONE IN FASE INIZIALE" allora l'ovulazione si trova nel periodo iniziale e la generazione di una femmina è più probabile. Se invece il risultato è "OVULAZIONE IN FASE FINALE" allora l'ovulazione si trova nella fase finale della "finestra di ovulazione" e quindi il concepimento di un maschio è più probabile.

## Determinazione del momento di Ovulazione con Eva-Test®™

**Eva-Test®™** predice l'arrivo dell'ovulazione con il risultato "OVULAZIONE IN FASE INIZIALE" e segnala l'ovulazione con il risultato "OVULAZIONE IN FASE FINALE". Prima di continuare la lettura di questa pagina, per comprendere tutte le informazioni che vi vengono date, vi invitiamo a leggere le istruzioni.

I grafici illustrati qua sotto fanno riferimento a un ciclo di 28 giorni, con una finestra di ovulazione normale (di circa 24 ore), ma possono essere facilmente adattati anche a cicli più lunghi o più corti. La durata della segnalazione dell'ovulazione è direttamente proporzionale alla durata della finestra di ovulazione; di conseguenza, nelle donne che hanno una finestra di ovulazione più breve (indipendentemente dalla durata e dalla regolarità del ciclo) la segnalazione dell'arrivo del periodo di ovulazione sarà più breve.

a) In una donna sana, 1-2 cicli mestruali all'anno possono essere anovulatori (cioè l'ovulazione è assente). Nel tempo restante in una donna in buona salute (specialmente se di età da 16 a 25 anni) le illustrazioni del ciclo di ovulazione in media appaiono come segue (fig. 2).

(figura 2)

Giorni del ciclo mestruale



dove: □ - giorni delle mestruazioni; ■ - giorni di ovulazione; ■ - giorni senza ovulazione.

È evidente dal grafico che lo strumento nota dalla saliva l'inizio dell'ovulazione al tredicesimo giorno (si illumina il diodo luminescente rosso). Tuttavia, l'inizio reale dell'ovulazione avrà luogo soltanto dopo 1 - 2 giorni, cioè il quattordicesimo o quindicesimo giorno di un normale ciclo mestruale di 28 giorni. Il sedicesimo e diciassettesimo giorno corrispondono sia alla veloce diminuzione della fertilità, che avviene il giorno dopo l'ovulazione, sia al passaggio nel periodo della sterilità assoluta (che nel nostro caso va dal diciottesimo giorno del corrente ciclo mestruale, al primo giorno del nuovo ciclo mestruale).

Tuttavia, il periodo di pre-ovulazione, che è quello del lento sviluppo del follicolo, è composto dalla durata massima di vita degli spermatozoi e dalla durata massima di vita dell'ovulo, ovvero da 5-7 giorni più 1-2 giorni rispettivamente.

Quindi, con qualsiasi durata del ciclo mestruale il numero di giorni pericolosi, quando è possibile il concepimento, non supera 6-9 giorni.

Come si può vedere sul grafico, nella prima fase del ciclo mestruale ci sono soltanto 1-2 giorni sicuri per evitare una gravidanza, ma, contrariamente al periodo di assoluta sterilità che c'è nella seconda fase del ciclo e che è stabile nel tempo, una quantità di tali giorni nella prima fase dipende dalla durata del ciclo mestruale. Con i cicli lunghi (31-45 giorni) il loro numero può raggiungere 5-7 giorni, ma può essere completamente assente con i cicli di breve durata (19-24 giorni).

I giorni di pre-ovulazione sono denominati i giorni della sterilità relativa e se la donna desidera assolutamente escludere la probabilità della concezione durante questo periodo, dovrebbe approntare le misure precauzionali necessarie non soltanto nei giorni dell'ovulazione, quando il diodo luminescente rosso si accende, ma anche nei 5-7 giorni precedenti.

In questo periodo c'è una minima probabilità di una inattesa prematura ovulazione. Come è stato notato in precedenza, la probabilità dell'inizio di una gravidanza in caso di rapporto sessuale 6 giorni prima dell'inizio dell'ovulazione è molto piccola ed è espressa dall'indice di Pearl ed è uguale a 0.2. Questo indice è chiamato così dal nome del scienziato biologo americano che ha proposto un determinato indice statistico nel 1939 per l'espressione numerica della fertilità e la valutazione dell'efficacia in caso di contraccezione naturale. Ciò significa che mediamente su 500 donne che hanno un rapporto sessuale 6 giorni prima dell'inizio dell'ovulazione durante un anno, può restare incinta soltanto una donna.

Dovrebbe essere notato che l'applicazione di contraccettivi ormonali, con i fenomeni negativi di side-line caratteristici per loro, è collegata con la più alta probabilità di gravidanza, che può raggiungere 1.0 secondo l'indice di Pearl, ovvero 1 donna su 100 può restare incinta durante 1 anno.

Se la donna studia nel corso di 1-2 mesi il suo ciclo mestruale con l'aiuto dello strumento **Eva-Test®™**, allora potrà prevedere in avvenire i suoi "giorni pericolosi" e "sicuri", basandosi sulle letture dello strumento.

Più vicino è il giorno di un rapporto sessuale al giorno di ovulazione, che ha luogo al quindicesimo

giorno nel caso in questione, più grande la probabilità che la donna possa rimanere incinta.

La probabilità da restare incinta dopo il quindicesimo giorno nel nostro caso è praticamente molto piccola e dopo il diciassettesimo giorno è quasi impossibile.

**b)** Per le donne con più di 25 anni e per le donne che hanno un ciclo mestruale irregolare l'andamento del grafico del periodo di ovulazione compare come segue (fig. 3).

(figura 3) Giorni del ciclo mestruale

01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
						■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

Il momento di ovulazione, in generale, è piuttosto "diluito" nel senso che è possibile l'accensione della luce rossa anche in momenti che precedono e seguono il momento esatto dell'ovulazione; tuttavia, la cosa importante è che l'ovulazione stessa è espressa chiaramente e il diodo luminescente rosso si accende correttamente nel momento di picco dell'ovulazione, indipendentemente dal momento (durante la giornata di ovulazione) in cui viene eseguito il test. In questo caso il giorno di ovulazione è il quindicesimo giorno. Nel caso invece che si sia in presenza di una finestra di ovulazione di durata inferiore alla media (per esempio di soltanto 2-4 ore) allora può accadere che l'ovulazione sia rilevata dall' **Eva-Test**®™ soltanto effettuando il test più volte al giorno.

Qui, così come nel caso precedente, è maggiormente pericoloso (ovviamente per chi non vuole restare incinta) il periodo di pre-ovulazione dal sesto giorno del ciclo mestruale al quattordicesimo giorno. Le prime accensioni del diodo luminescente rosso si riferiscono al periodo in cui la probabilità della concezione è di circa il 15%, mentre la probabilità più grande (circa il 33%) è durante il giorno di ovulazione, che è il quindicesimo giorno in questo caso. Come nel caso precedente la più piccola probabilità di concepimento è di circa il 2-3% e avrà luogo durante il settimo ed ottavo giorno.

Ricordiamo che la probabilità di restare incinta dopo il quindicesimo giorno nel nostro caso è in pratica molto piccola e dopo il diciassettesimo giorno è quasi impossibile.

