

myLotus FAQ's

A. Was ist myLotus?

1. Was ist myLotus?

- myLotus ist ein neues Gerät zur Überwachung der Fruchtbarkeit zu Hause (Selbsttest) und zum Testen der Schwangerschaft, das Ihre Chancen auf eine natürliche Schwangerschaft erhöht.
- Es zeigt, was in Ihrem Körper mit Ihren Fruchtbarkeitshormonen passiert, wie sich diese über Ihren Monatszyklus verändern und wann Sie am fruchtbarsten sind.
- Es misst Ihre Fruchtbarkeitshormonspiegel in der Privatsphäre Ihres Hauses und gibt Ihnen mehr Einblick und Verständnis für Ihren monatlichen Zyklus.

2. Woraus besteht myLotus?

- myLotus besteht aus dem myLotus Fertilitätsmonitor, dem myLotus Ovulation (LH) Test, dem myLotus Schwangerschaftstest (hCG) und der myLotus Fertility App.
- Das myLotus Starter Pack besteht aus einem Monitor, 3 Packungen (3 x 20 Tests) mit Ovulationstests (LH) und 3 Packungen (3 x 3 Tests) mit Schwangerschaftstests (hCG). Die Tests können separat nachbestellt werden. Die Testergebnisse können nur vom myLotus Fertilitätsmonitor interpretiert werden. Die App ist kostenlos erhältlich und funktioniert in Kombination mit dem myLotus Fertility Monitor, kann aber auch als eigenständiger Fertilitäts-Tracker verwendet werden.

3. Wie funktioniert myLotus?

- Der myLotus Fertilitätsmonitor ist ein kleiner tragbarer Zweizweck-Monitor, der es ermöglicht, den Zeitpunkt des Eisprungs (LH-Test) und die Präganz (hCG-Test) selbst zu bestimmen. Der myLotus Fertilitätsmonitor erkennt, wenn Sie kurz vor dem Eisprung stehen, indem er ein "+" Zeichen anzeigt. Es tut dies, wenn es den "Anstieg" Ihres Körpers auf der Ebene des luteinisierenden Hormons (LH) sieht, einem wichtigen Fruchtbarkeitshormon, das in Ihrem Urin vorhanden ist. Es liefert auch Ihr Basisniveau von LH vor dem Stoß und die Änderungsrate in Ihrem LH-Niveau über Ihren Zyklus. Wenn Sie Schwierigkeiten haben zu begreifen, wird es für Ihren Arzt nützlich sein zu wissen, ob Ihr LH-Basisniveau niedrig, hoch oder normal ist und wie schnell es sich über Ihren Zyklus verändert.
- Du kannst deine Ergebnisse in die KOSTENLOSE herunterladbare App eingeben, dein Profil ansehen, deine Trends überprüfen und deine fruchtbarste Zeit für Sex festlegen. Die Daten werden persönlich in Ihrer App gespeichert und können mit Ihrem Arzt geteilt werden, um Ihre Chancen auf eine Empfängnis zu verbessern.
- Der myLotus Fertilitätsmonitor ermöglicht auch die Untersuchung auf Schwangerschaften. Einige Tage, nachdem der LH-Anstieg erkannt wurde, fordert der Monitor einen hCG-Test an. Wenn keine Schwangerschaft festgestellt wird, fordert der Monitor 2 Tage später einen weiteren hCG-Test an.

4. Inwiefern unterscheidet sich myLotus von anderen herkömmlichen Ovulationstests/Fertilitätsmonitoren?

- myLotus ist der einzige Fertilitätsmonitor für den Heimgebrauch, der klare quantitative Ergebnisse liefert, die den laborgestützten Tests entsprechen.
- myLotus misst die Konzentration des luteinisierenden Hormons (LH) aus dem Urin. Es ermöglicht Frauen mit LH-Basiswerten über oder unter dem Normalbereich, ihre fruchtbarsten Tage zu identifizieren. (siehe Q.7)

5. Wer kann myLotus nutzen?

- Frauen, die versuchen zu begreifen, wer ihre fruchtbarste Phase identifizieren will.
- Frauen, die versuchen zu schwanger zu werden, die ihre fruchtbaren Tage nicht ohne weiteres mit traditionellen Ovulationstests identifizieren können.
- Frauen, bei denen eine unerklärliche Unfruchtbarkeit diagnostiziert wurde. Um herauszufinden, ob die Ursache für das Problem, das sie haben, darin liegen könnte, dass ihr LH-Basisniveau über oder unter dem Normalbereich liegt.
- Frauen mit unregelmäßigen Zyklen und Perioden, Frauen ohne oder mit großer Zyklusunregelmäßigkeit sowie Frauen, die an PCOS leiden.
- Frauen, die ihre hormonellen Muster oder Veränderungen in ihren Mustern, Zeiten und Menstruationszyklen besser verstehen wollen.

