

## Mida tulemus mulle ütleb?

Kui pH-tase ei ole normaalses vahemikus ühel mõõtmisel, pole põhjust veel muretseda. Kui see juhtub, korrake testimist mõni tund hiljem või järgmisel päeval. Kui pH-tase ei ole siis ka normaalses vahemikus, võiksite konsulteerida oma arstiga, et pH-taseme muutuste põhjus kindlaks määrata. Arvestage ka asjaoluga, et paljud faktorid võivad ajutiselt mõjutada vaginaalset pH-taset, ilma, et oleksite haige.

Kui Teil esinevad järgnevad sümptomid ja vaginaalne pH-tase on jätkuvalt kõrge, peaksite konsulteerima alati arstiga:

- Veritsus, kaasaarvatud määrimine
- Menstratsioonile sarnased sümptomid
- Palavik
- Kipitus urineerimise ajal
- Tupe sügelus ja kipitus
- Suurenenud voolus
- Ebameeldiv "kala" lõhn

### Olulised näpunäited:

- Kasutage iga aplikaatori vaid üks kord
- Ärge tehke testi aegunud testiga (aegumine märgitud pakendil)
- Mõnedel juhtudel võib tupe pH-tase ajutiselt muutuda ja viia valede tulemusteni. Sellisel juhul peaksite arvestama ajaga, mil testi võib sooritada:
  - Mõõtkie vähemalt 12 tundi pärast vahetust
  - Mõõtkie vähemalt 12 tundi pärast tupe ravimite manustamist (tupe küünlad, kreemid jm)
  - Mõõtkie alles 3-4 päeva pärast menstratsiooni lõppu (kui Te pole rase)
- Ärge peske ega käige dushi all vahetult enne mõõtmist
- Arvestage, et uriin võib muuta tulemust
- Ärge alustage raviaga ilma arstiga konsulteerimata
- Kui testi aplikaatorit ei kasutata õigesti, võib see rebestada hüümenit (neitsinahk) nendel, kes pole veel seksuaalselt aktiivsed. See on sarnane tampooni kasutamisega.

### Säilitamine

Säilitage test kinnises pakendis ja hoidke lastele kättesaamatusena.

- Enne testimist, lugege hoolikalt juhendit!
- Hoidke lastele kättesaamatus kohas!
- Ärge kasutage testi peale säilivustahajaja mõõdmist!
- Säilitada temperatuuril 39°-86°F (4°-30°C).
- Test on ühekordselt kasutamiseks.
- Ärge võtke testi pulka osadeks!
- Ainult välispidiseks kasutamiseks!
- In-Vitro diagnostikaseade koduseks testimiseks.



ZANL0019.ES  
Rev.00 2012-05

CARE Diagnostica, Roemerstrasse 8, 2513 Moellendorf, Email: mail@care.co.at, www.carediagnostica.com

**CARE** diagnostica®

## viola pH Health Care Test



### Informatsiooniks

Happeline pH- tase 3,8 kuni 4,5 on oluline organismi enesekaitsefunktsioon tupe kaitsmiseks. Kaitsesüsteem toimib efektiivselt patogeenide koloniseerumise vastu ja põetkike tekke ära hoidmisel. See on kõige olulisem ja loomulikum viis vaginaalsete probleemide ärahoidmiseks tasakaalus tupe mikrofloora. Tupe mikrofloora koosseisu regulatsiooniks ja tasakaalus hoidmisel osalevd paljud erinevad mõjud, mis tagavad loomulike tupe kaitse.

Väga olulist mõju avaldavad piimhappebakterid. Piimhappebakterite mõjul vabastatakse glükogeen tupe ülemisest osast ja muudetakse glükooksiks ja piimhappeks. Selle tulemusel tekib tupe happeline keskkond, pH-tasemega 3,8 kuni 4,5. Füsioloogiline vaginaalne pH-tase sõltub otseselt piimhappe kogusest. Selline happeline vaginaalne keskkond tekitab tõhusa kaitse infektsioonide vastu, kuna suur enamus haigusi tekitavatest bakteritest hävivad sellises keskkonnas.