**c)** Il caso in cui l'ovulazione è assente dall'intero ciclo mestruale (ciclo anovulatorio) esclude completamente la possibilità della concezione del bambino. In questo caso utilizzando correttamente lo strumento soltanto il diodo luminescente verde si illumina (fig. 4). Soltanto in momenti occasionali dovuti a fattori casuali ci possono essere singole accensioni del diodo luminescente rosso.

(figura 4) Giorni del ciclo mestruale

01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
						■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

Se questa immagine è ripetuta per parecchi mesi consecutivi (3-4), anche eseguendo il test più volte al giorno per essere certe che non si sia in presenza di una finestra di ovulazione di durata inferiore alla media (per esempio di soltanto 2-4 ore), è necessario consultare un medico anche se le mestruazioni sono state regolari, poiché questo andamento può essere il segnale dell'inizio di diverse malattie, non sempre legate al profilo ginecologico, oppure essere il segnale di sterilità, o segnalare la predisposizione alla comparsa di nuove malattie collegate a un cattivo funzionamento ormonale.

**d)** Se con i test quotidiani si osservano alternanze tra il rosso e il verde con un andamento ondeggiante, è possibile sospettare un disturbo nella funzione delle ovaie e quindi è bene consultare un medico (fig. 5).

(figura 5) Giorni del ciclo mestruale

01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
					■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

Ciò permetterà di diagnosticare in tempo un certo numero di malattie, e di effettuare la correzione della funzione ormonale e impedire lo sviluppo di problemi più seri.

**e)** Se l'apparenza è simile al grafico qui sopra, ma i giorni di ovulazione possono ugualmente essere chiaramente determinati (fig.6) allora questo significa che le malattie relative al funzionamento delle ovaie si trovano presumibilmente nella fase iniziale e una correzione è possibile organizzando un'alimentazione corretta e/o garantendo un clima psicologico normale. In generale, questo testimonia dei disturbi nel processo di maturazione del follicolo e probabilmente problemi nel processo di ovulazione.

(figura 6) Giorni del ciclo mestruale

01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
					■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

È noto che tutte le malattie femminili, in generale, conducono alla scomparsa dell'ovulazione nel ciclo mestruale.

Eseguendo quotidianamente i test con lo strumento **Eva-Test®™**, se si riscontrano delle deviazioni dal normale andamento del ciclo mestruale (che è quello di figura 2 e [figura 3](#)), e questo andamento anomalo si presenta con le stesse caratteristiche ancora per i successivi 1-2 mesi, allora è necessario rivolgersi al proprio medico, che provvederà ad effettuare le analisi ed i controlli che riterrà più opportuno. Lo strumento **Eva-Test®™** vi permetterà di controllare il processo di ritorno all'attività normale delle ovaie dopo l'interruzione dell'uso di questi mezzi. Non appena la funzione delle ovaie sarà ristabilita, il grafico del ciclo mestruale si dovrà modificare e corrispondere ai grafici di figura 2 e [figura 3](#), ovvero dovrà essere chiaramente espresso il periodo di ovulazione.

Le deviazioni dai grafici normali possono esserci anche nel caso dell'arrivo della menopausa quando le mestruazioni diventano irregolari ed i cicli possono essere ridotti o prolungati. Con i cicli prolungati si allunga la prima fase del ciclo, ovvero quella di maturazione del follicolo. Riguardo a questo caso, l' **Eva-Test®™** non segnalerà l'arrivo dell'ovulazione (con l'accensione della luce rossa) verso il quindicesimo giorno del ciclo, ma considerevolmente più tardi, con la possibilità dell'accensione saltuaria della luce rossa.

In ogni donna all'età circa di 45-50 anni inizia il cosiddetto periodo della menopausa, ovvero quando i processi ciclici nelle ovaie finiscono. I cambiamenti nelle ovaie diventano irreversibili e l'ovulazione sparisce. I cicli diventano anovulatori come nella figura 4 e le mestruazioni in poco tempo scompaiono per sempre. Nel periodo in cui accade l'estinzione della funzione mestruale, l'organismo della donna è principalmente sotto l'azione degli estrogeni. Ma se nel grafico del ciclo avviene ogni tanto l'accensione del diodo luminescente rosso (fig. 9), allora questo segnala l'emergere di disturbi nella condizione ormonale della menopausa e quindi il rischio dell'insorgere di malattie.

(figura 9) Giorni del mese

01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	
■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	...

L'accensione costante del diodo luminescente rosso per parecchi giorni consecutivi (5-10 giorni), mentre di solito ci dovrebbe essere l'accensione del verde, nei primi tre mesi di gravidanza (fig. 8) può testimoniare il rischio di un aborto e quindi conviene rivolgersi il prima possibile al proprio medico al fine di intraprendere tutte le misure necessarie per evitare l'interruzione della gravidanza.

(figura 8) Giorni di gravidanza

...	63	64	65	66	67	67	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89
...	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

In diversi casi l' **Eva-Test®™** ha permesso di rivelare la gravidanza sin dall'inizio, subito dopo l'ovulazione in cui è avvenuta la fecondazione dell'ovulo. Nelle ricerche degli scienziati-ginecologi russi è risultato che se è avvenuta la fecondazione dell'ovulo allora il contenuto dei cationi alcalini nella saliva rimane elevato dopo l'ovulazione per 1-1,5 settimane. Allora il grafico del ciclo mestruale compare come segue (figura 7). Purtroppo, gli autori hanno potuto osservare durante il periodo di ricerca un numero di casi in fase iniziale della gravidanza non sufficientemente numerosi per poter arrivare a conclusioni certe.

(figura 7) Giorni del ciclo mestruale

03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	01	02
				■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

**INTERAZIONI:** su tutti i tipi di grafici, in caso di particolari abitudini alimentari come il frequente uso di grande quantità di agrumi, kiwi, bevande alcoliche, salse piccanti, fumare intensamente, uso consistente di medicinali, potrebbe comparire ogni tanto un diodo luminescente rosso nel corso del test, mentre senza queste abitudini

alimentari il reale risultato del test sarebbe stato verde. Tuttavia, dopo la riduzione dei fattori descritti qua sopra, il test darà un risultato corretto.

## Contraccezione Naturale usando Eva-Test®™

Per utilizzare **Eva-Test®™** come metodo di contraccezione dovete prima consultare anche la pagina che parla del test di ovulazione e le istruzioni.

**Eva-Test®™** può essere usato come metodo contraccettivo soltanto se nel corso del ciclo l'ovulazione è stata chiaramente segnalata (figura 2 o [figura 3](#)), e dopo avere studiato il vostro grafico per almeno 2-3 cicli.

a) Dopo avere osservato per (almeno) 2 cicli l'andamento del ciclo mestruale, e se il vostro ciclo è regolare, è possibile avere un'idea approssimativa di quando ci sarà il giorno di ovulazione rispetto al primo giorno delle mestruazioni (per esempio sul grafico di figura 2 questo sarà il quindicesimo giorno). Bisogna quindi contare 7 giorni prima di quello previsto per l'ovulazione - nel nostro caso sarà l'ottavo giorno del ciclo mestruale. Allora, se avete rapporti sessuali durante il settimo giorno, la probabilità da rimanere incinta sarà molto piccola, poiché la possibilità per gli spermatozoi di sopravvivere fino al giorno di ovulazione è molto bassa. Ma se siete nel periodo dall'ottavo al dodicesimo giorno, quando il diodo luminescente verde si accenderà, vi suggeriamo di usare più precauzioni perchè la probabilità (anche se piccola) di restare incinta in questo periodo relativamente sterile sarà lo stesso possibile.

b) Dopo avere aspettato 1-2 giorni dopo il giorno di ovulazione, cioè nel nostro caso dal diciottesimo giorno, cominciano i giorni di sterilità assoluta, fino al giorno dell'inizio di nuove mestruazioni. Durante questo periodo è praticamente impossibile restare incinta.

