

Gebrauchsanweisung

pearly®



..... der kleine, sichere, intelligente Zykluscomputer



Revisionsstand 11.08

..... Herzlichen Glückwunsch

Wir gratulieren Ihnen zu Ihrer Entscheidung, in Zukunft natürlich zu verhüten.

Mit pearly haben Sie neben der optimalen Sicherheit an „grünen Tagen“ jetzt die preiswerte und zusätzlich gesundheits- und umweltschonende Alternative zu herkömmlichen Verhütungsmöglichkeiten in den Händen.

Bitte lesen Sie diese Gebrauchsanweisung zu Ihrer eigenen Sicherheit aufmerksam und vollständig durch. Alles, was Sie über das Gerät wissen sollten, finden Sie im Inhaltsverzeichnis oder alphabetischen Sachverzeichnis.

Wir wünschen Ihnen einen guten Start.

<p>Das Wichtigste zuerst 6</p> <p>Grundbegriffe 7</p> <p>Bedienungsebenen 8</p> <p>Funktionstasten 9 Kreistaste, Plustaste, Minustaste Zurück in die Ausgangsposition Schnelllauf</p> <p>Ein-/Abschalten und Selbsttest 10 pearly einschalten Automatisches Abschalten, Rückkehr in die Uhr-Anzeige Selbsttest und Probemessung</p>	<p>Bevor Sie beginnen 11</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Weckzeit einstellen 2. Wecker aktivieren 3. Evtl. Eingabe zurückliegender Menstruations-Daten 4. Messen am nächsten Morgen 5. Fruchtbarkeit ablesen 6. Bei Menstruation „M“ eingeben <p>Messzeitraum 14 Messzeitraum freigeben Änderung des Messzeitraums</p> <p>Messen 16 Messen allgemein Tipps zum Messen Messen Störungen beim Messen Abbruch Messen Das Messsymbol leuchtet nicht Keine Messungen vornehmen</p>
---	--

..... Inhalt

5

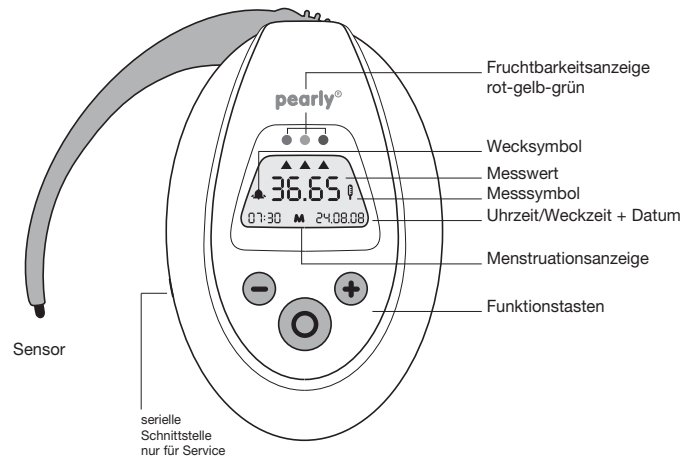
Menstruationseingabe „M“	18	Monophasen
Menstruationseingaben zu Beginn der Anwendung		Wiederinbetriebnahme nach der Schwangerschaft
„M“-Eingabe nach einiger Zeit der Anwendung		Keine Messungen vornehmen
„M“ korrigieren		Temperaturerhöhungen/Fieber
„M“ aktivieren		Ausdruck
„M“ rückwirkend/nachträglich eingeben		Löschen gespeicherter Daten
Fruchtbarkeitsanzeigen	20	Technik und Entsorgung
Das Gerät lernt Ihren Zyklus kennen		Gerät / Batterie
Vorausschauende Fruchtbarkeitsanzeige		Datenverlust
Zurückschauende Fruchtbarkeitsanzeige		Entsorgung
Weitere Informationen	22	Pflege – Wartung – Sicherheit
Einstellen der Uhrzeit und des Datums		Reinigung
Wiederinbetriebnahme nach		Sicherheitshinweise / Prüfsiegel
Nutzungsunterbrechung		
Nach der Pille		Indikation / Kontraindikation
Sommer- und Winterzeit		28
Reisen/Zeitzone		Störungen und Abhilfe
Schichtarbeit		29
Schwangerschaftsanzeige		Elektromagnetische Verträglichkeit
		30
		Sachwortverzeichnis
		34

6 Das Wichtigste zuerst

- Sie können gleich morgen früh nach dem Aufwachen mit dem Messen beginnen.
- Messen Sie **immer** die Temperatur unmittelbar nach dem Aufwachen und vor dem Aufstehen, also, bevor Sie in irgendeiner Form aktiv werden. (Aufwachtemperatur = Basaltemperatur)
- Wenn Sie Aufzeichnungen über Menstruationsdaten haben, geben sie diese vor der ersten Messung ein.
- Zu Beginn der Anwendung muss der Wecker am Vortag vor 24.00 Uhr gestellt und aktiviert werden.
- Entfällt eine Messung, muss der Wecker für den folgenden Tag neu aktiviert werden.
- Vor der Anwendung von Pille müssen Sie die Pille absetzen. Denn: Das Programm basiert darauf, dass der Eisprung exakt erkannt wird. Die Pille jedoch verhindert den Eisprung.
- Die Hormonspirale **muss** vor dem Start entfernt werden. Bei einer Kupferspirale ist es empfehlenswert, diese zu entfernen.

Das Programm arbeitet von Anfang an mit eingegebenen Stammdaten. Je regelmässiger Sie messen, um so schneller lernt das Gerät Ihren individuellen Zyklus kennen. Es zeigt immer mehr grüne (unfruchtbare Tage) an und die roten (fruchtbare Tage) werden enger eingegrenzt.

