

SwimCount™

TEST JAKOŚCI SPERMY




URZĄDZENIE DOMOWEGO UŻYTKU




Zanim rozpoczniesz test, powinieneś:

- Przeczytać uważnie instrukcję
- Upewnić się, że zawartość opakowania znajduje się w temperaturze pokojowej pomiędzy 18-30°C
- Sprawdzić, czy zawartość opakowania nie została naruszona
- Mieć przygotowany zegar/zegarek

Kiedy możesz sprawdzić jakość swojej spermy?

	Wykonaj test w czasie							
	1	2	3	4	5	6	7	8
	Nie	Nie	Tak	Tak	Tak	Tak	Tak	Nie



WAŻNE: Pobierz próbkę **NAJWCZEŚNIEJ** po 2 dniach, lecz nie dłużej niż **PRZED UPŁYWEM 7 dni** od ostatniego wytrysku.



Pobierz z www.myswimcount.pl

PL: Aby pobrać instrukcję użycia, prosimy o odwiedzenie naszej strony internetowej.

EN: For instructions for use, please visit our website.

ZAWARTOŚĆ OPAKOWANIA

1. Urządzenie SwimCount
2. Przyrząd do przeniesienia nasienia
3. Kubeczek do pobrania nasienia
4. Instrukcja użycia

Pobranie próbki spermy

A



Pobierz próbkę do kubeczka dołączonego do zestawu. Upewnij się, że cała próbka została umieszczona w kubeczku. Nie używaj prezerwatyw, ani żadnych substancji nawilżających (lubrykantów), ponieważ mogą one zniszczyć komórki plemników.

B

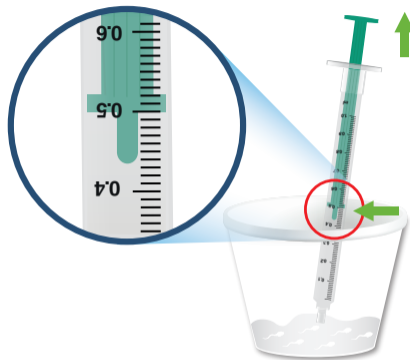


Pozostaw próbkę na 30 min.

C

Ważne jest, aby odczekać 30 min po pobraniu próbki przed przejściem do kolejnych kroków. Czas ten jest potrzebny, aby próbka spermy upłynniła się.

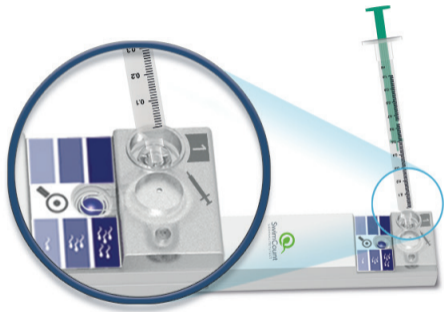
Użyj strzykawki, aby wymieszać próbkę 10 razy.

D

Pobierz 0.5 ml próbki przy pomocy strzykawki. Ważne jest, aby uniknąć pobrania bąbelków powietrza do strzykawki, ponieważ wpłynie to na objętość próbki.

Przeprowadź test

1



Utrzymuj urządzenie testowe na poziomej powierzchni podczas całej procedury. Powoli podaj próbkę ze strzykawki (0.5 ml) do próbника oznaczonego symbolem

1

2



Przesuń suwak na całej długości w celu aktywacji urządzenia.
UWAGA: Powinieneś usłyszeć odgłos "kliknięcia".
Okienko analizy zmieni się na:



3




30 min

Odczekaj kolejne 30 min nadal utrzymując urządzenie na poziomej powierzchni.

4



Po upływie 30 min przesunij suwak z powrotem, zgodnie ze wskazaniem strzałki. **UWAGA:** Powinieneś usłyszeć odgłos „kliknięcia”. Okienko analizy zmieni się na: .

5





Rezultat odczytasz w okienku oznaczonym symbolem . Im ciemniejszy kolor próbki, tym więcej  prawidłowo poruszających się plemników. Rezultat będzie gotowy do odczytania po 5 min od czasu przesunięcia suwaka z powrotem.

Tabela poniżej ukazuje znaczenie intensywności koloru.

