

# Εγχειρίδιο οδηγιών femSense Fertility



©SteadySense GmbH,

Kärntner Straße 518,

8054 Seiersberg-Pirka, Austria

έκδοση: 2.2, ημερομηνία έκδοσης: 2022-12-06



Απαιτείται NFC



# Περιγραφή συμβόλου


---

 αριθμός παρτίδας

 Κατασκευαστής

 Μπορεί να χρησιμοποιηθεί μέχρι


 Ιατρική συσκευή

 Προϊόν μίας χρήσης

 Απορρίψτε το στη θήκη μπαταριών


 Θερμοκρασία αποθήκευσης

 ακολουθήστε τις ηλεκτρονικές οδηγίες χρήσης

 Ακολουθήστε τις ηλεκτρονικές οδηγίες χρήσης

 πράσινη κουκκίδα

 Οδηγίες ασφαλείας

 Πληροφορίες

# Οδηγίες χρήσης

Διαβάστε προσεκτικά τις οδηγίες χρήσης και τις οδηγίες ασφαλείας και ακολουθήστε τις με ακρίβεια. Η ακατάλληλη χρήση ή απόρριψη του επιθέματος (patch) αισθητήρα μπορεί να είναι επιβλαβής για την υγεία και μπορεί να ενέχει κίνδυνο για τρίτους.

## Τι είναι το femSense?

Το femSense είναι μια ιατρική συσκευή που χρησιμοποιείται για τον προσδιορισμό της γονιμότητας μιας γυναίκας σε μια δεδομένη ημέρα. Το femSense αποτελείται από ένα φορητό έμπλαστρο μέτρησης θερμοκρασίας, το Patch αισθητήρα femSense και την υποστηρικτική smartphone εφαρμογή για iOS και Android.

Το femSense Patch είναι ένα προϊόν μίας χρήσης που φοριέται κάτω από το χέρι για περίοδο έως και 7 ημερών, όταν μια γυναίκα είναι πιο γόνιμη, κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου μετρά, καταγράφει και αναλύει συνεχώς τα δεδομένα θερμοκρασίας σώματος για να προσδιορίσει την τρέχουσα κατάσταση γονιμότητάς της.

Το femSense μπορεί να χρησιμοποιηθεί για τον προσδιορισμό των γόνιμων και μη γόνιμων φάσεων του εμμηνορροϊκού κύκλου μιας γυναίκας, είτε για την υποστήριξη φυσικών μεθόδων οικογενειακού προγραμματισμού είτε για τον προγραμματισμό εγκυμοσύνης. Η εφαρμογή femSense επικοινωνεί με το έμπλαστρο που διαθέτει τον αισθητήρα, καθοδηγεί τον χρήστη μέσω του συστήματος και δείχνει στον χρήστη μια προβολή ημερολογίου για τη γονιμότητά της κατά τη διάρκεια του εμμηνορροϊκού κύκλου. Ο χρήστης μπορεί να επιλέξει ποια λειτουργία εφαρμογής επιθυμεί να χρησιμοποιήσει – Προειδοποίηση Γονιμότητας ή Get Pregnant.

- Στη **λειτουργία Get Pregnant**, η εφαρμογή σας παρέχει πληροφορίες σχετικά με τον κύκλο σας, τις πιο γόνιμες μέρες σας όταν είναι πιο πιθανό να μείνετε έγκυος και εάν και πότε θα μπορούσε να ανιχνευθεί η ωορρηξία.
- Στη **λειτουργία παρακολούθησης γονιμότητας**, η εφαρμογή σας παρέχει μια ημερολογιακή επισκόπηση της καθημερινής σας κατάστασης γονιμότητας, σας δείχνει τις ημέρες υψηλής γονιμότητας και εάν και πότε θα μπορούσε να ανιχνευθεί ωορρηξία.

Το έμπλαστρο (patch) femSense είναι ένα μη επεμβατικό προϊόν που μπορεί να εφαρμοστεί μόνο σε υγιές δέρμα και το οποίο, με βάση τις μετρήσεις της θερμοκρασίας του σώματος, παρέχει πληροφορίες σχετικά με τις γόνιμες μέρες μιας γυναίκας. Δεν προορίζεται για διαγνωστική ή θεραπευτική χρήση. Το femSense δεν εμφανίζει τιμές θερμοκρασίας.

# Ποιος μπορεί να χρησιμοποιήσει το femsense

Το femSense απευθύνεται σε γυναίκες αναπαραγωγικής ηλικίας 16-49 ετών που είτε επιθυμούν να αποκτήσουν παιδιά είτε θέλουν να παρακολουθούν την κατάσταση γονιμότητας του εμμηνορροϊκού τους κύκλου.



Το femSense δεν αποτελεί μορφή αντισύλληψης και δεν προστατεύει από τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα.

