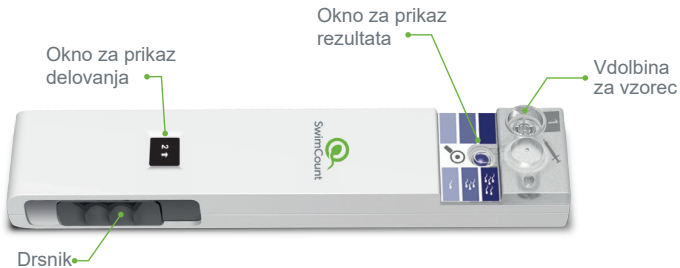




# SwimCount™

TEST ZA PREISKUS  
KAKOVOSTI SEMENA




PRIPOMOČEK ZA  
DOMAČO UPORABO




Pred izvedbo testa je potrebno:

- Natančno prebrati navodilo za uporabo
- Zagotoviti, da je vsebina pakiranja na sobni temperaturi 18-30°C
- Preveriti, če je vsebina pakiranja nepoškodovana
- Imeti pri roki uro

Kdaj izvajati test kakovosti vašega semena?

	Test izvedite v sledečih pogojih							
	1	2	3	4	5	6	7	8
	Ne	Ne	Da	Da	Da	Da	Da	Ne



POMEMBNO: Zberite svoj vzorec VSAJ 2 dni, VENDAR ne kasneje kot 7 dni po zadnji ejakulaciji.



Prenos podatkov iz [www.swimcount.com](http://www.swimcount.com):

EN: For instructions for use, please visit our website.

DA: For instruktioner på dansk besøg venligst vores webside.

NO: Se nettsiden vår for instruksjoner på norsk.

SE: För bruksanvisningarna på svenska, var god besök vår webbplats.

DE: Die Anleitung in Deutsch finden Sie auf unserer Website.

FR: Pour la notice d'utilisation en français, merci de vous rendre sur notre site internet.

IT: Per le istruzioni per l'uso in italiano, vi preghiamo di visitare il nostro sito Web.

ES: Para las instrucciones de uso en español, visite nuestro sitio web.

NL: De gebruiksinstructies in het Nederlands vindt u op onze website.

SI: Za navodilo za uporabo obiščite našo spletno stran.

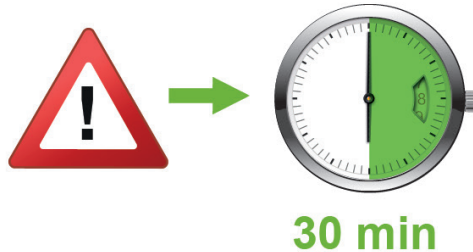
## Zberite svoj vzorec semena

A



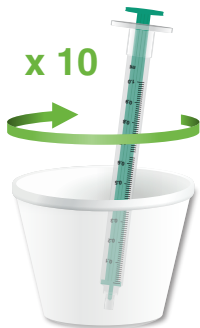
Svoj vzorec semena zberite v priložen lonček za vzorec. Zagotovite, da zajamete ves vzorec. Ne uporabljajte kondoma ali lubrikanta, ker lahko poškodujeta vaše semenčice.

B



Pustite vzorec stati 30 minut.

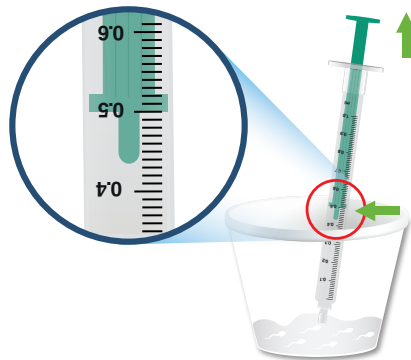
C



Preden nadaljujete z naslednjim korakom, je nujno počakati omenjenih 30 minut po odvzemu vzorca. Ta čas je potreben, da se vzorec semena utekočini.

S priloženo brizgo vzorec premešajte 10 krat.

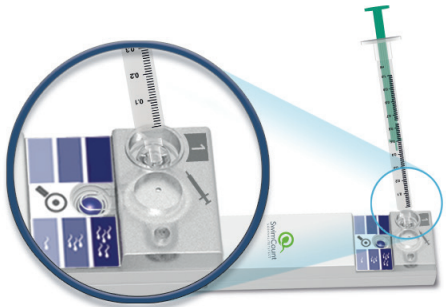
D



Z brizgo odzemetite 0,5 ml vzorca. Pomembno je, da ne pride do mehurčkov v brizgi, ker to vpliva na volumen vzorca.

## Izvedite test

1



Testna naprava naj bo ves čas izvajanja testa na vodoravni podlagi.  
Vzorec (0,5 ml) iz brizge počasi dodajte v označeno vdolbino za  
vzorec

1

2



Potisnite drsnik naprej, da aktivirate napravo.  
Pomembno: zaslišali boste "klik" in v oknu za prikaz delovanja se  
bo prikazal znak:




3



Počakajte še dodatnih 30 minut, pri čemer naj bo naprava ves čas na vodoravni podlagi.



