



# Clearblue

**Moniteur de fertilité**

**MANUEL D'INSTRUCTIONS**

Méthode éprouvée qui AUGMENTE les chances de CONCEVOIR à 89 %\*

# TABLE DES MATIÈRES

Comment fonctionne le système?	3
Comprendre l'ovulation et le cycle menstruel	4
Comment le Moniteur de fertilité Clearblue vous aide	5
Conditions d'utilisation	6
Guide d'utilisation du moniteur étape par étape	8
Déterminer la bonne plage horaire	11
Réglage du bouton « m »	12
Effectuer les tests	15
Votre niveau de fertilité	17
L'approche de la fin de votre cycle	19
Symboles et messages d'erreurs : conseils pratiques	20
Réponses à vos questions	22
Comment réutiliser votre moniteur	30
Service à la clientèle (ou distributeurs agréés)	verso du manuel

Le Moniteur de fertilité Clearblue doit être utilisé conformément à ces instructions. Le Moniteur de fertilité Clearblue est un instrument médical pour diagnostic *in vitro* conçu pour l'utilisation à domicile. Pour usage externe. Conserver dans un endroit sec à la température ambiante. Garder hors de la portée des enfants. N'utilisez pas le bâtonnet de test si la pochette protectrice est endommagée. N'utilisez pas le bâtonnet de test si la date de péremption est dépassée.

**AUCUN PRODUIT NE PEUT VOUS GARANTIR UNE GROSSESSE. LE MONITEUR DE FERTILITÉ Clearblue A ÉTÉ CONÇU COMME AIDE À LA CONCEPTION. LE MONITEUR DE FERTILITÉ Clearblue NE DOIT PAS ÊTRE UTILISÉ COMME MÉTHODE DE CONTRACEPTION.**

\*Dans les deux premiers cycles d'utilisation. *Robinson JE., et al. Fertility & Sterility (2007) 87 (2) : 329-334*



Le Moniteur de fertilité Clearblue vous aide à maximiser vos chances de concevoir votre bébé.

## **Le moment de votre vie pour avoir des enfants**

Maintenant que vous avez choisi le moment d'avoir des enfants, le Moniteur de fertilité Clearblue peut vous aider en identifiant les jours où il est fort probable de devenir enceinte. Si vous avez des rapports sexuels durant ces jours, vous avez d'excellentes chances de concevoir votre bébé.

Il n'y a que quelques jours pendant un cycle menstruel où des rapports sexuels peuvent mener à la grossesse. La conception est fort probable si vous faites l'amour le jour où les ovaires libèrent un ovule (ovulation), ou les jours précédant l'ovulation.

La plupart des tests d'ovulation à domicile n'identifient que les deux jours de fertilité maximale pendant un cycle en détectant l'augmentation de l'hormone lutéinisante (LH) laquelle provoque l'ovulation. Le Moniteur de fertilité Clearblue vous indique non seulement ces deux jours de fertilité maximale, mais aussi les autres jours où vous avez de bonnes chances de concevoir. En détectant l'augmentation des taux d'estrogènes, le moniteur peut indiquer entre un et cinq jours de fertilité élevée précédant la période de fertilité maximale chez la plupart des femmes. Ce qui signifie que vous savez quels sont vos jours les plus favorables pour concevoir, donc ça vous permet de planifier et d'avoir des rapports sexuels pendant les jours où la conception de votre bébé est fort probable.



## Comment fonctionne le système?

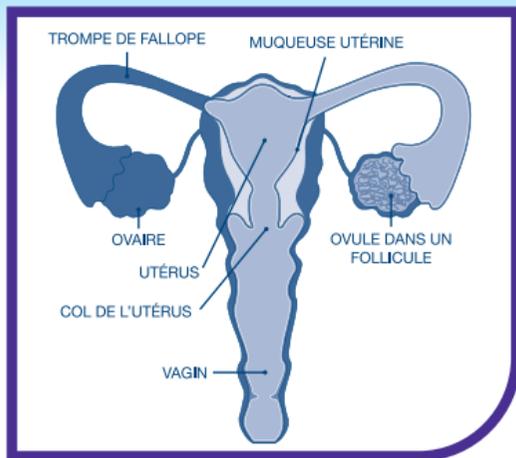
### Le Moniteur de fertilité Clearblue

Le Moniteur de fertilité Clearblue est un moniteur portable qui fonctionne avec les bâtonnets de test pour Moniteur de fertilité Clearblue (vendus séparément). L'ensemble permet d'identifier les variations des deux hormones clés qui déterminent votre fertilité. Le moniteur enregistre vos données personnelles au cours de votre cycle et établit un portrait complet et précis de vos jours les plus fertiles.