Vaginaalne pH- tase võib pidevalt muutuda. Võimalikud põhjused:

- Bakteriaalne vaginosis
- Segainfektsioon bakteritega
- Sugulisel haigusel
- Enneaegne loote koti lõhkemine
- Östrogeeni puudulikkus
- Operatsioonijärgsed haavad
- Liigne intiimhooldus

Füsioloogiline normaalne vaginaalne pH- tase (pH 3,8 kuni 4,5) on oluline organsüsteemi kaitsesfunktsioon tupe kaitsmiseks ja tervisliku tupe mikrofloora säilitamiseks. Kõrgenenud tupe pH- tase põhjustab:

- Halvendab naise elukvaliteeti
- Kujutab olulist riski tervisele
- Suurendab enneaegse sünnituse ohtu

### Viola pH Health Care test on kaasaegne lahendus naiste kaitsesks

Tupe mikrofloora tasakaalu häirimine (näiteks dushis) on tihhi seotud kõrgenenud pH-tasemega. Tupe pH-tase, mis on kõrgem kui 4,5 võib viia mitmete erinevate günekoloogiliste kaebuste ja probleemide tekkimiseni.

Rasedad võivad alahinnata infektsiooni ohtu hirmates ise oma pH- taset.

### Oluline info

**Alati konsulteerige oma arstiga enne iga meditsiinilise otsuse tegemist. Testi osad võib visata ära tavalise olmeprügina.**

## Miks seda testi kasutada?

### Ole terve raseduse ajal tänu viola pH- testile

Bakteriaalsed vaginooosi diagnoositakse umbes 15-20% rasedatel. See suurendab järgnevate sündmuste riski:

- Enneaegne sünnitus
- Koorionamnioonit (amnioonit)
- Enneaegne lootekoti rebenemine
- Sünnitusel palaviku esinemine
- Sünnitujärgne endomeetriit (sünnitusjärgset emaka limaskesta põletik)
- Emaka bakteriaalne põletik

### Intiimhoolidus viola pH-testi abil

20-30% naisi kõikikest günekoloogilistest konsultatsioonidest kannatavad vaginaalsete infektsioonide all, mille sümptomid varieeruvad:

- Sügelus
- Kipitus
- Kuivus
- Suurenenud voolus
- Ebameeldiv "kala" lõhn
- Tupe keskkonnast põhjustatud soole põletik
- Selliseid probleeme võivad põhjustada liigne või ebakorrekne intiimhoolidus (vagiina liiga sage katsumine või valede puhastusvahendite kasutamine). Viola pH- testi abil on võimalik tuvastada neid probleeme varakult.

### Miljal on parim aeg viola pH- testi kasutamiseks?

- Bakteriaalse infektsiooni korral (ebanormaalne bakteriaalne keskkond)
- Düsbioosi kahtluse korral
- Ravikuuri ajal (näiteks antibiootikumravi ajal)
- Ennetava meditsiinilise kontrollina
- Raseduse ajal
- Juhul kui kahtlustate enneaegset sünnitust
- Pärast uue partneriga vahetamist
- Kui ilmnevad erinevad sümptomid (kipitus, sügelus, ebameeldiv "kala" lõhn, voolus)
- Enne ja pärast tupe kirurgilisi protseduure

### Väike kulu - suur kasu

Regulaarsel viola pH- testi kasutamisel on võimalik tuvastada mikrofloora tasakaalu häireid (näiteks düsbioos).

Soovitame testi teha kaks korda nädalas. See annab teada vaginaalse pH- taseme ka arstliku kontrolli vahelisel perioodil. Ei leidu ka ühtegi põhjust, miks ei võiks testida ennast sagedamini. Sagedamini soovitatakse testida nendel naistel, kes on raseduse ajal kannatanud tupepõletike alla või kellel on esinenud enneaegset sünnitust. Siiski, kui tihti kannatate intiimprobleemide all, nagu sügelus, kipitus, ebameeldiv "kala" lõhn või suurenenud voolus, on regulaarne testimine soovitatav.