6. Funktioniert myLotus für alle Altersgruppen?

- myLotus wirkt bei allen Frauen im reproduktiven Alter.

7. Wenn Sie bereits Ovulationstests verwendet haben und nicht schwanger geworden sind, wird myLotus dann für Sie funktionieren?

- Studien zeigen, dass es Unterschiede im Bereich der LH-Konzentrationen bei Frauen gibt, viele Frauen haben LH-Basiswerte, die über oder unter dem "normalen" Bereich liegen. Es gibt auch große Unterschiede zwischen den einzelnen LH-Werten, ihren Stoßzeiten und ihrem Profil. z.B. 19% der Frauen haben reduzierte LH-Spitzenwerte, die mit herkömmlichen Ovulationstests nicht erkannt werden, d.h. sie würden falsch negative Ergebnisse erhalten.
- Wenn Ihr LH-Basiswert über oder unter dem Normalbereich liegt, liefert myLotus ein gemessenes (quantitatives) Ergebnis, das sich von herkömmlichen (qualitativen) Ovulationstests unterscheidet. Traditionelle Tests liefern nur ein qualitatives Ergebnis, d.h. sie vergleichen zwei Linien in einem Urinest und zeigen ein positives - "Smiley-Gesicht" oder negatives - "kein Smiley-Gesicht". Viele Frauen werden nicht in der Lage sein, ihren LH-Anstieg oder ihr LH-Profil mit traditionellen Testmethoden zu messen, da die Schwelle dieser Tests auf durchschnittlichen woman's Daten basiert.
- Wenn Sie ein LH-Basisniveau haben, das über oder unter dem Normalbereich liegt und dies der Grund für Ihre Empfängnisprobleme ist, hilft Ihnen myLotus, Ihre fruchtbaren Tage zu identifizieren und Ihre Chancen auf eine natürliche Schwangerschaft zu erhöhen.

8. Wie oft sollte ich myLotus verwenden?

Der myLotus Fertilitätsmonitor ist einfach zu bedienen, wenn Sie sich mit der Funktionsweise vertraut gemacht haben. Überprüfen Sie Ihren Monitor jeden Tag, um zu sehen, ob Sie einen Test machen sollten. Während der ersten Tage Ihres Zyklus werden Sie gebeten, zu bestätigen, ob Sie bluten (in Ihrer Periode) oder nicht. In Ihrem ersten Zyklus werden Sie am Tag 8 aufgefordert, einen Ovulationstest (LH) durchzuführen. Jeden Tag fordert der Monitor Sie auf, einen weiteren Ovulationstest (LH) durchzuführen, bis eine Überspannung erkannt wird. Dies geschieht für maximal 20 Tage. 12 Tage nachdem der LH-Anstieg erkannt wurde, fordert der Monitor einen Schwangerschaftstest (hCG) an.... Nach Ihrem ersten Zyklus lernt der Monitor-Algorithmus Ihr personalisiertes Hormonprofil kennen und prognostiziert Ihre nächsten Zyklus-Testtage für LH und hCG.

9. Benutze ich myLotus während meines Menstruationszyklus?

Es ist am besten, myLotus jeden Tag zu überprüfen. Es wird Ihnen sagen, ob Sie an diesem Tag testen müssen oder nicht. Mylotus lernt etwas über Ihre individuellen Zyklustrends und Sie können eine Aufzeichnung Ihrer sexuellen Aktivität und Tagebuchnotizen führen..

10. Warum don't Ich bekomme jeden Monat die gleichen Werte?

Es gibt standardisierte Erwartungen daran, was ein "normaler" Zyklus ist. Diese basieren auf Durchschnittswerten aus Tausenden von Frauenzyklen, um eine erwartete Norm zu schätzen. Tatsächlich gibt es erhebliche Schwankungen zwischen den Frauen und auch zwischen den Monatszyklen. Es ist völlig normal, dass die Messwerte von Zyklus zu Zyklus variieren. Die Fähigkeit, Ihre persönlichen

Hormonspiegel und die Änderungsrate des Hormonspiegels zu messen, kann Frauen helfen, ihren Zyklus und ihre Art der Varianz zu verstehen.