## Αντενδείξεις

Ορισμένες ιατρικές καταστάσεις δεν επιτρέπουν στο femSense να μετρήσει αξιόπιστα την ωορρηξία. Αυτά περιλαμβάνουν:

- Σοβαρές, οξείες ή χρόνιες ασθένειες
- Κατάχρηση νικοτίνης ή αλκοόλ
- Αμηνόρροια
- Ολιγομηνόρροια (πολύ σπάνια εμμηνορροϊκή αιμορραγία)
- Σύνδρομο πολυκυστικών ωοθηκών (PCOS)
- Παχυσαρκία (ΔΜΣ > 30)
- Ιριδισμός
- Γνωστή αλλεργία σε έμπλαστρα δέρματος
- Φάρμακα που μπορούν να επηρεάσουν τη θερμοκρασία του σώματός σας
- Οι ορμονικές θεραπείες (π.χ. αντισυλληπτικό χάπι, ενέσεις ορμονών, ορμονική σπείρα κ.λπ. ) μπορεί να επηρεάσουν τη θερμοκρασία του σώματος και συνεπώς να επηρεάσουν την αξιοπιστία του femSense.

Οι συνθήκες ακραίου βάρους μπορεί να μειώσουν την αξιοπιστία του femSense Fertility. Εάν δεν είστε σίγουροι αν το femSense είναι κατάλληλο για εσάς, μιλήστε με το γιατρό σας πριν χρησιμοποιήσετε το femSense.



## Οδηγίες ασφαλείας

- Το έμπλαστρο είναι προϊόν μιας χρήσης, χρησιμοποιήστε το μόνο μία φορά και όχι για περισσότερο από 7 ημέρες. Σε περίπτωση επαναχρησιμοποίησης, η αντοχή της κόλλας του επιθέματος δεν είναι πλέον εγγυημένη και το επίθεμα μπορεί να αποκολληθεί. Επιπλέον, η επαναχρησιμοποίηση μπορεί να προκαλέσει ερεθισμό του δέρματος λόγω μόλυνσης.
- Μην χρησιμοποιείτε το έμπλαστρο εάν είστε άρρωστοι.
- Κρατήστε το έμπλαστρο μακριά από άτομα με αναπηρία, παιδιά και ζώα.
- Μην εφαρμόζετε το έμπλαστρο πάνω σε πληγές ή εκδορές.
- Μην χρησιμοποιείτε το έμπλαστρο εάν είστε αλλεργικοί σε κόλλες.
- Μην διπλώνετε ή λυγίζετε το έμπλαστρο.
- Μην χρησιμοποιείτε το έμπλαστρο εάν έχει υποστεί ζημιά.
- Μην κάνετε μπάνιο μεγάλης χρονικής διάρκειας και μην κολυμπάτε ενώ φοράτε το έμπλαστρο.
- Μην εφαρμόζετε το έμπλαστρο εάν η κολλητική επιφάνεια έχει λερωθεί.
- Μην επιχειρήσετε να αποσυναρμολογήσετε ή να ανοίξετε το έμπλαστρο.
- Εάν αφαιρέσετε ένα έμπλαστρο και εφαρμόσετε ένα νέο έμπλαστρο για τον επόμενο κύκλο, τοποθετήστε το κάτω από τον άλλο βραχίονα.
- Το femSense δεν επηρεάζει άλλες ηλεκτρονικές συσκευές. Το femSense δεν επηρεάζεται κατά την κανονική χρήση.
- Για χρήστες με βηματοδότη: Φορέστε το επίθεμα μόνο στην πλευρά του σώματος μακριά από την καρδιά, καθώς το smartphone μπορεί να αλληλεπιδράσει με τον βηματοδότη. Εάν δεν είστε σίγουροι, ρωτήστε το γιατρό σας.
- Το femSense μπορεί να αντιδράσει απρόβλεπτα σε συνδυασμό με ισχυρά μαγνητικά πεδία. Αφαιρέστε το επίθεμα πριν από τις εξετάσεις μαγνητικής ή αξονικής τομογραφίας.
- Το έμπλαστρο είναι μια μικρή ηλεκτρονική συσκευή και δεν πρέπει να απορρίπτεται σε κανονικά οικιακά απορρίμματα.
- Μην πετάτε το έμπλαστρο στη φωτιά, η μπαταρία θα μπορούσε να εκραγεί.
- Μην φοράτε το έμπλαστρο περισσότερο από ό, τι καθορίζεται από την εφαρμογή.
- Εάν αισθάνεστε το έμπλαστρο άβολα στο δέρμα σας, αφαιρέστε το αμέσως.
- Χρησιμοποιήστε το έμπλαστρο μόνο υπό τις καθορισμένες περιβαλλοντικές συνθήκες.
- Αποθηκεύστε το έμπλαστρο σε ξηρό μέρος και προστατέψτε το από το ηλιακό φως.
- Η χρήση του επιθέματος μπορεί να προκαλέσει τοπικούς ερεθισμούς του δέρματος.
- Το έμπλαστρο δεν πρέπει να φοριέται από άτομα που δεν ανήκουν στη συγκεκριμένη ομάδα χρηστών femSense (γυναίκες άνω των 18 ετών σε αναπαραγωγική ηλικία)
- Το έμπλαστρο δεν πρέπει να εκτίθεται μόνιμα σε πεδίο NFC.
- Η αυξημένη δραστηριότητα του ανοσοποιητικού συστήματος (π.χ. λόγω εμβολιασμού) μπορεί να ευνοήσει βραχυπρόθεσμες δερματικές αντιδράσεις στην περιοχή όπου εφαρμόζεται το επίθεμα. Αφαιρέστε το επίθεμα αμέσως εάν αισθάνεστε άβολα.
- Ένας πολύ υψηλός ΔΜΣ (>30) μπορεί να επηρεάσει την ακρίβεια του femSense. Μπορεί επίσης να