### Informations importantes à savoir

Le Moniteur de fertilité Clearblue vous fournit des informations complètes et personnalisées qui vous sont uniques. Vous n'aurez plus à vous soucier de compter les jours de votre cycle, car le Moniteur de fertilité Clearblue le fera pour vous et vous indiquera quand faire un test. Il vous indiquera également quand vos règles devraient commencer, ce qui vous permettra de prévoir pour votre prochain cycle, ou si vos règles sont en retard, vous pourrez faire un test de grossesse.

- Vous aurez simplement à faire des tests urinaires à chaque cycle lorsque le moniteur vous le demande. Le moniteur vous demandera toujours d'utiliser une série de dix bâtonnets de test à chaque cycle. Si vos cycles sont longs ou irréguliers, il se peut que le Moniteur de fertilité Clearblue vous demande de faire dix tests supplémentaires afin qu'il puisse identifier vos jours les plus fertiles.
- Les bâtonnets de test jetables recueillent les hormones qui sont présentes dans votre première urine de la journée et les convertissent sous forme interprétable par le moniteur. Le moniteur analyse le bâtonnet de test, interprète la variation des taux hormonaux et vous indique clairement si votre fertilité sera faible, élevée ou maximale au cours des 24 prochaines heures.

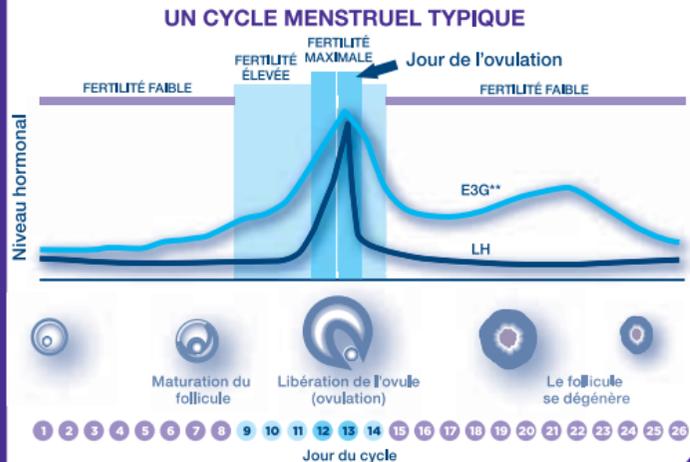


## Comprendre l'ovulation et le cycle menstruel

### Le cycle menstruel

- Le cycle menstruel est le processus durant lequel votre corps se prépare pour la grossesse. Les variations hormonales pendant le cycle provoquent la libération d'un ovule par les ovaires.
- Les follicules sont des cavités remplies de liquide qui contiennent les ovules. Les deux ovaires comptent de nombreux follicules qui contiennent un ovule chacun. Pendant la première partie du cycle menstruel, un des follicules prépare la libération d'un ovule. Ce follicule produit des quantités croissantes d'estrogènes, ce qui provoque un épaissement de la muqueuse utérine et la production de « glaire cervicale » par le col de l'utérus. Cette « glaire cervicale » joue un rôle important (reportez-vous à la page 5). Les taux élevés d'estrogènes déclenchent la sécrétion d'une autre hormone qui s'appelle l'hormone lutéinisante (LH). L'ovulation se produit normalement 24 à 36 heures suivant la montée de LH, c'est-à-dire après la rupture du follicule et la libération de l'ovule.
- L'ovule peut être fécondé jusqu'à 24 heures après l'ovulation. Si la fécondation ne se produit pas, les taux d'estrogènes diminuent progressivement. La muqueuse de l'utérus est éliminée et les menstruations commencent; c'est le début d'un nouveau cycle.