11. Wenn der Monitor doesn't LH erkennt, bedeutet das, dass ich unfruchtbar bin?

Nein. Jeder Mensch hat eine gewisse Menge an LH und der Monitor kann erkennen, was diese Menge ist. Einige Frauen werden den schnellen LH-Anstieg nicht als Hinweis darauf sehen, dass der Eisprung bevorsteht. myLotus wird diesen LH-Anstieg bei Frauen mit einem kleinen Peak erkennen, der mit herkömmlichen Ovulationstests nicht nachgewiesen werden kann. Einige Frauen haben lange Zyklen und myLotus ermöglicht es Ihnen, die Tests fortzusetzen. Wenn Sie nicht ovulieren, wird myLotus das vollständigste Muster Ihrer LH-Homone Ergebnisse liefern, das für Ihren Arzt von Interesse sein wird.

12. Soll ich meinem Arzt sagen, dass ich myLotus verwende?

Ja, Sie können Ihre Ergebnisse mit Ihrem Arzt teilen, um Ihre Chancen auf eine Schwangerschaft zu verbessern.

13. Mein LH-Anstieg ist in früheren Tests nicht aufgetreten, warum ist das so?

Es gibt große Variabilität in den Hormonmustern, Hormonspiegeln, LH-Schüben über alle Frauen und Zyklen. myLotus ermöglicht es Ihnen, Ihre Hormonspiegel zu testen, wann immer Sie wollen. Das bedeutet, dass Sie sich bei jedem Zyklus ein Bild von Ihrem Hormonprofil machen können und sehen, wie regelmäßig oder unregelmäßig Sie sind. Sie können Notizen in die App eingeben, um sich auf Ihren Lebensstil, Ihre Essgewohnheiten oder Ihre Gesundheitsversorgung (z.B. die Einnahme von Medikamenten) zu beziehen, die Ihre Hormone beeinflussen könnten. Einmalige Ereignisse können schwierig sein, sich auf eine Ursache zu beziehen, aber die Überwachung Ihres Hormonspiegels kann Ihnen oder Ihrem Arzt wichtige Informationen liefern.

14. Ich erwäge eine IVF-Behandlung, um schwanger zu werden, würde ich wissen, wann mein LH-Anstieg nützlich ist?

Es gibt verschiedene Arten von IVF-Verfahren und IVF-Spezialisten könnten an Ihrem Hormonprofil interessiert sein. Sie werden diese Tests oft selbst durchführen, so dass es sich lohnt, sie durch die Informationen zu führen, die Sie mit myLotus gesammelt haben.

15. Woher bekomme ich mehr Teststäbchen?

Sie können myLotus Ovulation (LH) und Schwangerschaft (hCG) Tests über den myLotus Shop auf mylotus.com bestellen.

B. Fertility

16. Was ist der Eisprung und warum ist es wichtig zu wissen, wann er stattfindet?

Der Eisprung ist, wenn Ihr Eierstock eine reife Eizelle freisetzt. Ihr Eisprungtag kann von Zyklus zu Zyklus variieren und ist von Frau zu Frau unterschiedlich. Eine genaue Methode, um Ihre persönlichen fruchtbaren Tage zu identifizieren, ist die Messung der Veränderungen Ihrer Fruchtbarkeitshormone. Eines Ihrer wichtigsten Fruchtbarkeitshormone ist das Luteinisierende Hormon (LH), das der zuverlässigste Indikator für den Eisprung innerhalb der nächsten 24-48 Stunden ist.

17. Was ist LH und warum ist es so wichtig?

Das Timing des fruchtbaren Fensters kann sehr unvorhersehbar sein, selbst wenn Sie regelmäßige Zyklen haben. Diese hohe Variabilität macht es wichtig, Ihre Fruchtbarkeitshormone zu messen, wenn Sie versuchen, ein Baby zu bekommen. Das luteinisierende Hormon (LH) ist ein anerkannter Marker für den bevorstehenden Eisprung. LH ist in Ihrem Körper auf einer bestimmten Basisebene vorhanden und Ihre LH-Basiswerte sind normalerweise niedrig. LH beginnt kurz vor dem Eisprung zu schwanken. Der Peak in den LH-Werten löst den Eisprung aus, der etwa 24-48 Stunden später stattfindet. Der Tag des LH-Anstiegs und der Tag danach sind Ihre beiden fruchtbarsten Tage in Ihrem Zyklus. Wenn Sie innerhalb Ihrer fruchtbarsten Tage ungeschützten Geschlechtsverkehr haben, maximieren Sie Ihre

Chancen auf eine Schwangerschaft. Die Identifizierung Ihres LH-Anstiegs ist daher wichtig, um Ihre fruchtbarsten Tage zu bestimmen.

