



**TERMOMETRO DIGITALE BASALE**



Leggete con cura le istruzioni seguenti prima dell'uso. La temperatura basale (BBT: Basal Body Temperature) è la temperatura del corpo umano che viene registrata al momento del risveglio prima di compiere qualsiasi attività. Misurare la temperatura basale è uno degli strumenti più semplici e più economici per valutare l'andamento del ciclo e in particolare per capire se c'è stata ovulazione. Questo perché la temperatura basale varia a seconda della fase del ciclo in relazione alla quantità di progesterone presente in circolo: nella fase follicolare, quando il progesterone è quasi assente, la temperatura basale è più bassa, mentre nella fase luteale, quando il progesterone aumenta, la temperatura basale risulta più alta rispetto alla fase precedente. Su un ciclo di circa 28 giorni, verso il 14° giorno si verifica una brusca diminuzione della temperatura (che era già in fase bassa) seguita il giorno seguente da un altrettanto brusco rialzo termico che si completa nell'arco di 48 ore. La temperatura rimane poi elevata per la rimanente parte del ciclo. Il picco di abbassamento segnala alla donna che l'ovulazione sta per avvenire. La temperatura si rialza quando il corpo luteo comincia a produrre progesterone. E' necessario annotare più cicli per capire come funziona la curva della temperatura basale. I giorni utili per il concepimento andranno da quello in cui si verifica il picco in discesa ai 2 gg dopo circa. Il termometro digitale basale è un dispositivo per la misurazione della temperatura basale, indicato sia per uso ospedaliero che familiare. Rispetto ai modelli tradizionali in vetro e mercurio, ha i vantaggi di una semplice lettura, veloce e accurata misurazione, memorizzazione, allarmi, ecc. In particolare risulta maggiormente sicuro per la persona e l'ambiente poiché senza mercurio. Il termometro è stato calibrato dal fabbricante e non sono necessarie successive calibrazioni. Per qualsiasi dubbio sulla precisione dello strumento contattate il Vostro rivenditore.

**Caratteristiche tecniche**

Gamma di misura: 32-43 °C  
Precisione: ± 0,01 °C  
Durata batteria: circa 100 ore di utilizzo continuativo

**Utilizzo**

- Prima dell'uso disinfettate la sonda con alcol o posizionate una coprisonda sulla punta.
- Premete il pulsante di accensione, avvertirete un bip.
- Dopo altri 2 secondi inizierà a lampeggiare la lettera °C o °F, a questo punto potete iniziare la misurazione.
- Durante la misurazione restate nello stesso luogo/posizione fino al termine.
- La misurazione dura circa 2 minuti al termine del quale verrete avvisati da un segnale acustico. La temperatura rilevata è visualizzata sul display.
- Il termometro si spegne automaticamente dopo circa 10 minuti, in ogni caso per prolungare la durata della batteria è consigliabile spegnerlo dopo l'uso premendo il pulsante.
- Per visualizzare il valore memorizzato dell'ultima misurazione, premere il pulsante di accensione per 2 secondi a termometro spento.

I valori rilevati variano in funzione del metodo utilizzato.  
**Misurazione rettale: Dal punto di vista medico è il metodo di misurazione più preciso e raccomandato.** Inserite delicatamente il sensore nel retto per circa 2 cm. Non muovetevi fino al termine della misurazione (40-60 secondi).  
**Misurazione ascellare: Rispetto alla misurazione rettale il valore misurato è generalmente oscillante di circa 0,5 °C ~ 1,5 °C.** Prima di iniziare tenete il braccio appoggiato al torace in modo che l'ascella resti chiusa, per 5 minuti circa. Posizionate il sensore al centro dell'ascella in una posizione stabile, non muovete il braccio fino al termine della misurazione (80-120 secondi).  
**Misurazione orale: Rispetto alla misurazione rettale il valore misurato è generalmente più basso di circa 0,3 °C ~ 0,8 °C.** Posizionate il sensore sotto la lingua in una posizione stabile e ben a contatto con la mucosa, respirate con il naso e non aprite la bocca fino al termine della misurazione (50-70 secondi).  
Per facilitare la comparazione tra i dati rilevati in differenti periodi è **necessario utilizzare sempre lo stesso metodo di misura.**  
Per ottenere maggiore precisione è consigliabile estendere la misurazione per 3 minuti dopo il beep.

**Disinfettate la sonda solo con alcol o disinfettanti equivalenti, NON bollire il termometro! NON sterilizzare in autoclave!**  
Il prodotto è resistente all'acqua e pertanto può essere lavato sotto acqua corrente. In ogni caso NON immergete il prodotto per lunghi periodi!  
Evitate l'esposizione diretta ai raggi solari e agli agenti atmosferici.  
Non misurate temperature diverse da quella corporea!