..... Grundbegriffe 7



..... Bedienungsebenen

⊙ kurz drücken = einschalten

ZEITEBENE

WECKER	WECKZEIT	UHRZEIT	DATUM
☾ aus / ein ☽	07:30	13:46	24.08.08
	Weckzeit einstellen	Uhrzeit einstellen	Datum einstellen
	⊙ 5 Sek	⊙ 5 Sek	
	Std. ⊖ ⊕	Std. ⊖ ⊕	über Uhrzeit ± 24:00
	⊙ kurz	⊙ kurz	
	Min. ⊖ ⊕	Min. ⊖ ⊕	
	⊙ 5 Sek	⊙ 5 Sek	

⊙ kurz drücken

FRUCHTBARKEITSEBENE

FRUCHTBARKEIT	MESSWERT + FRUCHT- BARKEITSANZEIGE	ZYKLUSTAG	FRUCHTBARKEIT
▲ 36.63	▲ 36.65 / .14	▲	▲
Anzeige zurückschauend bis 99 Tage	„M“ verneinen ⊖ „M“ bestätigen ⊕	Eingabe Menstruation	Anzeige vorausschauend bis 6 Tage
	⊙ 5 Sek	⊙ 5 Sek	
	⊙ kurz	⊙ kurz	

pearly schaltet sich nach 30 Sek. Inaktivität aus

⊙ kurz drücken / zurück in die Zeitebene

.... Funktionstasten 9

Kreistaste 

- Mit der Kreistaste wählen Sie zwischen Zeitebene und Fruchtbarkeitsebene.
- Mit der Kreistaste können Sie individuelle Einstellungen vorbereiten.
- Einstellbereitschaft:
Kreistaste 5 Sek. drücken und halten
Die Anzeige blinkt: sie ist stellbereit.
- Die entsprechenden Anzeigen können mit Plus- oder Minustaste vor- oder zurückgestellt werden.
- Beenden der Einstellung:
Kreistaste 5 Sek. drücken und halten
- Bestätigung der gewünschten Eingabe:
Das Blinken endet. Als Bestätigung erfolgt ein akustisches Signal.

Zurück zur Ausgangsposition

- Durch gleichzeitiges Drücken der Plus- und Minustaste kommen Sie immer zur Ausgangsposition zurück.

Plustaste 

- Mit der Plustaste können Sie vorwärts stellen und Eingaben vornehmen (z. B. die Menstruation bestätigen).
- Ein Druck auf die Plustaste stellt die Anzeige jeweils um einen Schritt vorwärts.

Minustaste 

- Mit der Minustaste können Sie zurück stellen (z. B. Anzeigen zurückliegender Messwerte).
- Ein Druck auf die Minustaste stellt die Anzeige jeweils um einen Tag zurück.

Schnelllauf

- Durch Drücken und Halten der Plus- bzw. Minustaste stellen Sie schnell zurück oder vorwärts.

10Ein-/Abschalten und Selbsttest

Bei Inbetriebnahme sind in Ihrem pearly Beispielwerte gespeichert. Diese werden automatisch gelöscht, sobald Sie eine erste eigene Messung durchgeführt oder bereits Menstruationsdaten eingegeben haben. Die Beispielwerte erscheinen wieder, falls Sie Ihre Anwenderdaten löschen.

pearly einschalten

Drücken Sie auf eine beliebige Taste.

Automatisches Abschalten und automatische Rückkehr in die Uhr-Anzeige

- Wird 30 Sekunden keine Taste gedrückt, schaltet sich das Gerät automatisch ab.
- Durch gleichzeitiges Drücken der Plus- und Minustaste kehrt das Gerät automatisch in die Uhr-Anzeige zurück.

Selbsttest und Probemessung

pearly führt Ihnen in einem Selbsttest alle Anzeigen vor.

Ausgehend von der Uhr-Anzeige:

- Drücken Sie auf die Plustaste und halten diese 5 Sek.
- Nun durchläuft pearly selbständig alle Anzeigen. Die Symbole sind sichtbar.
- Drücken Sie jetzt eine beliebige Taste, das Mess-Symbol blinkt und Sie haben die Möglichkeit, eine Probemessung durchzuführen. Der Probe-Messwert wird Ihnen angezeigt, aber nicht gespeichert.
- Der Vorgang wird durch gleichzeitigen Druck auf die Plus- und Minustaste beendet.

.....Bevor Sie beginnen 11

1. Weckzeit einstellen
2. Wecker aktivieren
3. Evtl. Eingabe zurückliegender Menstruations-Daten

4. Messen am nächsten Morgen
5. Fruchtbarkeit ablesen
6. Bei Menstruation „M“ eingeben

Wenn Sie pearly erhalten, sind die Uhrzeit, das Datum und das Jahr bereits richtig eingestellt.

Bei Reisen in andere Zeitzonen haben Sie die Möglichkeit, Datum und Uhrzeit auf die aktuelle Ortszeit umzustellen.

Zu Beginn der Anwendung muss der Wecker am Vortag vor 24.00 Uhr gestellt und aktiviert werden.

1. Weckzeit einstellen

Ausgehend von der Uhrzeit

- Drücken Sie einmal die Minustaste und die Weckzeit erscheint.
- Kreistaste 5 Sek. drücken und halten.
- Die Stunden-Einstellung blinkt.
- Korrigieren Sie die Stunden mit der Plus- bzw. der Minustaste vor oder zurück.
- Drücken Sie kurz die Kreistaste.
- Die Minuten-Einstellung blinkt.
- Korrigieren Sie die Minuten mit der Plus- bzw. der Minustaste vor oder zurück.
- Einstellung beenden:
Drücken und Halten der Kreistaste für 5 Sek.
- Ein kurzer Signalton bestätigt die Eingabe.

2. Wecker aktivieren

Schalten Sie das Gerät ein. Links unten steht die Uhrzeit.

- Drücken Sie nun die Minustaste und es erscheint die Weckzeit.
- Drücken Sie nochmals die Minustaste und das Wecksymbol blinkt.
- Sie aktivieren den Wecker mit der Plus- und deaktivieren ihn mit der Minustaste.
- **Am ersten Tag der Anwendung müssen Sie sich von pearly wecken lassen.**

An allen weiteren Tagen können Sie sich wecken lassen, Sie müssen aber nicht.