18. Was ist meine fruchtbare Periode?

Ihre fruchtbare Periode ist eine Periode von etwa 6 Tagen, die bis zum Tag des Eisprungs dauert und am Tag des Eisprungs endet. Diese Periode kombiniert sowohl die Überlebenszeiten des Spermias als auch der Eizelle. Studien haben gezeigt, dass die Wahrscheinlichkeit einer Empfängnis nach dem Eisprung rapide sinkt, was auf eine kurze Überlebenszeit für die reife Eizelle hindeutet. Es ist daher wichtig, den Zeitpunkt des Eisprungs zu bestimmen, um die Chancen auf eine Empfängnis zu maximieren..

19. Ich habe keine Fristen oder habe sie mit großer Unregelmäßigkeit. Kann ich myLotus trotzdem nutzen?

Wenn Sie nicht schwanger sind und keine Periode haben oder diese mit großer Unregelmäßigkeit haben, können Sie myLotus trotzdem verwenden, um Ihren LH-Hormonspiegel zu überwachen und Ihre fruchtbare Phase zu bestimmen. Sie können Ihre Ergebnisse in die myLotus Fertility App einbinden oder Ihre LH-Ergebnisse auf der Grafik im Eisprungtest-Stickpack darstellen. Das Profil Ihrer LH-Hormonschwankungen, die für Ihren Arzt von Interesse sein können. Eine ausführliche Anleitung zur Verwendung des myLotus Fertilitätsmonitors und der Ovulationstests finden Sie in der Gebrauchsanweisung.

20. Warum ist es wichtig, meinen Basis-LH-Wert zu kennen?

Nur 44% der Frauen haben ein "normales" LH-Kurvenprofil und 19% der Frauen haben einen reduzierten oder kleinen LH-Peak.

Die Kenntnis Ihres persönlichen LH-Konzentrationsprofils ist daher wichtig, um Ihre Chancen auf eine Schwangerschaft zu verbessern.

Niedrige Basis-LH-Werte:

Viele Frauen haben niedrige Basiswerte von LH, was zu einem LH-Anstieg führen könnte, der nicht die Nachweisgrenze herkömmlicher Ovulationstests erreicht. Mit myLotus können Sie Ihren Anstieg auch bei niedrigem LH-Basisniveau erkennen.

Hohe Basis-LH-Werte:

Wenn Sie hohe Basiswerte von LH haben, besteht eine hohe Wahrscheinlichkeit, dass Sie in diesem Zyklus nicht schwanger werden. Die Möglichkeit, Ihre hohen LH-Werte mit myLotus zu sehen, ermöglicht es Ihnen, diese Ergebnisse mit Ihrem Arzt zu besprechen und kann für das Management Ihrer Fruchtbarkeitsreise nützlich sein.

21. Wie genau ist der myLotus-Ovulationstest?

Der myLotus-Ovulationstest ist über 99% genauer als derjenige, der auf Labortests basiert und bei 40 mIU/mL ein positives Ergebnis zeigt.

22. Bei mir wurde eine unerklärliche Unfruchtbarkeit diagnostiziert. Was bedeutet das?

Unerklärliche Unfruchtbarkeit bedeutet, dass Ärzte keinen klinischen Grund finden können, warum Sie nicht schwanger werden können, und oft wird empfohlen, weiterhin regelmäßigen ungeschützten Sex zu haben oder eine IVF in Betracht zu ziehen. Ein hoher Basenwert von LH kann eine mögliche Ursache für unerklärliche Unfruchtbarkeit sein. Die Messung Ihrer persönlichen LH-Hormonkonzentration während Ihres monatlichen Zyklus liefert wertvolle Informationen für Sie und Ihren Arzt, um Ihre Chancen auf eine Empfängnis zu verbessern.

