



..... den lilla, säkra och intelligenta p-datorn



..... Grattis! .....

Vi gratulerar till ditt val att börja använda en hormonfri metod.  
Pearly är det prisvärda, hälsosamma och miljövänliga alternativet.

Vi rekommenderar att du läser bruksanvisningen noga för din egen säkerhet innan du börjar använda Pearly. Du hittar lätt genom att titta i innehållsförteckningen eller registret längst bak.

Vi önskar dig en bra start på ditt hormonfria liv!

Det viktigaste först .....	6	Hur du kommer igång .....	11
Översikt .....	7	1. Ställ in alarmtiden	
Användningsmenyerna .....	8	2. Aktivera alarmet	
Funktionsknapparna .....	9	3. Mata in tidigare mensdata (om du har)	
<i>Cirkelknapp, plusknapp, minusknapp</i>		4. Mätning nästa morgon	
<i>Tillbaka till grundläget</i>		5. Att läsa prognosen	
<i>Bläddra snabbt</i>		6. Inmatning av mens	
På- och avstängning samt provmätning ...	10	Tidsintervall för mätning .....	14
<i>Sätta på Pearly</i>		<i>Ändring av tidsintervallet</i>	
<i>Automatisk avstängning</i>		<i>Radering av tidsintervallet</i>	
<i>Återgång till grundläget</i>		Temperaturmätning .....	16
<i>Funktionstest och provmätning</i>		<i>Generell information</i>	
		<i>Hur du tar temperaturen</i>	
		<i>Temperaturmätning</i>	
		<i>Störningar under mätning</i>	
		<i>Avbryta en mätning</i>	
		<i>Temperatursymbolen visas inte</i>	
		<i>Inget mätvärde registreras</i>	

Inmatning av mens .....	18	<i>Inget mätvärde registreras</i>	
<i>Inmatning av mens i början</i>		<i>Feber / temperaturökning</i>	
<i>Inmatning av mens efter en tids användning</i>		<i>Datautskrift</i>	
<i>Korrigerig av "M"</i>		<i>Fabriksåterställning</i>	
<i>Manuell aktivering av "M"-symbolen</i>			
<i>Inmatning av menshistorik</i>		Specifikationer .....	25
		<i>Enheten</i>	
Fertilitetsprognosen .....	20	<i>Batteri</i>	
<i>Pearly lär känna din unika cykel</i>		<i>Förlorande av data</i>	
<i>Framtida prognoser</i>		<i>Kassering</i>	
<i>Historiska prognoser</i>		Underhåll och skötsel .....	26
		<i>Rengöring</i>	
Ytterligare information .....	22	<i>Skötsel</i>	
<i>Ställa in tiden</i>			
<i>Ställa in datum</i>		Syfte och funktion .....	28
<i>Användning efter uppehåll</i>			
<i>Vid byte från p-piller</i>		Problem och felsökning .....	29
<i>Sommar- och vintertid</i>			
<i>Resande och tidszoner</i>		Elektromagnetisk kompatibilitet .....	30
<i>Skiftarbete</i>			
<i>Graviditetstest</i>		Register .....	34
<i>Monofaser</i>			
<i>Användning efter graviditet</i>			

Du kan börja mäta redan imorgon bitti när du vaknat (förutsatt att du ej använt hormoner tills nu).

Mät alltid temperaturen direkt vid uppvaknandet och innan du går upp, det vill säga innan du blir aktiv på något sätt (morgontemperatur = basaltemperatur).

Om du har tidigare mensdata måste du mata in denna före första mätningen.

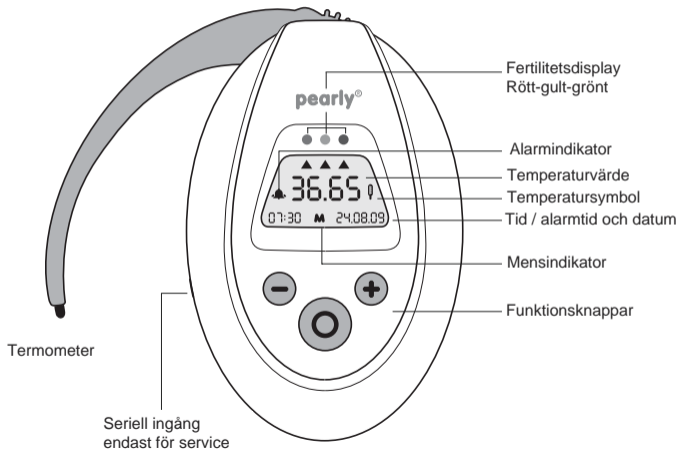
Inför första mätningen måste du dagen före ställa in och aktivera alarmet på nästföljande morgon.