- Entfällt eine Messung, **muss der Wecker für den folgenden Tag neu aktiviert werden.**

3. Evtl. Eingabe zurückliegender Menstruations-Daten „M“

Vor der ersten Messung haben Sie die Möglichkeit, Aufzeichnungen zurückliegender „M“-Daten in Ihren pearly einzugeben. Dies ist bis zu 99 Tagen rückwirkend möglich.

Für jeden Zyklus ist nur der erste Tag Ihrer Menstruation einzugeben. Das Gerät speichert automatisch die darauf folgenden zwei „M“-Tage.

Das Nachtragen von nur einem „M“-Tag pro Zyklus gilt nur für die Eingabe vor Inbetriebnahme Ihres Gerätes.

- Gehen Sie vor, wie unter „Zurückschauende Fruchtbarkeitsanzeige“ (S. 21) und unter „M“ aktivieren (S. 19) beschrieben.
- **Beginnen Sie Ihren Nachtrag von „M“-Eingaben mit der am weitesten zurückliegenden Menstruation.**

4. Messen am nächsten Morgen

Messen Sie täglich nach dem Aufwachen Ihre **Basaltemperatur**. Die Basaltemperatur ist die Temperatur unmittelbar nach dem Aufwachen, vor dem Aufstehen, also bevor Sie in irgendeiner Form aktiv werden. Alles über das Messen finden Sie auf Seite 16.

Das Gerät ist messbereit:

- +/- 3 Stunden vor bzw. nach der letzten Messung.
(vgl. S. 14)

5. Fruchtbarkeit ablesen

Das Gerät zeigt Ihren Messwert an und Ihre Fruchtbarkeit für den Tag:

rot fruchtbar
grün unfruchtbar
gelb Lern- und Übergangsbereich

Pfeil blinkt auf rot

Prognose Ovulationstag (= Eisprung)

6. Bei Menstruation „M“ eingeben

Nach dem Messvorgang blinkt gegebenenfalls „M“ = Menstruation.

- Bei „M“ ja drücken Sie die Plus-taste.
M leuchtet konstant.
- Bei „M“ nein drücken Sie die Minus-taste.
M verschwindet aus der Anzeige.
- **Mindestens an drei aufeinanderfolgenden Tagen „M“ eingeben.**
- **Haben Sie „M“ ohne vom Gerät danach gefragt worden zu sein, aktivieren Sie „M“ (vgl. Seite 19).**

Messzeitraum



Der Wecker überwacht den Messzeitraum. Er richtet sich nach der tatsächlichen Messzeit und bestimmt den Messzeitraum für den nächsten Tag.

Der Messzeitraum **umfasst 6 Stunden** und beginnt bzw. **endet drei Stunden vor und nach dem letzten Messzeitpunkt**, sofern dieser vom Weckzeitpunkt abweicht.

Gemessen werden kann nur einmal am Tag, innerhalb des Messzeitraums.

Vor der ersten Messung muss der Wecker aktiviert werden.



Sie erkennen den Messzeitraum am konstant leuchtenden Messsymbol.

Der Messzeitraum ist unabhängig vom Wecker und errechnet sich aus der Messung des Vortages (-3/+3 Std.).

Beispiel:

1. Tag Messen um 06.00 Uhr
2. Tag *Messzeitraum 03.00 – 09.00 Uhr*
Messen um 07.00 Uhr
3. Tag *Messzeitraum 04.00 – 10.00 Uhr*
Messen um 09.00 Uhr
4. Tag *Messzeitraum 06.00 – 12.00 Uhr*
usw.

..... Messzeitraum..... 15

In der Regel fallen Weckzeitpunkt und Messzeitpunkt zusammen und wir empfehlen, sich von pearly wecken zu lassen.

Sollten Sie innerhalb des Messzeitraumes aufwachen, z. B. weil Sie Ihr Kind versorgen, messen Sie.

Stehen Sie später auf als der Messzeitraum endet, **fällt die Messung aus**. Der Wecker muss neu gestellt werden.

Änderung des Messzeitraums

Der Messzeitraum wird durch den Wecker verändert, z.B. am Wochenende oder bei Schichtarbeit.

Messzeitraum freigegeben

Wenn ein Tag nicht gemessen wurde, wird der **Messzeitraum freigegeben** und muss wieder neu durch den Wecker gesetzt werden.

Messen allgemein

Das tägliche, zuverlässige Messen der Basaltemperatur bildet die wichtigste Grundlage unseres Systems. **Die Basaltemperatur** ist die Temperatur unmittelbar nach dem Aufwachen, vor dem Aufstehen, also **bevor** Sie in irgendeiner Form aktiv werden.

Je regelmässiger Sie, besonders zu Beginn der Anwendung, messen, um so schneller lernt das Gerät Ihren persönlichen Zyklus kennen.

Tipps zum Messen

Legen Sie den Messsensor unter die Zunge, hinten links oder rechts vom Zungenbändchen und schliessen Sie den Mund.

Während der Messung sollte der Sensor nicht verschoben werden. Die besten Ergebnisse erhalten Sie, wenn Sie stets die selbe Position wählen.

Messen



Der pearly weckt Sie durch einen Signalton. Durch Druck auf eine beliebige Taste stellen Sie den Weckton aus. Zum Messen müssen Sie anschliessend nochmals eine Taste drücken.



Das Symbol 'Messen' blinkt, pearly ist messbereit.

- Den Sensor nun unter die Zunge legen und den Mund schliessen.
- Der Messvorgang dauert ca. 1-2 Min., wenn nach 3 Min. kein Messwert ermittelt werden kann wird die Messung automatisch abgebrochen.
- Die Anzeige zeigt Messwerte von 34.5 bis 41.0 Grad C an.
- Ab 37.8 Grad C alterniert der Messwert mit „F“ für Fieber.



Bei Beendigung der Messung ertönt ein Signalton und der festgestellte Messwert erscheint in der Anzeige.

- Die Fruchtbarkeit des Tages wird angezeigt.

Störungen beim Messen

siehe Seite 29 „Störungen und Abhilfe“

Abbruch Messen

Wenn Sie einmal nicht messen oder den Messvorgang abbrechen wollen, können Sie das Messen abstellen, indem Sie die Minus- und die Plus-taste gleichzeitig drücken. Ein Signalton ertönt. Das Gerät bricht die Messung ab.

