

Gebrauchs-
anweisung.

daysy[®] 



Wir gratulieren dir zu deiner
daysy^{®*}, dem neusten Fertiliäts-
monitor, auf dem Markt.

Unsere über 25-jährige Erfahrung in der Überwachung der weiblichen Fruchtbarkeit hat es uns ermöglicht dieses raffinierte und zuverlässige Gerät zu entwickeln. *Daysy*, ein Fruchtbarkeitsmonitor von seiner besten Seite. Verstehe deinen Zyklus und verändere dein Leben. Hast du Fragen oder möchtest du mehr Informationen zu *daysy* haben? Dann besuche unsere Webseite www.daysy.ch oder wende dich an unseren Kundendienst. Videomaterial zur Bedienung findest du unter: www.youtube.com/user/daysytutorials/videos.



©Valley Electronics AG, Zürich, 2014-01-13. Alle Rechte vorbehalten, 2014-01-13.

*Daysy ist ein eingetragenes Markenzeichen der Valley Electronics AG.

Wir wünschen dir einen erfolgreichen Start.

Daysy.

Mit *daysy* misst du jeden morgen deine Aufwachtemperatur unter der Zunge. Aus den digital gemessenen Temperaturdaten berechnet *daysy's* Algorithmus deine Fruchtbarkeit. **Bereits von der ersten Messung an ist *daysy* zu 99.3 % sicher.** Zusätzlich zur täglichen Temperaturmessung wird dich *daysy* bitten deine Menstruationstage einzugeben. *Daysy* hat auch eine App (*daysyView*), die du im iTunes Store herunterladen kannst. Diese App gibt dir zusätzliche Informationen zu deinem Zyklus (www.daysy.ch/app).

Lieferumfang:

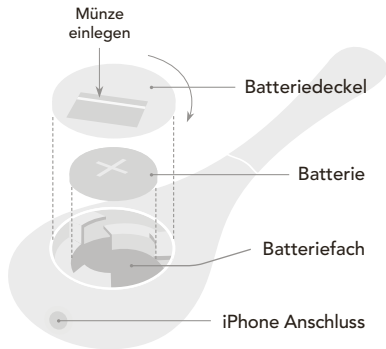
- Knopf-Batterie (CR2032)
- TRRS Audio-Kabel
- Schutzhülle
- Herstellergarantie

Vorsichtsmassnahmen.

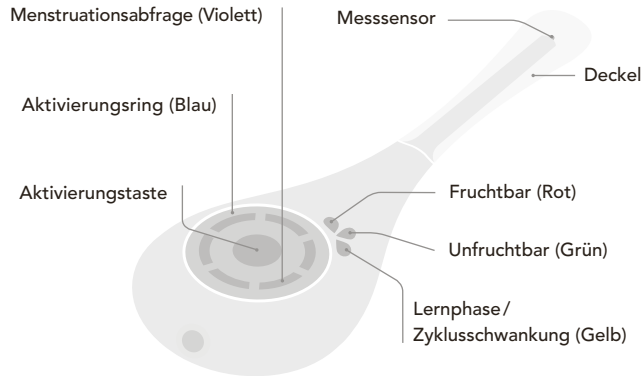
- Bitte lese diese Bedienungsanleitung bevor du mit *daysy* das erste Mal misst.
- Hormonelle Verhütung muss zuerst abgesetzt werden **bevor** du mit *daysy* beginnst.
- *Daysy* schützt dich nicht vor Geschlechtskrankheiten.
- *Daysy* kann nur von Frauen benutzt werden, deren Zyklus eine Dauer von 19 – 39 Tagen hat.
- *Daysy* ist nicht geeignet, wenn du kurz vor der Menopause stehst, einer hormonell bedingten Behandlung unterliegst oder wenn du hormonell verhütet.

Das Wichtigste zuerst: die Batterie.