Sker ingen mätning en dag måste alarmet aktiveras på nytt för mätning påföljande dag.

Du måste sluta använda hormonella preventivmedel innan du använder Pearly. Metoden baseras på att med hög exakthet kunna upptäcka ägglossningen och hormonella preventivmedel hämmar ägglossningen. Du måste ha en aktiv menscykel igen innan du kan börja använda P-datorn.


Hormonspiraler måste tas bort före användning av Pearly. Även kopparspiraler rekommenderas att ta bort.

I början utgår Pearly från sparade basdata. Ju mer regelbundet du mäter temperaturen desto snabbare lär sig p-datorn din hormoncykel. Den visar allt fler gröna dagar (infertila dagar) och de röda dagarna (fertila dagar) blir färre.



 Tryck kort = sätt på Pearly

## TIDSMENY


ALARM	ALARMTID	TID	DATUM
	07:30	13:46	24.08.09
av / på	ställ in alarmtid	ställ in tid	ställ in datum
	5 sek	5 sek	genom klockan
	timmar	timmar	+/- 24 timmar
	kort	kort	
	minuter	minuter	
	5 sek	5 sek	

 Tryck kort

## FERTILITETSMENY

FERTILITET	MÄTVÄRDE + PROGNOIS	CYKELDAG	FERTILITET
36.63	36.65 / .14	.	.
Historik upp till 99 dagar	Nej Inmatning mens	Ja	Framtida prognoser upp till 6 dagar
	5 sek		

Pearly stängs automatiskt av efter 30 sekunders inaktivitet

 Tryck kort = gå tillbaka till tidsmeny



### **Cirkelknappen**

- Med cirkelknappen alternerar du mellan tidsmeny och fertilitetsmeny.
- Med cirkelknappen ställer du även in diverse individuella programmeringar.

- Aktivering av programmeringsläge:

Tryck och håll nere cirkelknappen i 5 sek.

- När skärmen blinkar är den klar för programmering. Den aktuella datan justeras med plus- och minusknapparna.

- Avsluta programmeringen:

Tryck och håll nere cirkelknappen i 5 sek.

- De önskade programmeringarna bekräftas: blinkandet slutar och en ljudsignal hörs.

### **Plusknappen**

- Med plusknappen kan du gå framåt och även mata in data (t.ex. bekräfta mens).
- Ett tryck på plusknappen ökar den aktuella datan ett steg.

### **Minusknappen**

- Med minusknappen kan du gå bakåt och även mata in data (t.ex. visa tidigare mätvärden).
- Ett tryck på minusknappen minskar den aktuella datan ett steg.

---

### **Tillbaka till grundläget**

- Genom att trycka på minus- och plusknappen samtidigt kan du alltid gå tillbaka till grundläget, det vill säga tidsmenyn.

### **Bläddra snabbt**

- Genom att trycka och hålla nere plus- eller minusknappen kan du bläddra snabbt fram och tillbaka.

## 10 ..... På- och avstängning samt provmätning .....

När du börjar använda Pearly finns redan exempelvärden sparade. Dessa värden raderas automatiskt så fort du gör din första mätning eller lägger in tidigare mätdata. Exempelvärdena kommer tillbaka igen om du någon gång raderar all din data.

### **Sätta på Pearly**

Tryck på valfri knapp.

### **Automatisk avstängning och återgång till tidsmenyn/grundläget**

- Om du inte trycker på någon knapp under 30 sekunder stängs Pearly av automatiskt.
- Genom att trycka på minus- och plusknappen samtidigt kan du alltid gå tillbaka till grundläget.

### **Funktionstest och provmätning**

Under ett funktionstest visar Pearly alla symboler på displayen och du har möjlighet att göra en provmätning.

Med grundläget som utgångspunkt:

- Tryck och håll nere plusknappen i 5 sek.
- Pearly går nu igenom alla symboler en efter en.
- Tryck nu på valfri knapp, temperatursymbolen börjar blinka och en ljudsignal hörs. Pearly är redo för en provmätning. Mätvärdet visas men mätningen sparas inte.
- Genom att trycka in plus- och minusknappen samtidigt slutförs eller avbryts testet.

1. Ställ in alarmtiden
2. Aktivera alarmet
3. Mata in tidigare mensdata (om du har)
4. Mätning nästa morgon
5. Att läsa prognosen
6. Inmatning av mens

När du börjar använda Pearly är redan tid och datum inställt.

När du reser i flera tidszoner har du möjlighet att ändra både tid och datum till lokala förhållanden.

## Före start

Inför första mätningen måste du dagen före ställa in och aktivera alarmet på nästföljande morgon.