E' importante considerare che anche con un ciclo regolare è sempre possibile una prematura maturazione del follicolo, e quindi un'ovulazione anticipata. Naturalmente in caso di ciclo irregolare i rischi di rimanere incinta in caso di rapporti sessuali prima del giorno di ovulazione sono ancora maggiori.

Tuttavia, persino seguendo tutte le indicazioni è ugualmente impossibile dare una garanzia del 100% che vi sia una contraccezione completa.

## Scelta del Sesso del vostro Futuro Bambino prima del concepimento con una probabilità dell'80-85% usando Eva-Test®™

La pianificazione del sesso del futuro bambino è basata sul giorno di ovulazione, scegliendo il giorno del rapporto sessuale allo scopo di raggiungere la concezione del bambino di un sesso specifico.

Gli scienziati americani Landrum B. Shettles e David M. Rorvik dell'università di Harvard hanno dedicato quasi mezzo secolo allo sviluppo di una procedura per la selezione del sesso del futuro bambino. I loro studi considerano appunto come fondamentale la scelta del giorno in cui avere un rapporto sessuale rispetto al giorno di ovulazione.

Hanno stabilito che gli spermatozoi che trasportano i geni femminili (ovvero con il cromosoma X) sono più vitali e vivono più a lungo di quelli portatori dei geni dell'uomo (ovvero con il cromosoma Y); quelli con i geni dell'uomo sono più veloci degli elementi portanti i geni femminili, ma la durata della loro vita, di solito, non eccede le ventiquattro ore.

Usando i dati osservati qua sopra, i ricercatori hanno determinato che in una eiaculazione media sono contenuti più spermatozoi con il gene Y rispetto a quelli con il gene X. Questo vantaggio comincia a diminuire, a giudicare dagli studi di Shettles, dai primissimi minuti dopo che lo sperma durante il rapporto raggiunge gli organi sessuali della donna, in cui vi è una significativa acidità dei liquidi vaginali, e quindi gli spermatozoi-X sopravvivono più a lungo di quelli Y. Ma in proporzione, all'approssimarsi del giorno dell'ovulazione, questi liquidi diventano più alcalini, aumentando la probabilità per gli spermatozoi-Y di essere quelli che fertilizzeranno l'ovulo.

In base a quanto scritto qua sopra risulta evidente che questo momento (ovvero la scelta del tempo in cui avere il rapporto sessuale rispetto al momento in cui avviene l'ovulazione) è quello cruciale nella procedura della selezione del sesso del bambino. Se la concezione accade 2-3 giorni prima dell'ovulazione, quando il liquido vaginale è più acido, allora le circostanze sono più favorevoli agli spermatozoi X perchè una minore quantità di essi perisce nell'attesa dell'ovulo. In questo momento non è la velocità la cosa più importante, ma la resistenza. Ma se la concezione avviene più vicino all'ovulazione, allora ci sono più probabilità per la generazione di un maschio. Ma oltre a questo ci sono un certo numero di altri fattori, che in un modo o nell'altro influenzano il sesso del bambino futuro. Uno di loro è l'inizio dell'orgasmo nella donna durante il rapporto sessuale, in particolare se comincia prima di quello dell'uomo. In questo momento il liquido vaginale si fa più alcalino, e ciò rende la concezione del maschio più probabile. Inoltre, acquista speciale importanza l'astinenza prima del rapporto sessuale, se si vuole ottenere la generazione di un maschio, poiché durante questo periodo della durata di 4-7 giorni aumenta la concentrazione degli spermatozoi Y e, di conseguenza, aumenta la probabilità della concezione del maschio. La temperatura elevata interessa sfavorevolmente gli spermatozoi Y, i quali generano un maschio; quindi la biancheria intima dell'uomo deve essere larga e non attillata. Inoltre dovrebbe essere escluso durante il periodo di preparazione per la concezione (ovviamente nel

caso si desiderasse un maschio) un lavoro in posti caldi; inoltre Shettles suggerisce per la concezione del maschio di utilizzare come posizione di accoppiamento quella da dietro, perchè in questo caso lo sperma arriva più vicino al collo dell'utero.

Per la concezione di una femmina Shettles suggerisce ai mariti di commettere il rapporto sessuale molto prima (cioè 2-4 giorni) del giorno dell'ovulazione. In questo caso gli spermatozoi che aspetteranno l'ovulo nelle tube di falloppio saranno in maggiore quantità quelli X in quanto più resistenti, i quali generano appunto femmine. Per un aumento della probabilità di concepire una femmina Shettles suggerisce inoltre di iniziare ad avere rapporti sessuali subito dopo l'inizio del ciclo mestruale e preferibilmente ogni giorno fino ai giorni critici, ovvero 2-4 giorni prima dell'ovulazione presupposta allo scopo di ridurre la quantità di spermatozoi nello sperma. La posizione raccomandata per questo tipo di concepimento è quella più comune (cosiddetta "del missionario"), cioè con le facce di fronte, e l'uomo sopra. In questa posizione lo sperma esce più lontano dal collo dell'utero e non raggiunge immediatamente la relativa bocca, e per gli spermatozoi è necessario quindi muoversi per più tempo all'interno, in un liquido che è abbastanza acido e quindi più favorevole agli spermatozoi X, che generano appunto le femmine. Inoltre la donna dovrebbe evitare di raggiungere l'orgasmo.

Come possiamo vedere dal materiale fin qui esaminato, la concezione del bambino ed inoltre la previsione del relativo sesso con una probabilità dell' 80-85% dipendono specialmente dalla determinazione del momento di ovulazione nel ciclo mestruale della donna. Nella maggior parte dei casi questo momento si presenta asintomaticamente. Soltanto approssimativamente nel 10-15% dei casi le donne riescono a sentire la rottura del follicolo sotto forma di un dolore di breve durata nel basso ventre, che può comunque non essere notato dalla donna.

Questo è il motivo della enorme importanza dello strumento **Eva-Test®™** che può determinare accuratamente in che momento viene condotto il test - prima dell'inizio dell'ovulazione, quando l'ovulo ancora non ha lasciato il follicolo o dopo l'ovulazione, quando l'ovulo è maturato ed è stato liberato dal follicolo.

Quindi al momento del test è necessario prestare attenzione al risultato del test nel caso in cui indica l'arrivo o la presenza dell'ovulazione. Se il risultato del test è "OVULAZIONE IN FASE INIZIALE" allora l'ovulazione ancora non è avvenuta, ma sta per arrivare tra poco tempo: questa è la condizione favorevole per la generazione di una femmina. Ma se il risultato del test è "OVULAZIONE IN FASE FINALE" allora l'ovulo è già uscito dal follicolo e questo influirà favorevolmente la probabilità di generare un maschio.

In altri casi, per esempio se non vi interessa scegliere il sesso ma soltanto di avere una gravidanza, non è importante quale dei due risultati si ottiene ma soltanto se vi sia la presenza della fase di ovulazione; in altre parole, avrete bisogno soltanto di sapere se c'è oppure no l'ovulazione.

