



Kasutusjuhend

Armasta oma keha:
Tere tulemast Daysy
kasutajate hulka!



Sisukord

Lehekülg 5-7 | Ettevaatusabinõud

Mida peaksid teadma.

Lehekülg 8-20 | Seadme toimimine

Kuidas Daysy-t kasutada.

Leheküljed 21-29 | Tehnilised märkmed ja garantii

Mida peaksid veel teadma.

Daysy kohta

Daysy kalkuleerib naise menstruaaltsükli staatuse tõlgendades tema basaalteratuuride andmeid. Daysy näitab Sinu menstruaaltsükli staatust kasutades värvikoodi. Daysy ei ole disainitud rasestumisvastase vahendi asendamiseks ning ei ole ka meditsiiniline termomeeter.

Tootepakendisse kuulub:

- Daysy
- Anduri kork
- Mikro USB kaabel
- Kasutusjuhend
- Kiirjuhend

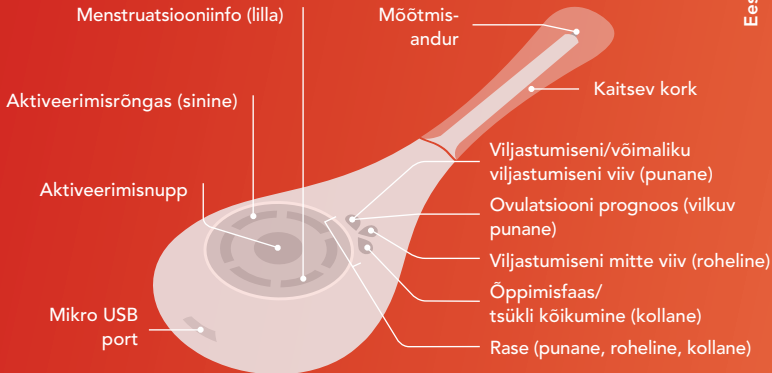
— Ettevaatusabinõud

- Enne Daysy esmakordset kasutamist loe palun läbi kasutusjuhend ning hoia see alles juhuks, kui hiljem vaja peaks minema.
- Enne Daysy kasutama hakkamist tuleks täielikult loobuda hormonaalsetest rasestumisvastastest vahenditest.
- Daysy-l võib olla raskusi Sinu viljastumiseni mitteviivate päevade tõlgendamisel, kui Sinu menstruaaltsükkel on ebaregulaarne.
- Daysy ei sobi kasutamiseks vahetult enne menopausi, kui oled hormoonasendusravil või kui tarbid hormonaalseid rasestumisvastaseid vahendeid.
- Daysy-t peaks kasutama ainult need naised, kelle tsükkel on 19-40 päeva pikk.
- Daysy ei kaitse Sind sugulisel teel levivate haiguste eest.
- Peaksid alati juhinduma Daysy peal igal hommikul kuvatavast värvikoodist aga mitte äpist.
- Enne Daysy esmakordset kasutamist lae aku täiesti täis.
- Ära kunagi ava Daysy korpust.
- Ära kunagi näri Daysy temperatuuriandurit.
- Ole ettevaatlik, et seadme osi ei neelataks alla.

- HOIATUS: seadme ehitust ei tohiks muuta.
- HOIATUS: väldi Daysy kasutamist vähem kui 30 cm kaugusel teistest elektroonika-seadmetest, kuna see võib viia Daysy riketeni.
- HOIATUS: Kasuta ainult seadmega orginaalpakendis kaasasolevaid kaableid ja varuosi, muude kasutamine võib viia Daysy riketeni.
- Vaata, et Daysy ei satuks liialt kuumale temperatuurile (näiteks keev vesi).
- Vaata, et Daysy ei jääks liiga kauaks otsese päikese kätte.
- Mõõda temperatuure ainult oma suust.
- Ära vii temperatuuriandurit liiga sügavale suhu.
- Ära mõõda Daysy-ga, kui korpus on katki.
- Ära mõõda Daysy-ga, kui Su suu on seest katki.
- Vaata, et Daysy ei jääks liiga suurte raskuste alla.
- Mõõda ainult siis, kui USB kaabel EI OLE Daysy külge ühendatud.
- Lae oma Daysy-t ainult standard 5V USB pordiga (IEC 60950-1 sobiv), mille maksimaalne väljundvoolutugevus on 1A ning maksimaalne võimsus on 4.5W, kaabliga, mis on lühem kui 50 cm. Ära mõõda Daysy-ga laadimise ajal.