προκαλέσει δυσφορία, ερεθισμό του δέρματος, μη ανίχνευση της ωορρηξίας και βλάβη του αισθητήρα.



## Πώς να χρησιμοποιήσετε το femSense

- Το femSense έχει σχεδιαστεί για ανίχνευση ωορρηξίας και δεν εμφανίζει καμπύλες θερμοκρασίας.
- Η ενημέρωση κώδικα μπορεί να διαβαστεί μόνο μέσω NFC.
- Χρειάζεστε την εφαρμογή femSense για να μπορείτε να χρησιμοποιήσετε το patch.
- Το patch πρέπει να φοριέται μόνο σύμφωνα με τις οδηγίες στην εφαρμογή.
- Μόνο ένα patch μπορεί να χρησιμοποιηθεί ανά κύκλο.
- οι μεγάλες παραλλαγές μήκους κύκλου μπορούν να μειώσουν την αξιοπιστία του femSense
- Το patch πρέπει να φορεθεί στη σωστή θέση κάτω από το βραχίονα για να εξασφαλιστεί αξιόπιστος προσδιορισμός ωορρηξίας.
- Μην εφαρμόσετε το patch έως ότου η εφαρμογή σας δώσει εντολή να το κάνετε.
- Εφαρμόστε το έμπλαστρο μόνο όπως περιγράφεται στις οδηγίες χρήσης.
- Πλύνετε και στεγνώστε καλά το δέρμα κάτω από το χέρι πριν εφαρμόσετε το έμπλαστρο.
- Μην χρησιμοποιείτε αποσμητικά ή κρέμες πριν εφαρμόσετε το έμπλαστρο.
- Μην αγγίζετε την κολλώδη πλευρά του patch, καθώς αυτό μπορεί να επηρεάσει την κολλητική του ισχύ.
- Μην τεντώνετε υπερβολικά το επίθεμα κατά την εφαρμογή, καθώς αυτό μπορεί να προκαλέσει ερεθισμό του δέρματος.
- Λύστε καλά το έμπλαστρο σε όλες τις πλευρές μετά την εφαρμογή.
- Αποφύγετε να φοράτε σουτιέν που είναι πολύ στενά ενώ φοράτε το επίθεμα, καθώς μπορεί να προκαλέσουν σημεία πίεσης και να επηρεάσουν τις μετρήσεις.
- Το έμπλαστρο πρέπει να διαβάζεται τουλάχιστον μία φορά την ημέρα μέσω NFC. Για καλύτερα αποτελέσματα, συνιστάται να διαβάζετε το έμπλαστρο κάθε μέρα το πρωί και το βράδυ.
- Το έμπλαστρο δεν πρέπει να φοριέται για περισσότερο από 7 ημέρες.
- Αφαιρέστε αμέσως το patch εάν αισθάνεται άβολα.
- Αποφύγετε τα σπορ υψηλής έντασης ή άλλες δραστηριότητες που προκαλούν υπερβολική εφίδρωση (σάουνα / ατμός / μπάνιο) κατά τη χρήση του patch.
- Θα πρέπει να αποφεύγετε την παρατεταμένη ηλιοθεραπεία και περιβάλλοντα που μπορούν να επηρεάσουν σημαντικά τη θερμοκρασία της επιφάνειάς σας κατά τη χρήση.
- Καθημερινές δραστηριότητες όπως προσωπική υγιεινή, εργασία ή ελαφριά σωματική δραστηριότητα δεν θα επηρεάσουν το patch.

- Μετά το ντους, φροντίστε να στεγνώσετε το επίθεμα προσεκτικά (καλύτερα με ταμπονάρισμα), ώστε να μην βγει το επίθεμα χωρίς να το θέλετε.
- Μετά την επαφή με το νερό (π.χ. ντους), βεβαιωθείτε ότι έχετε χτυπήσει καλά το επίθεμα και αφήστε το επίθεμα να στεγνώσει καλά.