**Sostituzione batteria**  
- La batteria deve essere sostituita quando sul display lampeggia il simbolo oppure .  
- Sfilate delicatamente il cappuccio posteriore e rimuovete la vecchia batteria con l'aiuto di uno stuzzicadenti o un punteruolo.  
- Inserite una nuova batteria da 1,5 V (LR/SR-41).  
- Riposizionate il cappuccio posteriore

**Non smontate il prodotto se non per le operazioni necessarie al cambio batteria!**  
Non lasciare le batterie o il cappuccio posteriore alla portata dei bambini!  
Lo smaltimento del prodotto o della batteria deve essere effettuato rispettando le norme vigenti nel Vostro paese.

**Smaltimento: Il prodotto non deve essere smaltito assieme agli altri rifiuti domestici. Gli utenti devono provvedere allo smaltimento delle apparecchiature da rottamare portandole al luogo di raccolta indicato per il riciclaggio delle apparecchiature elettriche ed elettroniche. Per ulteriori informazioni sui luoghi di raccolta, contattare il proprio comune di residenza, il servizio di smaltimento dei rifiuti locale o il negozio presso il quale è stato acquistato il prodotto. In caso di smaltimento errato potrebbero venire applicate delle penali, in base alle leggi nazionali.**

Apparecchio di tipo B

**BASAL DIGITAL THERMOMETER**



Carefully read the following instructions before use. Basal temperature (BBT: Basal Body Temperature) is the temperature of the human body registered upon awakening before carrying out any form of activity. Measuring the basal temperature is one of the most simple and economic instruments to assess period trends and, in particular, to understand if ovulation has occurred. This is because basal temperature varies according to the period phase and according to the quantity of progesterone in circulation: during the follicular phase, when progesterone is practically absent, the basal temperature is much lower, while during the luteous phase, when the level of progesterone increases, the basal temperature is much higher compared with the previous phase. Across a period of approximately 28 days, around the 14th day a drastic temperature fall is registered (already in its lower phase) followed, the next day, by a drastic thermal increase that is completed within 48 hours. The temperature then remains high for the remaining part of the period. The falling peak informs the woman that ovulation is about to begin. The temperature then increases when the luteous body starts to produce progesterone. It is important to register several periods in order to understand how the trend of the basal temperature works. The best days for conception vary from the day in which the downward trend is registered to approximately 2 days after. The basal digital thermometer is a device for basal body temperature measurement suitable both for hospital and home use. Compared to the traditional glass and mercury models, it offers the advantage of simple reading, quick and accurate measurement, memory and alarms, etc. In particular it is safer for people and environment because of the absence of mercury. The thermometer has been calibrated by the manufacturer and further calibrations are not necessary. For any doubt on the device accuracy, please get in contact with your retailer.

**Technical features**

Measuring range: 32-43 °C  
Accuracy: ± 0,01 °C  
Battery life: approx. 100 hours of uninterrupted use

**Use**

- Before the use, disinfect the probe with alcohol or place a cover on the probe.
- Press the power button; a "beep" sound is issued.
- After 2 seconds the letter °C or °F starts blinking, now it is possible to start measuring.
- During the measurement, remain in the same place/position until the end.
- The measurement lasts about 2 minutes and when it is complete, the thermometer will sound an acoustic signal. The detected temperature is shown on the display. The thermometer will automatically turn off after about 10 minutes. However to prolong the life of the battery, it is best to press the power button soon after the use.
- To display the memorized value of the last measurement, press the ON/OFF button for 2 seconds with thermometer off.

The detected values vary according to the method of use.  
**Rectum measurement: From a medical standpoint, this is the most accurate and recommended method.** Delicately insert the probe in the rectum for Approx. 2 cm. Do not move until the measurement is completed. (40-60 seconds).  
**Armpit measurement: Compared to measurement in the rectum, armpit measurement generally varies by about 0.5 °C ~ 1.5 °C.** Before starting, keep your arm close to your body so the armpit remains close for about 5 minutes. Place the probe in the centre of the armpit in a stable position; do not move your arm until the measurement end. (80-120 seconds).  
**Tongue measurement: Compared to measurement in the rectum, the value measured is generally 0.3 °C ~ 0.8 °C lower.** Place the probe under the tongue in a stable position in contact with the mucous, breathe with nose and do not open your mouth until measuring has been concluded (50-70 seconds).  
To make comparison of the values measured in different periods easier it is **necessary to always use the same measurement method.**  
To obtain a more accurate measurement we suggest continuing measurement for 3 minutes after the beep.

**Disinfect the probe only with alcohol or similar, DO NOT boil it! DO NOT sterilize in autoclave!**  
The product is water-resistant therefore it can be washed under running water. In any case DO NOT dip the product for too long!  
Avoid exposing the unit to direct sunlight or atmospheric agents.  
Do not measure except body temperature!