- Ära torka Daysy-sse teravaid esemeid.
- Kui Sinu Daysy peaks ärritama nahka, siis lõpeta kohe kasutamine ning võta ühendust klienditoega niipea kui võimalik.
- Kõigist tösistest juhtumitest seoses seadmega tuleks teavitada tootjat ning vastavat EL-i liikmesriigi reguleerivat valitsusasutust.
- Sinu Daysy on mõeldud kasutamiseks ainult Sulle. Sa ei tohiks seda teiste naistega jagada. Kui soovid Daysy järgmisele kasutajale edasi anda peaksid esmalt oma andmed kustutama.
- Anna oma Daysy järgmisele kasutajale edasi ainult koos kasutusjuhendiga. Kasutusjuhendi ja muu info saab alla laadida daysy.me kodulehelt (või eesti-keelse juhendi viljakusmonitor.ee kodulehelt).
- Kasutajana võid kasutada oma Daysy kõiki funktsioone. Võid oma Daysy temperatuuriandurit ka ise puhastada, kui Daysy on välja lülitatud.
- Daysy ei ole rasestumisvastane vahend. Ebakorrekne kasutamine võib viia soovimatu raseduseni.
- Ära jäta Daysy-t lastele ja lemmikloomadele kättesaadavasse kohta.

Pilguheit kõikidele funktsioonidele*



* lehekülj 13 näitab Sulle kõiki ekraani kombinatsioone

9 — Samm 1: Daysy laadimine ja sisselülitamine

1. Ühenda oma Daysy pakendis kaasas oleva mikro USB kaabliga.
2. Ühenda kaabel USB porti. Vaata, et see oleks 5V port, mis ei anna rohkem kui 1A voolu.
3. Kui Sinu Daysy laeb, siis sinine valgus aktiveerimisrõngas liigub alt üles. Kõik sinised tulukesed lähevad põlema, kui aku on täiesti täis.
4. Ühenda kaabel oma Daysy küljest lahti. Nüüd võid Daysy sisse lülitada vajutades korraks aktiveerimisnuppu.

Mõõtmisindikaatorid: Mida iga indikaator tähendab



Lilla tuli vilgub: Daysy küsib, kas Sul on menstruatsioon. Kinnita, kui Sul on menstruatsioon hoides nuppu 2 sekundit all.



Lilla tuli jääb pidevalt põlema: Daysy kinnitab, et on Sinu menstruatsioonipäeva sisestuse arvesse võtnud. Kui sisestasid oma menstruatsiooni kogemata või ekslikult, siis hoia aktiveerimisnuppu uuesti alla kuni lilla hakkab jälle vilkuma.



Sinised tuled roteeruvad kellaosuti suunas: Sinu Daysy mõõdab temperatuuri. Kui soovid mõõtmist peatada hoia aktiveerimisnuppu 2 sekundit uuesti all.

— Samm 2: Temperatuuri mõõtmine

1. Kasuta oma Daysy-t igal hommikul enne voodist tõusmist. Selleks – eemalda kaitsev kork ning vajuta korraks aktiveerimisnuppu. Daysy peal ilmub prognoositav viljakusstaatus.
2. Vajuta nuppu teist korda ning aktiveerimisrõngake vilgub kellaosuti suunas. Nüüd võid mõõta.
3. Pane temperatuuriandur kas paremale või vasakule keele alla, selliselt et Sul oleks mugav ning sulge suu.
4. „Piiks-piiks“ tähendab, et mõõtmine õnnestus.*
5. Kinnitatud viljakusstaatus ilmub peale mõõtmist ning kehtib maksimaalselt 24 tunni jooksul või kuni mõõdad järgmisel hommikul. Võid vaadata oma viljakusstaatus uuesti sama päeva jooksul vajutades korra aktiveerimisnupule. Järgmisel päeval näitab Daysy Sulle enne mõõtmist prognoositavat viljakusstaatus.

* Kui kuuled „grrrrt“ korisevat häält „piiks-piiks“ asemel, siis tähendab see, et mõõtmine ei õnnestunud ning Sul tuleb uuesti proovida.

Viljakusindikaatorid: Mida iga indikaator tähendab



Viljastumisvõimeline/
võimalik viljastumine



Rase



Viljastumiseni mitte viiv



Ovulatsioon (prognoos)



Õppimisfaas/tsükli kõikumine

— Samm 3: Menstruatsiooniantdmete sisestamine Daysy-sse

Kui lilla „**menstruatsiooni**“ tuluke vilgub aktiveerimisrõngas tähendab see, et Daysy küsib kas Sul on menstruatsioon.

