

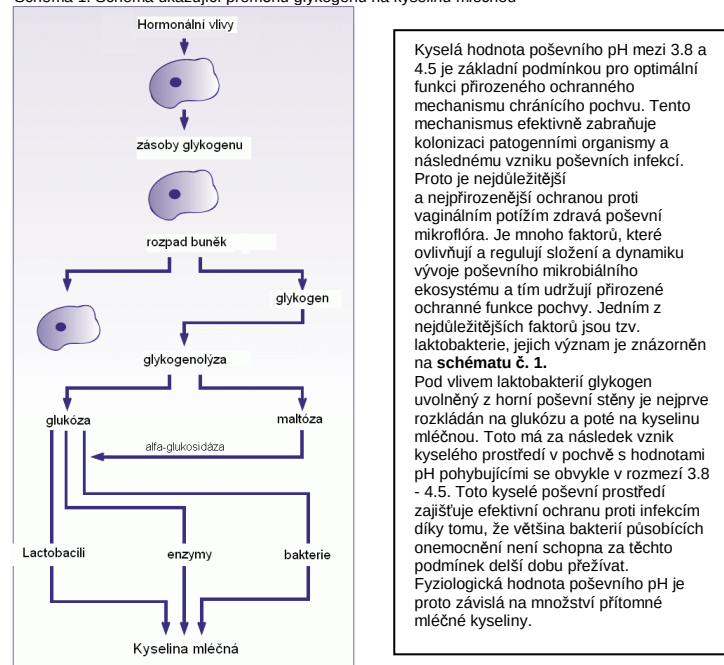
Instrukce pro správné užití – Prosím, čtěte pozorně.

OBSAH BALENÍ

Hygienické balení obsahuje 1 zkušební aplikátor pro měření poševního pH s barevnou stupnicí k interpretaci hodnoty pH.

ZÁKLADNÍ INFORMACE

Schéma 1. Schéma ukazující přeměnu glykogenu na kyselinu mléčnou



Hodnoty pH v pochvě mohou kolísat.

Možnými příčinami změny poševního pH jsou:

- bakteriální vaginóza (abnormální bakteriální kolonizace pochvy)
- smíšené bakteriální infekce
- sexuální přenosné nemoci
- předčasné průtržení plodových blan
- deficit estrogenu
- pooperační ranné infekce
- nadměrná osobní hygiena
- léčba antibiotiky

Je všeobecně známo, že ocet a citrónová šťáva jsou kyselé a že mýdla jsou zásaditá (alkalická). Síla kyselosti či zásaditosti je kvantifikována měřením hodnoty pH (rozmezí hodnot pH od 1 do 14). Destilovaná voda má pH, které je rovno 7,0 a proto je neutrální (není kyselé ani zásadité).

Fyziologická a proto normální hodnota poševního pH (pH mezi 3.8 a 4.5) je důležitou podmínkou tělu vlastního systému ochrany pochvy a udržování zdravé poševní mikroflóry. Zvýšení poševního pH nad hodnotu 4.5 znamená ve většině případů zhoršení kvality života, leckdy představuje významné ohrožení zdraví a u těhotných zvyšuje pravděpodobnost předčasného porodu.

pH - Control® JE MODERNÍ KONCEPCE OCHRANY PRO ŽENY

Porucha ekologické rovnováhy v poševní mikroflóře je často spojena se zvýšením úrovně pH. Hladiny poševního pH přesahující hodnotu 4.5 mohou být příčinou mnoha gynekologických obtíží i nemocí.

Zůstaňte zdravé během těhotenství s pH - Control®

Bakteriální vaginóza (BV) je diagnostikována přibližně u 15 - 20% všech gravidních žen.

Tento stav zvyšuje riziko:

- předčasného porodu
- zánětu plodových blan (chorioamnionitis, amnionitis)
- předčasné ruptury plodových blan
- perinatálních horečnatých stavů
- endometritidy po porodu (infekce sliznice dělohy po porodu)
- bakteriální infekce plodu

Díky pravidelným samostatným vyšetřením hodnot poševního pH, mohou gravidní ženy snížit nebezpečí výskytu infekce. Měření poševního pH je nedílnou součástí programu pro snížení výskytu předčasného porodu dle profesora E. Salinga.

Intimní péče s pH - Control®

20 - 30% všech žen navštěvujících gynekologické ambulance trpí poševními infekcemi s různými příznaky

- svědění
- pálení
- suchost sliznic
- výtok
- zápach
- poruchy vaginální flóry

Příčinou stížností tohoto druhu může být nadměrná nebo nesprávná intimní hygiena (příliš časté vyplachování pochvy, či používání nevhodných hygienických prostředků).

Za pomoci pH - Control® mohou být zdravotní potíže rozpoznány včas.