**Battery replacement**  
- The battery must be replaced when the symbol or blinks on the display.  
- Delicately withdraw the back cover and remove the old battery by means of a toothpick or a needle tool.  
- Insert the new 1,5 V battery (LR/SR-41).  
- Replace the back cover

**Do not disassemble the unit except for battery replacement!**  
Do not leave the batteries or the back cover within children's reach!  
The product or battery disposal must be in compliance with the standards in force in your country.

**Disposal: The product must not be disposed of along with other domestic waste. The users must dispose of this equipment by bringing it to a specific recycling point for electric and electronic equipment.**  
For further information on recycling points contact the local authorities, the local recycling center or the shop where the product was purchased. If the equipment is not disposed of correctly, fines or penalties may be applied in accordance with the national legislation and regulations.

Type B equipment

**TERMÓMETRO DIGITAL BASAL**



Leer con atención las siguientes instrucciones antes del uso. La temperatura basal (BBT: Basal Body Temperature) es la temperatura del cuerpo humano que se registra al despertarse antes de realizar cualquier actividad. Medir la temperatura basal es uno de los instrumentos más fáciles y más baratos para evaluar el progreso del ciclo y en particular para entender si se ha producido la ovulación. Esto porque la temperatura basal varía dependiendo de la etapa del ciclo, en relación con la cantidad de progesterona presente en la sangre: en la fase folicular, cuando la progesterona está casi ausente, la temperatura basal es más baja, mientras en la fase luteal, cuando la progesterona aumenta, la temperatura basal es mayor que en la fase precedente. En un ciclo de aproximadamente 28 días, hacia el día 14 se produce una disminución brusca de la temperatura (que ya estaba en fase baja) seguida, el día sucesivo, por un aumento igualmente brusco de la temperatura que se completa en el plazo de 48 horas. La temperatura se mantiene elevada durante el resto del ciclo. El pico de bajada avisa la mujer que la ovulación está a punto de producirse. La temperatura se eleva de nuevo cuando el cuerpo lúteo empieza a producir progesterona. Es necesario apuntar varios ciclos para entender cómo funciona la curva de la temperatura basal. Los días útiles para concebir serán a partir del día en el que se produce el pico de bajada hasta los 2 días siguientes, aproximadamente. El termómetro digital basal es un dispositivo para la medición de la temperatura basal, indicado tanto para uso hospitalario como familiar. Con respecto a los modelos tradicionales de vidrio y mercurio, tiene las ventajas de una lectura fácil, una medición veloz y esmerada, memorización, alarmas, etc. En especial resulta más seguro para la persona y el medioambiente al no tener mercurio. El termómetro ha sido calibrado por el fabricante y no son necesarios calibrados sucesivos. Para cualquier duda sobre la precisión del instrumento contactar al revendedor.

**Características técnicas**

Gama de medidas: 32-43 °C  
Exactitud: ± 0,01 °C  
Duração da pilha: aproximadamente 100 horas de uso contínuo

**Utilización**

- Antes del uso desinfectar la sonda con alcohol o posicionar una cubresonda sobre la punta.
- Apretar el pulsador de encendido, se oirá un bip.
- Después de 2 segundos más empezará a destellar la letra °C o °F, ahora se puede empezar la medición.
- Durante la medición es necesario estar en el mismo lugar/posición hasta terminar.
- La medición dura unos 2 minutos y el término de ésta se oirá un aviso representado por una señal acústica. La temperatura detectada se visualiza en el visor digital. El termómetro se apaga automáticamente después de unos 10 minutos, de todos modos para prolongar la duración de la pila se aconseja apagarlo después del uso apretando el pulsador.
- Para visualizar el valor memorizado de la última medición, apretar el pulsador de encendido por 2 segundos con el termómetro apagado.

Los valores detectados varían según el método utilizado.  
**Medición rectal: desde el punto de vista médico es el método de medición más preciso y recomendado.** Introducir delicadamente el sensor en el recto por unos 2 cm. No moverse hasta el término de la medición (40-60 segundos).  
**Medición axilar: con respecto a la medición rectal el valor medido oscila generalmente entre 0,5 °C ~ 1,5 °C.** Antes de empezar mantener el brazo apoyado al tórax de modo que la axila quede cerrada, por unos 5 minutos. Posicionar el sensor en el centro de la axila en una posición estable, no mover el brazo hasta el término de la medición (80-120 segundos).  
**Medición oral: con respecto a la medición rectal el valor medido es generalmente inferior de unos 0,3 °C ~ 0,8 °C.** Posicionar el sensor debajo de la lengua en una posición estable y bien a contacto con la mucosa, respiren con la nariz y no abrir la boca hasta el final de la medición (50-70 segundos).  
Para facilitar la comparación visualización entre los datos medidos en diferentes periodos es **necesario utilizar siempre el mismo método de medición.**  
Para obtener más precisión se aconseja extender la medición por 3 minutos después del tono de aviso.