- Kui Sul **on** menstruatsioon, siis kinnita see vajutades aktiveerimisnuppu kuni lilla tuluke jääb pidevalt põlema ning ei vilgu enam ja kuuled kahte piiksu. Kinnita menstruatsioon iga päev, kui Sul esineb aktiivset veritsust, minimaalselt kolmel järjestikusel päeval.
- Kui Sul **ei ole** menstruatsioon, siis ära tee midagi, las lilla vilgub.
- **Kui Sul on menstruatsioon aga Daysy ei vilguta lillat:** Sisesta ikkagi hoides aktiveerimisnuppu all kuni lilla jääb pidevalt põlema.

NB! Kui Sul peale pillide või muu hormonaalse rasestumisvastase vahendiga lõpetamist tekib esimest korda veritsus, siis ei tähenda see, et Sul on menstruatsioon. Ära sisesta seda veritsemist mingil juhul kui menstruatsiooni.

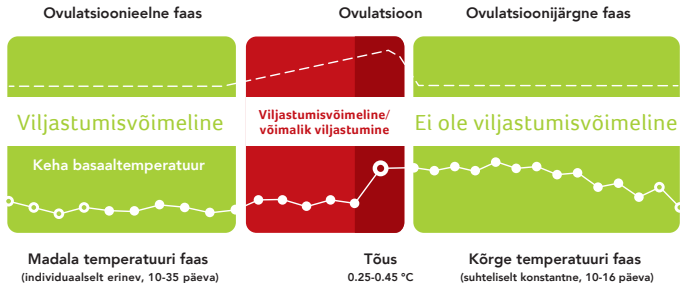
DaysyView: Rohkem infot Daysy äpist



DaysyView annab väärtuslikku informatsiooni Sinu tsükli osas. See võimaldab Sul infot jagada ka oma partneriga.

Lülita oma telefonis sisse **Bluetooth®**, ava DaysyView ning vajuta kaks korda Daysy aktiveerimisnupule. Daysy peal süttib sinine valgus, millele järgneb lühike meloodia. Kui sinine valgus jääb põlema siis tähendab see, et ühendus oli edukas. Peale seda jälgi lihtsalt äpi instruksioone.

Sinu tsükli kulgemine



NB!

Kuidas Daysy-t korrektselt kasutada

- Tee kindlaks, et mõõdad oma temperatuuri esimese asjana hommikul enne voodist väljatulemist. Kui unustad ning oled juba voodist välja tulnud, siis ära enam mõõda.
- Kui Sul on menstruatsioon, siis sisesta vastavalt.
- Mida regulaarsemalt mõõdad, seda kiiremini õpib Daysy Sinu tsüklit tundma.
- Kui alustad Daysy kasutamist, näed alguses palju kollaseid ja punaseid päevi. Järgneva 3-4 tsükli jooksul õpib Daysy Sinu menstruaaltsüklit rütmi tundma ning hakkad nägema aina enam rohelisi päevi.

— Puhastamine

- Puhasta Daysy enne ja peale iga kasutuskorda
- Daysy anduri puhastamiseks kasuta niisket lappi. Soovi korral võid kasutada ka alkoholi või seepi. Kuna Sinu Daysy ei ole veekindel, siis väldi seadme kontakti sattumist veega, niisuta ainult seadme kaela ja andurit.

Aku

- Üks laadimine peab vastu 1-2 kuud, olenevalt sellest, kui tihti oma Daysy-t kasutad. Andmaks märku, et aku on peaaegu tühi, hakkab Daysy aktiveerimisrõngas vilkuma tihedate intervallidega. Lae akut nädala jooksul. Normaalse kasutamise korral laeb aku ikka veel 80% oma mahutavusest peale 500. laadimistsükli.
- **NB!** Ära mõõda samal ajal kui Daysy laeb.

Veateated/ Probleemid kasutamisel

Minu Daysy ei reageeri, kui vajutan aktiveerimisnuppu.

Palun lae oma Daysy ning proovi seejärel uuesti sisse lülitada enne, kui kontakteerud klienditoega.

Aktiveerimisrõngas minu Daysy peal vilgutab sinist lühikeste intervallidega. Palun lae oma Daysy akut.

Minu Daysy ei mõõda.

- Eemalda USB kaabel enne mõõtmist.
- Kui Sinu Daysy teeb „piiks-piiks“, siis tähendab see, et mõõtmine on juba antud päevaks edukalt toimunud.

Rohkem infot KKK seksioonis www.viljakusmonitor.ee lehel või kontakteerudes klienditoega.