Intensywność koloru Stan płodności mężczyzny	Stężenie ruchliwych plemników (milion/ml)	Co oznacza rezultat?
NISKI	< 5	Liczba prawidłowo poruszających się plemników znajduje się poniżej normalnego poziomu płodnych mężczyzn, zgodnie z wytycznymi World Health Organisation (WHO) ¹ . Mężczyźni z niskim poziomem ruchliwych plemników mają mniejsze szanse na naturalne zapłodnienie partnerki w porównaniu z mężczyznami z normalnym poziomem ruchliwych plemników. ^{2,3}
NORMALNY (Średni)	5-20	Liczba ruchliwych plemników znajduje się na lub powyżej normalnego poziomu płodnych mężczyzn, zgodnie z wytycznymi WHO ¹ . Mężczyźni z liczbą ruchliwych plemników znajdującą się w tym zakresie mają duże szanse na zapłodnienie partnerki w naturalny sposób w ciągu 12 miesięcy. ^{2,3}
NORMALNY (Wysoki)	>20	Liczba ruchliwych plemników znajduje się powyżej normalnego poziomu płodnych mężczyzn, zgodnie z wytycznymi WHO ¹ . Mężczyźni z liczbą ruchliwych plemników znajdującą się w tym zakresie mają bardzo duże szanse na naturalne zapłodnienie partnerki w ciągu 12 miesięcy. ^{2,3}

¹Cooper et al. Human Reproduction Update 2010; 16(3): 231-245 | ²Larsen et al. Human Reproduction 2000; 15(7):1562-1567 | ³Bonde et al. The Lancet 1998; 352: 1172-1177.
Nie dla antykoncepcji.

Jak działa test?

W urządzeniu znajdują się dwie komory i tylko ruchome plemniki mogą przepłynąć z jednej komory do drugiej. Po przejściu do drugiej komory plemniki zostają zabarwione, podobnie jak okienko wyników. Im więcej poruszających się plemników, tym bardziej intensywne niebieskie zabarwienie.

Istnieje kilka czynników wpływających na męską płodność. Ten test jest zaprojektowany do pomiaru jednego z nich. Test mierzy liczbę pływających (prawidłowo poruszających się) plemników w mililitrze próbkowanego nasienia. Czynnikiem ten zwany jest stężeniem ruchliwych plemników na mililitr. Szansa na naturalne zapłodnienie kobiety wzrasta wraz z liczbą ruchliwych plemników (aż do pewnej granicy).

Pytania i odpowiedzi

Mój wynik jest NISKI, co to oznacza i co powinienem teraz zrobić?

NISKI wynik oznacza, że ilość ruchliwych plemników w Twoim nasieniu jest niższa niż u płodnego mężczyzny. Powinieneś skonsultować się z lekarzem w celu przeprowadzenia dalszych testów i badań. NISKI wynik niekoniecznie musi oznaczać, że nie będziesz mógł zapłodnić kobiety drogą naturalną. Twój lekarz doradzi, jakie kroki powinieneś podjąć w dalszym działaniu.

Jak jest zdefiniowany wynik NORMALNY/NISKI?

Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) definiuje normalny poziom ruchliwych plemników jako 5 milionów komórek na mililitr¹. Oznacza to, że w grupie płodnych mężczyzn 95% będzie miało liczbę ruchliwych plemników przekraczającą 5 mln/ml¹.

¹Cooper et al. Human Reproduction Update 2010; 16(3): 231-245

Mój wynik jest NORMALNY, jednak moja partnerka jeszcze nie zaszła w ciążę, mimo kilku miesięcy starań. Co powinniśmy zrobić?

Jedna na sześć par może mieć problem z zajściem w ciążę i są czynniki inne niż liczba ruchliwych plemników, które mogą wpływać na płodność mężczyzny. Te czynniki nie są oceniane przez niniejszy test. Jeżeli Ty i Twoja partnerka staraliście się bezskutecznie zajść w ciążę przez 12 miesięcy, powinniście skonsultować się z lekarzem, w celu przeprowadzenia dalszych badań i testów.

Nie jestem pewien wyniku, co powinienem zrobić?

Jeżeli nie jesteś pewien wyniku, możesz skontaktować się z naszą infolinią na info@swimcount.com w celu uzyskania porady. Możesz także wykonać test ponownie, po odczekaniu przynajmniej 48 godzin przed pobraniem kolejnej próbki.

Moja próbka nie upłynęła się po upływie 30 min, co mogę zrobić?

Niektóre próbki potrzebują więcej niż 30 min, aby stać się płynnymi (wodnistymi). Jeżeli trzeba, zaczekaj dłużej. Jeżeli próbka nie upłynęła się w ciągu 3 godzin, lepiej nie wykorzystuj jej do testu. Wylej próbkę, przemyj kubeczek w ciepłej wodzie bez użycia mydła i pozostaw do wyschnięcia.

Pamiętaj, aby odczekać przynajmniej 48 godzin przed pobraniem kolejnej próbki. Jeżeli kolejna próbka da podobny wynik, skonsultuj się z lekarzem.

