



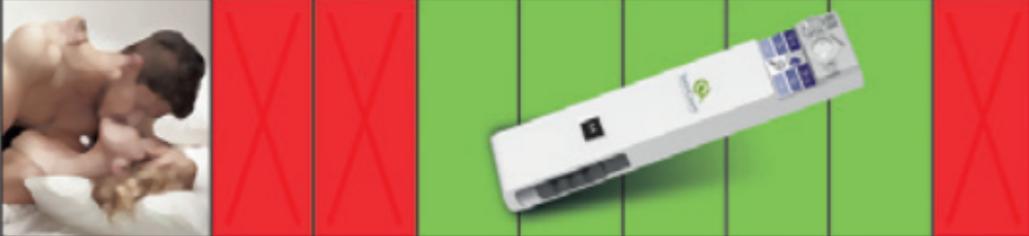
TESTVORRICHTUNG ZUR
ANWENDUNG DAHEIM



Ehe Sie den Test vornehmen:

- Lesen Sie die Anleitung aufmerksam
- Vergewissern Sie sich, dass die Bestandteile des Kits Raumtemperatur zwischen 18 und 30°C haben
- Prüfen Sie, dass alle Bestandteile des Kits unversehrt sind
- Haben Sie eine Uhr bei der Hand

Wann können Sie Ihre Spermienqualität testen?

	1	2	3	4	5	6	7	8
	X	X	✓	✓	✓	✓	✓	X

WICHTIG: Nehmen Sie Ihre Probe **MINDESTENS 2 Tage**, **ABER** nicht länger als 7 Tage nach Ihrer letzten Ejakulation.

Nehmen Sie Ihre Samenprobe

A



Sammeln Sie Ihre Samenprobe in dem mitgelieferten Sammelbecher. Stellen Sie sicher, dass Sie die gesamte Probe gesammelt haben. Verwenden Sie weder Kondom noch Gleitmittel, da dies die Spermazellen beschädigen könnte.

B

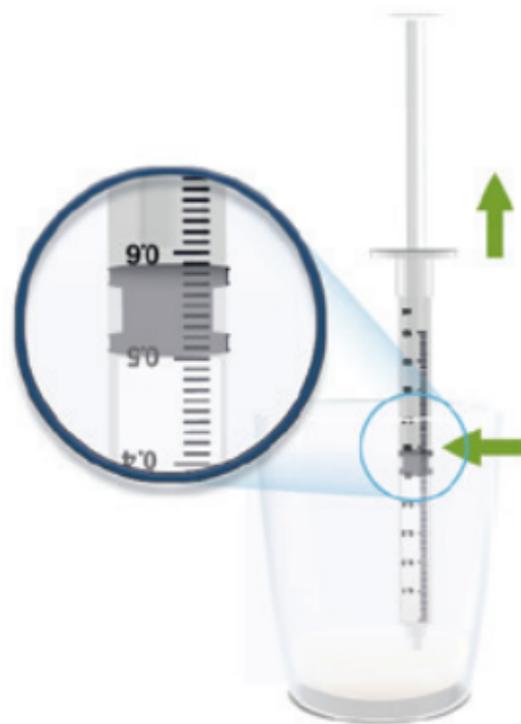


Lassen Sie die Probe 30 Minuten lang ruhen.

C

Es ist wichtig, dass Sie Ihre Spermienprobe nach dem Nehmen der Probe vor den folgenden Schritten 30 Minuten lang ruhen lassen. Die Wartezeit ist notwendig, damit die Spermienprobe sich verflüssigen kann.

Rühren Sie die Probe mit der Applikationsspritze zehn Mal um.

D

Entnehmen Sie mit der beigefügten Applikationsspritze 0,5 ml der Probe.