### 1. Ställ in alarmtiden

- Med grundläget som utgångspunkt:
  - Tryck en gång på minusknappen, alarmtiden visas.
  - Tryck och håll nere cirkelknappen i 5 sek.
  - Timvisaren börjar nu blinka.
  - Ändra timme genom att trycka på plus- eller minusknappen.
  - Tryck en gång på cirkelknappen.
  - Minutvisaren börjar nu blinka.
  - Ändra minuter genom att trycka på plus- eller minusknappen.
  - Bekräfta tiden genom att trycka och hålla nere cirkelknappen i 5 sek.
  - Alarmtiden bekräftas av en kort ljudsignal.
- Observera att du också måste aktivera alarmet för att det ska ringa nästa morgon (se sid 12).

## 2. Aktivera alarmet

Med grundläget som utgångspunkt:

- Tryck en gång på minusknappen, alarmtiden visas.
- Tryck en gång till på minusknappen, klocksymbolen blinkar.
- Aktivera alarmet genom att trycka på plusknappen eller deaktivera alarmet genom att trycka på minusknappen.

### • **Inför första gången du använder Pearly måste alarmet aktiveras.**

• Alla andra dagar behöver det inte aktiveras om du inte vill, men vi rekommenderar att du låter Pearly väcka dig.

• Sker däremot ingen mätning en dag **måste alarmet aktiveras på nytt för mätning påföljande dag.**

## 3. Mata in tidigare mensdata (om du har)

Före första mätningen kan du mata in eventuell tidigare mensdata. Detta är möjligt för 99 dagar bakåt.

För varje cykel ska du bara mata in den första mensdagen. Pearly markerar automatiskt de följande två dagarna som mensdagar.

Denna retroaktiva inmatning av den första mensdagen gäller endast före första mätningen.

• Fortsätt enligt beskrivningen under "Historiska prognoser" (sid 21) och "Inmatning av menshistorik" (sid 19).

• Obs! Börja mata in det mensvärde som ligger längst bort i tid.

#### 4. Mätning nästa morgon

Mät din **basaltemperatur** direkt när du vaknar på morgonen. Basaltemperaturen är din kroppstemperatur precis efter uppvaknandet, innan du går upp och blir aktiv på något sätt.

För mer information om temperaturmätning se sid 16.

#### Pearly är redo för mätning

+3 / -3 timmar före och efter den tiden du mätte dagen innan. Se sid 14.

#### 5. Att läsa prognosen

Efter genomförd mätning visar Pearly dagens temperatur samt fertilitetsprognos:

**Rött** Fertil

**Grönt** Ej fertil

**Gult** Inlärnings-/övergångsfas

**Blinkande pil på rött** Indikering av ägglossningsdag

#### 6. Inmatning av mens

Efter mätning kan "M"-symbolen ibland blinka.

- Om du har mens, tryck på plusknappen. "M" bekräftas och lyser fast.
- Om du inte har mens, tryck på minusknappen. "M" försvinner från displayen.

- Mata in "M" under minst tre dagar i följd.
  - Om du har mens och Pearly inte visar "M" automatiskt behöver du aktivera det själv.
- Se sid 19.

### Tidsintervall för mätning

Pearly har ett tidsintervall då mätning måste ske. Det baseras på den faktiska mättiden och bestämmer intervallet för nästkommande dag.



Tidsintervallet är totalt sex timmar, tre timmar före och tre timmar efter föregående dags mättid, om det skiljer sig från alarmtiden.

Mätning kan endast ske en gång om dagen och inom tidsintervallet.

**Före första mätning måste alarmet ställas in och aktiveras.**



Tidsintervallet indikeras genom att temperatursymbolen syns.

Tidsintervallet är oberoende av alarmtiden och bestäms av föregående dags mättid (+3 / -3 timmar).

Exempel:

Dag 1: Mätning sker 06:00

Dag 2: *Mätning möjlig mellan 03:00 – 09:00*  
Mätning sker 07:00

Dag 3: *Mätning möjlig mellan 04:00 – 10:00*  
Mätning sker 09:00

Dag 4: *Mätning möjlig mellan 06:00 – 12:00*  
Osv.

Normalt bör alarmtiden och mättiden vara densamma. Vi rekommenderar att du låter Pearly väcka dig och att du då mäter direkt.

Om du vaknar av dig själv inom tidsintervallet, mät då direkt.

Om du försover dig och tidsintervallet har passerat så kan du **ej mäta** den dagen. Alarmet måste då aktiveras för mätning påföljande morgon.

### **Ändring av tidsintervallet**

Tidsintervallet kan ändras genom att ändra alarmtiden, till exempel på helger eller vid skiftarbete.