1. Lege die gelieferte Knopfbatterie in *days*'s **Batteriefach** ein, so dass du das «+» sehen kannst. Danach schliesse das **Batteriedeckel** mit Hilfe einer Münze, indem du den **Batteriedeckel** gegen den Uhrzeigersinn drehst.
2. *Daysy* startet jetzt einen Selbsttest: Alle Lichter spielen einmal durch.
3. *Daysy* schaltet sich nach 30 Sekunden selbstständig aus.
4. *Daysy* schaltet sich durch kurzes Drücken der Aktivierungstaste ein.



Die Anzeigen und ihre Bedeutung.*



*Auf Seite 12 findest du alle wichtigen Anzeigekombinationen.

Handhabung.

1. Gleich wenn du aufwachst – bevor du aufstehst – nimm *daysy* und drücke einmal kurz die Aktivierungstaste. Der Aktivierungsring leuchtet kurz auf wie auch die Fruchtbarkeitsanzeige des Vortages.
2. Drücke ein zweites Mal auf die Taste und der Aktivierungsring leuchtet im Uhrzeigersinn. Die Messung kann beginnen.
3. Lege den Sensor unter deine Zunge, möglichst weit nach hinten rechts oder links unter die Zunge, und schliesse deinen Mund. Die Messung dauert ungefähr 90 Sekunden.
4. Pieps-pieps gibt das Ende der Messung an.*
5. *Daysy* zeigt dir deinen Fruchtbarkeitsstatus an für die nächsten 24 Stunden. Du kannst auch später am Tag deinen Fruchtbarkeitsstatus ansehen in dem du einmal auf die Aktivierungstaste drückst.

**Falls du ein ärgerliches «brumm» hörst, war die Messung nicht erfolgreich und du musst die Messung wiederholen.*

Menstruationseingabe.

- Nach der Messung blinkt gegebenenfalls das violette Licht «Menstruation», im Aktivierungsring.
- Bei Menstruation «Ja» bestätige Menstruation indem du die Aktivierungstaste gedrückt hältst bis das violette Licht konstant leuchtet und du einen Pieps hörst. Bestätige Menstruation so lange wie du Menstruation hast. Bestätige Menstruation an mindestens 3 aufeinander folgenden Tagen.
 - Bei Menstruation «Nein» mache gar nichts, das violette Licht blinkt weiter.
 - Falls du Menstruation hast und *daysy* fragt dich nicht danach, dann aktiviere Menstruation indem du die Aktivierungstaste so lange drückst bist das violette Licht konstant leuchtet.

Wichtig: *Erste Blutung nach Absetzen der Pille oder anderen hormonellen Verhütungsmethoden: Die erste Blutung nach Absetzen der Pille ist eine hormonell-bedingte Entzugsblutung und keine Menstruation. Auf keinen Fall Menstruation eingeben.*

Wichtig.

- Achte darauf, dass deine erste Tätigkeit am Morgen das Messen deiner Temperatur ist und dies **bevor du aus dem Bett kriegst**. Falls du es vergisst und schon aufgestanden bist, ist es besser die Messung für diesen Tag auszulassen.
- **Wenn du deine Tage hast, gebe diese ein.**
- Je regelmässiger du deine Temperatur misst, desto schneller lernt *daysy* deinen Zyklus kennen.
- Zu Beginn der Anwendung wirst du viel gelb sehen. *Daysy* muss dich erst einmal kennen lernen, dafür braucht sie 2 bis 3 gemessene Zyklen. Dies kann etwas mühsam sein, aber lass dich dadurch nicht entmutigen. Sobald *daysy* deinen Zyklus kennt, wirst du von ihren Vorzügen profitieren.

Reinigung.

Reinige *daysy* vorsichtig mit einem feuchten Tuch. Es kann auch ein wenig Alkohol oder Seife verwendet werden. Achte darauf dass *daysy* nicht mit viel Flüssigkeit in Kontakt kommt, da sie nicht wasserdicht ist.

Batterie.