KDY JE VHDNÝ ČAS NA POUŽITÍ pH - Control®

- V případě bakteriální vaginózy (abnormální bakteriální kolonizace pochvy).
- Při podezření na poruchu poševního prostředí (tzv. dysbióza).
- Po léčbě infekcí (to jest zejména při léčbě antibiotiky).
- Jako součást preventivních zdravotních prohlídek během těhotenství.
- V případě známého rizika předčasného porodu.
- Po sexuálním styku s novým partnerem.
- Při výskytu příznaků v poševní oblasti (pálení, svědění, zápach, výtok).
- Před a po chirurgických zákrocích na pochvě.

MALÉ ÚSILÍ - VYSOKÁ EFEKTIVITA

Pravidelné používání pH - Balance® umožňuje posouzení stavu poševní mikroflóry a případné odhalení možných negativních změn v této fyziologické poševní mikroflóře (například tzv. dysbiózy).

Doporučujeme, abyste prováděla měření dvakrát týdně. Toto Vám umožní kontrolovat, zda hodnota poševního pH je ve fyziologických mezích v době mezi návštěvami Vašeho gynekologa. Samozřejmě můžete provádět toto měření častěji. Tento postup je obzvláště doporučován, pokud jste již dříve trpěla infekcemi pochvy během těhotenství nebo pokud jste již měla předčasný porod. Také v případech pokud máte často intimní obtíže typu svědění, pálení, zápachu či výtoků.

PRINCIP TESTU

pH - Control® je spolehlivá, hygienická, bezbolestná metoda určování hodnoty poševního pH. Jakmile se konvexní pH měřicí zóna na aplikátoru dostane do kontaktu s poševním sekretem, dojde k barevné změně. Tato barevná změna je porovnávána s přiloženou barevnou stupnicí a odstín barvy odpovídá zjištěné hodnotě pH. pH - Control® je patentovaný lékařský výrobek. pH - Control® je poševní aplikátor dlouhý přibližně 7,5 cm se zabudovaným pH měřicím proužkem (MERCK pH indikátorové tyčky, rozmezí pH 4.0 - 7.0, non-blood, 1.09542.0001). Poševní aplikátor se skládá z kruhovitěho držadla a trubičky určené k zavedení dlouhé cca. 5 cm. Na jedné straně špičky této trubičky je otvor, kde se nachází indikátorová oblast proužku měřicího pH (měřicí pH zóna). Vhodně tvarované držadlo umožňuje bezpečnou manipulaci s aplikátorem. Poševní aplikátor je zaváděn přibližně 2,5 cm a měřicí zóna je jemně přitlačena proti zadní stěně poševní. Tímto dochází k navlhčení měřicí zóny vaginálním sekretem. Poté je poševní aplikátor vyjmut z pochvy a je odečtena hodnota stanoveného pH.

DŮLEŽITÁ UPOZORNĚNÍ:

- Použijte každý aplikátor pouze jednou.
- Určeno k použití jen pro zamýšlený účel.
- Aplikátor určuje jen hodnotu pH a ne přítomnost jakékoli infekce.
- Kyselá hodnota pH není 100% ochranou proti infekcím. Jestli si všimnete symptomů navzdory normální hodnotě pH, kontaktujte vašeho lékaře.

Neprovádějte test po datu expirace produktu (zkontrolujte datum na balení).

- Za jistých okolností může dojít k dočasným změnám hodnot poševního pH a vést k falešným interpretacím výsledků. Vždy je proto nutné vzít v úvahu následující časové odstupy před prováděním testu:
 - mějte přinejmenším 12 hodin po sexuální aktivitě
 - mějte přinejmenším 12 hodin po užití poševních léčiv (poševní čípky, krémy, gely, atd.)
 - mějte jen 3 - 4 dny po konci menstruačního cyklu pokud nejste těhotná
 - mějte přinejmenším 15 minut po vymočení, protože případná ulpívající moč může způsobit falešný výsledek testu.
- Neomývejte nebo nespřchujte oblast těsně před prováděním měření.
- Berte na vědomí, že moč může způsobit falešný výsledek testu.
- Nikdy neprovádějte léčbu předtím, než konzultujete výsledek testu se svým gynekologem.
- U žen, které zatím nejsou pohlavně aktivní, může dojít při nesprávném použití zkušebního aplikátoru k poranění panenské blány. Toto je obdobné jako při používání tamponů.

Po odečtení výsledku měření můžete zacházet s použitým aplikátorem jako s běžným domovním odpadem.