## Comment le Moniteur de fertilité Clearblue vous aide



\*\* Le type d'estrogène mesuré dans l'urine est l'estrone 3-glucuronide (E3G)

**Remarque :** Pour optimiser vos chances de concevoir, vous devriez avoir des rapports sexuels pendant votre période de fertilité ÉLEVÉE ainsi que pendant votre période de fertilité MAXIMALE.

## Comment le Moniteur de fertilité Clearblue vous aide

Comment le Moniteur de fertilité Clearblue est-il conçu pour vous aider à devenir enceinte?

- Le Moniteur de fertilité Clearblue détecte les variations des taux d'estrogènes et de LH.
- Les taux élevés d'estrogènes sont liés à l'apparition de la « glaire cervicale ». Celle-ci est un liquide transparent et visqueux, ce qui facilite le passage des spermatozoïdes qui peuvent y survivre pendant plusieurs jours. Si vous faites l'amour pendant cette période, il se peut que des spermatozoïdes soient encore présents plusieurs jours plus tard au moment où un ovule est libéré. Lorsque le Moniteur de fertilité Clearblue détecte une augmentation d'estrogènes, il affiche un niveau de fertilité élevée.
- La détection de l'augmentation soudaine de LH indique que la libération d'un ovule va bientôt se produire et que vous avez atteint votre fertilité maximale.

## Conditions d'utilisation

---

Le Moniteur de fertilité Clearblue convient aux femmes dont le cycle menstruel naturel se situe entre 21 et 42 jours. La majorité des femmes auront besoin de dix bâtonnets de test à chaque cycle. Cependant, les femmes qui ont des cycles irréguliers ou longs peuvent avoir besoin de 20 bâtonnets de test pour détecter leur période de fertilité maximale.

Certains problèmes médicaux et certains médicaments peuvent affecter le bon fonctionnement du Moniteur de fertilité Clearblue. Notamment, les symptômes de la ménopause, le syndrome des ovaires polykystiques, un trouble rénal ou un trouble du foie peuvent donner des résultats contradictoires. Vous pourriez également obtenir des résultats trompeurs si vous êtes enceinte, ou si vous l'avez été récemment (même si la grossesse n'a pas été menée à terme), ou si vous prenez des antibiotiques contenant des tétracyclines, des traitements hormonaux (p. ex., la contraception hormonale, les thérapies hormonales), ou si vous suivez des traitements de fertilité qui contiennent la gonadotrophine chorionique humaine (hCG) ou l'hormone lutéinisante (LH), ainsi que d'autres traitements pouvant affecter le cycle menstruel. Le citrate de clomiphène peut augmenter les taux d'estrogènes; c'est-à-dire que la période de fertilité élevée pourrait être indiquée d'avance ainsi que les autres jours de fertilité élevée; et, dans certains cas, il se peut que le moniteur n'indique pas la période de fertilité maximale même lorsque l'ovulation se produit. Nous

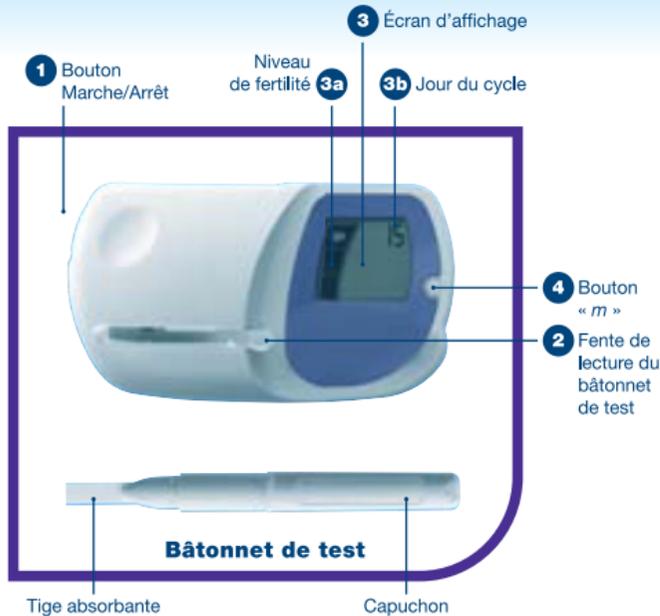
conseillons donc aux femmes qui prennent du citrate de clomiphène de consulter leur médecin avant d'utiliser le Moniteur de fertilité Clearblue. Lisez toujours les instructions du fabricant de tout médicament que vous prenez avant d'effectuer un test.