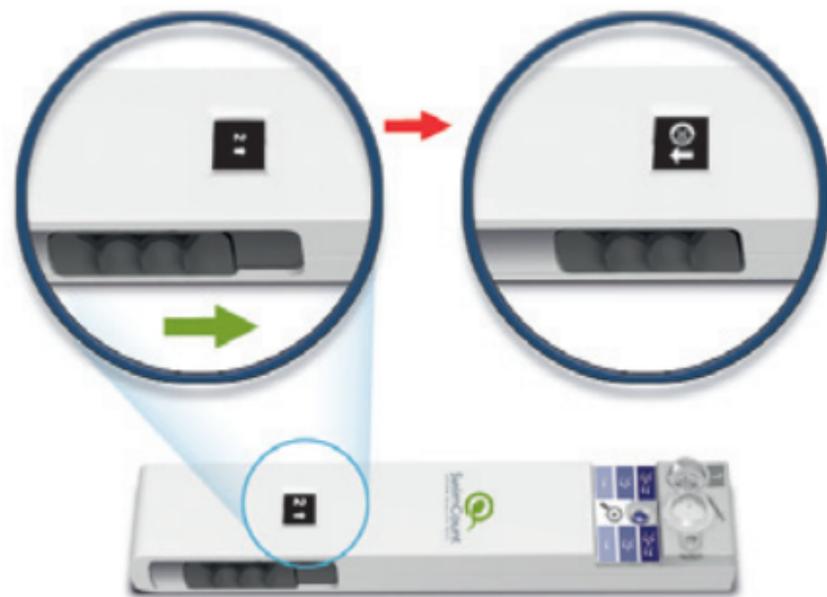
Führen Sie den Test durch

1



Die Testvorrichtung muss sich während des gesamten Testverlaufs auf einer **horizontalen** Oberfläche befinden. Geben Sie die Probe (0,5 ml) langsam mit der Applikationsspritze in den deutlich gekennzeichneten Probenbehälter **1**.

2



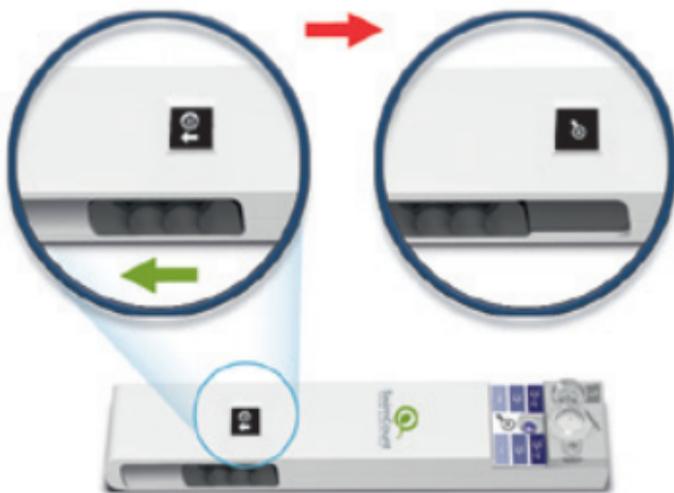
Schieben Sie den Schieber nun ganz nach vorne, um die Vorrichtung zu aktivieren. Nun wird das Tätigkeitsfenster: 

3



Warten Sie nun weitere 30 min, während Sie die Testvorrichtung auf einer **horizontalen** Oberfläche belassen.

4



Nach 30 min ziehen Sie den Schieber vollständig zurück in die von den Pfeilen markierte Position. Das Tätigkeitsfenster wird nun:

5



Das Ergebnis lässt sich im Fenster mit folgender Markierung ablesen:
Je dunkler die Farbe, umso mehr Spermien mit **guter Motilität** sind in der Samenprobe enthalten.

Untenstehende Tabelle zeigt, was die Farbintensität anzeigt:

Farbintensität Männlichen Fruchtbarkeit	Konzentration motiler Spermien (Millionen/ml)	Was bedeutet das Ergebnis?
NIEDRIG	< 5	Ihr Anteil motiler Spermien liegt nach den Maßstäben der WHO ¹ , unter dem normalen Niveau eines fruchtbaren Mannes. Männer mit niedrigem Anteil motiler Spermien haben im Vergleich zu Männern mit einem normalen Anteil motiler Spermien nachweislich eine geringere Wahrscheinlichkeit, ihrer Partnerin auf natürlichem Weg zu einer Schwangerschaft zu verhelfen. ^{2,3}
NORMAL (Mittel)	5-20	Ihr Anteil motiler Spermien liegt nach den Maßstäben der WHO über dem oder im normalen Bereich eines fruchtbaren Mannes. ¹ Männer mit einem Anteil motiler Spermien in diesem Bereich haben nachweislich eine gute Chance, ihrer Partnerin innerhalb von 12 Monaten auf natürlichem Weg zu einer Schwangerschaft zu verhelfen. ^{2,3}
NORMAL (Hoch)	>20	Ihr Anteil motiler Spermien liegt nach den Maßstäben der WHO über dem normalen Bereich eines fruchtbaren Mannes. ¹ Männer mit einem Anteil motiler Spermien in diesem Bereich haben nachweislich eine hohe Chance, ihrer Partnerin innerhalb von 12 Monaten auf natürlichem Weg zu einer Schwangerschaft zu verhelfen. ^{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.
Nicht zur empfängnisverhütenden Anwendung.