**¡Desinfectar la sonda solo con alcohol o desinfectantes equivalentes, NO hervir el termómetro! ¡NO esterilizar en autoclave!**  
El producto es resistente al agua y por lo tanto se puede lavar bajo el agua corriente. ¡De todas maneras NO sumergir el producto durante periodos largos!  
Evitar la exposición directa a los rayos solares y a los agentes atmosféricos.  
¡No medir temperaturas diferentes de la corpórea!

**Sustitución pila**  
- La pila ha de ser sustituida cuando en el visor digital destella el símbolo o .  
- Extraer delicadamente el capuchón posterior y retirar la pila vieja con la ayuda de un mondadientes o un punzón.  
- Introducir una pila nueva de 1,5 V (LR/SR-41).  
- Volver a colocar el capuchón posterior

**¡No desmontar el producto si no para las operaciones necesarias al cambio pila!**  
¡No dejar las pilas o el capuchón posterior al alcance de los niños!  
La eliminación del producto o de la pila se tiene que efectuar respetando las normas vigentes en el país donde se utiliza.

**Eliminación: El producto no ha de ser eliminado junto a otros residuos domésticos. Los usuarios tienen que ocuparse de la eliminación de los aparatos por desguazar llevándolas al lugar de recogida indicado por el reciclaje de los equipos eléctricos y electrónicos.**  
Para más información sobre los lugares de recogida, contactar el propio ayuntamiento de residencia, el servicio de eliminación de residuos local o la tienda en la que se compró el producto. En caso de eliminación equivocada podrían ser aplicadas multas, en base a las leyes nacionales.

Aparelho de tipo B

## ΤHERMOMÈTRE BASAL NUMÉRIQUE



Veillez lire avec attention les instructions suivantes avant l'utilisation.

La température basale (BBT : Basal Body Temperature) est la température du corps humain qui est enregistrée au réveil avant d'amorcer toute activité. La mesure de la température basale est l'une des techniques les plus simples et économiques pour analyser l'évolution du cycle et en particulier pour comprendre si l'ovulation a bien eu lieu. Ceci parce que la température basale varie selon la phase du cycle en rapport avec le taux de progestérone circulante : durant la phase folliculaire, quand le taux de progestérone est quasiment nul, la température basale est plus basse, alors que durant la phase lutéale, quand le taux de progestérone augmente, la température basale est plus élevée par rapport à la phase précédente. Sur un cycle d'environ 28 jours, vers le 14<sup>e</sup> jour, la température (qui était déjà en phase de descente) chute brusquement ; puis s'ensuit, le lendemain, une remontée thermique tout aussi brusque qui se complète dans les 48 heures. La température reste ensuite élevée pour la partie restante du cycle. Le point le plus bas de la température signale à la femme l'approche de l'ovulation. La température remonte quand le corps lutéin commence à sécréter de la progestérone. Il est nécessaire de noter plusieurs cycles pour comprendre le fonctionnement de la courbe de la température basale. Les jours les plus propices à la fécondation sont approximativement ceux compris entre le jour où la température est au point le plus bas du cycle jusqu'aux 2 jours suivants.

Le thermomètre basal numérique est un dispositif pour la mesure de la température basale, indiqué aussi bien pour l'utilisation en milieu hospitalier qu'à la maison. Par rapport aux modèles traditionnels en verre et au mercure, il présente plusieurs avantages : lecture simple, prise de mesure rapide et soignée, mémorisation, alarmes, etc. Particulièrement il est plus sûr pour la personne et l'environnement par l'absence de mercure. Le thermomètre a été calibré par le producteur et ne nécessite pas de calibrations ultérieures. Pour n'importe quel doute concernant la précision de l'instrument veuillez contacter votre détaillant.

### Caractéristiques techniques

Plage de mesure : 32-43 °C

Précision : ± 0,01 °C

Durée de vie de la pile : 100 heures environ d'utilisation continue

### Conseils d'utilisation

- Avant l'utilisation désinfectez la sonde avec de l'alcool ou positionnez un couvre sonde sur l'extrémité.
- Appuyez sur le bouton d'allumage, vous entendrez un bip.
- Après 2 autres secondes vous verrez clignoter la lettre °C ou °F, la prise mesure est maintenant possible.
- Pendant la mesure ne changez pas d'endroit/position jusqu'à la fin.
- La prise de mesure dure environ 2 minutes au bout desquelles vous serez prévenus par un signal sonore. La température relevée est visualisée sur l'afficheur.
- Le thermomètre se met automatiquement à l'arrêt après environ 10 minutes ; nous conseillons néanmoins, afin de prolonger la durée de vie de la batterie, de l'éteindre après l'utilisation en appuyant sur le bouton.
- Pour visualiser la valeur de la dernière mesure mémorisée, appuyer sur le bouton de marche pendant 2 secondes avec le thermomètre éteint.