Die Messung für diesen Tag entfällt.

Das Messsymbol leuchtet nicht

Wenn das Messsymbol am Morgen nicht leuchtet, aktivieren Sie den Wecker für den nächsten Morgen. pearly wird wieder messbereit sein.

Keine Messungen vornehmen

Bei Temperaturerhöhung durch z. B. Erkältung, Grippe, Fieber, Schlafmangel, übermäßigen Alkoholgenuss lesen Sie bitte Seite 24.

Grundsätzlich geben Sie „M“ an so vielen Tagen ein, wie „M“ dauert, mindestens aber **an drei Tagen aufeinanderfolgend**.

Menstruationseingaben zu Beginn der Anwendung



Nach dem Messvorgang blinkt gegebenenfalls „M“ = Menstruation.

- Bei „M“ ja, drücken Sie auf die Plus-taste. „M“ leuchtet konstant.
- Bei „M“ nein, drücken Sie auf die Minus-taste. „M“ verschwindet aus der Anzeige.
- Ein Signal bestätigt die Eingabe, der aktuelle Zyklustag wird alternierend (abwechselnd) mit dem Messwert angezeigt.

„M“-Eingabe nach einiger Zeit der Anwendung

Wenn pearly Ihren Zyklus kennt, fragt Sie das Gerät nach „M“ an den Tagen, wo „M“ erwartet wird.

- Die „M“-Abfrage („M“ blinkt) beginnt 2 Tage vorher.
- Wenn „M“ vorüber ist, hört pearly mit der Abfrage wieder auf.

Die erste Blutung nach Absetzen der Pille ist eine pillenbedingte Entzugsblutung und keine Menstruation. Geben Sie hier noch kein „M“ ein.

„M“ korrigieren

Falsche „M“-Eingaben können nur für die letzten drei Tage rückwirkend korrigiert werden. Sollen mehrere „M“-Tage nachgetragen bzw. korrigiert werden, dann immer mit dem am weitesten zurückliegenden Tag beginnen (vgl. Seite 19).

„M“ aktivieren

Haben Sie „M“ an einem Datum, an dem pearly nicht nach „M“ gefragt hat, aktivieren Sie „M“ selbst.

Ausgehend von der Uhranzeige:

- Drücken Sie die Kreistaste. Es erscheint die Temperatur von heute mit der Fruchtbarkeitsanzeige.
- Die Kreistaste 5 Sek. gedrückt halten. „M“ blinkt.
- Mit Druck auf die Plusstaste „M“ eingeben. „M“ leuchtet konstant.

An den kommenden Tagen wird pearly von sich aus nach „M“ fragen.

„M“ rückwirkend/nachträglich eingeben

1. Es ist möglich, aufgezeichnete M-Daten vor der Inbetriebnahme einzugeben.
2. Wenn Sie längere Zeit nicht gemessen haben (z. B. im Urlaub), aber während dieser Zeit die Menstruation hatten, können Sie diese rückwirkend eingeben.

Solange keine Messwerte vorliegen, können Sie beliebig weit zurückgehen.

Beginnen Sie mit dem am weitesten zurückliegenden Tag.

Wenn Messwerte vorliegen können Sie an bis zu drei zurückliegenden Tagen „M“ immer korrigieren.

Ausgehend von der Uhrzeit:

- Drücken Sie einmal die Kreistaste.
- Sie blättern mit der Minustaste auf das gewünschte Datum zurück.
- Nun die Kreistaste 5 Sek. gedrückt halten. „M“ blinkt.
- Mit Druck auf die Plusstaste „M“ bestätigen. „M“ leuchtet konstant.
- Bei Korrektur:
Mit der Minustaste „M“ verneinen.

Fruchtbarkeitsanzeigen

Die Fruchtbarkeit wird durch drei Farben angezeigt:

- grün unfruchtbar
- gelb Lern- und Übergangsbereich, fehlende Messwerte (zum Beispiel zu Beginn der Anwendung oder bei Nutzungsunterbrechung) fruchtbar
- rot

▲ **Pfeil blinkt auf rot** Prognose Ovulationstag



Ausgehend von der Uhrzeit, drücken Sie einmal die Kreistaste.

- Jetzt wird Ihnen der Messwert des Tages, alternierend zum aktuellen Zyklustag und die eventuell getätigte „M“-Eingabe angezeigt.
- Die dreieckigen Pfeile zeigen Ihnen die jeweilige Fruchtbarkeit des Tages an: rot, gelb oder grün.

Das Gerät lernt Ihren Zyklus kennen

Je regelmässiger Sie messen, besonders zu Beginn der Anwendung, um so schneller lernt das Gerät Ihren persönlichen Zyklus kennen. Die Anzahl „grüner Tage“ nimmt vorsichtig und systematisch zu.

Erhält das Gerät über längere Zeit keine Eingaben mehr oder nur unauswertbare Informationen, nimmt die Anzahl der „gelben Tage“ zu.

..... Fruchtbarkeitsanzeigen 21

Vorausschauende Fruchtbarkeitsanzeige

Ausgehend vom aktuellen Messwert

- Einmal die Plus-taste drücken und Sie sehen die zu erwartende Fruchtbarkeit von morgen.
- Durch mehrmaligen Druck auf die Plus-taste können Sie die Fruchtbarkeits-anzeige für die kommenden 6 Tage abrufen.

Jede Vorhersage ist eine Prognose. Die Fruchtbarkeit eines „Prognose-Tages“ kann von der am entsprechenden Tag tatsächlich festgestellten Fruchtbarkeit abweichen. Es gilt jeweils die aktuell angezeigte Fruchtbarkeit.

Zurückschauende Fruchtbarkeitsanzeige

Bis zu 99 Tagen ist die Ansicht zurückliegender Fruchtbarkeitsanzeigen möglich.