Wie funktioniert der Test?

Die Vorrichtung hat zwei Kammern und nur motile Spermien gelangen von einer Kammer in die andere. In der zweiten Kammer angelangt, werden die Spermien mit einem Farbstoff eingefärbt, die im Ergebnisfenster die entsprechende Färbung hervorruft. Je motiler die Spermien der Samenprobe, umso intensiver die violette Färbung.

Die männliche Fruchtbarkeit wird von mehreren Faktoren beeinflusst. Dieser Test wurde entwickelt, um einen dieser Faktoren zu überprüfen. Der Test misst die Zahl schwimmender (motiler) Samenzellen pro ml Samenprobe. Das Ergebnis ist die Konzentration motiler Spermien/ml. Die Chance, bei einer Frau auf natürlichem Weg eine Schwangerschaft auszulösen, steigt mit der Anzahl motiler Samenzellen (bis zu einer gewissen Grenze).

FRAGEN UND ANTWORTEN

Mein Ergebnis ist NIEDRIG. Was bedeutet das und was sollte ich jetzt tun?

Ein NIEDRIGES Ergebnis bedeutet, dass der Anteil motiler Spermien niedriger ist als der eines fruchtbaren Mannes. Sie sollten Ihren Arzt aufsuchen, um weitere Tests und Untersuchungen vorzunehmen. Ein NIEDRIGES Ergebnis bedeutet nicht zwangsläufig, dass Sie nicht in der Lage wären, bei einer Frau auf natürlichem Weg eine Schwangerschaft auszulösen. Ihr Arzt berät Sie zu den nächsten Schritten.

Wie sind NORMAL/NIEDRIG definiert?

Die Weltgesundheitsorganisation WHO definiert einen normalen Anteil motiler Spermien als Anteil von mehr als 5 Millionen motilen Samenzellen pro ml¹. Das bedeutet, dass in einer Gruppe fruchtbarer Männer 95 % von ihnen einen Anteil motiler Spermien von mehr als 5 Millionen/ml¹ haben.

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

Leistungsparameter

Mit einer Empfindlichkeit von 96 % und einer Genauigkeit von 91 % bietet SwimCount hervorragende Leistungsparameter für das Messen des Anteils motiler Spermien pro ml.

Wenn also der Test ergibt, dass Ihr Sperma mehr als 5 Millionen motile Spermien pro ml enthält, besteht eine Wahrscheinlichkeit von 96 %, dass Ihr Testergebnis korrekt ist. Wenn der Test ergibt, dass Ihr Sperma weniger als 5 Millionen motile Spermien pro ml enthält, besteht eine Wahrscheinlichkeit von 91 %, dass Ihr Testergebnis korrekt ist.

Chemische Zusammensetzung

SwimCount enthält eine Chemikalie zum Einfärben der motilen Spermien. Verwendet wird ein mit einer physiologischen Salzlösung gepufferter Farbstoff.

Wechselwirkungen

Von keinen der verwendeten Substanzen ist eine Beeinflussung der Testergebnisse bekannt.

Farbenblindheit

Achtung: Farbenblindheit kann die Fähigkeit zum korrekten Ablesen des Ergebnisses beeinträchtigen.

Mein Ergebnis ist NORMAL, doch meine Partnerin ist noch nicht schwanger, obwohl wir es seit mehreren Monaten versuchen. Was sollten wir tun?

Eines von sechs Paaren hat Schwierigkeiten, bei ihr eine Schwangerschaft auszulösen, und dabei können sich andere Faktoren als die Motilität der Spermien negativ auf die männliche Fruchtbarkeit auswirken. Diese Faktoren werden mit diesem Test nicht bewertet. Wenn Sie und Ihre Partnerin seit zwölf Monaten erfolglos eine Schwangerschaft anstreben, sollten Sie Ihren Arzt aufsuchen, um weitere Tests und Untersuchungen vorzunehmen.

Ich bin mir bei meinem Ergebnis unsicher. Was soll ich tun?

Wenn Sie sich bei Ihrem Ergebnis unsicher sind, können Sie sich unter info@swimcount.com an unsere Helpline wenden. Sie können den Test auch wiederholen, sollten aber mindestens 48 Stunden warten, ehe Sie eine neue Samenprobe testen.

Meine Samenprobe wurde im Verlauf von 30 Minuten nicht dünnflüssig oder wässrig. Was soll ich tun?

