

# Gebrauchsanweisung femSense Fertility



©SteadySense GmbH,  
Kärntner Straße 518,  
8054 Seiersberg-Pirka, Austria  
Version: 2.0,  
Ausstellungsdatum: 2021-04-29

## Symbolbeschreibung

---



Lot Nummer



Hersteller



Verwendbar bis



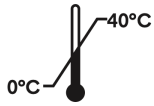
Medizinprodukt



Einwegprodukt



Im Batteriefach entsorgen



Lagertemperatur



elektronische Gebrauchsanweisung beachten



Grüner Punkt



Sicherheitshinweise



Information

## Gebrauchsanweisung

**Bitte lesen Sie die Gebrauchsanweisung und die Sicherheitshinweise aufmerksam durch und halten Sie sich daran. Eine unsachgemäße Verwendung oder Entsorgung des Sensor-Patches kann gesundheitsschädlich sein und eine Risikn für Dritte mit sich bringen.**

### Was ist femSense Fertility?

femSense Fertility ist ein Medizinprodukt zur Fruchtbarkeitsbestimmung von Frauen im fertilen Alter. femSense Fertility besteht aus einem tragbaren Temperaturmesspflaster, dem femSense Patch und der dazugehörigen Smartphone App für iOS und Android.

Der femSense Patch ist ein Einwegprodukt, welches unter der Achsel eingeklebt und während des Zyklus für einen Zeitraum von bis zu 7 Tagen getragen wird, wo er kontinuierlich die Körpertemperatur aufzeichnet, um anhand der gemessenen Temperaturdaten den Fruchtbarkeitszustand festzustellen.

Die femSense Fertility App kann für die Fruchtbarkeitsbestimmung als auch für den Kinderwunsch verwendet werden. Die femSense App ist ein Zubehör zum femSense Patch, welches als Benutzeroberfläche für die Anzeige des Fruchtbarkeitsstatus und die Aktionen mit dem Patch koordiniert. In der femSense App können Sie den Betriebsmodus selbst wählen:

- Im Kinderwunsch Modus gibt Ihnen die App Informationen über ihren Zyklus, Ihre fruchtbaren Tage und ob und wann ein Eisprung festgestellt werden konnte.
- Im Fruchtbarkeit-Tracking Modus gibt Ihnen die App Informationen über Ihren täglichen

Fruchtbarkeitsstatus, zeigt Ihnen die Tage hoher Fruchtbarkeit an und ob und wann ein Eisprung festgestellt werden konnte.

Der femSense Patch ist ein nicht invasives Produkt, das nur auf gesunde Haut aufgeklebt werden darf und basierend auf Messungen der Körpertemperatur Informationen über die fruchtbaren Tage einer Frau übermittelt, ohne jeglichen diagnostischen oder therapeutischen Zweck zu verfolgen. femSense zeigt keine Temperaturwerte an.

## Für wen ist femSense Fertility?

femSense ist für Frauen im gebärfähigen Alter von 16-49 Jahren, die entweder den Wunsch haben Kinder zu bekommen oder den Fruchtbarkeitsstatus Ihres Menstruationszyklus verfolgen möchten



femSense Fertility ist nicht zur Empfängnisverhütung geeignet und schützt nicht vor sexuell-übertragbaren Krankheiten.

## Einschränkungen

Unter verschiedenen medizinischen Indikationen kann femSense den Eisprung nicht zuverlässig bestimmen. Dazu gehören:

- Schwere, akute oder chronische Krankheiten
- Nikotin- oder Alkoholmissbrauch
- Amenorrhoe
- Oligomenorrhoe (zu seltene Menstruationsblutung)
- Polyzystisches Ovarsyndrom (PCOS)
- Fettleibigkeit (BMI > 30)
- Hirsutismus
- Bekannte Allergie gegen Bestandteile von Hautpflastern
- Medikamente, die als Nebenwirkung einen Einfluss auf die Körpertemperatur haben können
- Hormonbehandlungen können die Körpertemperatur beeinflussen und sich somit auf die Zuverlässigkeit von femSense auswirken

Extreme Gewichtszustände können die Zuverlässigkeit von femSense Fertility reduzieren. Wenn Sie nicht sicher sind, ob femSense für Sie geeignet ist, dann sprechen Sie vor der Verwendung von femSense mit Ihrem Arzt.