Ausgehend vom aktuellen Messwert

- Einmal die Minustaste drücken. Durch mehrmaliges Drücken kommen Sie schrittweise in die zurückliegenden Fruchtbarkeitsanzeigen. Durch Halten der Minustaste kommen Sie in den Schnelldurchlauf.
- Mit der Plus-taste gehen Sie tageweise oder im Schnellauf wieder zur Ausgangsposition zurück.
- Es wird jeweils die Fruchtbarkeit und der Messwert des entsprechenden Datums angezeigt.
- Durch gleichzeitiges Drücken der Plus- und Minustaste kommen Sie zur Ausgangsposition zurück.

Einstellen der Uhrzeit

Wählen Sie durch Drücken der Kreistaste die Zeitebene mit „Uhrzeit“ und Datum“.

- Kreistaste 5 Sek. drücken und halten
- Die Stunden-Einstellung blinkt.
- Korrigieren Sie die Stunden mit der Plus- bzw. der Minustaste vor oder zurück.
- Drücken Sie kurz die Kreistaste.
- Die Minuten-Einstellung blinkt.
- Korrigieren Sie die Minuten mit der Plus- bzw. der Minustaste vor oder zurück.
- Einstellung beenden:
Drücken und Halten der Kreistaste für 5 Sek.
- Ein kurzer Signalton bestätigt die Eingabe.

Einstellen des Datums

Über die Stundeneingabe \pm 24.00 Std.

Wiederinbetriebnahme nach Nutzungsunterbrechung

Das Datum, das Jahr und die Uhrzeit laufen so lange automatisch weiter, bis die Batterie leer ist.

Der Messzeitraum wird durch das Nicht-messen frei gegeben und muss über den Wecker neu gesetzt werden.
Die Daten bleiben gespeichert, auch wenn die Batterie erschöpft ist.

Nach der Pille

Vor dem Beginn müssen Sie die Pille absetzen. Die erste Blutung nach Absetzen der Pille ist eine pillenbedingte Entzugsblutung und keine Menstruation. Geben Sie hier noch kein „M“ ein.

Sommer- und Winterzeit

Stellen sie die Uhrzeit auf Sommer- oder Winterzeit vor bzw. zurück.

Reisen/Zeitzone

Bei Reisen in andere Zeitzone haben Sie die Möglichkeit, Datum und Uhrzeit auf die aktuelle Ortszeit umzustellen. Stellen und aktivieren Sie den Wecker auf die gewünschte neue Messzeit. pearly wird am nächsten Morgen messbereit sein. Ebenso verfahren Sie nach Ihrer Rückkehr nach Hause.

Schichtarbeit

Stellen und aktivieren Sie den Wecker auf die gewünschte neue Messzeit. pearly wird am nächsten Tag messbereit sein. Ebenso verfahren Sie beim nächsten Schichtwechsel (siehe Seiten 11/12 und 15).

Schwangerschaftsanzeige

pearly weist ab dem 18.Tag der Befruchtung auf eine Schwangerschaft hin, indem die Pfeile auf rot, gelb und grün gleichzeitig hinweisen. Die Pfeile leuchten konstant.

Monophasen

Wenn in einem Zyklus kein Eisprung stattfindet, zeigt Ihnen pearly dies mit „rot“ an.

Wiederinbetriebnahme nach der

Schwangerschaft

In den ersten sechs Wochen nach der Geburt besteht keine Fruchtbarkeit. Wir empfehlen spätestens ab der sechsten Woche nach der Geburt wieder zu messen.

Das Gerät wird bis auf weiteres „gelb“ anzeigen. Der wieder beginnende Zyklus kündigt sich mit leichten Temperaturschwankungen an. pearly nimmt seine Fruchtbarkeitsanzeigen wieder auf.

Keine Messungen vornehmen

Die Geräte errechnen aus den vorhandenen Werten den zukünftigen Zyklusverlauf und daraus die Fruchtbarkeit.

Temperaturerhöhungen durch Erkältung, Grippe, Schlafmangel, übermäßigen Alkoholgenuss und/oder Medikamente mit thermischem Effekt sind „unnormale“ und werden vom Gerät als solche erkannt.

Fieber: Wenn der gemessene Wert auf Fieber (höher als 37,80) schliessen lässt, erscheint ein „F“ alternierend mit dem Messwert für Fieber in der Anzeige.

Generell empfiehlt es sich bei fieberhafter Erkältung, der Einnahme von Medikamenten oder einer durchgefeierten Nacht, die tägliche Messung zu unterbrechen, um den Geräten keine „unnormale“ Werte einzugeben.

Ausdruck

Die letzten 99 Tage Ihrer im pearly gespeicherten Zyklusdaten, können beim Hersteller ausgedruckt und analysiert werden.

Löschen gespeicherter Daten

Die Anwenderdaten können komplett gelöscht und das Gerät somit in einen Neuzustand versetzt werden.

- Dazu drücken Sie für 5 Sek. die Plus-taste, es beginnt der Testlauf.
- Während des Testlaufs drücken Sie alle 3 Tasten für 5 Sek. gleichzeitig.
- Es erscheint ein L-:09.
- Mit der Minustaste zählen Sie nun bis zur Anzeige L-:00 herunter.

Die komplette Löschung Ihrer Daten ist erfolgt. Sie hören ein Signal. In der Anzeige sind nun wieder die Beispielswerte zu sehen, wie zu Beginn der Anwendung.

Gerät

Maße: 9,7 cm lang, 6,3 cm breit,
2,4 cm hoch.

Gewicht: 70 Gramm

Gehäuse: schlagfester Kunststoff auf ABS-
Basis

Messbereich: 34,5 – 41,0°C

Messgenauigkeit:

Gerät: 0,06°C, Sensor 0,08°C

Nutzungsbedingungen: 10 – 35°C

Lager und Transportbedingungen:

bei –10 bis 60°C,
max. Luftdruck 1500 hPa,
rel. Luftfeuchtigkeit 25 – 90%

Batterie

Die Lebensdauer der Batterie des pearly beträgt zwei Jahre. Nach Ablauf dieser Zeit bitten wir um Zusendung an den Hersteller zum Austausch der Batterie.