## Domande e Risposte più frequenti sull'utilizzo dell'Eva-Test®™

L'elenco completo e aggiornato può essere trovato in questo sito: <http://www.eva-test.it>

### **D. Eva-Test®™ è un sistema contraccettivo?**

R. Eva-Test®™ è un test di ovulazione. Conoscendo quando avviene l'ovulazione, è possibile utilizzarlo come aiuto per ottenere una [contraccezione naturale](#).

### **D. Eva-Test®™ è un test di gravidanza?**

R. Eva-Test®™ è un test di ovulazione. Non è un'alternativa ai [test di gravidanza](#).

### **D. Bisogna avere un ciclo regolare per usare l' Eva-Test®™?**

R. Qualsiasi donna può utilizzare l' Eva-Test®™. Sia quelle che hanno un ciclo corto (19-24 giorni), sia quelle che hanno un ciclo medio (25-30 giorni), sia quelle che hanno un ciclo lungo (31-45 giorni), sia quelle che hanno un ciclo irregolare. Questo perchè i risultati del test non sono influenzati nè dalla lunghezza del ciclo, nè dalla sua regolarità, nè dai risultati dei test precedenti, ma soltanto dalla calibrazione dell' Eva-Test®™ stesso.

### **D. Ho un ovaio policistico. Posso usare Eva-Test®™?**

R. Sì, se non prendi farmaci.

### **D. Eva-Test®™ utilizza in qualche modo la temperatura basale per determinare l'ovulazione?**

R. No.

### **D. Cosa sono gli estrogeni? Perchè Eva-Test®™ li analizza per determinare l'ovulazione?**

R. Gli estrogeni sono ormoni a struttura steroidea prodotti dall'ovaio, dal surrene e, per conversione di altri precursori steroidei, anche dai tessuti periferici. Gli estrogeni sono responsabili della maturazione, dall'infanzia alla vita fertile, degli organi genitali femminili (ovaio, utero, vagina, tube) e dello sviluppo dei caratteri sessuali secondari (mammelle e configurazione corporea in generale); inoltre, con le loro variazioni legate al ciclo mestruale, garantiscono la fertilità nella donna.

Durante la crescita del follicolo, nelle sue cellule aumenta la quantità di estrogeni. Più è grande il follicolo, maggiore è la quantità degli estrogeni. Dopo che il livello di estrogeni raggiunge il suo picco avviene appunto

l'ovulazione.

Il computer dell'Eva-Test®™ individua chiaramente l'inizio del periodo di ovulazione già dai primi segnali, confrontando il livello degli estrogeni presenti nella saliva con quello registrato nella fase di calibrazione.

**D. Uso attualmente il metodo della temperatura basale (BBT) per determinare l'ovulazione. Eva-Test®™ è più preciso?**

R. Anche nel caso che la misurazione della temperatura basale sia fatta correttamente (essendo molti i fattori che possono influenzare le rilevazioni eseguite quotidianamente con questo metodo), Eva-Test®™ ha senz'altro una precisione maggiore. Inoltre, il metodo BBT non può essere utilizzato con efficacia se una donna vuole rimanere incinta, in quanto la temperatura basale si alza soltanto dopo che è avvenuta l'ovulazione (a volte anche con un ritardo di diversi giorni) e quindi quando la fertilità della donna è in rapida diminuzione. Eva-Test®™ invece, controllando il livello degli estrogeni ha la possibilità di prevedere quando ci sarà l'ovulazione, e anche di dirvi quando siete in piena fase di ovulazione dandovi quindi la possibilità di incrementare la probabilità di rimanere incinta.

**D. Quali sono le differenze tra gli stick che analizzano la concentrazione degli ormoni luteinizzanti (LH) e l'Eva-Test®™?**

R. Eva-Test®™ analizza gli estrogeni.

La concentrazione degli ormoni luteinizzanti (LH) decresce rapidamente dopo il livello di picco. Anche se possono misurare il livello degli ormoni luteinizzanti e trovarne il picco, gli stick che controllano gli ormoni luteinizzanti non sono infallibili, in quanto non possono garantire che voi effettivamente abbiate un'ovulazione dopo una risposta positiva. Questo perché il livello degli LH può alzarsi con o senza il rilascio di un ovulo. Nel caso in cui effettivamente avvenga l'ovulazione, questa può accadere anche a distanza di un paio di giorni dal momento in cui gli stick abbiano segnalato il picco dell'LH. Si possono inoltre verificare "falsi" picchi di LH anche prima che vi sia quello reale che anticipa l'ovulazione; questi "falsi" picchi possono essere provocati da diversi disturbi ovulatori (per esempio la prematura luteinizzazione del follicolo, oppure l'eccessiva densità della parete ovarica).

Riguardo invece agli estrogeni, una delle loro caratteristiche peculiari è quella di stimolare la produzione del muco cervicale, il quale diventa più trasparente/filante proprio nel momento di più alta concentrazione degli estrogeni. Come molte di voi già sanno, la modifica nella struttura del muco cervicale è un sintomo determinato dall'arrivo dell'ovulazione. Anche la saliva, così come il muco cervicale, subisce delle modifiche nella sua struttura durante la fase che precede l'ovulazione (e anche durante l'ovulazione stessa); Eva-Test®™ può rilevare queste modifiche appunto analizzando la saliva.

Eva-Test®™ ha scelto di analizzare gli estrogeni per determinare l'ovulazione anche perché un'altra caratteristica degli estrogeni è che contribuiscono in maniera determinante al fenomeno di rottura ovulatoria del follicolo.

**D. A tutte Eva-Test®™ predice l'ovulazione 2 giorni prima?**

R. Mediamente sì. Come però specificato più in dettaglio nella pagina che parla del [test di ovulazione](#), ci possono essere casi di donne con finestra di ovulazione di breve durata. La durata della segnalazione dell'ovulazione è direttamente proporzionale alla durata della finestra di ovulazione; di conseguenza, nelle donne che hanno una finestra di ovulazione più breve (indipendentemente dalla durata e dalla regolarità del ciclo) la segnalazione dell'arrivo del periodo di ovulazione sarà più breve. Quindi, nel caso che si sia in presenza di una finestra di ovulazione di durata inferiore alla media (per esempio di soltanto 2-4 ore) allora può accadere che l'ovulazione sia rilevata dall'Eva-Test®™ soltanto effettuando il test più volte al giorno.

**D. Eva-Test®™ fornisce risultati corretti fin dal primo mese?**

R. Se volete rimanere incinta ed eseguite correttamente la procedura di calibrazione, Eva-Test®™ vi può aiutare con successo all'individuazione della fase di ovulazione fin dal primo ciclo. Se invece lo volete utilizzare per contraccezione, allora avete bisogno prima di studiare il grafico del vostro ciclo con quelli presenti sul nostro sito; maggiori informazioni le potete trovare nella pagina dedicata all'utilizzo di Eva-Test®™ come metodo [contraccettivo](#).

**D. Vorrei evitare di continuare a prendere la pillola come metodo contraccettivo e utilizzarne uno naturale. Come passo dalla pillola a Eva-Test®™?**

R. Nel caso voglia smettere di utilizzare la pillola, ti consigliamo di monitorare con Eva-Test®™ i primi 3 cicli dal momento appunto in cui decidi di sospendere la pillola, ricalibrando all'inizio di ogni ciclo (tra il secondo e il quinto giorno) l'Eva-Test®™ al fine di verificare che venga correttamente segnalata l'ovulazione, e comunque per studiare l'andamento del grafico del tuo ciclo mestruale. Il motivo per cui ti consigliamo di ripetere la calibrazione all'inizio di ogni ciclo è di evitare che l'eventuale presenza di residui livelli ormonali possano interferire sui risultati dell'Eva-Test®™. Ti ricordiamo comunque che, nonostante Eva-Test ha una precisione del 99.6% nel rilevare l'ovulazione, nessun metodo contraccettivo naturale fornisce una garanzia assoluta di contraccezione.