## βοήθεια

Εάν αντιμετωπίσετε κάποιο πρόβλημα με το femSense, ένα τεχνικό ελάττωμα ή παρενέργειες, επικοινωνήστε με την υποστήριξη μας: [support@femsense.com](mailto:support@femsense.com) ή επιλέξτε " Επικοινωνήστε με την υποστήριξη " στο μενού της εφαρμογής femSense.

πηγαίνετε στο [www.femsense.com/de/faq](http://www.femsense.com/de/faq) Κέντρο βοήθειας femSense για περισσότερες πληροφορίες υποστήριξης.

# Κατεβάστε την εφαρμογή femSense



Για iPhone 7 ή νεότερο



Android smartphones με NFC

## Συμβατά μοντέλα femSense

Το femSense προσφέρει δύο τρόπους λειτουργίας,

- Get Pregnant για γυναίκες που σχεδιάζουν εγκυμοσύνη.
- Προειδοποίηση γονιμότητας για γυναίκες που θέλουν να παρακολουθήσουν τη γονιμότητά τους. Όταν εγγραφείτε στην εφαρμογή femSense, πρέπει να επιλέξετε μία από τις δύο λειτουργίες. Μπορείτε να αλλάξετε τη λειτουργία στο μενού εφαρμογών femSense εάν θέλετε να χρησιμοποιήσετε την άλλη λειτουργία. Ανάλογα με τον επιλεγμένο τρόπο λειτουργίας, η εμφάνιση της οθόνης "Σήμερα" και του ημερολογίου διαφέρει ελαφρώς.

# Οδηγίες

Μετά την επιτυχή εγγραφή και την εισαγωγή των δεδομένων του κύκλου σας, το femSense υπολογίζει ένα ατομικό προφίλ κύκλου και σας δείχνει στο ημερολόγιο πότε είναι πιθανό να είστε πιο γόνιμη. Η οθόνη "Σήμερα" θα σας ενημερώσει για το πότε πρέπει να εφαρμόσετε το patch femSense.

Μόλις φτάσει η ημέρα εφαρμογής του patch, ακολουθήστε τα παρακάτω βήματα.

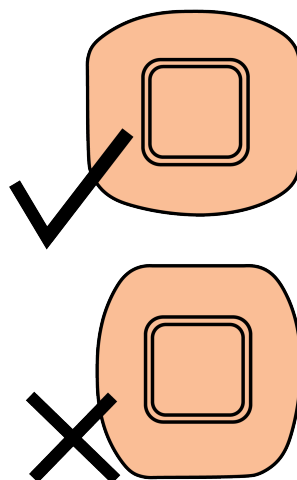
## **i** 1. Εφαρμογή του επιθέματος

Όταν η εφαρμογή femSense σας πει να εφαρμόσετε το επίθεμα, καθαρίστε την περιοχή της κόλλας. Το επίθεμα πρέπει να εφαρμόζεται σε καθαρό, στεγνό δέρμα (χωρίς κρέμα/αποσμητικό). Το σημείο συγκόλλησης μπορεί επίσης να καθαριστεί με ένα κατάλληλο αλκοολούχο μαντηλάκι.



Στο εσωτερικό της συσκευασίας προϊόντων femSense θα βρείτε έναν γρήγορο οδηγό που δείχνει πώς να κολλήσετε σωστά το patch.

Σημείωση: Παρακαλώ κολλήστε το μπάλωμα έτσι ώστε οι στρογγυλές πλευρές να είναι στραμμένες προς τα πάνω και προς τα κάτω.



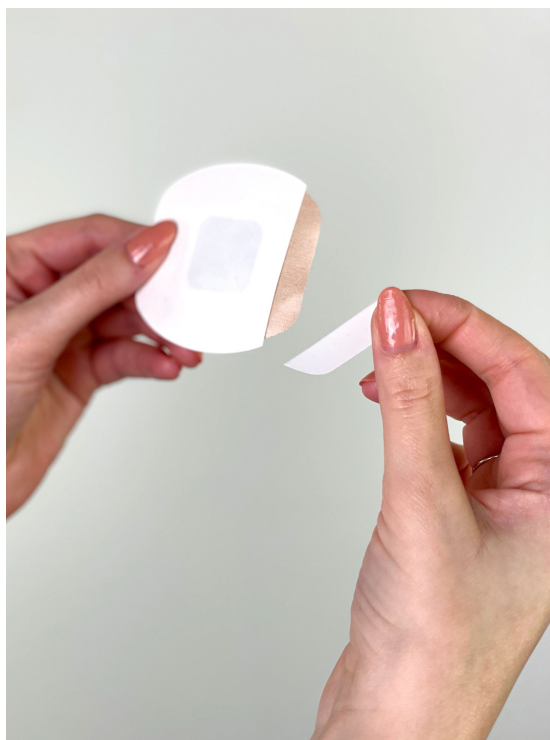
**Βήμα 1: Βρείτε τη θέση:** Χαλαρώστε τον ώμο σας, τοποθετήστε το χέρι σας στο γοφό σας και βάλτε τρία δάχτυλα κάτω από τη μασχάλη σας. Αυτό θα καθορίσει τη θέση προσκόλλησης του επιθέματος, παρακαλούμε να το θυμάστε αυτό.