Wenn der volle Ladezustand der Batterie nicht mehr gegeben ist, wird Ihnen dieses beim Einschalten Ihres Gerätes angezeigt:

BA 09 Aufforderung, an den
Batteriewechsel zu denken.

BA 01 Die Batterie ist erschöpft.
(Anzeige löschen: +/- Tasten
gleichzeitig drücken)

Datenverlust

Bei leerer Batterie ist ein Verlust der im pearly gespeicherten Daten ausgeschlossen.

Entsorgung

Öffentliche Sammelstellen für Elektrogeräte

Reinigung

Messensor: Zum Reinigen des Fühlers bitte nur lauwarmes Wasser verwenden, keinen Alkohol und keine chemischen Mittel.

Gehäuse: Mit Glasreiniger leicht feucht abwischen.

Pflege und Wartung

Ihr Computer wurde mit großer Sorgfalt entwickelt und hergestellt und sollte auch mit Sorgfalt behandelt werden. Wenn Sie die unten aufgelisteten Hinweise beachten, werden Sie noch sehr lange Freude an Ihrem pearly haben.

- Schützen Sie Ihren Computer vor Nässe und Feuchtigkeit. In Niederschlägen, Feuchtigkeit und Flüssigkeiten sind Mineralien enthalten, die elektronische Schaltkreise korrodieren.

Legen Sie das Gerät nicht (auch nicht zum Trocknen) auf/in einen Wärmezeuger, wie beispielsweise in ein Mikrowellengerät, in einen Ofen oder auf einen Heizkörper ab.

- Bewahren Sie den Computer nicht in heißen Umgebungen auf (z.B. Kfz-Armaturenbrett im Sommer). Hohe Temperaturen können die Lebensdauer elektronischer Geräte verkürzen, die Batterie beschädigen und bestimmte Kunststoffe verformen oder zum Schmelzen bringen.
- Bewahren Sie das Gerät nicht in kalten Umgebungen auf. Wenn es sich anschließend wieder (auf seine normale Betriebstemperatur) erwärmt, kann sich in seinem Inneren Feuchtigkeit bilden, die elektronische Platinen beschädigt.







- Lassen Sie das Gerät nicht fallen, setzen Sie es keinen Schlägen oder Stößen aus und schütteln Sie es nicht. Durch eine solche grobe Behandlung können im Gerät befindliche Platinen zerbrechen.
- Verwenden Sie keine ätzenden Chemikalien, Reinigungslösungen oder scharfe Reinigungsmittel zur Reinigung des pearly.

Alle oben genannten Hinweise gelten in gleicher Weise für den Messensor und die Batterie. Wenn eines dieser Teile nicht ordnungsgemäß funktioniert, erhalten Sie schnelle und zuverlässige Hilfe bei unseren Vertriebsgesellschaften.

Sicherheitshinweise

Starke elektromagnetische Felder (z.B. durch Mobiltelefone, Amateurfunk oder Mikrowellen) können die Gerätefunktion beeinträchtigen.

Gerätekenzeichnung

-  Herstellername
-  Herstellungsdatum
-  Anwendungstyp B
-  Begleitpapiere beachten
-  Nicht im Hausmüll entsorgen!
-  Produktsicherheit entsprechend den europäischen Richtlinien
- 0124 Konformitätserklärung. Konformitätsbewertungsverfahren nach Anhang II der Richtlinie 93/42 EWG mit benannter Stelle Dekra Certification GmbH

Made in Germany

28 Indikation / Kontraindikation

Indikationen:

pearly: zur Verhütung

Kontraindikationen:

Es sind keine Kontraindikationen bekannt.

Zweckbestimmung:

Der Zykluscomputer pearly ist ein Batteriebetriebener Minicomputer zur Messung der morgendlichen Aufwachtemperatur (Basal Body Temperature), mit denen Frauen ihren Fertilitätszeitraum ermitteln können und dieser über eine optische Anzeige dargestellt wird. Die Berechnung des Fertilitätszeitraumes erfolgt anhand der oral gemessenen morgendlichen Aufwachtemperatur, die mit Hilfe des Messfühlers vom Zykluscomputer ermittelt, gespeichert und automatisch ausgewertet wird. Zusammen mit den manuellen Eingaben von Menstruation dient das Gerät zur Bestimmung der fruchtbaren und unfruchtbaren Phasen im Zyklus, auf deren Berechnungen eine natürlichen Schwangerschaftsverhütung durchgeführt werden kann.

..... Störungen und Abhilfe 29

Keine Messung möglich, bzw. ungewollter Messabbruch	<ul style="list-style-type: none">• Überprüfen, ob Messzeitraum freigegeben (Messsymbol leuchtet nicht auf).• Probemessung durchführen (S. 10 Probemessung).• Sensor auf Schäden überprüfen.
Gerät hat nicht geweckt	<ul style="list-style-type: none">• Überprüfen, ob der Wecker gestellt wurde (S. 11).• Selbsttest durchführen, ob Piepser funktioniert (S. 10).
Uhrzeit falsch	<ul style="list-style-type: none">• Uhrzeit korrigieren (S. 22)
Datum falsch	<ul style="list-style-type: none">• Datum korrigieren (S. 22)
„M“- Eintrag rückwirkend nicht möglich	<ul style="list-style-type: none">• Rückwirkender Eintrag älter als 3 Tage und Messungen vorhanden.
BA Anzeige	<ul style="list-style-type: none">• Gerät muss zum Service, Batterie muss getauscht und System neu aktiviert werden.

Leitlinien und Herstellererklärung- Elektromagnetischer Ausstrahlungen

Das Gerät pearly ist für den Betrieb in der unten angegebenen elektromagnetischen Umgebung bestimmt. Der Kunde oder der Anwender des Gerätes pearly sollte sicherstellen, dass die Benutzung in solch einer Umgebung erfolgt.