**D. Posso pulire il sensore con l'alcool o qualche altra sostanza diversa dall'acqua ossigenata?**

R. No. Solo l'acqua ossigenata può essere utilizzata per pulire il sensore, altrimenti ci sono altissime probabilità di danneggiarlo.

**D. Devo calibrare l' Eva-Test®™ tutte le volte che ho le mestruazioni?**

R. No. Basta farlo una volta. È consigliabile calibrare nuovamente lo strumento soltanto se nel corso del ciclo si è avuto un grande stress o qualche malattia con la febbre.

**D. Oggi mi sono dimenticata di fare l'analisi dell' Eva-Test®™! È un problema?**

R. No, in quanto l' Eva-Test®™ può essere usato in qualsiasi momento della giornata, o se volete anche saltuariamente, a seconda dell'uso che se ne vuole fare. Questo perché il risultato dell'analisi non è influenzato dai risultati dei test precedenti, ma soltanto dalla calibrazione dello strumento. Se per esempio una donna vuole utilizzarlo specialmente come metodo per rimanere incinta, ed è consapevole di avere un ciclo mestruale lungo, allora potrebbe non essere interessata ad effettuare il test nei giorni immediatamente successivi alla fine delle mestruazioni in quanto probabilmente non vi è ovulazione. Ma se invece una donna lo usa come metodo contraccettivo, allora è altamente consigliabile un controllo giornaliero per limitare al massimo il rischio di una gravidanza indesiderata. Comunque, noi consigliamo vivamente di utilizzare l' Eva-Test®™ tutti i giorni, proprio perché si tratta di un prodotto che ha molteplici funzioni, tra cui anche quella di controllare lo stato di salute della donna e prevenire l'insorgere di alcune malattie.

**D. Faccio i test tutti i giorni, ma la fase di ovulazione viene segnalata soltanto in un giorno del ciclo (intorno al sedicesimo giorno). Cosa vuole dire? Che non ho ovulazione?**

R. L'ovulazione c'è stata. Infatti la finestra di ovulazione è di durata variabile a seconda delle persone. Qualche donna ha una finestra di ovulazione di solo 2 ore, mentre alcune addirittura di 4 giorni.

**D. Ho comprato Eva-Test®™, ma in questo periodo sto anche controllando la temperatura basale. La temperatura basale mi si alza soltanto un giorno dopo che Eva-Test®™ ha smesso di segnalarmi l'ovulazione. Perché?**

R. La temperatura basale si alza soltanto dopo che è avvenuta l'ovulazione, a volte anche con un ritardo di diversi giorni. Quindi è normale che Eva-Test®™ segnali l'ovulazione mentre invece la temperatura basale è ancora a livelli bassi.

**D. I primi giorni del ciclo l'Eva-Test®™ ha segnato la luce verde (frase "Ovulazione non rilevata" in modello con display). Oggi e ieri invece si è accesa quella rossa lampeggiante (frase "Abbassamento Funzioni Fisiologiche Organismo" in modello con display). Che significa? Che ho avuto l'ovulazione?**

R. No, perché l'ovulazione viene segnalata da un tipo altro risultato. Qualche volta un sensore non pulito bene, o una quantità non sufficiente di saliva o un numero eccessivo di bolle può indurre in errore l'Eva-Test, il quale in una prima fase giudica idonea la quantità di saliva (accendendo la luce verde per un secondo nel modello senza display), ma poi invece non riesce a rilevare una concentrazione di potassio sufficiente ad effettuare il test o la calibrazione e dà quindi come risultato il lampeggiamento della luce rossa (frase "Abbassamento Funzioni Fisiologiche Organismo" in modello con display). Ti consigliamo quindi prima di tutto di provare a pulire a fondo il sensore e ripetere i test con una maggiore quantità di saliva. Se trovi la procedura più comoda, puoi mettere prima la saliva in un piccolo recipiente (per esempio un bicchiere di plastica) e poi versarne una consistente quantità sul sensore (ovvero la maggiore quantità che può essere depositata sul sensore senza che trabocchi, praticamente in forma di montagnetta). Se ci sono delle bolle nella saliva ti consigliamo di aspettare qualche secondo prima di iniziare il test in modo che le bolle esplodano da sole, o (ancora meglio) di "romperle" con l'aiuto del cucchiaino che viene fornito insieme con l'Eva-Test®™. Se l'abbassamento delle funzioni fisiologiche viene rilevato anche ripetendo il test con una maggiore quantità di saliva, allora l'Eva-Test®™ sta segnalando che il tuo corpo è indebolito a causa di una diminuzione della quantità di potassio, che potrebbe essere dovuta a causa di un affaticamento fisico o stress. Raccomandiamo quindi di assumere una quantità maggiore di questa sostanza, per esempio mangiando banane, albicocche secche oppure patate. Fai inoltre un po' di attività fisica ma senza esagerare. Inoltre potrebbe giovare alla tua salute fare passeggiate all'aria aperta. Se continuassi per diversi giorni a ricevere lo stesso risultato, puoi verificare te stessa se il problema è dovuto all'Eva-Test®™ nel caso abbia una persona di tua fiducia (partner, marito, etc...) che possa provare a mettere la saliva sul sensore ed effettuare il test. Va bene anche la saliva di un uomo in quanto in quel caso Eva-Test®™ analizza semplicemente la concentrazione di potassio nella saliva, senza ovviamente predire l'arrivo dell'ovulazione. La segnalazione di abbassamento delle funzioni fisiologiche dell'organismo, oltre che per causa della quantità non sufficiente di saliva da analizzare, può essere essenzialmente dovuta a stress/affaticamento o a mancanza di potassio; quindi, ipotizzando che la persona di tua fiducia abbia un livello di salute normale, se il test viene fatto da un uomo il risultato dovrebbe essere la mancata rilevazione della fase di ovulazione; se invece viene fatto da una donna il risultato può essere sia la luce verde che quella rossa, ma non lampeggianti (ovvero tutti i risultati tranne la frase "Abbassamento Funzioni Fisiologiche Organismo" in modello con display). Se anche la persona di tua fiducia ottenesse invece il tuo stesso risultato

anomalo, allora ti preghiamo di provare a pulire il sensore più a fondo e (qualora continuasse a ripetersi il risultato anomalo) di contattarci.

**D. È il primo mese che uso Eva-Test®™. Mi è stata segnalata spesso la fase di ovulazione. Cosa significa?**

R. Probabilmente c'è bisogno di una calibrazione più precisa dell'Eva-Test®™. Ti consigliamo di effettuare la calibrazione nuovamente il prossimo ciclo nel seguente modo:

La mattina del secondo giorno del ciclo calibra nuovamente l'Eva-Test. Poi, fino al quinto giorno del ciclo, ripeti diverse volte al giorno (con almeno 2 ore di distanza dai pasti) dei test per verificare se si accende sempre soltanto la luce verde. Se invece si accende nuovamente quella rossa, allora calibra nuovamente l'Eva-Test (e ripeti ogni volta la calibrazione se fino al quinto giorno si ripettesse ancora l'accensione del rosso). Arrivata al quinto giorno, la calibrazione dell'Eva-Test®™ dovrebbe essere ottimale.