Les valeurs mesurées sont différentes selon la méthode utilisée.

**Prise de mesure rectale: d'un point de vue médical, c'est la méthode de mesure la plus précise et recommandée.** Insérez doucement le capteur dans le rectum à environ 2 cm. Ne bougez pas jusqu'à la fin de la mesure (40-60 secondes).

**Prise de mesure axillaire: par rapport à la mesure rectale, la valeur mesurée oscille normalement d'environ 0,5 °C ~1,5 °C.** Avant de commencer, maintenez le bras contre le torse de manière à ce que le creux de l'aisselle soit fermé pendant environ 5 minutes.

Placez le capteur au centre de l'aisselle dans une position stable. Ne bougez pas le bras jusqu'à la fin de la mesure (80-120 secondes).

**Prise de mesure buccale: par rapport à la mesure rectale, la valeur mesurée est normalement plus basse d'environ 0,3 °C ~ 0,8 °C.**

Placez le capteur sous la langue dans une position stable en veillant à ce qu'il soit bien en contact avec la muqueuse, respirez avec le nez et n'ouvrez pas la bouche jusqu'à la fin de la mesure (50-70 secondes).

Afin d'obtenir des données fiables et comparables, **il est important de toujours utiliser la même méthode de mesure au cours d'un même cycle.**

Pour obtenir une plus grande précision, nous conseillons de prolonger la prise de mesure de 3 minutes après le bip sonore.





*Désinfectez la sonde seulement avec de l'alcool ou des désinfectants équivalents, NE faites PAS bouillir le thermomètre! NE le stérilisez PAS en autoclave!*

*Le produit est résistant à l'eau et peut donc être lavé sous l'eau courante. NE plongez PAS l'appareil dans l'eau pour une période prolongée ! Évitez l'exposition directe au soleil et aux agents atmosphériques.*

*Ne mesurez pas des températures autres que celles corporelles!*

### Remplacement de la pile

- La pile doit être remplacée quand sur l'afficheur clignote le symbole  ou .

- Enlevez doucement le capuchon situé à l'arrière et ôtez la vieille pile à l'aide d'un cure-dents ou d'une pointe.

- Insérez une nouvelle pile de 1,5 V (LR/SR-41).

- Repositionnez le capuchon postérieur



*Ne démontez pas le produit sauf pour les opérations nécessaires au remplacement de la pile!*

*Ne laissez pas les piles ou le capuchon postérieur à la portée des enfants!*

*L'élimination du produit ou de la pile doit être effectuée en respectant les règles en vigueur dans votre pays.*



**Élimination des déchets d'EEE:** Ce produit ne doit pas être jeté avec les ordures ménagères. Les utilisateurs doivent remettre leurs appareils usagés à un point de collecte approprié pour le traitement, la valorisation, le recyclage des déchets d'EEE. Pour obtenir plus d'informations sur les points de collecte des équipements à recycler, contactez votre mairie, le service local de collecte et de traitement des déchets ou le point de vente du produit. Toute personne contrevenant aux lois nationales en matière d'élimination des déchets est passible de sanctions administratives.



Appareil de type B

## TERMÔMETRO DIGITAL BASAL



Antes de usar, lêr com atenção as instruções abaixo.

A temperatura basal (BBT: Basal Body Temperature) é a temperatura do corpo humano medida no momento em que a pessoa acorda, antes de fazer qualquer atividade. A medida da temperatura basal é uma das operações mais simples e econômicas para avaliar o andamento do ciclo menstrual, e em particular para compreender se ocorreu a ovulação. Isto porque a temperatura basal varia nas fases do ciclo, dependendo da quantidade de progesterona presente no corpo: durante a fase folicular, quando o nível de progesterona é quase nulo, a temperatura basal é mais baixa, enquanto durante a fase luteal, quando a progesterona aumenta, a temperatura basal é mais alta comparada àquela da fase anterior.

Durante um ciclo de aproximadamente 28 dias, por volta do 14º dia registra-se uma repentina diminuição da temperatura (que estava já na fase baixa) e, no dia seguinte um repentino aumento da temperatura, que conclue-se no espaço de 48 horas. A temperatura permanece elevada durante a restante parte do ciclo. O nível mínimo de temperatura indica à mulher que está para ocorrer a ovulação. A temperatura eleva-se novamente quando o corpo lúteo começa a produzir progesterona. É necessário anotar as temperaturas de vários ciclos para compreender o funcionamento da curva da temperatura basal. Os dias mais indicados para a concepção são aqueles a partir do dia em que ocorre a mínima temperatura, e nos dois dias seguintes.