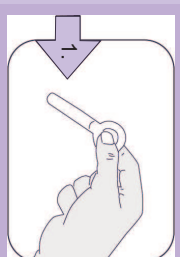
### Testi põhimõte

Ümmargune käepide tagab turvalise testi käeshoidmise. Aplikaator tuleks sisestada umbes 1-3 cm sügavusele tuppe ja pH-testipiirkonda suruda õrnalt tupe tagaseina vastu. See niisutab testakenti tupe sekreediga. Testakna värvi muutust arvestades saab määrata värvikaardi järgi. Aplikaatori võib eemaldada ja lugeda pH- tulemust. See värvi muutus annabki testi tulemuse ja tupe pH- taseme.

## Testi läbiviimine

Tupe pH- taseme mõõtmine on lihtne ja valutult. Lõdvestuge ja järgige juhiseid:

1. Enne testi tegemist peske käed
2. Võtke pakendist 1 testi ja avage foolium.

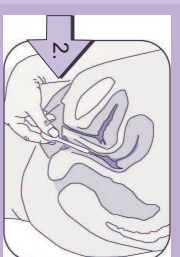


3. Hoidke aplikaatorit ainult ümmargusest osast pöidla ja nimetissõrmega, nagu on näidatud pildil 1. Pöialt tuleb hoida alati aplikaatori tagumist küljest (kus puudub pH-taseme mõõtmise tsoon). Nii kasutades toimite õigesti.

4. Püüdke vältida pH- mõõtmise tsooni kokkupuudet muude vedelikega.

5. Istuge põlved laiail või üks jalg tualettpoti äärel või mõnel muul kõrgemal esemel.

6. Nüüd kasutage vaba kätt tupe laiendamiseks.



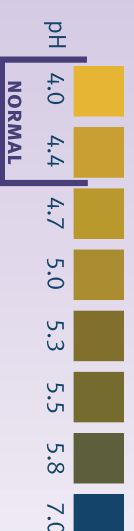
7. Sisestage õrnalt aplikaator tuppe, nii nagu kasutaksite tampooni, pilt 2. (approximately 1-3 cm into the vagina – but not further than to the round handle area)

8. Nüüd suruge sisestatud aplikaator vastu tupe tagumist seina, kerge survega umbes 10 sekundi jooksul, nii, et pH- taseme mõõtmise tsoon saab muutub täielikult niiskeks. Piisav niiskus on väga oluline testi läbiviimiseks.

9. Nüüd eemaldage ettevaatlikult aplikaator tupest.

Testi tulemusi lugege koheselt pärast aplikaatori eemaldamist, kuni mõõte tsoon on veel niiske. Võrrelda pH- taseme mõõtlejooni värvi lisatud värviskaalaga. Lugege tulemuseks seda, mis sarnaneb kõige rohkem mõõdetud pH- taseme värviga. Pärast tulemuse lugemist võtke testi visata olmeprügiga.

## Tulemuste lugemine ja interpreteerimine



Normaalne vaginaalne pH- tase on vahemikus 4,0 kuni 4,4. Indikaatori värvus on kollakas.

Vaginaalne pH- tase üle 4,4 on väljaspool normaalset taset. Indikaatori värvus on tumedam ja muutub pruunika-rohaka-sinise varjundiga värviks.

**OLULINE INFO:** Kui pH- taseme mõõtmise tsoon ei värvu pärast testi tegemist, võib test olla tehtud valesti. Võimalik põhjus võib seisneda pH- taseme mõõtmise tsooni väheses niisutuses sekreediga. Kui see oli põhjuseks, võtke korraga testi uuesti sama aplikaatoriga.