4



Po 30 minutah potegnite drsnik navzdol kot kaže puščica. Pomembno: Slišati morate „klik“ in v oknu za prikaz delovanja se bo prikazal znak: 

5



Rezultat lahko odčitete v oknu za prikaz rezultata, označen z . Temnejša kot je barva, več semenčic z  dobro gibljivostjo je prisotnih v vašem vzorcu semena. Rezultat odčitete 5 minut po potegu drsnika navzdol.

Spodnja tabela prikazuje, kaj pomeni intenziteta barve vašega vzorca.

Intenziteta barve Stanje moške plodnosti	Koncentracija gibljivih se- menčic (milijon/ ml)	Kaj pomeni rezultat?
NIZKA	< 5	Število vaših v smeri gibljivih semenčic je po merilih Svetovne zdravstvene organizacije (WHO) <sup>1</sup> pod normalno ravniyo za plodne moške. Za moške z nizkimi vrednostmi v smeri gibljivih semenčic je bilo v primerjavi s tistimi z normalnimi vrednostmi dokazano, da imajo manjše možnosti za oploditev svojih partnerk po naravni poti <sup>2,3</sup> .
NORMALNA (Srednja)	5-20	Število vaših v smeri gibljivih semenčic je po merilih Svetovne zdravstvene organizacije (WHO) <sup>1</sup> na ali nad normalno ravniyo za plodne moške. Za moške z vrednostmi v tem območju je bilo dokazano, da imajo dobre možnosti za oploditev svojih partnerk po naravni poti v 12 mesecih <sup>2,3</sup> .
NORMALNA (Visoka)	>20	Število vaših v smeri gibljivih semenčic je po merilih Svetovne zdravstvene organizacije (WHO) <sup>1</sup> nad normalno ravniyo za plodne moške. Za moške z vrednostmi v tem območju je bilo dokazano, da imajo velike možnosti za oploditev svojih partnerk po naravni poti v 12 mesecih <sup>2,3</sup> ..

<sup>1</sup>Cooper et al. Human Reproduction Update 2010; 16(3): 231-245 | <sup>2</sup>Larsen et al. Human Reproduction 2000; 15(7):1562-1567 | <sup>3</sup>Bonde et al. The Lancet 1998; 352: 1172-1177.  
Ni za uporabo v kontraceptivne namene.

## Kako test deluje?

V napravi sta dve kamrici in le gibljive semenčice lahko priplavajo iz ene v drugo kamrico. Ko prispejo v drugo kamrico, se tam obarvajo, kar povzroči obarvanje v oknu za prikaz rezultata. Več kot je gibljivih semenčic v vzorcu, bolj intenzivna je barva.

Na moško plodnost vplivajo številni faktorji. Ta test je namenjen za preskus enega od teh faktorjev. Test meri število plavajočih (v smeri gibljivih) semenčic na ml vzorca semena. To se imenuje koncentracija v smeri gibljivih celic/ml. Verjetnost za oploditev ženske na naraven način (do določene ravni) narašča s številom v smeri gibljivih semenčic.

## VPRAŠANJA IN ODGOVORI

Moj rezultat je NIZKA vrednost. Kaj to pomeni in kaj naj naredim?

NIZKA pomeni, da je število v smeri gibljivih semenčic v vašem vzorcu semena nižje kot za normalno plodne moške. Obiščite zdravnika za nadaljne testiranje in druge preiskave. Rezultat NIZKA ne pomeni nujno, da ženske nikakor ne morete oploditi po naravni poti. Zdravnik vam bo svetoval nadaljnje korake.

Kako je vrednost NORMALNA/NIZKA definirana?

Svetovna zdravstvena organizacija (WHO) določa, da je normalno število v smeri gibljivih semenčic večje kot 5 milijonov na ml<sup>1</sup>. To pomeni, da ima v skupini plodnih moških 95 % to vrednost nad 5 milijonov/ml<sup>1</sup>.

<sup>1</sup>Cooper et al. Human Reproduction Update 2010; 16(3): 231-245



## Delovanje

SwimCount zagotavlja učinkovito merjenje števila gibljivih semenčic na ml s 96 % občutljivostjo in 91 % specifičnostjo.

V primeru torej, da vaš test kaže več kot 5 milijonov gibljivih semenčic, je 96 % verjetnost, da je rezultat pravilen. Če test kaže, da ima vaš vzorec manj kot 5 milijonov gibljivih semenčic na ml, je 91 % verjetno, da je rezultat pravilen.

## Kemična sestava

SwimCount vsebuje kemikalijo za obarvanje gibljivih semenčic, ki je sestavljena iz barvila, raztopljenega v pufrani fiziološki raztopini.