O termómetro digital basal é um dispositivo para medir a temperatura basal, indicado para uso hospitalar e familiar. Comparando-o com os modelos tradicionais de vidro com mercúrio, apresenta a vantagem de uma leitura fácil, rápida e exacta, memorização, alarmes, etc.

Em particular é mais seguro para a pessoa e para o ambiente porque não possui mercúrio.

O termómetro foi calibrado pelo fabricante e não são necessárias mais calibrações. Para qualquer dúvida sobre a exactidão do instrumento, consultar o vosso revendedor.

### Características técnicas

Gama de medidas: 32-43 °C

Exactidão: ± 0,01 °C

Duração da pilha: aproximadamente 100 horas de uso contínuo

### Uso

- Antes de usar desinfetar a sonda com álcool ou colocar um cobre-sonda sobre a ponta.
- Apertar o botão de ligação, ouve-se um bip.
- Depois de outros 2 segundos iniciará a piscar a lêtra °C ou °F, então pode-se começar a medida.
- Durante a medida permanecer no mesmo lugar/posição, até o final da medida.
- A medida dura cerca 2 minutos, no final ouve-se um sinal acústico. A temperatura medida é visualizada no display. O termómetro se desliga automaticamente depois de cerca 10 minutos, de qualquer forma, para prolongar a duração da pilha é aconselhável desligá-lo depois do uso, apertando o botão.
- Para visualizar o valor memorizado da última medida, apertar o botão de ligação por 2 segundos, com o termómetro desligado.

Os valores detectados variam dependendo do método usado:

**Medida retal: Sob o ponto de vista médico é o método mais exacto e recomendado.** Inserir delicadamente o sensor no reto por aproximadamente 2 cm. Não mover-se até o final da medida (40-60 segundos).

**Medida axilar: Comparado com o valor obtido com a medida retal, o valor axilar geralmente varia de 0,5 °C ~ 1,5 °C.** Antes de começar manter o braço apoiado ao tórax de maneira que a axila fique fechada, por aproximadamente 5 minutos.

Colocar o sensor no centro da axila em maneira estável, não mover o braço até a conclusão da medida (80-120 segundos).

**Medida oral: Em relação ao valor detectado com a medida retal, o valor da medida oral geralmente é mais baixo de aproximadamente 0,3 °C ~ 0,8 °C.**

Colocar o sensor embaixo da língua em posição estável, e bem em contacto com a mucosa, respirar com o nariz e não abrir a boca até a conclusão da medida (50-70 segundos)

Para facilitar a comparação entre os valores obtidos em diferentes períodos, é necessário usar sempre o mesmo método de medida.

Para obter maior exactidão é aconselhável continuar a medida por mais 3 minutos após o sinal acústico (bip)





*Desinfetar a sonda só com álcool ou desinfetantes equivalentes. NÃO ferver o termómetro! NÃO esterilizar em autoclave!*

*O produto resiste à água, portanto pode ser lavado em água corrente. De qualquer forma NÃO mergulhar o produto por longos períodos!*

*Evitar a exposição direta aos raios solares e às intempéries.*

*Não medir temperaturas diferentes daquela corporal!*

### Troca da pilha

- A pilha deve ser trocada quando o símbolo  ou  pisca no display.

- Retirar delicadamente o capuz posterior e remover a velha pilha com a ajuda de um palito ou uma ponta.

- Inserir uma nova pilha 1,5V (LR/SR-41)

- Recolocar o capuz posterior.



*Não desmontar o produto se não para as operações necessárias para trocar a pilha!*

*Não deixar as pilhas ou o capuz posterior ao alcance de crianças!*

*A eliminação do produto ou da pilha deve ser feita respeitando as normas vigentes no Vosso país.*



**Eliminação:** o produto não deve ser eliminado junto com outros lixos domésticos. Os utilizadore devem providenciar a eliminação dos aparelhos a serem destruídos levando os mesmos num sítio de recolha indicado para o recuperação dos resíduos dos aparelhos eléctricos e electrónicos. Para maiores informações sobre os sítios de recolha, entrar em contacto com o próprio município de residência, o serviço de eliminação de lixos da loja onde foi adquirido o produto. Em caso de eliminação errada poderiam ser aplicadas multas na base das leis nacionais.