**D. Ho ricevuto l' Eva-Test®™ pochi giorni fa. Spesso quando lo uso ottengo come risultato "ABBASSAMENTO FUNZIONI FISILOGICHE ORGANISMO". Cosa significa? Sbaglio qualcosa?**

R. Qualche volta una quantità non sufficiente di saliva o un numero eccessivo di bolle può indurre in errore l' Eva-Test®™.

Ti preghiamo quindi prima di tutto di provare a ripetere il test con una maggiore quantità di saliva. Se trovi la procedura più comoda, puoi mettere prima la saliva in un piccolo recipiente (per esempio un bicchiere di plastica) e poi versarne una consistente quantità sul sensore (praticamente la quantità maggiore che può essere depositata senza che trabocchi).

**D. Davvero offrite 3 anni di garanzia e assistenza online?**

R. Sì! Avete diritto a 3 anni di garanzia proprio perché si tratta di un prodotto clinicamente testato altamente affidabile. Quindi siamo lieti di confermarvi che davvero l' Eva-Test®™ è coperto da una garanzia della durata di 3 anni. Inoltre per aiutarvi a utilizzare nel miglior modo possibile l' Eva-Test®™ vi mettiamo a disposizione un servizio di assistenza online da poter utilizzare dopo avere acquistato il prodotto. Potete rivolgerci le vostre domande contattandoci attraverso il nostro sito.

**D. Dopo che avrò acquistato l'Eva-Test®™ dovrò ancora comprare altri prodotti da voi per farlo funzionare?**

R. No! Eva-Test®™ non necessita di materiali di consumo, a parte l'utilizzo di alcune gocce di acqua ossigenata per la pulizia del sensore. E ovviamente anche la sostituzione della batteria può essere fatta da un qualsiasi orologiaio ogni 2-3 anni.

**D. E' il primo mese che uso Eva-Test®™, e non è mai stata rilevata la fase di ovulazione. Forse l'Eva-Test®™ non funziona correttamente?**

R. Tutti gli Eva-Test®™ sono scrupolosamente controllati prima di essere messi in vendita, quindi un eventuale malfunzionamento al momento della consegna è raro. C'è un metodo pratico per verificare che l'Eva-Test®™ funzioni correttamente. Consiste nel mescolare un grammo di sale in 165 grammi di acqua distillata. In questo modo si crea un elettrolito simile a quello che dovrebbe essere presente nella saliva al momento dell'ovulazione. Mettendo sul sensore alcune gocce di questa soluzione e premendo il bottone come al solito per effettuare il test dovrebbe accendersi come risultato del test la rilevazione della fase di ovulazione. Se questa cosa non si verificasse, ci contatti subito per procedere ad una riparazione in garanzia. Se invece l'Eva-Test®™ sta funzionando correttamente, e nel caso che davvero vi sia stata ovulazione, un'altra possibilità della luce sempre verde potrebbe essere una finestra di ovulazione di una durata molto breve, ovvero di 2-4 ore. Per verificare se questo è il tuo caso, ti raccomandiamo (quando si avvicina il periodo in cui stimi dover avvenire l'ovulazione) di effettuare l'analisi della saliva con l'Eva-Test®™ non una volta al giorno ma più frequentemente (almeno 3). Ti ricordiamo che comunque il test deve essere sempre fatto con almeno 2 ore di distanza dai pasti.

**D. Come si cambia la batteria?**

R. Per cambiare la batteria dovete portare l' Eva-Test®™ da un qualsiasi orologiaio. La batteria si estrae sollevando il pianale principale dell' Eva-Test®™, ovvero quello contenente il sensore e il display.

Maggiori informazioni per utilizzare correttamente l'Eva-Test®™ si trovano in questo sito: <http://www.eva-test.it>



## ISTRUZIONI PER L'USO DELL' "EVA-TEST" (modello con display)

### Questo imballaggio con lo strumento "Eva-Test" include:

- Lo strumento "EVA-TEST"
- Un cucchiaino di vetro per raccogliere la saliva
- Una (1) batteria inclusa del tipo CR 2450
- Libretto di garanzia & manuale d'istruzione

### Introduzione

Il dispositivo "Eva-Test" è utilizzabile per determinare il momento dell'ovulazione in un ciclo mestruale analizzando la struttura cationica della saliva della donna.

Può anche essere utilizzato per identificare velocemente lo stato fisiologico in cui si trova un organismo, sia in caso di uomini che di donne, ugualmente analizzando la struttura cationica della saliva.

Il dispositivo è utilizzabile per uso personale e professionale per:

- Rilevare la formazione dell'ovulo nel ciclo mestruale ed il momento di ovulazione.
- Pianificare una gravidanza.
- Rilevare specifiche malattie nella donna.
- Rilevare il declino dello stato fisiologico.
- Prevedere il sesso del bambino futuro.

Il dispositivo "Eva-Test" è stato premiato con:

- Certificato e Medaglia d'oro alla manifestazione Salone Mondiale dell'Invenzione, della Ricerca e dell'Innovazione Industriale in Bruxelles "Eureka 1998" (Belgio).
- Medaglia d'oro alla manifestazione "Lepin Competition 1999" a Parigi (Francia).
- Medaglia d'oro alla manifestazione "Eureka 2000" in Bruxelles (Belgio).
- Medaglia d'oro alla manifestazione "Eureka 2001" in Bruxelles (Belgio).

### Note - Raccomandazioni

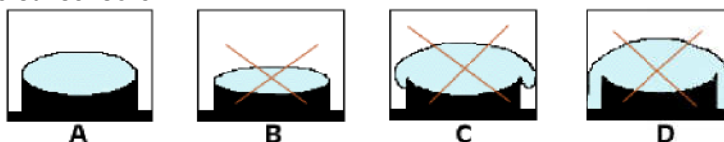
1. Solo l'acqua ossigenata può essere utilizzata per pulire il sensore, altrimenti ci sono altissime probabilità di danneggiarlo.
2. I risultati dell' "Eva-Test" possono essere influenzati da eventuali avanzzi di cibo presenti tra i denti, dal fumo e dal consumo di alcolici prima del test. È consigliabile evitare di mangiare, fumare e bere bevande alcoliche almeno 2 ore prima del test.
3. Eventuali infiammazioni del cavo orale e/o della bocca, come pure l'uso di rossetti, possono distorcere i risultati del test.
4. Per motivi di igiene personale, è vivamente consigliato di utilizzare individualmente il dispositivo.
5. Si dovrebbe evitare che il dispositivo venga contaminato entrando in contatto con polvere, umidità ed alte temperature.
6. Se le suddette raccomandazioni non sono seguite, il produttore declina la responsabilità di alcuni difetti nel funzionamento del dispositivo, e di eventuale distorsione dei risultati del test.
7. Assicurarsi sempre che la superficie del sensore sia pulita bene prima di eseguire il test.
8. Il periodo migliore per effettuare il test è al mattino presto prima di pulire i denti, 5-10 minuti dopo avere risciacquato la bocca con acqua; fare il test in una posizione diritta in quanto la posizione del corpo influenza la secrezione di aldosteronum, la cui concentrazione potrebbe leggermente variare nei cationi della saliva. Se presente, prima di effettuare il test tutto il rimanente rossetto deve essere rimosso.