Die Lebensdauer der mitgelieferten Batterie beträgt ungefähr 2 Jahre. Kurz bevor die Batterie leer ist, blinkt *daysy's* Aktivierungsring in kurzen Abständen. Bitte wechsele die Batterie innerhalb von 2 Tagen, so dass die Datenauswertung nicht beeinträchtigt wird. Wird die Batterie erst ersetzt nachdem sie komplett aufgebraucht wurde, muss *daysy* wieder lernen wo befindest du dich im Zyklus.

Was die Anzeigen bedeuten.

Fruchtbarkeitsanzeige			M-LED	Aktivierungsring	Bedeutung
Rot	Grün	Gelb	Violett	Blau	
leuchtet	–	–	–	–	Fruchtbar
blinkt	–	–	–	–	Eisprung
–	leuchtet	–	–	–	Unfruchtbar
–	–	leuchtet	–	–	Lernphase oder Zyklusschwankung
leuchtet	leuchtet	leuchtet	–	–	Schwangerschaft
blinkt	blinkt	blinkt	–	–	Mögliche Schwangerschaft
–	–	–	blinkt	–	Daysy bittet um Eingabe der Menstruation
–	–	–	leuchtet	–	Menstruation wurde für diesen Tag bestätigt
–	–	–	–	blinkt	Batteriewechseln

daysyView.

Dies ist *daysy's* App. Du kannst *daysyView* im iTunes Store herunterladen. Mit *daysyView* hast du deinen ganzen Zyklus im Auge und kannst alle relevanten Zyklusinformationen ansehen. Du hast auch die Möglichkeit diese Informationen mit deinem Partner zu teilen.

Mit *daysyView* erhältst du genauen Einblick in deinen ganz individuellen Zyklus und bekommst viele nützliche sowie spannende Informationen.

- Verbinde *daysy* mit dem iPhone in dem du das Kabel an *daysy* und dann an deinem iPhone anschließst.
- Öffne *daysyView* auf deinem iPhone und folge den angegebenen Schritten zur Bedienung.

Wichtig: Die App ermöglicht dir eine detaillierte Anzeige deiner Zyklusdaten. Sie zeigt dir jederzeit deinen aktuellen, vergangenen und prognostizierten Zyklusverlauf an. Die App ist nicht notwendig um *daysy* zu benutzen.

Fehlermeldung & Bedienprobleme.

Daysy zeigt viele gelbe Tage.

- Daysy braucht etwas Zeit um deinen Zyklus kennen zu lernen. In den ersten 2 bis 3 Zyklen (ca. 2 bis 3 Monate) muss daysy dich kennenlernen und gibt dir darum gelbe Tage «Lernphase» an. Das heisst: Je regelmässiger du jeden Morgen misst, desto schneller lernt daysy dich kennen und umso weniger gelbe Tage wird sie dir anzeigen.
- Falls du gelbe Tage hast nachdem du schon längere Zeit gemessen hast, bedeutet gelb, dass du Schwankungen in deinem Zyklus hast. Das ist ganz normal: Denn nicht jede Frau hat immer am gleichen Tag im Zyklus den Eisprung, manchmal kommt die Menstruation auch früher oder später.
- Mehr Informationen zu diesen Punkten kannst du auf unserer Webseite www.daysy.ch/FAQ finden oder kontaktiere unseren Kundendienst.

Daysy reagiert nicht nach dem Drücken der Aktivierungstaste.

Ersetze die Knopf-Batterie (CR2032). Sie ist überall erhältlich, wo Batterien verkauft werden.

Daysy's Aktivierungsring blinkt in kurzen Abständen.

Bitte wechsele die Batterie.

Daysy startet keine Messung aber brummt ärgerlich.

Entferne das Kabel vor der Messung.

Daysy zeigt viele rote Tage.