Equipo de tipo B

## ΨΗΦΙΑΚΟ ΒΑΣΙΚΟ ΘΕΡΜΟΜΕΤΡΟ



Διαβάστε με προσοχή τις παρακάτω οδηγίες πριν την χρήση. Η χαμηλή θερμοκρασία ( BBT: Basal Body Temperature) είναι η θερμοκρασία του ανθρώπινου σώματος η οποία καταγράφεται την στιγμή του ξυπνήματος πριν εκτελέσετε οποιαδήποτε ασχολία.Για την μέτρηση της χαμηλής θερμοκρασίας χρησιμοποιείται ένα απο τα πιά απλά και πιά οικονομικά όργανα για την αξιολόγηση του κύκλου και ειδικά για να καταλάβουμε εάν υπήρξε η ωορρηξία. Αυτό γιατί η χαμηλή θερμοκρασία διαφέρει κατά την φάση του κύκλου σε σχέση με την ποσότητα της προγεστερόνης που υπάρχει στην κυκλοφορία το αίματος: στην θυλακοειδή φάση,όταν η προγεστερόνη είναι σχεδόν απύουσα, η χαμηλή θερμοκρασία είναι πιά χαμηλή, ενώ στην φάση λουτεινης, όταν η προγεστερόνη αυξάνεται, η χαμηλή θερμοκρασία προκύπτει πιά αυξημένη σε σχέση με την προηγούμενη φάση.

Σε έναν κύκλο περίπου 28 ημερών, την 14η ημέρα παρουσιάζεται μιά απότομη μείωση της θερμοκρασίας ( η οποία ήταν ήδη σε χαμηλή φάση ) που ακολουθεί την επόμενη μέρα απο μιά το ίδιο απότομη θερμοική αύξηση που συμπληρώνεται στις επόμενες 48 ώρες. Η θερμοκρασία κατόπιν παραμένει υψηλή για την υπόλοιπη διάρκεια του του κύκλου. Το αποκορύφωμα της μείωσης δείχνει στην γυναικά ότι η ωορρηξία είναι έτοιμη να συμβεί. Η θερμοκρασία ανεβαίνει όταν το ωχρινοειδές σώμα αρχίζει να παράγει προγεστερόνη.Είναι απαραίτητο να καταγράψετε περισσότερους κύκλους για να καταλάβετε πως λειτουργεί η καμπύλη της χαμηλής θερμοκρασίας. Οι τελευταίες κατάλληλες ημέρες για την σύλληψη θα είναι απο εκείνη στην οποία παρουσιάζεται η μείωση μέχρι τις 2 ημέρες περίπου.

Το αναλογικό βασικό θερμόμετρο είναι μια συσκευή για την μέτρηση της βασική θερμοκρασία του σώματος, κατάλληλο τόσο για νοσοκομειακή χρήση όσο και για οικγενειακή. Σε σχέση με τα κλασικά μοντέλα με γυαλί και υδράργυρο, έχει τα πλεονεκτήματα της απλής ανάνυσης, γρήγορης και ακριβούς μέτρησης, μνήμης, συναγερμού, κ.λ.π. Ειδικότερα είναι περισσότερο ασφαλές για τον άνθρωπο και το περιβάλλον γιατί είναι χωρίς υδράργυρο.

Το θερμόμετρο είναι βαθμονομημένο απο τον κατασκευαστή και δεν χρειάζονται άλλες βαθμονομήσεις. Για οποιοδήποτε αμφιβολία στην ακρίβεια του οργάνου, να έρθετε σε επαφή με τον μεταπωλητή σας.

### Τεχνικά χαρακτηριστικά

Κλίμακα μέτρησης: 32-43 °C

Πίση: ± 0,01 °C

Διάρκεια μπαταρίας: περίπου 100 ώρες συνεχούς χρήσης

### Χρήση

- Πριν την χρήση απολυμαίνετε με οινόπνευμα τον καθετήρα ή τοποθετήστε ένα σκέτασμα καθετήρα στην άκρη.

-Πιέστε τον διακόπτη ανάματος, θα ακούσετε ένα μπίπ.

- Μετά από άλλα 2 δευτερόλεπτα θα αρχίσει να αναβοσβήνει το γράμμα ° C ή ° F. Από αυτή την στιγμή μπορείτε να αρχίσετε την μέτρηση.

- Κατά την διάρκεια της μέτρησης μένετε στο ίδιο μέρος / θέση μέχρι το τέλος.

- Η μέτρηση διαρκεί περίπου 2 λεπτά στο τέλος της οποίας θα εδοιοποιηθεί από ένα ακουστικό σήμα. Η θερμοκρασία που σημειώθηκε εμφανίζεται στην οθόνη.

Το θερμόμετρο σβήνει αυτόματα μετά από 10 λεπτά περίπου, παρ' όλα αυτά για να επεκτείνετε την διάρκεια ζωής της μπαταρίας σας συμβουλευόμαστε να το σβήνετε μετά την χρήση πιέζοντας τον διακόπτη.