### **Radering av tidsintervallet**

Om mätning ej görs en dag raderas tidsintervallet automatiskt och behöver aktiveras igen genom att alarmet ställs in och aktiveras.

## Generell information

Att mäta sin basalttemperatur regelbundet varje dag är en av nyckelfaktorerna för effektiv användning av p-dator. **Basaltemperaturen** är din kroppstemperatur precis efter uppvaknandet, innan du går upp och blir aktiv på något sätt.

Ju mer regelbundet du mäter, särskilt i början, desto snabbare lär sig Pearly att känna din personliga hormoncykel.

## Hur du tar temperaturen

Placera termometern till höger eller vänster under tungan, längst bak vid tungbandet. Stäng munnen. Termometern ska inte flyttas under tiden du mäter. Du får bäst resultat om du mäter på samma ställe varje dag.

## Temperaturmätning



Pearly väcker dig på morgonen med alarmer om du vill. Genom att trycka på valfri knapp stänger du av alarmer. Vill du genomföra mätning trycker du återigen på valfri knapp.



Temperatursymbolen blinkar när Pearly är redo för mätning.

- Placera nu termometern under tungan och stäng munnen.
- Mätningen tar cirka 1 minut, om inget mätvärde kan uppnås inom 3 minuter stoppas mätningen automatiskt.
- Displayen visar mätvärden i intervallet 34,5 – 41,0 C.
- Om din temperatur är över 37,8 C visas "F" för feber tillsammans med mätvärdet.





När mätningen är klar hör du en ljudsignal och mätvärdet visas på displayen.

### **Störningar under mätning**

Se sid 29 "Problem och felsökning".

### **Avbryta en mätning**

Om du inte mäter temperaturen efter att du har startat en mätning eller om du vill avbryta under mätning trycker du in minus- och plusknappen samtidigt. En ljudsignal bekräftar avbrytningen och mätvärdet räknas bort för den dagen.

### **Temperatursymbolen visas inte**

Om temperatursymbolen inte visas på morgonen, ställ då in en alarmtid inför följande morgon. Pearly kommer då vara redo för mätning.

### **Inget mätvärde registreras**

Vid en onormalt hög temperatur som följd av till exempel en förkylning, influensa, feber, sömnbrist eller högt alkoholintag se sid 24.

● Din fertilitetsprognos för dagen visas.

Du anger "M" så länge som din mens pågår. "M" måste anges minst tre dagar i följd.

### Inmatning av mens i början



Efter mätning kan "M"-symbolen ibland blinka.

- Om du har mens, tryck på plusknappen. "M" bekräftas och lyser fast.
- Om du inte har mens, tryck på minusknappen. "M" försvinner från displayen.
- En ljudsignal bekräftar och den aktuella cykeldagen visas tillsammans med ditt mätvärde.

### Inmatning av mens efter en tids användning

När Pearly har lärt sig din cykel visar den endast "M" när mensen är förväntad.

- Pearly börjar visa "M" två dagar före din förväntade mens ("M" blinkar).
- När mensen är slut kommer också Pearly sluta visa "M".

**Den första blödningen efter att man slutat använda p-piller är ingen riktig mens utan en reaktion på hormonbortfall. Ange inte "M" för denna blödning.**

### Korrigerig av "M"

Inkorrekt "M" kan bara ändras retroaktivt för de sista tre dagarna. Om du vill ändra eller lägga till "M"-dagar, börja med mensdagen lägst bort i tid (se sid 19).

### Manuell aktivering av "M"-symbolen

Om du har mens när Pearly själv inte indikerar det behöver du manuellt aktivera "M"-symbolen.

Med grundläget som utgångspunkt:

- Tryck på cirkelknappen. Du ser dagens mätvärde tillsammans med dagsprognosen.
- Tryck och håll nere cirkelknappen i 5 sek.
- "M" börjar blinka.
- Bekräfta "M" genom att trycka på plusknappen. "M" bekräftas och lyser nu fast.

De följande dagarna kommer Pearly automatiskt fråga efter "M".

### Inmatning av menshistorik

1. Det är möjligt att lägga in tidigare mensdata innan du mäter första gången.

2. Om du inte har mätt under en längre period (t.ex. under semester) men har haft mens under denna period kan du manuellt lägga in denna datan.

Så länge inga mätningar har gjorts kan du gå så långt bak i tid som du vill. **Börja med mensdagen längst bort i tid.** Om du gör mätningar kan du korrigera "M" för de senaste tre dagarna.

Med grundläget som utgångspunkt:

- Tryck på cirkelknappen.
  - Gå till önskad dag genom att trycka upprepade gånger på minus (håll inne för snabbläge).
  - Tryck och håll nere cirkelknappen i 5 sek.
  - "M" börjar blinka.
  - Bekräfta "M" genom att trycka på plusknappen. "M" bekräftas och lyser fast.
- 
- Vid fel inmatning:  
Avmarkera "M" genom att trycka på minusknappen.

