



OneStep-ägglossningstestet är ett snabbt och enkelt test som utförs på urin. Med ägglossningstestet kan man förutsäga när halten av LH (luteiniserande hormon) är som högst och när det är mest sannolikt att du har ägglossning.

### NÄR SKA DU GÖRA DET FÖRSTA TESTET?

För det första ska du beräkna längden på din menstruationscykel. Längden på menstruationscykeln räknas från den första dagen av din första menstruation fram till dagen före den följande menstruationens första dag. Kontrollera i tabellen när du ska göra det första testet. Kontakta läkare om din menstruationscykel är kortare än 21 dagar eller längre än 38 dagar. Om du inte vet hur lång din menstruationscykel är ska du göra det första testet 11 dagar efter den senaste menstruationens första dag. En menstruationscykel är i genomsnitt 28 dagar. Genomför testet under fem dagar eller tills LH-halten är som högst.

### NÄR SKA DU TA URINPROVET?

1. Den bästa tiden för att göra ägglossningstestet är mellan kl. 10 och 20.
2. Du ska helst göra ägglossningstestet samma tid varje dag.
3. Minska intaget av vätska cirka 2 timmar innan du tar urinprovet så att upptäckten av den högsta LH-halten inte förhindras.

### HUR SKA DU GÖRA TESTET?

1. Teststickan och urinen ska vara omkring rumstemperatur (18°C – 30°C).
2. Öppna den lufttäta förpackningen och ta fram testet.
3. Håll i teststickans handtag med ena handen och ta bort skyddshylsan i testets andra ände med den andra handen.
4. Lägg testet med den absorberande delen nedåt. Håll i testets handtag. Håll den absorberande delen i urinstrålen i 10 sekunder så att den blir helt blöt. Det andra alternativet är att doppa teststickans absorberande del i en behållare med urin i 10 sekunder.

**Låt inte stickan bli blöt över pilspetsen eftersom testet då kan vara missvisande.**

5. Sätt tillbaka skyddshylsan på testet och lägg teststickan på en plan, ren, torr och icke-absorberande yta (t.ex. på förpackningen).
6. Vänta tills du ser de färgade strecken i teststickans testfönster. Testresultatet är inte längre tillförlitligt om det har gått mer än tio minuter.

### HUR SKA DU LÄSA AV RESULTATET?

**\*Ingen ökning av LH:** Endast ett färgat streck syns på kontrollområdet eller också syns teststrecket men svagare än kontrollstrecket.

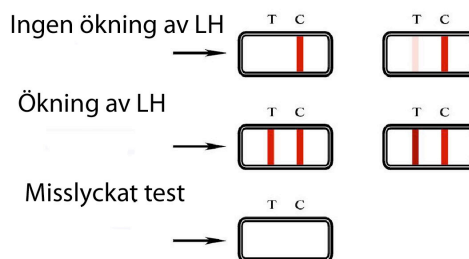
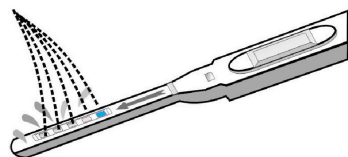
Detta betyder att halten LH inte har ökat.

**\*Ökning av LH:** Om det syns två färgade streck och teststrecket är lika tydligt som kontrollstrecket eller tydligare än det, sker ägglossningen sannolikt inom 24–48 timmar. Om du försöker bli gravid bör du ha samlag inom 24–48 timmar.

**\*Misslyckat test:** Inget streck syns. Gör om testet med ett nytt test.



Låt inte stickan bli blöt över pilspetsen eftersom testet då inte fungerar korrekt



Cyklens längd	Första testet
21 dagar	dag 6
22 dagar	dag 6
23 dagar	dag 7
24 dagar	dag 7
25 dagar	dag 8
26 dagar	dag 9
27 dagar	dag 10
28 dagar	dag 11
29 dagar	dag 12
30 dagar	dag 13
31 dagar	dag 14
32 dagar	dag 15
33 dagar	dag 16
34 dagar	dag 17
35 dagar	dag 18
36 dagar	dag 19
37 dagar	dag 20
38 dagar	dag 21

### FÖRVARING OCH HÅLLBARHET

Testet ska förvaras vid 4°C – 30°C i obruten förpackning. Testförpackningen ska skyddas mot direkt solljus och fukt.

Testförpackningarna har märkts med bäst-före-datum.