# Sicherheitshinweise

- Der Patch ist ein Einwegprodukt, verwenden Sie ihn nur einmal und nicht länger als 7 Tage.
- Verwenden Sie den Patch nicht bei Krankheit.
- Bewahren Sie den Patch außerhalb der Reichweite von Kindern, Tieren und Menschen mit Beeinträchtigungen auf.
- Kleben Sie den Patch nicht über Wunden oder Abschürfungen.
- Verwenden Sie den Patch nicht bei Allergien gegen Klebstoffe.
- Kein Falten oder Biegen des Patches.
- Vermeiden Sie längere Bäder und gehen Sie nicht schwimmen während Sie den Patch tragen.
- Verwenden Sie den Patch nicht, wenn er beschädigt oder verunreinigt wurde.
- Bringen Sie den Patch nicht an, wenn die Klebefläche verunreinigt wurde.
- Versuchen Sie nicht, den Patch zu zerlegen oder zu öffnen.
- Wenn Sie einen Patch entfernen und im nächsten Zyklus einen neuen Patch kleben, platzieren Sie ihn unter dem anderen Arm.
- Entfernen Sie den Patch vor einem MRT- oder CT Scan.
- Es handelt sich um ein Kleinstelektronik-Gerät. Bitte entsorgen Sie den Patch daher nicht im normalen Hausmüll.
- Werfen Sie den Patch nicht ins Feuer, die Batterie könnte explodieren.
- Tragen Sie den Patch nicht länger als in der App angegeben.
- Wenn sich der Patch auf der Haut unangenehm anfühlt, entfernen Sie ihn sofort.
- Verwenden Sie den Patch nur unter den angegebenen Umgebungsbedingungen.
- Den Patch trocken lagern und vor Sonneneinstrahlung schützen.
- Das Tragen des Patches kann lokale Hautirritationen verursachen. Nach Entfernung des Patches sollten diese aber nach 24 bis 48 Stunden abgeklungen sein.
- Der Patch darf nicht an Lebewesen angewandt werden, die nicht der bestimmten Nutzgruppe von femSense Fertility (Frauen im Alter von 16-49 Jahren) angehören.
- Der Patch sollte nicht dauerhaft einem NFC-Feld ausgesetzt sein.



## Hinweise zum Gebrauch

- femSense ist zur Bestimmung der Fruchtbarkeit bestimmt und zeigt keine Temperaturkurven an.
- Der Patch kann ausschließlich via NFC ausgelesen werden.
- Sie benötigen die femSense App, um einen Patch verwenden zu können.
- Der Patch soll nur nach Anweisung in der App getragen werden.
- Pro Zyklus kann nur ein Patch verwendet werden.
- Bei starken Zykluslängenschwankungen kann die Zuverlässigkeit von femSense reduziert sein.
- Der Patch muss in der richtigen Position unter dem Arm getragen werden, um eine zuverlässige Ovulationsbestimmung zu gewährleisten.
- Kleben Sie den Patch erst ein, wenn Sie die App darauf hinweist.
- Kleben Sie den Patch nur so ein, wie es in der Gebrauchsanweisung beschrieben ist.
- Waschen und trocknen Sie die Haut unter dem Arm gründlich, bevor Sie den Patch anbringen.
- Verwenden Sie vor dem Anbringen weder Deodorants noch Cremes.
- Berühren Sie die Klebeseite des Patches nicht, da dies die Klebekraft beeinträchtigen kann.
- Streichen Sie das Pflaster nach dem Aufbringen an allen Seiten gut fest.
- Der Patch sollte mindestens einmal täglich via NFC ausgelesen werden, um tägliche Updates zu erhalten.
- Für optimale Ergebnisse wird empfohlen, den Patch jeden Tag morgens und abends auszulesen.
- Die maximale Anwendungsdauer des Patches beträgt 7 Tage.
- Entfernen Sie den Patch sofort, wenn er sich unangenehm anfühlen sollte.
- Vermeiden Sie während der Nutzung körperlich intensiven Sport oder andere Aktivitäten, die zu übermäßigem Schwitzen führen (Sauna/Dampfbad).
- Vermeiden Sie während der Nutzung lange Sonnenbäder und Umgebungen, die Ihre Oberflächentemperatur signifikant beeinflussen können.
- Sie können mit dem Patch alltäglichen Tätigkeiten wie Körperpflege, Arbeit oder leichter sportlicher Betätigung jederzeit nachgehen.