## Fertilitetsprognosen

Fertiliteten indikeras av tre färger:

- **Grönt**      Ej fertil
- **Gult**        inlärnings- /övergångsfas,  
avsaknad av mätdata (t.ex.  
i början eller efter uppehåll)

- **Rött**         Fertilt

- ▲ **Blinkande pil på rött**      Indikering av ägglossningsdag



Temperaturvärde



Cykeldag

Med grundläget som utgångspunkt:

- Tryck på cirkelknappen.
- Dagens mätvärde tillsammans med cykeldagen och eventuellt "M"-värde visas om vartannat.
- Pilen indikerar fertilitetsprognosen för dagen: rött, grönt eller gult.

## Pearly lär känna din unika cykel

Ju mer regelbundet du mäter, särskilt i början, desto snabbare lär sig Pearly att känna din personliga hormoncykel. Antalet gröna dagar ökar allt eftersom.

Om Pearly inte används under en längre tid eller om många mätvärden behöver räknas bort ökar antalet gula dagar.

### Framtida prognoser

Med dagens mätvärde som utgångspunkt:

- Tryck på plusknappen för att se morgondagens förväntade prognos.
- Tryck på plusknappen upprepade gånger för att se kommande sex dagars prognoser.

### Historiska prognoser

Historiska prognoser kan ses upp till 99 dagar bakåt i tiden.

Med dagens mätvärde som utgångspunkt:

- Tryck på minusknappen för att se gårdagens prognos.
- Tryck på minusknappen upprepade gånger för att se fler historiska prognoser. Håll den intryckt för att bläddra snabbt bakåt.
- Tryck på plusknappen för att gå framåt igen, eller håll inne för att bläddra snabbt framåt.
- Den aktuella dagens mätvärde visas tillsammans med dagsprognosen.
- Genom att trycka på minus- och plusknappen samtidigt går du tillbaka till grundläget.

Framtida prognoser kan avvika från den faktiska dagsprognosen när den dagen kommer. Det är dagsprognosen som gäller.

### Ställa in tiden

Med grundläget som utgångspunkt:

- Tryck och håll nere cirkelknappen i 5 sek.
- Timvisaren börjar blinka.
- Ändra timme genom att trycka på plus- eller minusknappen.
- Tryck en gång på cirkelknappen.
- Minutvisaren börjar nu blinka.
- Ändra minuter genom att trycka på plus- eller minusknappen.
- Bekräfta tiden genom att trycka och hålla nere cirkelknappen i 5 sek.
- Tiden bekräftas av en kort ljudsignal.

### Ställa in datum

Genom tidsändring +/- 24 timmar.

### Användning efter uppehåll

Tid och datum uppdateras så länge det finns batteri. Tidsintervallet behöver aktiveras på nytt genom att alarmet ställs in och aktiveras för nästa morgon. Tidigare mätdata sparas även när batteriet har dött.

### Vid byte från p-piller

Innan du börjar använda Pearly måste du sluta använda p-piller. Den första blödningen efter du slutat använda p-piller är ingen riktig mens utan en reaktion på hormonbortfall. Ange inte "M" för denna blödning.

### Sommar- och vintertid

Du ändrar klockan själv enligt gällande säsong.

### **Resande och tidszoner**

När du reser i olika tidszoner har du möjligheten att ändra till lokal tid och datum. Sätt och aktivera alarmet till önskad tid. Nästa morgon mäter du som vanligt. Återställ tid och datum när du kommer hem igen.

### **Skiftarbete**

Vid skiftarbete anpassas väcktiden och därmed mätningens tidsintervall efter den egentliga sovtiden. Det viktiga är att du mäter direkt efter uppvaknandet, innan någon form av aktivitet.

### **Graviditetstest**

Pearly upptäcker automatiskt en graviditet efter 18 dagar om befruktning skett. Då lyser pilarna för grönt, gult och rött samtidigt.

### **Monofaser**

Sker ingen ägglossning under en cykel indikerar Pearly detta genom att indikera rött.

### **Användning efter graviditet**

Du är normalt inte fertil under de första sex veckorna efter en graviditet. Vi rekommenderar att du börjar mäta **senast sex veckor efter avslutad graviditet**.

Till en början kommer Pearly visa gult. Att menscykeln kommer igång igen visas genom små temperaturförändringar. Pearly återgår då till att ge fertilitetsprognoser.