Les femmes qui ont récemment allaité ou suivi des traitements hormonaux (p. ex., la contraception hormonale, des traitements de fertilité, des traitements de thérapie hormonale), ou d'autres traitements pouvant affecter le cycle menstruel devraient attendre d'avoir eu au moins deux cycles menstruels naturels consécutifs (d'une durée comprise entre 21 et 42 jours chacun) avant d'utiliser le Moniteur de fertilité Clearblue.

Les femmes qui ont récemment été enceintes (même si la grossesse n'a pas été menée à terme) peuvent tout de même avoir de l'hCG présente dans leur corps. L'hCG peut nuire au bon fonctionnement du Moniteur de fertilité Clearblue. Il est conseillé d'attendre d'avoir eu au moins deux cycles menstruels naturels consécutifs (d'une durée comprise entre 21 et 42 jours chacun) avant d'utiliser le Moniteur de fertilité Clearblue.

Veillez consulter votre médecin pour des conseils supplémentaires.

# Guide d'utilisation du Moniteur de fertilité Clearblue étape par étape



## Connaître votre Moniteur de fertilité Clearblue

Votre trousse contient votre Moniteur de fertilité Clearblue. Avant de commencer à l'utiliser, vous devez vous procurer une boîte de bâtonnets de test pour Moniteur de fertilité Clearblue et quatre piles alcalines AAA. Vous devez attendre le début de vos prochaines règles avant de commencer les tests avec le Moniteur de fertilité Clearblue. Entre-temps, lisez ce manuel d'instructions au complet pour vous familiariser avec les caractéristiques ci-dessous :

- 1. Bouton Marche/Arrêt :** appuyez une fois pour l'allumer ou l'éteindre.  
Si le moniteur n'est pas en train de faire l'analyse d'un bâtonnet de test, il s'éteindra automatiquement après 30 secondes pour économiser les piles. Il est impossible d'éteindre le moniteur pendant l'analyse d'un bâtonnet de test.
- 2. Fente de lecture du bâtonnet de test :** ceci permet au moniteur de repérer le bâtonnet de test et de faire la lecture du résultat avec précision.
- 3. Écran d'affichage :** l'écran affiche des renseignements sur :
  - 3a. Votre niveau de fertilité**
  - 3b. Jour du cycle (le jour de votre cycle)**D'autres informations seront aussi affichées à l'écran, comme quand commencer vos tests.
- 4. Bouton « m » :** ce bouton sert à régler le moniteur au début de chaque cycle. Reportez-vous aux pages 10 et 11 de ce manuel d'instructions AVANT d'appuyer sur le bouton « m ».

## Guide d'utilisation du Moniteur de fertilité Clearblue étape par étape

### Insérer les piles

- Le Moniteur de fertilité Clearblue requiert quatre piles alcalines AAA pour fonctionner. Pour une performance optimale du moniteur, utilisez quatre piles neuves de la même marque. À l'aide du schéma situé sous le couvercle où sont logées les piles, insérez les piles en vous assurant que les symboles + sont dans la bonne position. Si les piles ne sont pas insérées correctement, le moniteur ne fonctionnera pas.