Ausstrahlungs-Messungen	Übereinstimmung	Elektromagnetische Umgebung- Leitlinie
HF-Ausstrahlungen nach CISPR 11	Gruppe 1	Das Gerät pearly verwenden HF-Energie ausschließlich zu seiner internen Funktion. Daher ist seine HF-Ausstrahlung sehr gering und es ist unwahrscheinlich, dass benachbarte elektronische Geräte gestört werden.
HF-Ausstrahlungen nach CISPR 11	Klasse B	Das Gerät pearly ist für den Gebrauch in allen Einrichtungen einschließlich Wohnbereichen und solchen bestimmt, die unmittelbar an ein öffentliches Versorgungsnetz angeschlossen sind, das auch Gebäude versorgt, die für Wohnzwecke genutzt werden.
Oberschwingungen nach IEC 61000-3-2	Klasse A	
Spannungsschwankungen/ Flicker nach IEC 61000-3-3	erfüllt	

Empfohlene Schutzabstände zwischen tragbaren und mobilen Geräten HF-Telekommunikationsgeräten und dem Gerät pearly

Das Gerät pearly ist für den Betrieb in der unten angegebenen elektromagnetischen Umgebung bestimmt. Der Kunde oder der Anwender des Gerätes pearly kann dadurch helfen, elektromagnetische Störungen zu vermeiden, indem er den Mindestabstand zwischen tragbaren und mobilen HF-Telekommunikationsgeräten (Sendern) und dem Gerät pearly abhängig von der Ausgangsleistung des Kommunikationsgerätes, wie unten angegeben einhält.

Nennleistung des Senders [W]	Schutzabstand abhängig von der Sendefrequenz [m]		
	150 kHz bis 80 MHz	80 MHz bis 800 MHz	800 MHz bis 2,5 GHz
	d = 1,2 □P	d = 0,35 □P	d = 0,7 □P
0,01	0,12	0,04	0,07
0,1	0,38	0,11	0,22
1	1,20	0,35	0,70
10	3,79	1,11	2,21
100	12,00	3,50	7,00

Für Sender, deren Nennleistung in obiger Tabelle nicht angegeben ist, kann der Abstand unter Verwendung der Gleichung bestimmt werden, die zur jeweiligen Spalte gehört, wobei P die Nennleistung des Senders in Watt (W) gemäß der Angabe des Senderherstellers ist.

Anmerkung 1: Zur Berechnung des empfohlenen Schutzabstandes von Sendern im Frequenzbereich von 80MHz bis 2,5 GHz wurde ein zusätzlicher Faktor von 10/3 verwendet, um die Wahrscheinlichkeit zu verringern, dass ein unbeabsichtigt in den Patientenbereich eingebrachtes mobiles/tragbares Kommunikationsgerät zu einer Störung führt.


Anmerkung 2: Diese Leitlinien mögen nicht in allen Fällen anwendbar sein. Die Ausbreitung elektromagnetischer Größen wird durch Absorptionen und Reflexionen von Gebäuden, Gegenständen und Menschen beeinflusst.

Leitlinien und Herstellererklärung- Elektromagnetische Störfestigkeit

Das Gerät pearly ist für den Betrieb in der unten angegebenen elektromagnetischen Umgebung bestimmt. Der Kunde oder der Anwender des Gerätes pearly sollten sicherstellen, dass die Benutzung in solch einer Umgebung erfolgt.

Störfestigkeitsprüfung	IEC 60601-Prüfpegel	Übereinstimmungspegel	Elektromagnetische Umgebung – Leitlinien
Entladen statischer Elektrizität (ESD) nach IEC 61000-4-2	± 6 kV Kontaktentladung (indirekt) ± 8 kV Luftentladung	± 6 kV Kontaktentladung ± 8 kV Luftentladung	Fußböden sollten aus Holz oder Beton bestehen oder mit Keramikfliesen versehen sein. Wenn der Fußboden mit synthetischem Material versehen ist, muss die relative Luftfeuchte mindestens 30 % betragen.
Schnelle transiente elektrische Störgrößen/Bursts nach IEC 61000-4-4	± 2 kV für Netzleitungen ± 1 kV für Eingangs- und Ausgangsleitungen => nicht anwendbar	± 2 kV für Netzleitungen ± 1 kV für Eingangs- und Ausgangsleitungen => nicht anwendbar	Die Qualität der Versorgungsspannung sollte der einer typischen Geschäfts- oder Krankenhausumgebung entsprechen.
Stoßspannungen (Surges) nach IEC 61000-4-5	± 1 kV Gegentaktspannung (symmetrisch)	± 1 kV Gegentaktspannung (symmetrisch)	Die Qualität der Versorgungsspannung sollte der einer typischen Geschäfts- oder Krankenhausumgebung entsprechen.
Spannungseinbrüche, Kurzzeitunterbrechungen und Schwankungen der Versorgungsspannung nach IEC 61000-4-11	< 5% U _r für ½ Periode (> 95 % Einbruch) 40% U _r für 5 Periode (60 % Einbruch) 70% U _r für 25 Periode (30 % Einbruch) < 5% U _r für 5 s (> 95 % Einbruch)	< 5% U _r für ½ Periode (> 95 % Einbruch) 40% U _r für 5 Periode (60 % Einbruch) 70% U _r für 25 Periode (30 % Einbruch) < 5% U _r für 5 s (> 95 % Einbruch)	Die Qualität der Versorgungsspannung sollte der einer typischen Geschäfts- oder Krankenhausumgebung entsprechen. Wenn der Anwender des Gerätes pearly fortgesetzte Funktion auch beim Auftreten von Unterbrechungen der Energieversorgung fordert, wird empfohlen, das Gerät pearly aus einer unterbrechungsfreien Stromversorgung oder einer Batterie zu speisen.
Magnetfeld bei der Versorgungsfrequenz (50/60 Hz) nach IEC 61000-4-8	3 A/m	3 A/m	Magnetfelder bei der Netzfrequenz sollten den typischen Werten, wie sie in der Geschäfts- und Krankenhausumgebung vorzufinden sind, entsprechen.