### **Inget mätvärde registreras**

Ett onormalt högt mätvärde som följd av till exempel en förkylning, influensa, sömnbrist, högt alkoholintag eller medicinering kommer att klassas som "onormalt" och räknas bort automatiskt.

**Feber:** Om din temperatur är över 37,8 C visas "F" för feber tillsammans med mätvärdet.

Vi rekommenderar att man undviker att mäta om man vet att man till exempel har feber, tar medicin som påverkar kroppstemperaturen eller har varit ute hela natten. Detta för att undvika att "onormala" mätvärden ens registreras.

### **Datautskrift**

Du kan få en utskrift och analys av de senaste 99 dagarnas mätvärden genom att kontakta tillverkaren.

### **Fabriksåterställning**

Det går att radera all data och återställa Pearly till fabriksinställningar.

Med grundläget som utgångspunkt:

- Tryck och håll nere plusknappen i 5 sek.
- Pearly går nu igenom alla symboler en efter en.
- Under tiden detta görs, tryck och håll nere alla tre knappar samtidigt i 5 sek.
- "L-09" visas nu på displayen.
- Tryck på minusknappen upprepade gånger tills du kommer till "L-00".

Du hör en längre ljudsignal och återkommer till grundläget. All din data är nu raderad. Exempelvärdena kan nu ses igen, precis som när Pearly började användas första gången.



**Enhetsinformation**

**Storlek:** 9,7 cm lång,  
6,3 cm bred, 2,4 cm hög.

**Vikt:** 52 g.

**Hölje:** ABS-baserad stöttålig plast.

**Mätintervall:** 34,5 – 41,0 C.

**Noggrannhet:** 0,05 C.

**Användningstemperatur:** 5 – 35 C.

**Förvaring och transport:**

Förvara mellan -10 och 60 C,  
max lufttryck: 1500 hPa,  
relativ luftfuktighet: 25 – 90 %.

**Batteri**

Livstiden för batteriet är cirka 2 år. När batteriet tagit slut behöver du skicka in din Pearly för batteribyte.

När batteriet börjar ta slut visas detta när Pearly startas:

"BA 09"	Det är dags att byta batteri
"BA 01"	Batteriet är nästan tomt (Tryck in plus- och minus- knappen samtidigt för att ta bort indikeringen)

**Förlorande av data**

Även om batteriet tar slut kommer dina mätvärden att sparas.

**Kassering**

Kasseras som teknisk utrustning.

## Rengöring

**Temperatursensor:** Använd endast ljummet vatten för rengöring, använd inte någon form av alkohol eller andra kemikalier.

**Hölje:** Torka av varsamt med en lätt fuktad trasa.

## Skötsel

Din Pearly har tillverkats med stor omsorg och bör också behandlas med omsorg. Om du följer råden nedan kommer din Pearly att hålla länge.

- Skydda din Pearly från väta och fukt. Regn, fukt och vätskor innehåller mineraler som gör att kretsarna korroderar. Placera aldrig Pearly på någon värmekälla såsom element eller ugn (inte ens för att torka den).

- Förvara inte Pearly på överdrivet varma ställen. Höga temperaturer kan förkorta livstiden, skada batteriet och deformera plasten.

- Förvara inte Pearly på överdrivet kalla ställen. Vid senare uppvärmning kan då kondens skapas på insidan som kan skada kretsarna.

- Tappa, stöt och skaka inte Pearly. Tuff hantering kan skada ömtåliga kretsar.

- Använd inte frätande kemikalier eller starka rengöringsprodukter för att rengöra Pearly.

Alla tips ovan gäller såväl hölje som temperatursensor. Om någon del inte fungerar tillfredsställande, kontakta generalagenturen för hjälp.

**Säkerhet**

Starka elektromagnetiska fält (t.ex. från mobiltelefoner och amatörradios) kan påverka funktionaliteten hos Pearly.

**Produktsymboler**

Tillverkare



Datum för tillverkning



Användningstyp B



Läs medföljande instruktioner



Kassera ej i hushållssopor



Produktsäkerhet motsvarande de europeiska direktiven

**Huvudfunktion:**

Identifiera fertila och infertila dagar under menscykeln.

**Syfte:**

P-datorn är en batteridrivna minidator och utformad för att mäta basaltemperaturen i kroppen vid uppvaknandet. Kvinnan kan läsa sin fertilitetsprognos via en display. Prognoserna är möjliga att ge genom att studera kvinnans basaltemperatur. En avancerad muntermometer används för mätandet och resultaten sparas och utvärderas automatiskt av p-datorn. Tillsammans med input kring menscykeln kan denna minidator användas för att upptäcka de fertila och icke fertila dagarna under månaden.