- *Daysy* zeigt dir mit rot die fruchtbaren Tage an. An durchschnittlich 6 Tagen pro Zyklus kann eine Frau schwanger werden. Die medizinischen Grundlagen dafür findest du auf unserer Webseite www.daysy.ch.
- *Daysy* zeigt häufiger rot an, wenn...
 - du nicht regelmässig misst. (z.B. häufiges auslassen der täglichen Messungen)
 - dein Zyklus sehr unregelmässig ist.
 - du Medikamente einnimmst, die deine Körpertemperatur beeinflusst oder wenn du viel Alkohol konsumierst.
 - du durch Zeitzonen reist oder einen sehr unregelmässigen Schlafrhythmus hast.
 - du nicht genug schläfst.

Daysy beendet die Messung mit einem ärgerlichen Brummen anstatt mit pieps-pieps.

Die Messung dauerte zu lange und wurde abgebrochen oder die Messung war nicht erfolgreich. Versuche diese Tipps zu befolgen:

- Lege den Sensor unter deine Zunge ganz nach hinten auf die rechte oder linke Seite.
- Schliesse deinen Mund gut zu.
- Nach Messbeginn darf *daysy* nicht aus dem Mund genommen werden, bis du den Pieps-pieps-Ton hörst.
- Solltest du Fieber haben, kann es sein, dass *daysy* die Messung nicht akzeptiert. Lasse in diesem Fall die Messung aus.

Nach dem Einsetzen der Batterie leuchtet die rote Anzeige auf und der Aktivierungsring blinkt in kurzen Abständen.

Etwas stimmt nicht mit *daysy*. Bitte kontaktiere unseren Kundendienst.

Ich brauche *daysy* in den nächsten Monaten nicht.

Was muss ich tun?

Wenn du *daysy* für eine längere Zeit nicht benutzen willst dann reinige *daysy*, entferne die Batterie und bewahre sie an einem trockenen Ort auf. Deine Daten gehen dabei nicht verloren.

Darf ich *daysy* mit einer Freundin teilen?

Nein: *Daysy* ist dein persönliches Gerät. Wenn du *daysy* einer Freundin weitergeben willst, musst du deine Daten vorher löschen.

Ich möchte *daysy* einer Freundin weitergeben.
Was muss ich dafür machen?

– *Daysy* muss zunächst gereinigt werden.

– Lösche danach deine Daten:

1. Entferne die Batterie. Warte für mindestens 24 Stunden.
2. Setze die Batterie nach den 24 Stunden wieder ein. *Daysy* beginnt automatisch mit einem Selbsttest: Alle Lichter spielen einmal durch. Währenddessen drücke und halte die Aktivierungstaste, *daysy* macht pieps-pieps, pieps-pieps...
3. Nach etwa 15 Sekunden brummt *daysy* ärgerlich.
4. Lass die Aktivierungstaste nun los und drücke erneut einmal kurz auf die Aktivierungstaste.
5. Nun sind alle Daten gelöscht und *daysy* piepst einmal um dies zu bestätigen.

Ich möchte meine *daysy* nach der Schwangerschaftspause wieder verwenden. Muss ich dafür meine alten Daten löschen?

- Ja, lösche deine alten Daten bevor du *daysy* wieder in Betrieb nimmst.
Die Schwangerschaft könnte deinen Menstruationszyklus verändert haben.
- Du kannst *daysy* während der Stillzeit verwenden. Beachte jedoch, dass *daysy* nur gelb anzeigen wird bis zum ersten Eisprung bestätigt wurde. Wir empfehlen dir während dieser Zeit eine Barriere-Methode (z.B. Kondom) zu verwenden.

Wie spricht *daysy* mit mir?

- Pieps-Pieps: *Daysy* ist glücklich. Die Messung war erfolgreich.
- Ärgerlicher Brumm: *Daysy* ist nicht zufrieden. Die Messung war nicht erfolgreich.
- Pieps: wenn du die Aktivierungstaste drückst bestätigt dieses *daysy* mit einem kurzem pieps.

Muss ich etwas berücksichtigen, wenn ich auf Reisen gehe oder wenn ich durch verschiedene Zeitzonen reise?