Appuyez sur le bouton Marche/Arrêt

### Allumer et éteindre le Moniteur de fertilité Clearblue

- Une fois que vous aurez inséré les piles, vous pouvez allumer et éteindre le moniteur en appuyant sur le bouton blanc Marche/Arrêt situé sur le côté supérieur gauche de l'appareil. Lorsque vous allumez le moniteur, vous verrez une lumière rouge clignoter dans la fente de lecture du bâtonnet de test et tous les symboles seront affichés à l'écran d'affichage pendant un bref moment. Cela est normal et vous confirme que le moniteur fonctionne correctement. Après quelques instants, l'écran deviendra blanc et vous verrez ensuite le symbole « -- » et un « *m* » clignotant à l'écran d'affichage. Toutefois, si la lumière rouge clignote, mais qu'il n'y a rien d'affiché à l'écran, vérifiez les piles et assurez-vous qu'elles soient insérées correctement.

**Remarque :** Veuillez lire attentivement les instructions aux pages 11 et 12 AVANT d'appuyer sur le bouton « *m* ».

VEUILLEZ LIRE LES POINTS 1 À 4  
AVANT DE RÉGLER LE BOUTON « m »

APPUYEZ SUR LE BOUTON « m »

-3 HEURES                      +3 HEURES

PLAGE HORAIRE EN HEURES

EXEMPLE DE PLAGE HORAIRE



**Exemple de plage horaire :**  
Il est facile de choisir une plage horaire qui vous convient. Par exemple, si vous appuyez sur le bouton « m » à 9 h, vous pourrez faire vos tests entre 6 h et 12 h durant ce cycle.

## Déterminer la bonne plage horaire

1. Vous pouvez commencer à utiliser le Moniteur de fertilité Clearblue à partir du premier jour de votre prochain cycle, mais pas avant. La première étape consiste à régler le bouton « m ».
2. Lorsque vous appuyez sur le bouton « m », vous indiquez au moniteur :
  - Que vos règles ont commencé et qu'un nouveau cycle a débuté.
  - Vous établissez la période de six heures durant laquelle vous pouvez faire un test; c'est-à-dire la « plage horaire ». Le Moniteur de fertilité Clearblue doit être réglé de sorte que vous puissiez effectuer un test en utilisant votre **première** urine au réveil. C'est une étape importante, car votre première urine contient de forts taux d'hormones.
3. La plage horaire s'étend de trois heures précédant le moment où vous appuyez sur le bouton « m » à trois heures après. Le Moniteur de fertilité Clearblue vous demandera de faire un test seulement durant cette plage horaire, donc vous devez vérifier le moniteur durant cette période pour savoir si vous devez faire un test ce jour-là. Reportez-vous à l'exemple à gauche.
4. Au début de chaque cycle, vous devez appuyer sur le bouton « m » pour régler la plage horaire pour ce nouveau cycle.

**Remarque :** Votre plage horaire doit vous permettre d'effectuer un test avec la première urine au réveil (pendant la semaine ainsi que la fin de semaine).

## Affichage initial



Appuyez sur le bouton « m » et maintenez-le enfoncé pendant cinq secondes jusqu'à l'affichage du chiffre « 1 »

Affichage après avoir appuyé sur le bouton « m »



Niveau de fertilité

## Réglage du bouton « m »

- Si vos règles commencent pendant la nuit ou le matin avant l'heure choisie lors du réglage du bouton « m », appuyez sur le bouton « m » ce matin-là. Si vos règles commencent après l'heure choisie lors du réglage du bouton « m », ATTENDEZ jusqu'au matin suivant avant d'appuyer sur le bouton « m » et réglez-le sur le chiffre 1, ce qui correspond au jour 1 de votre cycle.
- Appuyez sur le bouton « m » fermement et maintenez-le enfoncé pendant cinq secondes. Relâchez-le lorsque le « m » et le chiffre « 1 » seront affichés à l'écran. Ceux-ci clignoteront au début, mais ils s'arrêteront de clignoter et resteront affichés à l'écran lorsque vous relâcherez le bouton « m ». NE FAITES PAS de test à ce moment-là. Faites un test seulement lorsque le moniteur vous le demande.
- Lorsque vous aurez réglé le bouton « m » correctement, le chiffre « 1 » et le « m » seront affichés vous indiquant que c'est le premier jour de votre cycle. Le niveau de fertilité sera également affiché à l'écran pour indiquer que votre niveau de fertilité est faible, ce qui est normal au début d'un cycle.
- Si vous maintenez le bouton « m » enfoncé trop longtemps, le chiffre « 2 » apparaîtra à l'écran. Si vous avez réglé le bouton « m » sur la mauvaise journée, ANNULEZ l'opération. Pour annuler cette opération, appuyez à nouveau sur le bouton « m » et maintenez-le enfoncé pendant cinq secondes jusqu'à ce que le « m » s'efface. L'écran d'affichage retournera à son état original (comme si vous n'aviez pas réglé le bouton « m »).