C. Schwangerschaft

23. Wie hoch ist die geschätzte Chance, auf natürliche Weise schwanger zu werden?

Bei fruchtbaren Paaren beträgt die durchschnittliche Chance, schwanger zu werden, 20% in einem bestimmten Zyklus. In Studien gehen 73% der Frauen, die nach 6 Monaten nicht schwanger sind, innerhalb der nächsten 18 Monate zur Empfängnis. Nach 30 Monaten ist dieser Anteil auf 77%

gestiegen. Dies kann zu einer potenziell langen und frustrierenden Wartezeit führen, ohne zu wissen, ob etwas nicht stimmt oder nicht.

24. Ich denke, ich bin schwanger, was soll ich tun?

Wenn die Eifertilisation (Empfängnis) erfolgreich ist, dann beginnt etwa 12 Tage später das Schwangerschaftshormon Choriongonadotropin (hCG) zu steigen. Der myLotus Monitor berechnet Ihren hCG-Testtag basierend auf Ihren Tests und der Erkennung Ihres LH-Anstiegs. Alles, was Sie tun müssen, ist, sich Ihren Monitor anzusehen, um zu sehen, ob ein hCG-Test angefordert wird. Sie wird in der Regel 12 Tage nach einer '+' LH-Messung oder einem LH-Stoß angefordert.

Wenn keine Schwangerschaft festgestellt wird, wird der Monitor Sie 2 Tage später und 2 Tage danach erneut um einen Schwangerschaftstest bitten und Sie haben auch die persönliche Wahl, jederzeit einen hCG-Test durchzuführen.

25. Wie genau ist der myLotus Schwangerschaftstest?

Der myLotus-Schwangerschaftstest hat sich in Labortests als über 99% genau erwiesen, wenn es darum geht, eine Schwangerschaft ab dem Tag der Fälligkeit der Periode festzustellen.

D. myLotus Fertilitäts-Applikation

26. Wo kann ich die myLotus Fertility App herunterladen?

Die App kann von der mylotus-Website mylotus.com oder direkt aus dem App Store heruntergeladen werden..

27. Ich muss die App deinstallieren und neu installieren. Werde ich meine Daten verlieren?

Wenn Sie unseren Cloud-Server zur Datenspeicherung nutzen, können Ihre Daten wiederhergestellt werden.

28. Die App stürzt immer wieder ab. Was soll ich tun?

Kontaktieren Sie uns unter info@mylotus.com oder rufen Sie unsere Support-Careline unter + 44 1234 480870 an.

29. Ich möchte meine Testergebnisse ändern. Wie mache ich das?

Sie können die Ergebnisse jederzeit ändern. Sie tippen einfach auf den Tag, an dem Sie das Testergebnis ändern möchten, und ändern es.

30. Ich habe die falschen Informationen eingegeben, als ich mich eingeloggt habe. Wie kann ich das ändern?

Du gehst in die **Benutzereinstellungen** und kannst alle Informationen wie Passwort, Name, E-Mail-Adresse, etc. ändern.

31. Wie kann ich meine Periode hinzufügen oder bearbeiten?

Sie tippen einfach auf den Tag, an dem Sie Informationen über Ihre Periode hinzufügen oder bearbeiten möchten, und nehmen jede Änderung vor, die Sie vornehmen möchten, oder wenn es Ihr erster Zyklus mit einem leeren Kalender ist, tippen Sie einfach auf den Tag Ihrer ersten Blutung und drücken Sie "bestätigen".

32. Was kann ich in meiner Verlaufsansicht sehen?

In Ihrer **Verlaufsansicht** sehen Sie die historischen Zyklen, in denen Sie Informationen hinzugefügt haben. Sie sehen die Zyklusdauer, die Daten, an denen Ihre Zyklen begonnen und beendet wurden, sowie Ihre Periodentage, Ihre fruchtbaren Tage mit einem positiven LH-Ergebnis und wenn Sie ein positives Schwangerschaftsergebnis eingegeben haben. Sie können auch Ihren Namen, Ihre E-Mail-

Adresse, Ihr Alter und Ihren BMI im oberen Bereich der Historie sehen. Die App bietet auch ein Notiztagebuch für Ihre sexuelle Aktivität.

33. Wie viele Zyklen kann ich in meiner Verlaufsansicht sehen?

Die App speichert Ihren aktuellen Zyklus und die letzten 12 Zyklen.