Anmerkung 1: U_r ist die Netzwechselfrequenz vor der Anwendung des Prüfpegels

Störfestigkeitsprüfung	IEC 60601-Prüfpegel	Übereinstimmungspegel	Elektromagnetische Umgebung – Leitlinien
Geleitete HF-Störgrößen nach IEC 61000-4-6	3 V _{eff} 150 kHz bis 80 MHz	3 V _{eff}	<p>Tragbare und mobile Funkgeräte sollten in keinem geringeren Abstand zu dem Gerät einschließlich der Leitung verwendet werden als dem empfohlenen Schutzabstand, der nach der für die Sendefrequenz zutreffenden Gleichung berechnet wird.</p> <p>Empfohlener Schutzabstand:</p> $d = \sqrt[3]{3,5/3} \sqrt{P} = 1,2 \sqrt{P}$ $d = \sqrt[3]{3,5/10} \sqrt{P} = 0,35 \sqrt{P}$ <p>für 80 MHz bis 800 MHz</p>
Gestrahlte HF-Störgrößen nach IEC 61000-4-3	3 V/m 80 MHz bis 2,5 GHz	3 V/m	$d = \sqrt[7]{7,0/10} \sqrt{P} = 0,7 \sqrt{P}$ <p>für 800 MHz bis 2,5 GHz</p> <p>mit P als der Nennleistung des Senders in Watt (W) gemäß Angaben des Senderherstellers und d als empfohlenem Schutzabstand in Meter (m).</p> <p>Die Feldstärke stationärer Funksender sollte bei allen Frequenzen gemäß einer Untersuchung vor Ort geringer als der Übereinstimmungspegel sein.</p> <p>In der Umgebung von Geräten, die das folgende Bildzeichen tragen, sind Störungen möglich.</p> 

Anmerkung 2: Bei 80 MHz und 800 MHz gilt der höhere Frequenzbereich
Anmerkung 3: Diese Leitlinien mögen nicht in allen Fällen anwendbar sein. Die Ausbreitung elektromagnetischer Größen wird durch Absorptionen und Reflexionen der Gebäude, Gegenstände und Menschen beeinflusst.

a) Die Feldstärke stationärer Sender, wie z.B. Basisstationen von Funktelefonen und mobilen Landfunkgeräten, Amateurfunkstation, AM- und FM Rundfunk- und Fernsehsender können theoretisch nicht genau vorherbestimmt werden. Um die elektromagnetische Umgebung hinsichtlich der stationären Sender zu ermitteln, sollte eine Studie des Standorts erwogen werden. Wenn die gemessene Feldstärke an dem Stand-ort, an dem das Gerät benutzt wird, die obige Übereinstimmungspegel überschreitet, sollte das Gerät beobachtet werden, um die bestimmungsgemäße Funktion nachzuweisen. Wenn ungewöhnliche Leistungsmerkmale beobachtet werden, können zusätzliche Maßnahmen erforderlich sein, wie z.B. eine Veränderung oder ein anderer Standort des Gerätes.

b) Über den Frequenzbereich von 150 kHz bis 80 MHz sollte die Feldstärke geringer als [V]/m sein.

Abbruch Messen	17	Gerät, Abmessungen, Material	25
Abhilfe bei Störungen	29	Gerät lernt Ihren Zyklus kennen	20
Ausdruck	24	Grundbegriffe	7
Automatisches Abschalten	10	Grundregeln für alle Eingaben	6
Basaltemperatur	13	Indikation /Kontraindikation	28
Bedienungsebenen	8	Keine Messungen vornehmen	24
Batterie	25	Löschen gespeicherter Daten	24
Datum einstellen	22	Menstruationseingabe „M“	18
Datenverlust ausgeschlossen	25	„M“ aktivieren	19
Einschalten	10	„M“ eingeben	13
Einstellungen, Uhrzeit und Datum	22	„M“ evtl. Eingabe zurückliegender Menstruations-Daten	12
Elektromagnetische Verträglichkeit	30	„M“ korrigieren	18
Entsorgung	25	„M“ nach einiger Zeit der Anwendung ..	18
Fieber/Temperaturerhöhung	24	„M“ rückwirkend/nachträglich eingeben	19
Fruchtbarkeit ablesen	17	„M“ zu Beginn der Anwendung	18
Fruchtbarkeitsanzeigen	20	Messen allgemein	16
Fruchtbarkeitsanzeige vorausschauend/zurückschauend ..	21	Messen	16
Funktionstasten: Kreistaste, Plus- und Minustaste	9	Messen Abbruch	17
		Messen am nächsten Morgen	13

..... Sachwortverzeichnis 35

Messen, keine Messungen vornehmen	17	Störungen beim Messen	29
Messen, Störungen	17	Störungen und Abhilfe	29
Messsensor reinigen	26	Technik	25
Messsymbol leuchtet nicht	17	Temperaturerhöhungen/Fieber	24
Messzeitraum	14	Tipps zum Messen	16
Messzeitraum ändern	15	Uhrzeit einstellen	22
Messzeitraum freigeben	15	Wartung	26
Monophasen	23	Wecker aktivieren	12
Pflege	26	Weckzeit einstellen	11
Pille, nach der	22	Weitere Informationen	23
Probemessung	10	Wiederinbetriebnahme nach	
Prüfsiegel	27	Nutzungsunterbruch	22
Reinigung	26	Schwangerschaft	23
Reisen/Zeitzone	23	Zeitzone	23
Selbsttest	10	Zurück in die Ausgangsposition	9
Sicherheitshinweise	27		
Schichtarbeit	23		
Schnelllauf	9		
Schwangerschaftsanzeige	23		
Sommer- und Winterzeit	22		



Entwicklung, Hersteller,
Weltvertrieb und Deutschland



VE Valley Electronics GmbH
Wengwies 2
D-82438 Eschenlohe

Tel. +49 (0) 88 24 18 31
Fax +49 (0) 88 24 80 71

info@baby-comp.com
www.baby-comp.com



info@valley-electronics.de
www.valley-electronics.de

Vertrieb Schweiz

VE Valley Electronics AG
Hornbachstrasse 50
CH-8008 Zürich

Tel. +41 44 389 84 33
Fax +41 44 389 84 00

info@pearly.ch
www.pearly.ch

ladycomp@bluewin.ch
www.lady-comp.ch