## Interferenca/motnje

Ni poznanih snovi, ki bi vplivale na rezultat testa.

## Barvna slepota

Opozorilo: Barvna slepota lahko vpliva na sposobnost pravilne interpretacije rezultata.

Moj rezultat je NORMALNA, toda partnerka tudi po več mesecih poskušanja ni zanosila. Kaj naj storiva?

Vsak sešti par ima težave z zanositvijo. Nekateri drugi faktorji, razen gibljivosti semenčic v smeri, lahko vplivajo na plodnost pri moškem. Teh s tem testom ni mogoče izmeriti. Če sta s partnerko poskušala zanositi 12 mesecev brez uspeha, obiščita zdravnika za nadaljne testiranje in druge preiskave.

Nisem prepričan v svoj rezultat. Kaj naj storim?

Če niste prepričani v svoj rezultat, za nasvet kontaktirajte linjo za pomoč na [info@swimcount.com](mailto:info@swimcount.com). Test lahko prav tako opravite ponovno, vendar ne prej kot v 48 urah z novim vzorcem.

Moj vzorec v 30 minutah ni postal tekoč. Kaj naj naredim?

Nekateri vzorci potrebujejo več kot 30 minut za utekočinjenje, zato lahko po potrebi počakate dalj časa. Če se vaš vzorec ni utekočinil znotraj 3 ur, potem je bolje, da ga ne uporabite. Zavržite ga, splaknite z vodo lonček za vzorec in pustite, da se posuši. Ne uporabljajte mila.

Počakajte 48 ur, preden zberete naslednji vzorec. Če se pri naslednjem vzorcu zgodi enako, obiščite zdravnika.

Videti je, da test ni deloval oz. so pri testu posamezni deli manjkali ali bili poškodovani. Kaj naj naredim?

Če so posamezni deli testa manjkali oz. bili poškodovani ali pa menite, da test ni deloval, nas kontaktirajte na [info@swimcount.com](mailto:info@swimcount.com).

Kaj lahko vpliva na gibljivost semenčic?

Obstajajo številni faktorji, ki lahko vplivajo na kakovost semena:

- Če ste se v zadnjih 2-3 mesecih slabo počutili, še posebej, če ste imeli visoko telesno temperaturo, to lahko vpliva na kakovost vašega semena. Zato je s ponovnim testiranjem bolje počakati, da se boste dobro počutili.
- Če jemljete anabole steroide ali ostala zdravila, ki vsebujejo testosteron.
- Vaše predhodno zdravstveno stanje, npr.:
  - Nespuščeni testisi v otroštvu
  - Varikokela (razširjene vene v testisih)
  - Kirurški posegi v trebušni votlini kot npr. operacija hernije
  - Mumps v odrasli dobi
  - Zdravljenje raka

Če ste zaskrbljeni glede katerega od naštetih faktorjev, se posvetujte z zdravnikom, ki vam bo svetoval nadaljne korake.

Kaj lahko storim za izboljšanje kakovosti semena?

Na izboljšanje kakovosti semena lahko vpliva sledeče:

- Prenehajte z jemanjem anaboličnih steroidov (vendar ne prenehajte z jemanjem predpisanih zdravil brez posveta z zdravnikom). Moška plodnost se po prenehanju jemanja steroidov pogosto normalizira.
- Namesto kopanja v vroči vodi se raje tuširajte – dolgotrajne vroče kopeli lahko negativno vplivajo na kakovost semena.
- Skrbite zase in pazite na zdravo prehrano, redno vadbo, opustite kajenje in zmanjšajte uživanje alkohola. Vse to bo pozitivno vplivalo na vaše zdravje.

Kaj storiti, če se želim ponovno testirati?

Ponovno se lahko testirate z novo napravo, vendar je potrebno počakati najmanj 48 ur po zadnjem testiranju. Če bi radi preskusili spremembo v kakovosti semena po spremembi življenjskega stila, počakajte vsaj 10 tednov (2-3 mesece) pred ponovnim testiranjem. Za tvorbo semenčic je potrebnih 10 tednov, zato prej kot v tem času spremembe v kakovosti niso opazne.

## Pomembno

- Naprava za enkratno uporabo
- Zavržite z običajnimi gospodinjskimi odpadki
- Ne uporabljajte naprave s pretečenim rokom uporabnosti
- Naprava je namenjena za domačo uporabo
- Za in vitro diagnostično uporabo



MotilityCount ApS  
Hvidkildevej 48,  
DK-2400 Copenhagen  
Denemarken

**LOT**

Številka serije

**IVD**



Uporabno do



Hraniti na 2-30 stopinjah



Za enkratno  
uporabo

**REF**

1002.5

**CE**  
0086

Natančnost testa  
96 % občutljivost  
91 % specifičnost