Mätvärde registreras ej,  
eller önskat avbrott sker under mätning

- Kontrollera om tidsintervallet har deaktiverats (temperatursymbolen syns då inte).
- Gör ett funktionstest (sid 10).
- Undersök termometersensorn efter skador.

Alarmer ringer inte

- Kontrollera om alarmer är inställt och aktiverat (sid 11, 12).
- Gör ett funktionstest och kontrollera att ljudet fungerar (sid 10).

Tiden är fel

- Korrigera tiden (sid 22).

Datumet är fel

- Korrigera datumet (sid 22).

Retroaktiv korrigering av "M" går inte

- Det går ej att korrigera "M"-värdet mer än 3 dagar bakåt om mätvärden finns.

"BA" syns på displayen

- Batteriet behöver bytas. Pearly ska skickas in till tillverkaren för batteribyte och återaktivering av systemet.

### Guidelines and Manufacturer's Information – Electromagnetic Emissions

The pearly® device is intended for use in the electromagnetic environments specified below. The customer or user of the pearly® device should ensure that it is used in such an environment.

Emission Measurements	Conformity	Electromagnetic Environment – Guidelines
HF Emissions acc. CISPR 11	Group 1	The pearly® device uses HF energy solely for its internal functions. As a result, HF emissions are very low and it is unlikely that nearby electronic equipment will be affected.
HF Emissions acc. CISPR 11	Class B	The pearly® device is intended for use in all structures including homes and such which are connected directly to a public electricity supply network that also supplies buildings which are used for residential purposes.
Harmonic oscillations acc. IEC 6100-3-2	Class A	
Voltage fluctuations / flicker acc. IEC 6100-3-3	fulfilled	

### Recommended spacing between portable and mobile HF telecommunications equipment and the pearly® device

The pearly® device is intended for use in the electromagnetic environments specified below. The customer or user of the pearly® device can help to avoid electromagnetic interference by maintaining the minimum spacing between portable and mobile HF telecommunications devices (transmitters) and the pearly® device, depending on the output of the communications device, as specified below.

Nominal Transmitter Output [W]	Protective Spacing according to Transmission Frequency [m]		
	150 kHz to 80 MHz <b>d = 1,2</b> □P	80 MHz to 800 MHz <b>d = 0,35</b> □P	800 MHz to 2,5 GHz <b>d = 0,7</b> □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

For transmitters whose nominal output is not shown in the above table, the spacing can be worked out by using the figure shown in each column, where P is the nominal output of the transmitter in Watts (W) according to the transmitter manufacturer's information.

Note 1: To calculate the recommended protective spacing for transmitters in the frequency range from 80 MHz to 2.5 GHz, an additional factor of 10/3 was used to reduce the likelihood that a mobile / portable communications device inadvertently brought into the vicinity of the patient will cause any interference.

Note 2: These guidelines may not be applicable in all cases. The spread of electromagnetic emissions will be affected by absorption and reflection by buildings, objects and people.


### Guidelines and Manufacturer's Information – Electromagnetic Interference

The pearly® device is intended for use in the electromagnetic environments specified below. The customer or user of the pearly® device should ensure that it is used in such an environment.

Interference test	IEC 60601 – Test level	Conformity level	Electromagnetic environment - guidelines
Electrostatic discharge (ESD) acc. IEC 61000-4-2	± 6 kV contact discharge (indirect) ± 8 kV air discharge	± 6 kV contact discharge ± 8 kV air discharge	Floors should be made of wood or concrete or covered with ceramic tiles. If the floor is covered with synthetic material, the relative air humidity must be at least 30 %.
Rapid transient electrical disturbances / bursts acc. IEC 61000-4-4	± 2 kV for mains connections ± 1 kV for input and output wires	± 2 kV for mains connections ± 1 kV for input and output wires	The quality of the supply voltage should correspond to that of a typical business or hospital environment.
Surges acc. IEC 61000-4-5	=> not applicable ± 1 kV push-pull voltage (symmetrical)	=> not applicable ± 1 kV push-pull voltage (symmetrical)	The quality of the supply voltage should correspond to that of a typical business or hospital environment.
Voltage interruptions, short term interruptions and fluctuations in the supply voltage acc. IEC 61000-4-11	< 5 % UT for ½ period (> 95 % interruption) 40 % UT for 5 periods (60 % interruption) 70 % UT for 25 periods (30 % interruption) < 5 % UT for 5 s (> 95 % interruption)	< 5 % UT for ½ period (> 95 % interruption) 40 % UT for 5 periods (60 % interruption) 70 % UT for 25 periods (30 % interruption) < 5 % UT for 5 s (> 95 % interruption)	The quality of the supply voltage should correspond to that of a typical business or hospital environment.  If the user of the pearly® device wishes to continue using the device during a power cut, we recommend connecting the pearly® device to an uninterruptible power supply or a battery.
Magnetic field at the supply frequency (50 / 60 Hz) acc. IEC 61000-4-8	3 A/m	3 A/m	Magnetic fields at mains frequency should correspond to the typical values seen in a typical business or hospital environment.