**Βήμα 2: Αφαιρέστε τη μικρή μεμβράνη στήριξης:** Αφαιρέστε το μικρό μέρος της μεμβράνης στήριξης, ώστε να μπορέσετε να στερεώσετε το επίθεμα στα επόμενα βήματα.



**Βήμα 3: Υιοθετήστε μια κολλητική στάση:** Τώρα τοποθετήστε ξανά το ένα χέρι στο γοφό σας και αφήστε τον ώμο σας να κρέμεται.



**Βήμα 4: Κολλήστε το επίθεμα:** Τώρα διπλώστε το επίθεμα με τη μικρή κολλητική πλευρά στη θέση που καθορίστηκε προηγουμένως. Το επίθεμα πρέπει να τοποθετείται έτσι ώστε να έχει πλάτος τριών δακτύλων κάτω από τη μασχάλη, στη μέση μεταξύ του στήθους και της πλάτης. Βεβαιωθείτε ότι ο ώμος σας είναι σε χαλαρή θέση και το χέρι σας είναι στο γοφό σας κατά την εφαρμογή του επιθέματος. Αφαιρέστε το υπόλοιπο μέρος της μεμβράνης στήριξης και εφαρμόστε το επίθεμα σταθερά σε όλες τις πλευρές.



## **i** 2. Ενεργοποίηση Patch

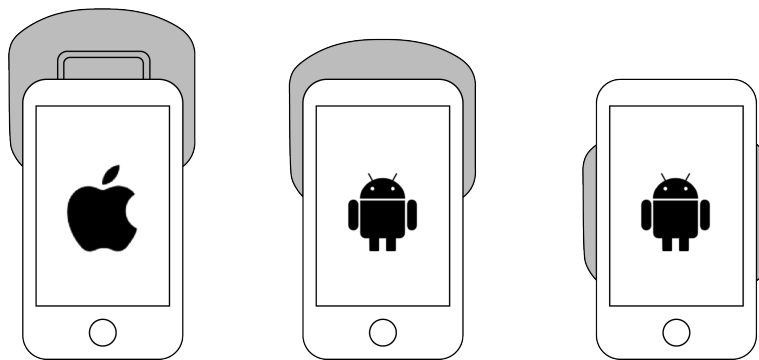
---

Μόλις κολλήσετε το patch κάτω από το χέρι, είστε έτοιμοι να το εκκινήσετε. Πατήστε στο "Σκανάρισμα Patch" στην εφαρμογή femSense και κρατήστε το πίσω μέρος του smartphone σας για λίγα δευτερόλεπτα στο κέντρο του patch για να το ενεργοποιήσετε. Μια δόνηση επιβεβαιώνει την επιτυχή ενεργοποίηση.

### **i** Θέση για επικοινωνία NFC

Ανάλογα με τον κατασκευαστή της συσκευής και το λειτουργικό σας σύστημα (Apple iOS ή Android), το smartphone πρέπει να έχει διαφορετικό τρόπο κρατήματος έναντι του patch για να το διαβάσει σωστά.

- **iPhone:** Κρατήστε το πάνω άκρο της πίσω πλευράς του τηλεφώνου σας, σε μια ελαφριά γωνία, στο μέσο του patch.
- **Android:** Σε τηλέφωνο Android η κεραία NFC μπορεί να βρίσκεται σε διαφορετικές θέσεις. Κρατήστε είτε την περιοχή γύρω από την κάμερα είτε το πίσω μέρος του smartphone στη μέση του patch. Βεβαιωθείτε ότι το NFC είναι ενεργοποιημένο. Το NFC μπορεί να ενεργοποιηθεί στο quick μενού ή στις ρυθμίσεις.



### **i** 3. Διαβάζοντας το patch

---

Μόλις ξεκινήσετε το patch, θα πρέπει να το διαβάζετε δύο φορές την ημέρα για να λαμβάνετε τακτικά ενημερώσεις σχετικά με την κατάσταση γονιμότητας και την ωορρηξία σας. Για να το κάνετε αυτό, πατήστε "Σήμερα" στο quick μενού της εφαρμογής femSense στο κάτω μέρος της οθόνης, πατήστε στο "Διαβάστε το patch" και κρατήστε το τηλέφωνό σας απέναντι στο patch όπως κάνατε κατά την εκκίνηση του patch. Τα καταγεγραμμένα δεδομένα θερμοκρασίας θα μεταφερθούν στην εφαρμογή και θα ενημερωθείτε εάν έχει ανιχνευθεί ωορρηξία ή όχι. Μπορείτε να διαβάσετε το patch πολλές φορές την ημέρα.