Manche Proben brauchen länger als 30 Minuten, um sich zu verflüssigen (dünnflüssig und wässrig zu werden). Sie können bei Bedarf länger warten. Wenn Ihre Probe sich im Verlauf von drei Stunden nicht verflüssigt, ist es besser, den Test nicht mit dieser Probe durchzuführen. Mustern Sie die Probe aus, spülen Sie den Sammelbecher einfach mit Wasser aus und lassen Sie ihn trocknen. Keine Seife verwenden.

Vergessen Sie nicht, 48 Stunden zu warten, ehe Sie die nächste Probe nehmen. Wenn bei der nächsten Probe das selbe Ergebnis eintritt, suchen Sie Ihren Arzt auf.

Der Test hat offenbar nicht funktioniert bzw. Teile des Testkits fehlten oder waren beschädigt. Was soll ich tun?

Wenn Teile des Testkits fehlen oder beschädigt sind bzw. wenn der Test offenbar nicht korrekt funktioniert, kontaktieren Sie uns bitte unter info@swimcount.com.

Was kann die Motilität der Spermien beeinträchtigen?

Es gibt eine Reihe von Faktoren, die sich auf Ihren Anteil motiler Spermien auswirken können:

- Wenn Sie unlängst (in den vergangenen 2 - 3 Monaten krank waren und insbesondere wenn Sie Fieber hatten, kann sich dies auf die Spermienqualität auswirken. Es ist dann besser, noch zu warten, ehe Sie einen neuerlichen Test der Spermienqualität vornehmen
- Wenn Sie anabole Steroide oder andere Medikamente mit Testosteron nehmen
- Ihre medizinische Vorgeschichte, darunter etwa folgende Befunde:
 - Hodenretention als Säugling
 - Varikozele (Hodenkrampfadern)
 - Leistenbeugenchirurgie wie etwa nach einem Leistenbruch
 - Mumps im Erwachsenenalter
 - Krebsbehandlung

Wenn einer der oben genannten Faktoren Sie besorgt, sollten Sie Ihren Arzt hinzuziehen, der Sie zu den nächsten Schritten beraten wird.

Kann ich etwas tun, um meinen Anteil motiler Spermien zu erhöhen?

Bislang gibt es wenig schlüssige Erkenntnisse, dass bestimmte Maßnahmen Ihren Anteil motiler Spermien erhöhen können, doch Folgendes kann helfen:

- Stoppen Sie die Einnahme anaboler Steroide (stellen Sie die Einnahme verschriebener Medikamente nur nach Rücksprache mit Ihrem Arzt ein). Die männliche Fruchtbarkeit kehrt oft wieder in den normalen Bereich zurück, wenn die Einnahme von Steroiden eingestellt wird.
- Duschen Sie statt heiß zu baden: Lange heiße Bäder können die Spermienqualität beeinträchtigen.
- Es ist immer gut, wenn Sie sich pflegen. Faktoren wie gesundes Essen, regelmäßiger Sport, Nikotinabstinenz und weniger Alkoholkonsum verbessern grundsätzlich den Gesundheitszustand.

Was soll ich tun, wenn ich den Test wiederholen möchte?

Sie können mit einem neuen Kit den Test wiederholen, sofern Sie nach dem vorangegangenen Test mindestens 48 Stunden warten. Wenn Sie nach Änderungen Ihrer Lebensgewohnheiten mögliche Verbesserungen der Spermienqualität testen wollen, sollten Sie mindestens zehn Wochen (2-3 Monate) warten, ehe Sie einen neuen Test machen. Es dauert zehn Wochen, bis neue Spermien produziert werden, Änderungen Ihrer Lebensgewohnheiten werden also vorher nicht sichtbar werden.

Wichtig

- Die Testvorrichtung ist wegwerfbar und nur für den einmaligen Gebrauch bestimmt
- Kann im normalen Hausmüll entsorgt werden
- Eine Vorrichtung mit abgelaufenem Verfallsdatum nicht verwenden
- Die Vorrichtung ist für den Gebrauch daheim
- Nur für In-Vitro-Diagnostik geeignet



MotilityCount ApS
Hvidkildevej 48,
DK-2400 København
Dänemark

LOT

Partienummer

IVD



Verfallsdatum



Bei 2-30 Grad lagern



Nicht erneut
verwenden

REF

1002.3

CE
0086

Testgenauigkeit
Empfindlichkeit 96%
Genauigkeit 91%