Note 1: UT is the alternative current voltage before the application of the test level.



Interference test	IEC 60601 – Test level	Conformity level	Electromagnetic environment - guidelines
Directed HF interference acc. IEC 61000-4-6	3 V <sub>eff</sub> 150 kHz to 80 MHz	3 V <sub>eff</sub>	<p>Portable and mobile communications devices may be used a short distance from the pearly® device provided that the recommended protective spacing is used, as calculated according to the transmission frequency equivalent</p> <p><b>Recommended protective spacing:</b></p> $d = [3,5/3]\sqrt{P} = 1,2\sqrt{P}$ $d = [3,5/10]\sqrt{P} = 0,35\sqrt{P}$ for 80 MHz to 800 MHz
Radiated HF interference acc. IEC 61000-4-3	3 V/m 80 MHz to 2,5 GHz	3 V/m	$d = [7,0/10]\sqrt{P} = 0,7\sqrt{P}$ for 800 MHz to 2,5 GHz <p>with P being the nominal output of the transmitter in Watts (W) according to the transmitter manufacturer's information and d as the recommended protective spacing in metres (m).</p> <p>The field strengths of stationary radio transmitters should be lower than the agreed level at all frequencies according to on site tests.</p> <p>Interference is possible in the vicinity of equipment that carries the following symbol.</p> 

Note 2: The higher frequency range applies at 80 MHz and 800 MHz

Note 3: These guidelines may not be applicable in all cases. The spread of electromagnetic emissions will be affected by absorption and reflection by buildings, objects and people.

a) The field strengths of stationary transmitters, e.g. base stations for mobile telephones and mobile radio equipment, amateur radio stations, AM and FM radio and television transmitters could theoretically be imprecisely defined in advance. In order to determine the electromagnetic environment with regard to stationary transmitters, a study of the location should be carried out. If the field strengths measured at the location where the device will be used exceed the agreed levels above, the device should be monitored to see that it operates properly.

If unwanted performance characteristics are observed, additional measures may be necessary, such as an exchange or a change of location for the device.

b) Above the frequency range from 150 kHz to 80 MHz, the field strengths should be lower than  $[V1]V/m$ .

Alarm		Fabriksåterställning .....	24
Aktivering .....	12	Feber .....	24
Avstängning .....	16	Fertilitetsprognosen .....	20
Inget ljud .....	29	Framtida prognoser .....	21
Inställning .....	11	Historiska prognoser .....	21
Användningsmenyerna .....	8	Komma igång .....	13
		Funktionsknapparna .....	9
Basaltemperatur .....	13, 16	Funktionstest .....	10
Batteri .....	25	Förlorande av data .....	25
Bläddra snabbt .....	9		
		Graviditet, anv efter .....	23
Datautskrift .....	24	Graviditetstest .....	23
Datum, ställa in .....	22	Grundläget, återgång till .....	9
Elektromagnetisk kompatibilitet .....	30	Komma igång .....	11
Enhetsinformation .....	25	Kassering .....	25

Mens, inmatning .....	18	Skiftarbete .....	23
Efter tids användning .....	18	Skötsel .....	26
Historik .....	12, 19	Sommar- och vintertid .....	22
I början .....	13, 18		
Mens, "M"-symbolen		Temperaturmätning .....	16
Korrigerig .....	18	Avbryta .....	17
Manuell aktivering .....	19	Mätning .....	13, 16
Monofaser .....	23	Störning under .....	17, 29
Mätvärde, ingen reg .....	17, 24	Temperatursymbolen, visas ej .....	17
		Tid, ställa in .....	22
P-piller, byte från .....	22	Tidsintervall .....	14
Problem och felsökning .....	29	Radering av .....	15
Provmätning .....	10	Ändring av .....	15
På- och avstängning .....	10	Temperaturökning .....	24
Rengöring .....	26	Uppehåll, användning efter .....	22
Resande och tidszoner .....	23	Översikt .....	7



**VALLEY  
ELECTRONICS**

**naturafemme**   
NATURLIG KVINNLIGHET



Utveckling, tillverkning, global försäljning  
och försäljning i Tyskland

**VE Valley Electronics GmbH**  
Wengwies 2  
D-82438 Eschenlohe / Germany

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.com  
www.valley-electronics.com



0124

Försäljning Sverige

**Naturafemme**  
info@naturafemme.se  
www.naturafemme.se