### **i** 4. Αφαίρεση μπαλώματος

---

Ο μέγιστος χρόνος χρήσης του επιθέματος femSense είναι 7 ημέρες. Η εφαρμογή femSense θα σας ενημερώσει όταν έρθει η ώρα να αφαιρέσετε το επίθεμα. Η εφαρμογή θα σας προτρέψει να το κάνετε αυτό αφού επιβεβαιώσετε την ωορρηξία σας ή μετά από επτά ημέρες αν δεν έχει ανιχνευθεί ωορρηξία.

Για να αφαιρέσετε το επίθεμα, είναι χρήσιμο να βρέξετε το επίθεμα με ζεστό νερό για να μαλακώσει η κόλλα (π.χ. μετά το ντους ή με μια φανέλα). Στη συνέχεια, μπορείτε να αφαιρέσετε προσεκτικά το επίθεμα.

Εάν το έμπλαστρο σας είναι άβολο να το φοράτε ή εάν αισθάνεστε κνησμό ή αίσθημα καύσου, αφαιρέστε το έμπλαστρο.

# το ημερολόγιο

Το ημερολόγιο της εφαρμογής femSense είναι ένας ανιχνευτής κύκλου στον οποίο λαμβάνετε προβλέψεις για τις επόμενες περιόδους σας και τις γόνιμες ημέρες σας και μπορείτε επίσης να εισάγετε τις ημερομηνίες. Το ημερολόγιο δείχνει επίσης πότε πρέπει να εφαρμοστεί η επιδιόρθωση.

Στη λειτουργία **Θέλω παιδί**, οι γόνιμες ημέρες επισημαίνονται με καρδούλες και οι προβλεπόμενες και οι ημέρες της περιόδου που έχετε εισάγει επισημαίνονται με ανοιχτό ή σκούρο ροζ χρώμα. Το σκούρο ροζ χρώμα αντιπροσωπεύει τις περιόδους που έχετε εισάγει, ενώ το ανοιχτό ροζ χρώμα δείχνει την επόμενη περίοδο που προβλέπει το σύστημα.

Στη λειτουργία **παρακολούθησης κύκλου**, οι ημέρες υψηλής γονιμότητας εμφανίζονται με ροζ χρώμα. Εάν η κατάσταση γονιμότητάς σας δεν μπορεί να προσδιοριστεί με σαφήνεια από το femSense, οι ημέρες αυτές επισημαίνονται με μπλε χρώμα στο ημερολόγιο. Η εμφάνιση των ημερών περιόδου είναι πανομοιότυπη με τη λειτουργία παρακολούθησης της γονιμότητας.

Εάν το femSense έχει προσδιορίσει την ωορρηξία σας, η ημέρα ωορρηξίας επισημαίνεται με ένα ροζ δακτύλιο. Αν πατήσετε σε μια ημερομηνία στο ημερολόγιο, θα μεταβείτε στη λεπτομερή προβολή της αντίστοιχης ημέρας. Πατώντας το κουμπί (+) μπορείτε να εισάγετε περαιτέρω πληροφορίες, όπως την περίοδο, την ασθένεια ή τις αθλητικές σας δραστηριότητες. Όλα τα δεδομένα που εισάγετε θα αντιμετωπίζονται εμπιστευτικά και δεν θα διαβιβάζονται σε τρίτους.

## Επεξήγηση των συμβόλων



Περίοδος (υπολογίζεται) - Αυτή την ημέρα μπορεί να σας έρθει περίοδος.



Περίοδος (επιβεβαιωμένη) - Έχετε δηλώσει ότι είχατε περίοδο αυτή την ημέρα.



Ωορρηξία - Το έμπλαστρο femSense μπόρεσε να ανιχνεύσει την ωορρηξία σας αυτή την ημέρα.



Patch - Την ημέρα αυτή έχετε εφαρμόσει ένα patch.



Future Patch - Την ημέρα αυτή μπορείτε να εφαρμόσετε το patch σας.



Παράλειψη επιθέματος - Έχετε χάσει το παράθυρο επικόλλησης επιθέματος για αυτόν τον κύκλο.



Γονιμότητα - Οι ροζ καρδιές σηματοδοτούν τις πιο γόνιμες ημέρες σας. (Λειτουργία εγκυμοσύνης)



Γονιμότητα - Οι ροζ μπάρες σηματοδοτούν τις ημέρες κατά τις οποίες είστε γόνιμη. (Λειτουργία κύκλου διαδρομής)

— Τις ημέρες που σημειώνονται με γκρι χρώμα, η γονιμότητά σας είναι αβέβαιη. Είτε επειδή δεν έχετε εφαρμόσει ένα επίθεμα είτε επειδή το femSense δεν μπόρεσε να επιβεβαιώσει την ωορρηξία (λειτουργία παρακολούθησης του κύκλου).