CO DĚLAT, JESTLIŽE HODNOTA pH JE MIMO FYZIOLOGICKÉ ROZMEZÍ

Jestliže hodnota pH není ve fyziologickém rozmezí pouze při jednom měření, není třeba si dělat starosti. Pokud k této situaci dojde, zopakujte měření o několik hodin později nebo následující den. V případě, že hodnota pH i po tomto dalším měření není v běžném rozmezí, je vhodné konzultovat výsledek testu s Vaším gynekologem za účelem odhalení možné příčiny tohoto stavu. Mějte vždy na paměti, že existuje mnoho faktorů, jež mohou dočasně měnit poševní pH aniž by se jednalo o známku onemocnění (viz. Důležitá upozornění).

Jakmile dojde k výskytu následujících příznaků a hodnoty poševního pH jsou opakovaně vysoké, vždy kontaktujte svého lékaře:

- krvácení, včetně špinění
- podezření na odtok plodové vody
- příznaky podobné menstruaci
- horečka
- pálení během močení
- svědění či pálení v pochvě
- výtok
- nepříjemný zápach

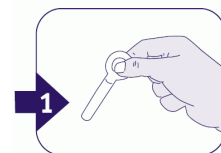
SKLADOVÁNÍ

Skládujte test v zavřeném balení při pokojové teplotě. Držte mimo dosah dětí.

POSTUP PROVEDENÍ TESTU

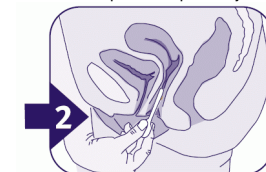
Stanovení hodnoty poševního pH je jednoduché a zcela bezbolestné. Uvolněte se a postupujte důkladně dle následujících kroků.

1. Před provedením testu si umyjte ruce.
2. Otevřete balení, vyjměte test a otevřete krycí fólii. Dotýkejte se pouze kruhovitěho držadla aplikátoru.
3. Uchopte držadlo aplikátoru mezi Váš palec a ukazováček **obr. 1**.



Obr. 1 – Palec by měl být na opačné straně poševního aplikátoru, než se nachází zóna pH. Jestliže dochází k používání poševního aplikátoru tímto způsobem, každý test bude proveden správně.

4. Vyvarujte se kontaktu pH měřicí zóny aplikátoru s jakýmkoli tekutinami.
5. Posadte se s koleny široce od sebe nebo s jednou nohou položenou na vyvýšeném místě či jiném pevném povrchu.
6. Rukou jemně rozevřete oblast poševního vchodu, aby došlo k důkladnému oddálení stydkých pysků.
7. Vložte poševní aplikátor jemně do pochvy stejným způsobem jako při použití vaginálního tampónu **obr. 2**.

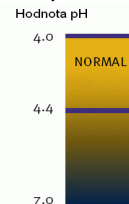
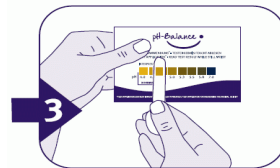


Obr. 2 - (přibližně do hloubky 2,5 cm, ne však hlouběji než je držadlo aplikátoru). Zavádění poševního aplikátoru je zcela bezbolestné.

8. Po zavedení lehce přitlačte vloženou trubičku proti zadní stěně pochvy (směrem ke konečníku) na cca. 10 vteřin, čímž dojde k důkladnému navlhčení pH měřicí zóny. Dostatečné navlhčení je velmi důležité pro správné vyhodnocení testu.
9. Nyní opatrně vyjměte poševní aplikátor z pochvy.

VYHODNOCENÍ A INTERPRETACE VÝSLEDKŮ

Vyhodnocení provádějte ihned po vyjmutí aplikátoru z pochvy, dokud je měřicí zóna ještě vlhká. Porovnejte zabarvení měřicí zóny s barevnou stupnicí uvedenou na každém balení a přiřaďte nejbližší barvu té, kterou jste naměřili. U dané barvy je uvedeno Vámi naměřené pH **viz obr. 3**.



Obr. 3 - použijte barevnou stupnici pro správné vyhodnocení výsledku testu

Poševní pH v rozsahu 4.0 - 4.4 je ve fyziologickém rozmezí. Barva indikátoru je nažloutlá.

Poševní pH přes 4.4 je mimo hodnoty fyziologického rozmezí. Barva indikátoru je tmavší - hnědý až zelenomodrý odstín.

Test	1	2	3	4	5	6	7	8
Hodnota pH								

DŮLEŽITÉ UPOZORNĚNÍ: Jestliže po provedení testu nedojde k zabarvení testovací oblasti proužku, nebyl test proveden dostatečně správně. Možnou příčinou tohoto stavu je, že nedošlo k dostatečnému zvlhčení měřicí zóny vaginálním sekretem. Pokud je tomu opravdu tak, můžete provést měření znovu se stejným poševním aplikátorem. Vždy můžete také použít nový test.