## A. CALIBRAZIONE DELL'EVA-TEST

**La procedura di calibrazione deve essere effettuata dall'utente 2-5 giorni dopo l'inizio del ciclo mestruale (ovvero dopo l'inizio delle mestruazioni). E' importantissimo calibrare lo strumento prima di utilizzarlo per la prima volta perché solo così potrà riuscire a determinare la fase di ovulazione.**

Per realizzare la calibrazione la prima volta o comunque ogni volta che si ritiene necessario seguire la seguente procedura nel periodo che va dal secondo al quinto giorno dopo l'inizio del vostro ciclo mestruale, avendo in mente le note - raccomandazioni del produttore per ottenere risultati più esatti.

- a. Aprire il coperchio del dispositivo.
- b. Assicurarsi che non vi siano corpi estranei presenti sulla superficie di rilevamento dell'apparecchio. Se necessario, pulire il sensore con un panno morbido (per esempio un cotton-fioc) inumidito con qualche goccia di una soluzione con perossido di idrogeno al 3%, ovvero con acqua ossigenata.
- c. Disporre la saliva sulla superficie del sensore con il cucchiaino in dotazione, riempiendo completamente l'incavatura presente sul sensore.



- d. Aspettare che la saliva si depositi (preferibilmente, non ci dovrebbero essere bolle nella struttura della saliva). Se trovate la procedura più comoda, potete mettere prima la saliva in un piccolo recipiente **non** di metallo (per esempio un bicchiere di plastica) e poi versarne una consistente quantità sul sensore (ovvero la maggiore quantità che può essere depositata sul sensore senza che trabocchi, praticamente in forma di montagnetta). Se ci sono delle bolle nella saliva vi consigliamo di aspettare qualche secondo prima di iniziare il test in modo che le bolle esplodano da sole, o (ancora meglio) di "romperle" con l'aiuto del cucchiaino che viene fornito insieme con l'Eva-Test®™.

- e. Fare un rapido click sul tasto "On" e poi ripremerlo immediatamente e continuare a tenerlo premuto.

- f. Sul sensore apparirà la seguente frase:

PROCEDURA DI CALIBRAZIONE  
EVA-TEST

- g. Continuare a tenere premuto il tasto "On" fino a quando non appare la seguente frase:

LASCIARE IL TASTO ON PER  
COMPLETARE CALIBRAZIONE

- h. Appena appare la richiesta di rilasciare il tasto "On" sollevare il dito e attendere che l'Eva-Test completi in modo autonomo la fase di calibrazione. Sullo schermo inizierà a scomparire la frase scritta al punto (g) e al termine della fase di calibrazione apparirà la seguente scritta di conferma di avvenuta calibrazione:

CALIBRAZIONE EVA-TEST  
EFFETTUATA CON SUCCESSO

- i. A questo punto il display si spegne ed Eva-Test è pronto ad iniziare ad effettuare i test.

**Importante: Se all'inizio della procedura di calibrazione apparisse la frase "METTERE LA SALIVA SUL SENSORE" allora per continuare la calibrazione deve essere applicata sulla superficie del sensore una maggiore quantità di saliva. Lasciare il tasto "on", mettere altra saliva (in quantità maggiore) e ripetere la procedura.**

**Importante:** Se all'inizio della procedura di calibrazione apparisse la frase "ABBASSAMENTO FUNZIONI FISILOGICHE ORGANISMO", allora il vostro organismo potrebbe non essere in buone condizioni e quindi la calibrazione dello strumento non è possibile. Provare a mettere sul sensore una maggiore quantità di saliva (senza bolle) e ripetere la procedura di calibrazione. Se continuate a ricevere la stessa risposta allora attendere il giorno successivo prima di provare nuovamente ad effettuare la calibrazione.

j. Dopo avere finito la calibrazione, pulire il sensore e rimuovere la saliva dalla superficie del dispositivo (preferibilmente con un panno morbido, quale per esempio un cotton-fioc, inumidito con qualche goccia di una soluzione con perossido di idrogeno al 3%, ovvero con acqua ossigenata).

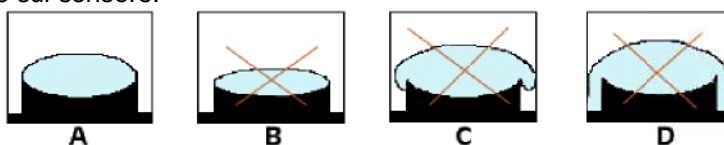
k. Chiudere il coperchio del dispositivo e conservarlo in un posto asciutto, seguendo le raccomandazioni del produttore.

## **B. COME ESEGUIRE I TEST**

Per effettuare un normale test con il test di ovulazione "**Eva-Test**" seguire i punti seguenti, tenendo a mente le note e raccomandazioni date dal produttore al fine di ottenere risultati il più possibile esatti:

### **a. Essere certi che il dispositivo inizialmente sia stato calibrato con la vostra saliva.**

- b. Assicurarsi che non vi siano corpi estranei presenti sulla superficie di rilevamento dell'apparecchio. Se necessario, pulire il sensore con un panno morbido (per esempio un cotton-fioc) inumidito con qualche goccia di una soluzione con perossido di idrogeno al 3%, ovvero con acqua ossigenata.
- c. Disporre la saliva sulla superficie del sensore con il cucchiaino in dotazione, riempiendo completamente l'incavatura presente sul sensore.



- d. Aspettare che la saliva si depositi (preferibilmente, non ci dovrebbero essere bolle nella struttura della saliva). Se trovate la procedura più comoda, potete mettere prima la saliva in un piccolo recipiente **non** di metallo (per esempio un bicchiere di plastica) e poi versarne una consistente quantità sul sensore (ovvero la maggiore quantità che può essere depositata sul sensore senza che trabocchi, praticamente in forma di montagnetta). Se ci sono delle bolle nella saliva vi consigliamo di aspettare qualche secondo prima di iniziare il test in modo che le bolle esplodano da sole, o (ancora meglio) di "romperle" con l'aiuto del cucchiaino che viene fornito insieme con l'Eva-Test®™.

e. Premere velocemente il tasto "On".

f. Dopo pochi secondi apparirà il risultato del test che sarà uno tra quelli riportati qui sotto:

**Importante:** Se all'inizio del test apparisse la frase "METTERE LA SALIVA SUL SENSORE" allora per continuare ad effettuare il test deve essere applicata sulla superficie del sensore una maggiore quantità di saliva. Mettere altra saliva (in quantità maggiore) e ripetere il test.

**Importante:** Se all'inizio del test apparisse la frase "ABBASSAMENTO FUNZIONI FISILOGICHE ORGANISMO", allora il vostro organismo potrebbe non essere in buone condizioni e quindi non è possibile effettuare il test. Provare a mettere sul sensore una maggiore quantità di saliva (senza bolle) e ripetere il test. Se continuate a ricevere la stessa risposta allora attendere il giorno successivo prima di effettuare un nuovo test.

**RISULTATO N.1: "METTERE LA SALIVA SUL SENSORE"**

Sul sensore apparirà la seguente frase:

METTERE LA SALIVA SUL  
SENSORE

Mentre il display è acceso, cliccando sul tasto "On" appaiono sequenzialmente i seguenti consigli:

METTERE LA SALIVA  
IN FORMA DI  
MONTAGNETTA

RIMUOVERE LE  
BOLLE D'ARIA DALLA  
SALIVA

EFFETTUARE IL TEST  
O CALIBRARE

Seguendo le indicazioni sopra elencate sarà possibile eseguire un nuovo test.