### Hilfe

Sollte es während der Verwendung von femSense zu einer Fehlfunktion des Produkts kommen, oder unerwartete Nebenwirkungen auftreten, kontaktieren Sie unseren Support: [support@femsense.com](mailto:support@femsense.com) oder tippen Sie im Menü der femSense App auf "Support kontaktieren". Auf [www.femsense.com/de/faq](http://www.femsense.com/de/faq) finden Sie weitere Informationen zur Unterstützung.

# femSense Fertility App herunterladen



App für iPhone 7 und höher



Android Smartphones mit NFC

## Die Betriebsmodi von femSense Fertility

femSense Fertility bietet zwei Betriebsmodi,

- den Kinderwunsch Modus für Frauen die schwanger werden möchten und
- den Fruchtbarkeits-tracking Modus mit dem Frauen ihren Fruchtbarkeitsstatus verfolgen können

Wenn Sie sich in der femSense App registrieren, müssen Sie sich für einen der beiden Modi entscheiden. Diese Entscheidung können Sie später jederzeit im Menü der femSense App ändern. Abhängig vom ausgewählten Betriebsmodus ist die Darstellung des "Heute" Screens leicht unterschiedlich.

## Die Patchverwendung

Nach erfolgreicher Registrierung und Eingabe Ihrer Zyklusdaten berechnet femSense ein individuelles Zyklusprofil und zeigt Ihnen im Kalender an, wann Sie voraussichtlich am fruchtbarsten sind. Im "Heute" Screen wird Ihnen mitgeteilt, wann Sie den femSense Patch kleben müssen.

Sobald der Patchklebetag gekommen ist, beachten Sie bitte folgende Schritte.



## 1. Vorbereitung

---

Wenn Sie von der femSense App angezeigt bekommen, dass Sie den Patch einkleben sollen, dann duschen Sie sich mit nicht-fettender Seife oder Duschgel und trocknen Sie die Stelle unter der Achsel gründlich ab. Sie können die Klebestelle auch mit einem Desinfektionstuch reinigen. Achten Sie bitte darauf, vor der Anbringung weder Deo noch Bodylotion zu verwenden, da dies die Klebekraft reduzieren kann.



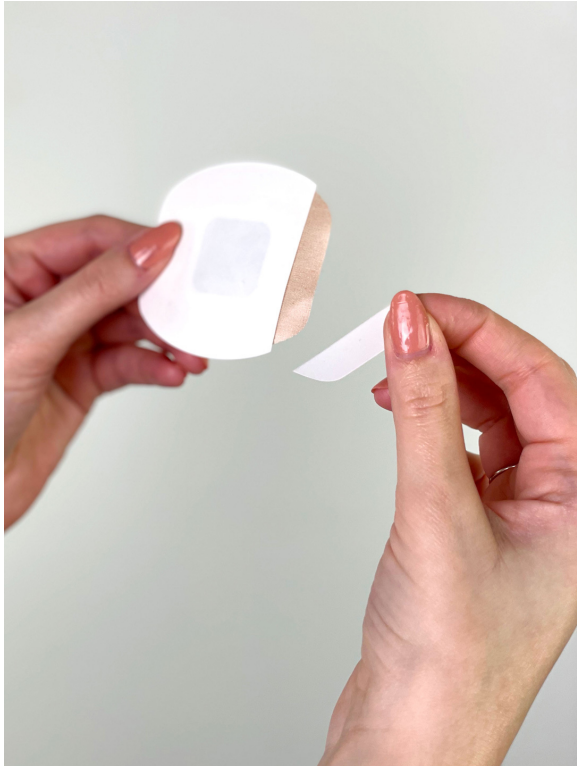
Auf der Innenseite der femSense Produkt-verpackung finden Sie eine Kurzanleitung zum Patch-kleben.