Σήμερα - Μπορείτε να αναγνωρίσετε το σήμερα από αυτόν τον κύκλο. Πατήστε ΣΗΜΕΡΑ στο επάνω μέρος του ημερολογίου για να επιστρέψετε απευθείας στη σημερινή ημέρα.

• • • Καταχωρήσεις - Καταχωρήσατε κάτι τις ημέρες που σημειώνονται με μια τελεία.

## τα στατιστικά στοιχεία

Στα στατιστικά στοιχεία θα βρείτε μια σύνοψη όλων των κύκλων σας που παρακολουθούνται με το femSense, το μέσο μήκος των κύκλων και τις ημέρες της περιόδου καθώς και μια επισκόπηση των δεδομένων που έχουν εισαχθεί στον κύκλο.

## το μενού

Το μενού εφαρμογής femSense χωρίζεται σε 2 περιοχές όπου μπορείτε να διαχειριστείτε τον λογαριασμό σας και να βρείτε πρόσθετες λειτουργίες και πληροφορίες.

Στην ενότητα "**Το σώμα μου και εγώ**" μπορείτε να προβάλετε και να επεξεργαστείτε τα δεδομένα του λογαριασμού και του χρήστη σας. Στην ενότητα "Επιλογή λειτουργίας" μπορείτε να αλλάξετε τον τρόπο λειτουργίας της εφαρμογής. Επιπλέον, στην ενότητα "Το σώμα μου" υπάρχει η επιλογή ενεργοποίησης της λειτουργίας εγκυμοσύνης. Σε αυτήν τη λειτουργία αλλάζει η οθόνη "Σήμερα" και λαμβάνετε κάθε εβδομάδα πληροφορίες σχετικά με το πώς εξελίσσεται η εγκυμοσύνη σας.

Στην ενότητα "**femSense**" θα βρείτε τις Οδηγίες Χρήσης, Όρους και Προϋποθέσεις, Πολιτική Απορρήτου και εκπαιδευτικά βίντεο για την εφαρμογή femSense. Μπορείτε επίσης να δείτε ποια έκδοση της εφαρμογής femSense έχετε εγκαταστήσει στο "Περί femSense". Εάν έχετε κάποιο τεχνικό πρόβλημα, μπορείτε να επικοινωνήσετε απευθείας με την ομάδα τεχνικής υποστήριξης πατώντας στο "Επικοινωνία με την υποστήριξη" Το κουμπί FAQ σας μεταφέρει στις συχνές ερωτήσεις.

Μπορείτε επίσης να αποκτήσετε πρόσβαση στο femSense Webshop και στο femSense Blog μέσω του μενού και μπορείτε να αξιολογήσετε το femSense στο App Store.

# μηνύματα σφάλματος

Εάν η εφαρμογή femSense εμφανίσει ένα μήνυμα σφάλματος, τραβήξτε ένα στιγμιότυπο οθόνης. Εάν δεν μπορείτε να λύσετε το πρόβλημα μόνοι σας, παρακαλούμε επικοινωνήστε με την ομάδα υποστήριξής μας με το στιγμιότυπο οθόνης απευθείας στην εφαρμογή μέσω της "Επικοινωνήστε με την υποστήριξη" ή μέσω email στη διεύθυνση [support@femsense.com](mailto:support@femsense.com).

Για να μπορέσετε να διορθώσετε τα σφάλματα όσο το δυνατόν γρηγορότερα, θα βρείτε εδώ τα πιο συνηθισμένα μηνύματα σφάλματος:

- Προσπαθήστε ξανά. **\*\*\* Η προσπάθεια ανάγνωσης απέτυχε, προσπαθήστε να διαβάσετε ξανά το patch.** Εάν το πρόβλημα αυτό εξακολουθεί να υφίσταται, επικοινωνήστε με την υποστήριξη.
- Το patch δεν μπορούσε να ξεκινήσει. Προσπαθήστε ξανά. **\*\*\* Η διαδικασία ενεργοποίησης δεν μπόρεσε να ολοκληρωθεί.** Προσπαθήστε ξανά. Εάν το πρόβλημα παραμένει, επικοινωνήστε με την υποστήριξη.
- Το patch δεν μπόρεσε να διαβαστεί. Προσπαθήστε ξανά. **\*\*\* Το patch δεν μπόρεσε να διαβαστεί.** Δοκιμάστε ξανά και βεβαιωθείτε ότι κρατάτε το smartphone ακίνητο στο επίθεμα για μερικά δευτερόλεπτα. Εάν το πρόβλημα παραμένει, επικοινωνήστε με την υποστήριξη.
- **"Η λειτουργία NFC σε αυτή τη συσκευή είναι απενεργοποιημένη. Κάντε κλικ στο OK για να ενεργοποιήσετε τη λειτουργία NFC στις ρυθμίσεις."** Δεν έχετε ενεργοποιήσει τη λειτουργία NFC. Ενεργοποιήστε το για να είναι σε θέση να διαβάσει το patch.
- **"Αυτή η συσκευή δεν υποστηρίζει NFC. Δεν μπορείτε να χρησιμοποιήσετε patches femSense με αυτή τη συσκευή."** Χρησιμοποιείτε ένα smartphone χωρίς NFC. Το NFC είναι απαραίτητη προϋπόθεση για τη χρήση των επιθεμάτων femSense.
- **Προέκυψε σφάλμα λογισμικού με το patch σας, παρακαλούμε αφαιρέστε το patch σας και επικοινωνήστε με την υποστήριξη. (406)** Αυτό το μήνυμα σφάλματος αποστέλλεται όταν εμφανίζεται ένα συγκεκριμένο σφάλμα λογισμικού που σταματά τις μετρήσεις. Συνεπώς, το επίθεμα δεν μπορεί πλέον να χρησιμοποιηθεί. Εάν εμφανιστεί αυτό το σφάλμα, επικοινωνήστε με την υποστήριξη για να διευκρινίσετε την αιτία του σφάλματος.
- **"Μπαταρία άδεια."** Τα αυτοκόλλητα femSense έχουν διάρκεια ζωής 2 ετών. Η ημερομηνία λήξης αναγράφεται στη χάρτινη συσκευασία του επιθέματος. Εάν αυτό το σφάλμα εμφανιστεί εντός αυτού του χρονικού πλαισίου, παρακαλούμε επικοινωνήστε με το κατάστημα από το οποίο αγοράσατε το επίθεμα. Αν έχετε αμφιβολίες, μπορείτε να επικοινωνήσετε με την ομάδα υποστήριξής μας.
- **"Μη υποστηριζόμενη επιδιόρθωση. Αυτό το patch δεν είναι συμβατό με αυτή την εφαρμογή."** Το patch που χρησιμοποιήθηκε είναι λανθασμένα ρυθμισμένο, παρακαλούμε επικοινωνήστε με την υποστήριξη.

## Περαιτέρω πληροφορίες

---

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τη femSense, επισκεφθείτε τη διεύθυνση: [femsense.beelive.gr](https://www.femsense.beelive.gr)

- Όροι και προϋποθέσεις: <https://www.femsense.com/en/conditions/>
- Πολιτική απορρήτου: <https://www.femsense.com/en/dataprotection/>
- Νομική ειδοποίηση: <https://www.femsense.com/en/legal-notice/>

## Ακολουθήστε μας στα social media



## διάθεση

Το patch τροφοδοτείται από μπαταρία και ως εκ τούτου θεωρείται ηλεκτρονική συσκευή, δεν πρέπει να απορρίπτεται σε κανονικά οικιακά απορρίμματα, αλλά να απορρίπτεται σε σύμφωνα με τους τοπικούς κανονισμούς αποβλήτων για μπαταρίες και ηλεκτρικές συσκευές. Το κουτί femSense και η συσκευασία μεταφοράς είναι κατασκευασμένα από ανακυκλώσιμο χαρτί ή χαρτόνι και πρέπει να απορρίπτονται σε απορρίμματα χαρτιού. Η μεμονωμένη συσκευασία μπορεί να διαχωριστεί και να απορριφθεί σε πλαστικά ή απορρίμματα χαρτιού.



## Τεχνικές προδιαγραφές

- Τύπος συσκευής μέτρησης: αισθητήρας θερμοκρασίας για ανίχνευση ωορρηξίας
- Θέση μέτρησης: πλάι από το μαστό κάτω από το βραχίονα
- Τύπος χρήσης: μίας χρήσης
- Τυπική διάρκεια χρήσης: 7 ημέρες
- Συνθήκες λειτουργίας:
  - Περιβαλλοντική θερμοκρασία: +15 to +42°C
  - Υγρασία: 15 έως 95%, χωρίς συμπύκνωση
  - Πίεση αέρα: 86 έως 106 kPa
- Συνθήκες μεταφοράς και αποθήκευσης:
  - Θερμοκρασία περιβάλλοντος: 0 έως + 40 ° C
  - Υγρασία: 15 έως 95%, χωρίς συμπύκνωση
  - Πίεση αέρα: 86 έως 106 kPa
- Συμβατότητα συστήματος:
  - iPhone: iOS13 ή μεταγενέστερη έκδοση σε iPhone 7 ή νεότερα μοντέλα
  - Android: Android OS 6.0 Marshmallow ή νεότερα με δυνατότητα NFC smartphone
- Σύνδεση στο Διαδίκτυο τουλάχιστον 3G ή WIFI
- Εγγύηση: 2 χρόνια μετά την παραγωγή
- Διαστάσεις patch: 65 x 60 x 3 mm
- Βάρος: 3 g
- Πηγή ισχύος: Μπαταρία 3V λιθίου
- IP-classification: IPX5 - προστασία από water jets από οποιαδήποτε κατεύθυνση