**Importante:** Questo risultato può anche avvenire quando il sensore non è pulito correttamente prima del test. Di conseguenza, assicurarsi sempre che la superficie del sensore sia ben pulita.

**RISULTATO N.2: "ABBASSAMENTO FUNZIONI FISILOGICHE ORGANISMO"**

Sul sensore apparirà la seguente frase:

ABBASSAMENTO FUNZIONI  
FISILOGICHE ORGANISMO

Mentre il display è acceso, cliccando sul tasto "On" appaiono sequenzialmente i seguenti consigli:

SE STESSO RISULTATO:  
BASSO VALORE DI  
POTASSIO

MODIFICARE LA DIETA  
PER AUMENTARE IL  
POTASSIO

ESTROGENI CON  
VALORI FORSE  
ANOMALI

Come riportato dalle consigli su esposti, ci possono essere varie cause che portano ad avere questo risultato. Una delle più comuni è dovuta ad una quantità insufficiente di saliva (o con troppe bolle) depositata sul sensore per essere analizzata. Il primo consiglio è quindi quello di provare a mettere sul sensore una maggiore quantità di saliva (senza bolle) e ripetere il test. Se continuate a ricevere la stessa risposta allora attendere il giorno successivo prima di effettuare un nuovo test.

Se per diversi giorni consecutivi si ottenesse la stessa risposta allora la principale causa di questo risultato è dovuto ad una carenza di potassio. Un'altro possibile motivo è correlato al sospetto che vi possano essere dei valori anomali di acuni estrogeni.

### **RISULTATO N.3: "OVULAZIONE NON RILEVATA"**

Sul sensore apparirà la seguente frase:

**OVULAZIONE NON RILEVATA**

Mentre il display è acceso, cliccando sul tasto "On" appaiono sequenzialmente i seguenti consigli:

SE PIU' CICLI SOLO  
QUESTO RISULTATO...


...POSSIBILE FINESTRA  
OVULAZIONE BREVE  
DURATA:

...PROVARE A  
EFFETTUARE I TEST PIU'  
SPESSO.

SE 2 CICLI ANOVULATORI  
CALIBRARE  
NUOVAMENTE.

CONSULTARE MEDICO SE  
3 CICLI ANOVULATORI

Gli ultimi 2 consigli fanno riferimento alla condizione in cui i cicli anovulatori siano consecutivi.

Questo risultato è quello che si ottiene più comunemente effettuando i test (corrisponde alla luce **verde**  nei grafici illustrati precedentemente).

Per maggiori informazioni su come comportarsi qualora sia ottenga sempre e soltanto l'accensione della luce verde come risultato dei test vi invitiamo a leggere attentamente il decalogo dell'Eva-Test e anche i paragrafi introduttivi che precedono le istruzioni.

### **RISULTATO N.4: "OVULAZIONE IN FASE INIZIALE"**

Sul sensore apparirà la seguente frase:

**OVULAZIONE IN FASE INIZIALE**

Mentre il display è acceso, cliccando sul tasto "On" appaiono sequenzialmente i seguenti consigli:


MAGGIORE  
PROBABILITA'DI  
CONCEPIRE FEMMINA...

CONSIGLI SU POSIZIONI E  
DIETA SU EVA-TEST.IT

SE SEGNALA TANTI  
GIORNI CONSECUTIVI  
OVULAZIONE...

... POSSIBILITA' DI  
AVVENUTA  
FECONDAZIONE.

SE SPESSO NEL CICLO,  
DISTURBI OVARICI.

Questo risultato è quello che si ottiene effettuando i test in prossimità della fase di ovulazione (corrisponde alla luce **rossa**  nei grafici illustrati precedentemente).

Per maggiori informazioni su come comportarsi qualora sia ottenga troppo spesso l'accensione della luce rossa come risultato dei test vi invitiamo a leggere attentamente il decalogo dell'Eva-Test e anche i paragrafi introduttivi che precedono le istruzioni.

#### **RISULTATO N.5: "OVULAZIONE IN FASE INIZIALE"**

Sul sensore apparirà la seguente frase:

OVULAZIONE IN FASE FINALE

Mentre il display è acceso, cliccando sul tasto "On" appaiono sequenzialmente i seguenti consigli:


MAGGIORE PROBABILITA'  
DI CONCEPIRE MASCHIO...

CONSIGLI SU POSIZIONI E  
DIETA SU EVA-TEST.IT

SE SEGNALA TANTI  
GIORNI CONSECUTIVI  
OVULAZIONE...

... POSSIBILITA' DI  
AVVENUTA  
FECONDAZIONE.

SE SPESSO NEL CICLO,  
DISTURBI OVARICI.

Questo risultato è quello che si ottiene effettuando i test nel corso della fase di ovulazione (corrisponde alla luce **rossa**  nei grafici illustrati precedentemente).

Per maggiori informazioni su come comportarsi qualora sia ottenga troppo spesso l'accensione della luce rossa come risultato dei test vi invitiamo a leggere attentamente il decalogo dell'Eva-Test e anche i paragrafi introduttivi che precedono le istruzioni.

#### **RISULTATO N.6: "BATTERIA SCARICA. SOSTITUIRLA."**

Sul sensore apparirà la seguente frase:

**BATTERIA SCARICA.  
SOSTITUIRLA.**

In questo caso per potere effettuare altri test oppure la calibrazione è necessario sostituire la batteria. Per cambiare la batteria dovete portare l' Eva-Test da un qualsiasi orologiaio. La batteria è del tipo CR2450; si estrae sollevando il pianale principale dell' Eva-Test, ovvero quello contenente il sensore e il display.

#### **Garanzia Del Produttore**

- Il produttore garantisce la conformità completa del dispositivo con le specifiche tecniche contenute in queste istruzioni.
- Il periodo della garanzia è di 36 mesi, a partire dalla data di spedizione del prodotto.
- La garanzia non copre la custodia e i pezzi di ricambio (la batteria, il cucchiaino) e non funziona in caso di danneggiamento comparso in conseguenza ad uso errato o trascurato del prodotto, o se usato per fini diversi da quelli indicati, così come conseguenza della non osservanza delle istruzioni tecniche del produttore.

#### **Caratteristiche Tecniche**

<b>Alimentazione</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Una (1) batteria del tipo CR 2450</li> <li>- Tensione Di Funzionamento 3V</li> </ul>	<b>Corrente</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- In condizione di standby, non più di 2 Micro Ampere</li> <li>- In fase di test, non più di 3.5 Milli Ampere</li> </ul> <b>Dimensioni Generali &amp; Peso ~ Ø72 mm x 21 mm, &lt;100 gr</b>
--	--

**Maggiori informazioni per utilizzare correttamente l'Eva-Test si trovano in questo sito:** <http://www.eva-test.it>

#### **Importato e Distribuito da:**

Waltelan S.r.l., Via Tibullo 10, 00193 Roma, Italia

#### **Rappresentante Europeo:**

BETRIX s.r.o., Mayerova 27, 914 01 Trencianska Teplá, Slovakia

#### **Produttore:**

IC NPO VOLNA, Petrovsko-Razumovsky proezd, 29, building 1  
127287 Moscow - Russian Federation