Minu Daysy lõpetab mõõtmise „grrrt“ heliga, „piiks-piiks“ heli asemel.

Mõõtmine võttis liiga kaua, oli häiritud või ebaedukas.

Jälgi neid nõuandeid:

- Nagu enne, aseta andur oma keele vasaku või parema poole alla nii sügavale, kui Sul mugav on.
- Sulge oma suu.
- Ära eemalda Daysy-t oma suust enne, kui kuuled piikse.
- Daysy ei pruugi aksepteerida mõõtmist, kui Sul on palavik.
Ära mõõda, kui oled haige.
- Kui andur määrdub, puhasta seda lihtsalt niiske lapiga.

Punane indikaator süttib ja aktiveerimisrõngas vilgub lühikeste intervallidega.

Miski on Sinu Daysy-ga valesti. Palun võta ühendust klienditoega.

Mul ei lähe oma *Daysy*-t paar järgnevat kuud vaja. Mida peaksin tegema?

Kui Sa ei plaani oma *Daysy*-t pikemat aega kasutada, puhasta ta, lae aku täis ning aseta jahedasse, kuiva kohta.

Kuidas *Daysy* minuga suhtleb?

- “Piiks-piiks”: *Daysy* on õnnelik. Mõõtmine oli edukas.
- “Grrrt”: *Daysy* ei ole rahul. Mõõtmine ei olnud edukas.
- “Piiks”: *Daysy* piiksub, kui vajutad aktiveerimisnuppu.
- Meloodia: *Daysy* on just aktiveerinud **Bluetooth®**-i.

— Tehniline info

Võtmefunktsioonid

Nimi ja mudel: Daysy **Toide:** Sisemine

Sisaldab FCC ID: WAP2001 **IC:** 7922A-2001 **USB port:** USB 2 Mikro-B

Ühilduvus

iOS: Versioon 10.0 ja uuem **Android:** Google Android versioon 5.0 ja uuem

Bluetooth®: Version 4.0 ja uuem

Mõõtmed: Kõrgus/Laius/Sügavus 13/2.2/4.8cm

Kaal: 38g **EAN kood:** 7 629999 054073

Tehniline info

Daysy äpi kasutamiseks vajad **Bluetooth®**-iga töötavat nutitelefoni või tahvelarvutit OS 10.0/ Android 5.0 või uuem.

Bluetooth®: Bluetooth® 4.1 **Sagedus:** 2400 – 2480 MHz

GFSK modulatsioon: FHSS **Annab edasi:** 0 dBm

Näidustused ja vastunäidustused

Näidustused: Daysy on menstruaaltsükli jälgimiseks mõeldud seade, mida kasutavad naised, kelle tsükkel on regulaarselt 19-40 päeva pikk.

Vastunäidustused: Sa ei peaks Daysy-t kasutama järgmistel juhtudel:

- Põed seisundit, mil rasedus oleks Sinu jaoks ohtlik, näiteks on Sinu vererõhk liiga kõrge või liiga madal, Sul on südamehaigus vms.
- Rasedusaegsed terviseriskid sündimata beebile, näiteks kannatad uimasti- või alkoholisoituvuse käes või võtad ravimeid, mis võivad põhjustada sünnidefekte.
- Kui Sul esineb menopausi sümptomeid või oled hormoonasendusravil või kasutad hormonaalseid rasestumisvastaseid vahendeid.
- Sul esineb ebaregulaarset veritsemist. See võib häirida viljakusstaatuse prognoosi või teha selle jälgimise võimatuks.
- Daysy ei ole meditsiiniline termomeeter ning seda ei peaks kasutama kehatemperatuuri mõõtmiseks palaviku või haiguse korral.
- Daysy ei ole rasestumisvastane vahend.

— Märge elektromagneetilise ühilduvuse osas

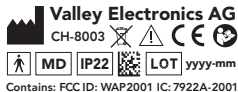
Elektriliste meditsiiniseadmete suhtes tuleb rakendada erilist ettevaatust elektromagneetilise ühilduvuse (EMC) suhtes. Daysy ei ole mõeldud professionaalseks, vaid on mõeldud kodus kasutamiseks.

Kaasaskantavad ja mobiilsed RF kommunikatsiooni seadmed võivad mõjutada elektrilist meditsiinitehnikat. Daysy vastab elektromagneetilise ühilduvuse osas nõuetele EN 60601-1-2. Infot selle nõude kohta võib saada klienditoelt või tootja kodulehelt daysy.me.