Test zdaje się nie działać, wygląda na uszkodzony lub brakuje części - co powinienem zrobić?

Jeżeli sądzisz, że test nie działa poprawnie, jakiegokolwiek części testu są uszkodzone lub zauważysz ich brak, skontaktuj się proszę z nami na info@swimcount.com.

Co może wpłynąć na ruchliwość plemników?

Jest wiele czynników mogących wpływać na jakość spermy:

- Jeżeli w ostatnim czasie (2-3 miesiące wcześniej) chorowałeś, a w szczególności miałeś wysoką gorączkę, może to wpłynąć na jakość spermy. Dobrze jest zaczekać, aż będziesz zupełnie zdrowy, przed wykonaniem testu.
- Jeżeli przyjmowałeś sterydy anaboliczne lub inne leki zawierające testosteron.
- Twoja historia chorobowa, obejmująca:
 - Niezstąpienie jąder w okresie dzieciństwa
 - Żyłaki powrózka nasiennego (poszerzone żyły w jądrach)
 - Operacja w obrębie pachwiny np. operacja przepukliny
 - Świnka przebyta po okresie dojrzewania
 - Leczenie przeciwnowotworowe

Jeżeli dotyczą Cię którekolwiek z dolegliwości powyżej, powinieneś skonsultować się z lekarzem przed podjęciem kolejnych kroków.

Czy mogę zrobić coś, co poprawi jakość mojej spermy?

Dotychczas nie ma wielu dowodów na istnienie sposobu poprawienia jakości nasienia, jakkolwiek pomocne może być:

- Odstawienie sterydów anabolicznych (nie przerywaj przyjmowania zaleconych przez lekarza leków bez konsultacji z nim). Przerwanie stosowania sterydów często przywraca normalną męską płodność.
- Pysznic zamiast gorącej kąpiel: długie i gorące kąpiele mogą wpływać na jakość nasienia.
- Zawsze dobrze jest zadbać o zdrowie w szerszym spektrum jak zdrowe odżywianie, regularne ćwiczenia, rzucenie palenia i zredukowanie spożycia alkoholu, co wpłynie na poprawę stanu zdrowia.

Chciałbym wykonać test ponownie

Możesz wykonać test ponownie przy użyciu nowego zestawu najwcześniej 48 godzin po wykonaniu pierwszego testu. Jeżeli chcesz zaobserwować ewentualne zmiany w jakości nasienia, po zmianie trybu życia, powinieneś odczekać przynajmniej 10 tygodni (2-3 miesiące). Czas ten jest konieczny na wyprodukowanie nowych plemników, a wprowadzone w stylu życia zmiany nie zostaną wcześniej wychwycone.

Efektywność

Przy czułości 96% i specyficzności 91% SwimCount zapewnia doskonałe wyniki pomiaru ilości ruchliwych plemników w mililitrze próbki.

Oznacza to, że jeżeli test wykaże liczbę ruchliwych plemników powyżej 5 milionów, to masz 96% prawdopodobieństwa, że wynik testu jest prawidłowy. Jeżeli test wykaże liczbę ruchliwych plemników poniżej 5 milionów, to masz 91% prawdopodobieństwa, że wynik testu jest prawidłowy.

Skład chemiczny

SwimCount zawiera barwnik rozpuszczony w buforowanym roztworze soli fizjologicznej, odpowiedzialny za barwienie ruchliwych plemników.

Interferencje

Nie są znane substancje mogące wpłynąć na wynik testu.

Daltonizm

WAŻNE: Daltonizm może wpłynąć na prawidłowe odczytanie wyników testu.

Ważne

- Urządzenie testowe jest jednorazowego użytku i nie może być wykorzystane ponownie
- Wyrzucić wraz z pozostałymi odpadami domowymi
- Nie używaj po upływie terminu ważności
- Urządzenie do użytku domowego
- Urządzenie przeznaczone do samokontroli
- Tylko do diagnostyki in vitro



MotilityCount ApS
Hvidkildevej 48,
DK-2400 Copenhagen
Denmark

WYŁĄCZNY DYSTRYBUTOR W POLSCE
ZBADAJŚIE SP. Z O.O.
ul. Norwida 1/2
48-300 Nysa
POLSKA
www.labhome.pl

LOT

Numer partii



Data ważności



Nie używać wielokrotnie

CE
0086

Dokładność testu
Czułość 96%
Specyficzność 91%

IVD



Przechowywać w temperaturze 2-30 stopni

REF

1002.5

DATA ZATWIERDZENIA ULOTKI:
CZERWIEC 2016