## 2. Patch anbringen

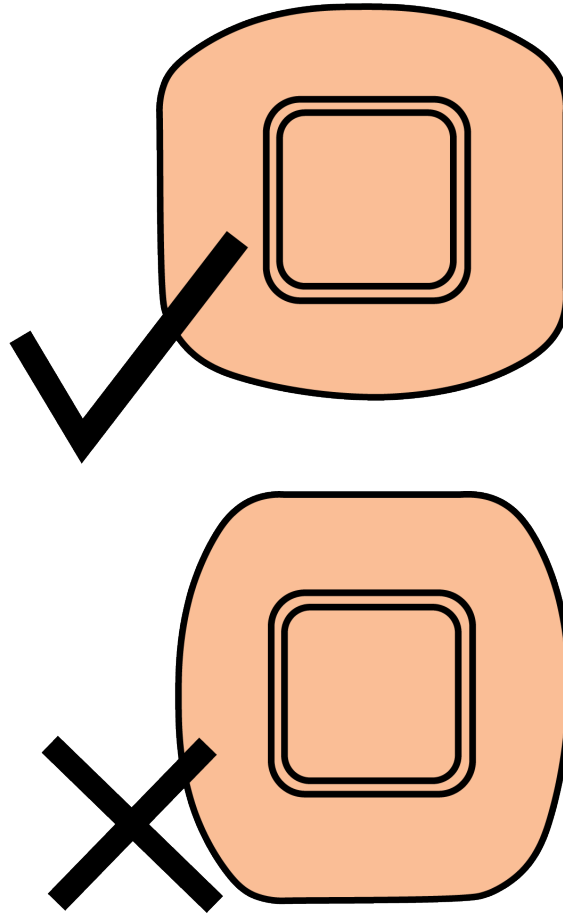
---

Um den Patch anzubringen, entspannen Sie Ihre Schulter, legen Sie Ihre Hand auf Ihre Hüfte und platzieren Sie 3 Finger in der Achsel, um die Klebeposition zu bestimmen. Entfernen Sie den kleinen Teil der Trägerfolie und fixieren Sie den Patch mit der kleinen Klebefläche. Bevor Sie den Patch anbringen, geben Sie nun wieder Ihre Hand in die Hüfte und entspannen Sie ihre Schulter





Der Patch soll so aufgeklebt werden, dass er sich mittig zwischen Brust und Rücken befindet und dass die Oberkante des Patches drei Finger breit unter der Achsel ist. Bitte kleben Sie den Patch so ein, dass die runden Seiten nach oben und unten zeigen. Achten Sie darauf, dass sich während des Anbringens Ihre Schulter in einer entspannten Haltung befindet und die Hand in die Hüfte gestemmt ist. Klappen Sie dann den Patch über die Kante und entfernen Sie den restlichen Teil der Klebefolie. Streichen Sie den Patch an allen Seiten gut fest.