Sihtgrupi profil

18 aasta vanused naised ja vanemad, kes on omandanud vähemalt üheksaklassilise hariduse ning oskavad lugeda ja kirjutada.

Seadme silt



Sellised märgid on leitavad Sinu Daysy tagaküljelt. Silt on toodud suurendatult parema loetavuse eesmärgil.

Üldinfo



Tootja



Loe neid juhiseid hoolikalt



Ettevaatust



CE silt



Meditsiiniline seade



**LOT number /
tootmiskuupäev**

Patendi number: US 8,998,822



WEEE: Palun viska see seade elektroonika ümbertöötlemisjaama. Kohalikud seadused/regulatsioonid keelavad selle seadme ja aku viskamise üldprügi hulka.



Tüüp-BF rakendusosad



IP kood: Kaitstud tahkete võõrkehade suhtes diameetriga 12.5 mm ning pritsmekindel, kui korpus on pööratud 15°.

Hoidmise ja kasutamise tingimused



Temperatuuri limiit: Seda seadet võib hoida $-20\text{ }^{\circ}\text{C}$ ja $45\text{ }^{\circ}\text{C}$ vahel.



Temperatuuri limiit: Seda seadet võib kasutada piiranguteta $5\text{ }^{\circ}\text{C}$ ja $40\text{ }^{\circ}\text{C}$ vahel.



Niiskuslimiit: Seda seadet võib hoida kuni 93% relatiivse niiskuse käes.



Niiskuslimiit: Seda seadet võib kasutada piiranguteta 15 % ja 93% relatiivse niiskuse vahel.



Rõhu limiit: Seda seadet võib hoida rõhkude 700 hPa ja 1060 hPa vahel.



Rõhu limiit: See seade talub rõhku 700 hPa ja 1060 hPa vahel.

— Garantii

Daysy on toodetud ülima tähelepanelikkusega kasutades kõrgeima kvaliteedi ja tehnilise taseme materjale. Iga Daysy läbib mitmeid kontrole ja inspeksioone enne väljalaskmist.

1. Garanteerime, et esmakasutajal ei esine Daysy materjali- ega töödefekte garantiiperioodil.
2. Garantiiperiood algab päeval, kui uus Daysy müüakse lõppkasutajale autoriseeritud edasimüüja poolt.* Garantii kehtib kaks aastat.
3. Garantiiperioodil parandame, vahetame uue vastu või maksame seadme eest raha tagasi. Edasised nõuded, eriti kadumine ja kaasnev kahju ei kuulu garantii alla. Garantii ei kata kaudseid kahjusid.

** Garantii kehtib ainult juhul, kui oled oma Daysy ostnud Valley Electronics-i ametlikult esindajalt.*

4. Garantii ei kata kahjusid, mis tulenevad seadme ebakorrektselt kasutamisest, eriti korpuse avamisest, kahju tekitamisest tootja poolt kinnitatud kleepsule või teiste väliste tegurite mõjul.
5. Garantiinõuded kehtivad vaid juhul, kui kasutaja annab defektist koheselt kirja teel teada, st. mitte hiljem, kui kahe nädala jooksul hetkest, mil defekt avastati. Kui defekt on avastatud, ei tohiks Daysy-t enam kasutada, vaid see tuleks ametlikule esindajale tagastada koos originaalarvega läbi kindlustatud postiteenuse.

Küsimuste korral või soovides rohkem infot, saab pöörduda enda riigi Daysy esindaja poole.

Ülevaade: Mida Daysy indikaatorid tähendavad?

Staatus indikaator			M tulu	Ringike	Tähendus
Punane	Roheline	Kollane	Lilla	Sinine	
Pöleb	-	-	-	-	Viljastumisvõimeline faas/võimalik viljastumine
Vilgub	-	-	-	-	Ovulatsioon (prognoos)
-	Pöleb	-	-	-	Ei ole viljastumisvõimeline
-	-	Pöleb	-	-	Õppimisfaas või tsükli kõikumne
Pöleb	Pöleb	Pöleb	-	-	Rasedus
Vilgub	Vilgub	Vilgub	-	-	Võimalik rasedus
-	-	-	Vilgub Vilgub	-	Daysy küsib menstruatsiooni sisestamist
-	-	-	Pöleb	-	Menstruatsioon antud päevaks kinnitatud
-	-	-	-	Roteerub	Temperatuuri mõõtmine
-	-	-	-	Vilgub	Aku vajab laadimist
-	-	-	-	Tõuseb	Aku laeb
-	-	-	-	Pöleb	Aku laetud
-	-	-	-	1 tulu vilgub	Bluetooth® lubatud