- Για να δείτε το αποτέλεσμα απομνημόνευσης της τελευταίας μέτρησης,πίεστε το κουμπί ανάμματος για 2 δευτερόλεπτα με σβησμένο το θερμόμετρο.

Τα αποτελέσματα που παρατηρούνται αλλάζουν σε σχέση με την μέθοδο που χρησιμοποιήσατε.

**Ορθική μέτρηση: Από ιατρική άποψη είναι η πιά ακριβής μέθοδος μέτρησης και συνιστάται.** Εισάγετε προσεκτικά τον αισθητήρα στον ορθό σε βάθοςπερίπου 2 εκ. Μην κινηθείτε μέχρι το τέλος της μέτρησης (40-60 δευτερόλεπτα).

**Μέτρηση μασχαλίας: Σχετικά με την ορθική μέτρηση το αποτέλεσμα μέτρησης είναι γενικώς ταλαντευόμενο περίπου 0,5 °C ~1,5 °C.** Πριν ξεκινήσετε κρατήστε το μπράτσο στηρημένο στον θώρακα έτσι ώστε η μασχάλη να μείνει κλειστή για 5 λεπτά περίπου.

Τοποθετήστε τον αισθητήρα στο κέντρο της μασχάλης σε μιά σταθερή θέση, μην κινηστείτε το μπράτσο μέχρι το τέλος της μέτρησης (80-120 δευτερόλεπτα).

**Μέτρηση από το στόμα: Σχετικά με την ορθική μέτρηση το αποτέλεσμα μέτρησης είναι γενικώς πιά χαμηλό περίπου 0,3 °C ~ 0,8 °C.**

Τοποθετήστε τον αισθητήρα κάτω από την γλώσσα σε μιά σταθερή θέση και σε επαφή με την βλεννογόνο, αναπνεύστε με την μύτη και μην ανοίξετε το στόμα μέχρι το τέλος της μέτρησης (50-70 δευτερόλεπτα).

Για να διευκολύνετε την σύγκριση μεταξύ των αποτελεσμάτων σχετικά με διαφορετικές περιόδους είναι απαραίτητο να χρησιμοποιήσετε πάντα την ίδια μέθοδο μέτρησης.

Για να επιτύχετε μεγαλύτερη ακρίβεια συμβουλευόμαστε να επεκτείνετε την μέτρηση για 3 λεπτά μετά το μπίπ.



*Απολυμαίνετε τον αισθητήρα ανίχνευσης μόνον με οινόπνευμα ή με ισοδύναμα απολυμαντικά, ΜΗΝ βράσετε το θερμόμετρο! ΜΗΝ απολυμαίνετε σε κλίβανο!*

*Το προϊόν είναι ανθεκτικό στο νερό και γι αυτό το λόγο μπορεί να πλυθεί κάτω από τρεχούμενο νερό.*

*Εν πάσει περιπτώσει ΜΗΝ βυθίσετε το προϊόν για μεγάλη χρονικά διαστήματα!*

*Αποφύγετε την κατεύθυν έκθεση στις ακτίνες του ήλιου και στους ατμοσφαιρικούς παράγοντες.*

*Μην μετρήσετε θερμοκρασίες διαφορετικές από εκείνη του σώματος!*

### Αντικατάσταση μπαταρίας

- Η μπαταρία πρέπει να αντικατασταθεί όταν στην οθόνη αναβοσβήνει το σήμα  ή .

- Βγάλτε απαλά το πιάω κατάκι και απομακρύνεται την παλιά μπαταρία με την βοήθεια μιά οδοντογλυφίδας ή ενός σουβλιού.

- Τοποθετήστε μιά καινούργια μπαταρία των 1,5 V (LR/SR-41).

- Επανατοποθετήστε το πιάω κατάκι



*Μην λύνετε το προϊόν εκτός από τις απαραίτητες λειτουργίες για την αντικατάσταση της μπαταρίας!*

*Μην αφήνετε τις μπαταρίες ή το πιάω κατάκι στην πρόσβαση των παιδιών!*

*Η απόσυρση της συσκευασίας ή της μπαταρίας πρέπει να πραγματοποιηθεί ακολουθώντας τους νόμους που ισχύουν στην χώρα σας.*



**ΧΩΝΕΥΣΗ:** Το προϊόν δεν πρέπει να πεταχτεί μαζί με άλλα απορρίμματα του σπιτιού. Οι χρήστες πρέπει να φροντίσουν για την χώνευση των συσκευών μεταφέροντάς τες σε ειδικούς τόπους διαχωρισμού για την ανακύκλωση ηλεκτρικών και ηλεκτρονικών συσκευών. Για περισσότερες πληροφορίες στους χώρους συγκέντρωσης, επικοινωνήστε με την υπηρεσία του δήμου παραμονής σας, το τμήμα



Συσκευασία τύπου B