### 3. Patch Starten

---

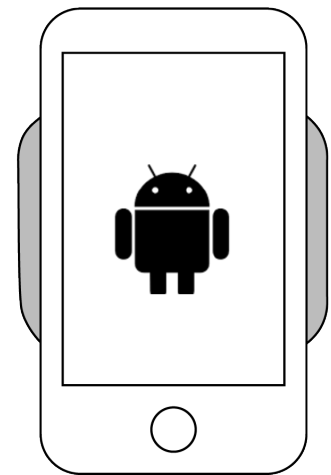
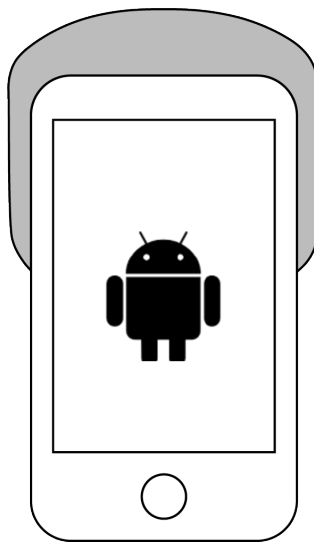
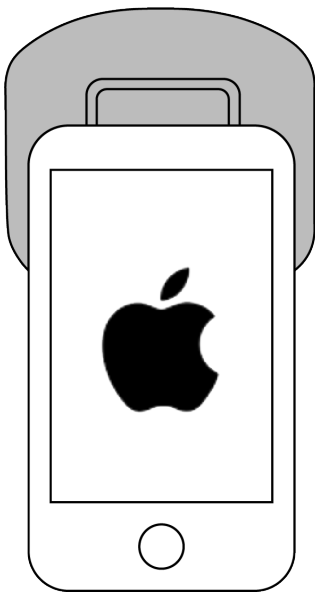
Nachdem Sie den Patch unter der Achsel aufgeklebt haben, kann dieser gestartet werden. Tippen Sie in der femSense App auf "Patch lesen" und halten Sie die Rückseite Ihres Smartphones für ein paar Sekunden ruhig auf den Mittelpunkt des Patches, um ihn zu aktivieren. Eine Vibration bestätigt die erfolgreiche Aktivierung.



## Position zur NFC Kommunikation

Abhängig vom Hersteller Ihres Geräts sowie ihrem Betriebssystem (Apple iOS oder Android) muss das Smartphone unterschiedlich auf den Patch gehalten werden, um diesen optimal auszulesen.

- **iPhone:** Halten Sie die Rückseite der Oberkante leicht schräg auf die Mitte des Patches.
- **Android:** Bei Android kann die NFC Antenne an unterschiedlichen Positionen im Smartphone sein. Halten Sie entweder den Bereich der Kamera auf die Mitte des Patches, oder den Rücken des Smartphones auf die Mitte des Patches. Bitte vergewissern Sie sich, dass sie NFC eingeschaltet haben. NFC kann im Schnellmenü oder in den Einstellungen eingeschaltet werden



## 4. Patch auslesen

Nach dem Starten sollten Sie den Patch täglich zweimal auslesen, um Updates zu Ihrem Fruchtbarkeitstatus sowie Ihrer Ovulation zu bekommen. Tippen Sie hierfür auf "Heute" im Schnellmenü der femSense App , tippen Sie auf "Patch auslesen" und halten Sie das Smartphone, wie in Punkt 3 (Patch Starten) beschrieben, auf den Patch. Ihre Temperaturdaten werden vom Patch ausgelesen und Sie bekommen angezeigt, ob Ihr Eisprung festgestellt wurde. Sie können den Patch auch mehrmals am Tag auslesen.

# Der Kalender

Der Kalender der femSense App ist ein Zyklustracker, in dem Sie Vorhersagen bezüglich Ihrer nächsten Perioden sowie Ihrer fruchtbaren Tage erhalten und auch selbst Daten eingeben können. Im Kalender wird auch angezeigt, wann der Patch einzukleben ist. Im Kinderwunsch Modus werden fruchtbare Tage mit Herzen markiert und ihre vorhergesagten als auch eingegebenen Periodentage sind in hell- und dunkelrosa hinterlegt. Im Fruchtbarkeits-tracking Modus werden Ihnen Tage hoher Fruchtbarkeit in Rosa dargestellt, sollte Ihr Fruchtbarkeitsstatus von femSense nicht eindeutig bestimmt werden können, werden solche Tage im Kalender grau markiert. Die Anzeige der Periodentage ist hier ident zum Kinderwunsch Modus.