- Grundsätzlich musst du dabei nichts beachten. Sie ist weiterhin am Morgen für dich messbereit.
- Wenn du über Nacht reist, messe nicht am nächsten Morgen, sondern erst am darauf folgenden Tag, nach mindestens 4 Stunden Schlaf.
- Auf deiner Rückreise mach genau das gleiche.

Wo bekomme ich mehr Informationen zu meinem Zyklus?

Auf unserer Webseite www.daysy.ch kannst du mehr darüber lesen. Oder kontaktiere einfach unseren Kundenservice telefonisch oder per E-Mail.

Soll ich mehrmals täglich messen?

Daysy speichert täglich nur die erste Messung. Falls du nicht sicher bist, ob du die Messung bereits durchgeführt hast oder das Pieps-pieps nicht gehört hast, dann wiederhole die Messung solange du noch im Bett liegst. Daysy wird dann noch einmal messen; wird diese Messung jedoch nur speichern, wenn die Messung davor nicht erfolgreich war.

Ich habe ein paar Mal nicht gemessen. Was soll ich tun?

Es ist kein Problem, wenn du eine oder zwei Messungen ausfallen lässt. Daysy's Programm ist so programmiert, dass es auf deine bereits erfassten Daten und auf die bereits vorhandene Kenntnis deines Zyklus zurückgreift und die verpassten Messungen richtig einschätzt. Das Verpassen von mehreren Messungen pro Zyklus führt allerdings zu mehr gelben und roten Tagen.

Technische Daten.

Zweckbestimmung: Daysy ist ein batteriebetriebener Fruchtbarkeitsmonitor zur Messung deiner täglichen Basaltemperatur mit denen Frauen ihren Fertilitätszeitraum ermitteln können. Dieser wird über eine optische Darstellung von Fruchtbarkeitsanzeigen dargestellt.

Zielgruppen-Profil: Frauen, die 15 Jahre alt sind oder älter, mit 9+ absolvierten Schulklassen, lesen und schreiben können.

Wesentliche Leistungsmerkmale: Messung der Basaltemperatur, Bewertung und Anzeige des Fruchtbarkeitsstatus.

Gewicht: 42 g, **Batterie-Typ:** CR2032

Sicherheitshinweise.

- Lese den täglichen Fruchtbarkeitsstatus nicht von der App ab.
Am genauesten ist die Anzeige auf *daysy*.
- Das Gehäuse darf nicht geöffnet werden.
- Es darf nicht am Gehäuse rumgekaut werden.
- Das Gerät oder Teile davon dürfen nicht verschluckt werden.
- Das Gerät darf nicht modifiziert werden.
- Das Gerät darf nicht zu hohen Temperaturen ausgesetzt werden (z.B. kochendes Wasser).
- Das Gerät darf nicht über eine längere Zeit direktem Sonnenlicht ausgesetzt werden.
- Messungen dürfen ausschliesslich im Mund vorgenommen werden.
- Pass auf, dass du dir den Messsensor nicht zu tief in den Mund steckst.
- Bei defektem Gehäuse nicht mehr messen.

- Messungen dürfen nicht durchgeführt werden, solange das Kabel angeschlossen ist.
- *Daysy* darf an kein anders Geräte als an ein iPhone angeschlossen werden.
- Solange *daysy* an ein iPhone angeschlossen ist, darf das iPhone an keine weiteren Geräte angeschlossen werden.
- Führt das Gerät zu Hautirritationen, empfehlen wir den sofortigen Verwendungstop und die umgehende Konatkaufnahme mit unseren Kundenservice.
- *Daysy* ist ein persönliches Gerät. Sie darf nicht mit einer anderen Person geteilt werden. Wenn du *daysy* an eine Freundin weitergeben willst musst du erst deine Daten löschen.
- Unsachgemässe Handhabung des Gerätes kann eine ungewollte Schwangerschaft, bzw keine beim Einsatz zur Planung, mit sich ziehen.

Indikationen und Kontraindikationen.