Wenn femSense Ihren Eisprung bestimmt hat, dann wird der Ovulationstag mit einem rosa Ring markiert. Wenn Sie im Kalender auf ein Datum tippen, gelangen Sie zur Detailansicht des jeweiligen Tages. Durch Tippen auf den (+) Button können Sie weitere Eingaben wie Periode, Krankheit oder Sportliche Aktivitäten tätigen. Alle von Ihnen eingegebenen Daten werden vertraulich behandelt und nicht an Dritte weitergegeben.

# Die Statistik

In der Statistik sehen Sie eine Zusammenfassung Ihrer mit femSense getrackten Zyklen, von durchschnittlichen Zykluslängen und Periodentagen sowie eine Übersicht über die im Zyklus eingegebenen Daten.

# Das Menü

Das Menü der femSense App ist in 2 Bereiche unterteilt, in denen Sie Ihren Account verwalten können und zusätzliche Funktionen und Informationen finden.

Unter "Ich und mein Körper" können Sie Ihre Account sowie Benutzerdaten einsehen und bearbeiten. Unter "Modusauswahl" können Sie den Betriebsmodus der App ändern. Zusätzlich gibt es unter "Mein Körper" die Möglichkeit, den Schwangerschaftsmodus der App aktivieren. In diesem Modus verändert sich der "Heute" Screen und Sie bekommen Informationen zu Ihrem Schwangerschaftsfortschritt.

Unter "femSense" finden Sie die Gebrauchsanweisung sowie Nutzungsbedingungen und Datenschutzrichtlinien, alle Erklärvideos und Tutorials der femSense App und können in "Über femSense" die Version der femSense App einsehen. Durch tippen auf "Support kontaktieren" können Sie sich bei Problemen an den technischen Support wenden. Über den FAQs Button gelangen Sie zu den häufig gestellten Fragen.

Des Weiteren gelangen Sie über das Menü der App zum femSense Webshop sowie dem femSense Blog und können femSense auch im App Store bewerten.

## Weiterführende Informationen

---

- AGB: <https://www.femsense.com/de/agb>
- Datenschutz: <https://www.femsense.com/de/datenschutz>
- Widerruf: <https://www.femsense.com/de/widerruf>
- Impressum: <https://www.femsense.com/de/impressum>

## Folgen Sie uns auf Social Media



## Entsorgung

Der Patch wird von einer Knopf-Batterie mit Energie versorgt und gilt daher als elektronisches Gerät. Er sollte nicht in den normalen Hausmüll geworfen, sondern gemäß den örtlichen Abfallbestimmungen für Batterien und Elektrogeräte entsorgt werden. Der Verpackungskarton und die Transportverpackung von femSense bestehen aus recycelbarem Papier oder Karton und sind im Papiermüll zu entsorgen. Die Einzelverpackung kann getrennt werden und im Plastik- beziehungsweise Papiermüll entsorgt werden.



## Technische Spezifikationen

- Art des Messgeräts: Temperatursensor zur Ovulationsdetektion
- Messort: Seitlich der Brust unter dem Arm
- Art der Verwendung: Einweg-Produkt
- Typische Anwendungsdauer: 7 Tage
- Betriebsbedingungen:
  - Umgebungstemperatur: +15 bis +42°C
  - Feuchtigkeit: 15 bis 95%, nicht kondensierend
  - Luftdruck: 86 bis 106 kPa
- Transport- und Lagerbedingungen:
  - Umgebungstemperatur: 0 bis +40°C
  - Feuchtigkeit: 15 bis 95%, nicht kondensierend
  - Luftdruck: 86 bis 106 kPa
- Systemkompatibilität:
  - iPhone: iOS13 oder höher auf iPhone 7 oder neueren Modellen
  - Android: Android OS 6.0 Marshmallow oder neuer auf einem NFC-fähigen Smartphone
- Internetverbindung mindestens 3G oder WIFI
- Garantie: 2 Jahre nach Produktion
- Dimensionen Patch: 66,3 x 61,2 x 3 mm
- Gewicht: 3 g
- Energiequelle: 3 V Lithium Knopfzellenbatterie
- IP-Klassifizierung: IPX5 – Schutz gegen Strahlwasser aus beliebiger Richtung