Indikationen: *Daysy* ist ein Fruchtbarkeitsmonitor, welcher von Frauen angewendet wird die einen regelmässigen Zyklus zwischen 19 und 39 Tagen haben.

Kontraindikationen: *Daysy* darf nicht verwendet werden, wenn du kurz vor der Menopause stehst, einer hormonell-bedingten Behandlung unterliegst oder wenn du hormonell verhütet.

Zweckbestimmung: *Daysy* ist ein Fertilitätsmonitor mit oraler Anwendung, zur Messung der morgendlichen Aufwachtemperatur (Basale Körpertemperatur), durch welche Frauen ihren Fertilitätszeitraum ermitteln können.

Hinweis zur elektromagnetischen Verträglichkeit.

Medizinische elektrische Geräte unterliegen hinsichtlich der elektromagnetischen Verträglichkeit (EMV) besonderen Vorsichtsmaßnahmen. Sie dürfen nur nach den in den Begleitpapieren enthaltenen EMV-Hinweisen installiert und in Betrieb genommen werden.

Tragbare und mobile HF-Kommunikationseinrichtungen können medizinische elektrische Geräte beeinflussen. Damit es zu keinen Funktionsstörungen kommen, muss *daysy* mindestens 3,3m von solchen Geräten entfernt betrieben werden.

Wichtig: *Wie in der Tabelle 6 der IEC 60601-1-2:2007 dargestellt, hat ein typisches Mobiltelefon mit einer maximalen Ausgangsleistung von 2 Watt in einer Distanz von $d = 3,3\text{m}$ ein Störfeld von 3V/m .*

Generelle Informationen.



Hersteller



Herstellerdatum



Bitte lesen sie die
Gebrauchsanweisung



Achtung



CE Kennzeichnung



Smiley-Hinweis: Mit dem Smiley drücken wir unsere Hoffnung aus, dass du mit *daysy* genau so viel Spass hast, wie es uns Spass gemacht hat sie zu entwickeln.



WEEE: Bitte entsorge das Gerät in den öffentlichen Sammelstellen für Elektrogeräte. Entsprechend der örtlichen Gesetzeslage/-bestimmungen darf das Gerät und/oder die Batterie nicht mit der gewöhnlichen Müllabfuhr entsorgt werden.



Anwendungsteile des Typs BF



Lot Nummer



IP-Code: Geschützt gegen feste Fremdkörper ab einem Durchmesser von 12,5 mm und gegen Spritzwasser, wenn das Gehäuse bis zu 15° geneigt ist.

Lager- und Betriebsbedingungen.



Temperaturbegrenzung: Das Gerät kann problemlos bei einer Temperatur zwischen -25°C und 70°C gelagert werden.



Temperaturbegrenzung: Das Gerät kann bei einer Temperatur zwischen 5°C und 40°C problemlos benutzt werden.



Luftfeuchtigkeitsbegrenzung: Das Gerät kann bei einer relativen Luftfeuchtigkeit von bis zu 93% problemlos gelagert werden.



Luftfeuchtigkeitsbegrenzung: Das Gerät kann bei einer relativen Luftfeuchtigkeit von 15% bis 93% problemlos betrieben werden.



Druckgrenze: Das Gerät kann bei einem Druck zwischen 700hPa und 1060hPa gelagert werden.



Druckgrenze: Das Gerät kann bei der Benutzung einem Druck zwischen 700hPa und 1060hPa ausgesetzt werden.

Geräte-Etikette.



Die folgende Abbildung zeigt dir die Geräte-Etikette, welche auf der Rückseite von *daysy* angebracht ist. Zur besseren Lesbarkeit ist die Etikette hier vergrössert abgebildet.



**Entwicklung, Herstellung,
Vertrieb weltweit**

Valley Electronics AG

Marienstrasse 16

8003 Zürich, Schweiz

Tel: +41 44 577 68 69

Fax: +41 44 577 68 70

www.daysy.ch

info@daysy.ch

Für Fragen oder weitere Auskünfte kontaktiere deinen *daysy* Händler.