**Remarque :** Le bouton « m » peut être réglé à partir du jour 1 de votre cycle jusqu'au jour 5. Pour plus d'information, reportez-vous à la question 7 de la page 24.

## Effectuer les tests

### Effectuer les tests

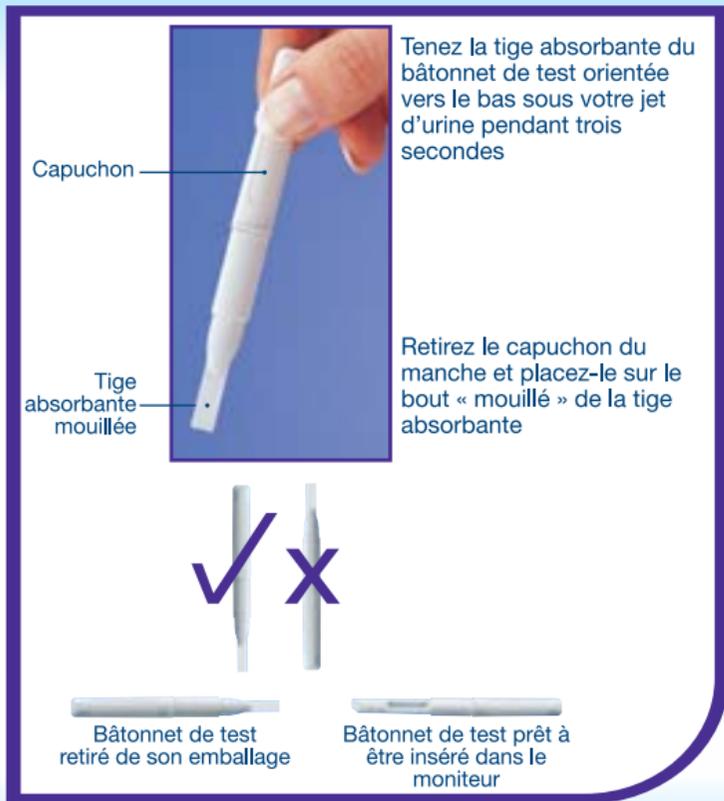
Procurez-vous une boîte de bâtonnets de test avant de commencer. Commencez toujours votre cycle avec un approvisionnement d'au moins dix bâtonnets de test provenant du même LOT.

- Mettez votre Moniteur de fertilité Clearblue en marche chaque matin durant votre plage horaire et avant d'aller aux toilettes. Vous constaterez que le symbole « m » est affiché pendant les cinq premiers jours de chaque cycle et que le chiffre affiché à l'écran change chaque jour, ce qui vous indique le jour de votre cycle. Il est à noter que le jour du cycle ne change qu'à l'intérieur de la plage horaire.
- Les jours où le moniteur a besoin d'informations supplémentaires sur vos variations hormonales, il vous demandera de faire un test . Les tests doivent être effectués avec la première urine au réveil et à l'intérieur de la plage horaire.
- Pendant le cycle un, le premier test vous sera demandé sur le jour 6. Le moniteur vous demandera ensuite de faire un test pendant 10 ou 20 jours, selon la longueur de votre cycle, ou jusqu'à ce qu'il ait détecté votre niveau de fertilité maximale. Pour les tests subséquents, le premier jour de test peut varier entre le jour 6 de votre cycle et le jour 9, selon les informations recueillies par le Moniteur de fertilité Clearblue sur votre cycle, et il vous demandera tout de même d'effectuer un test chaque jour pendant 10 ou 20 jours.



L'affichage à l'écran indique que le moniteur requiert un bâtonnet de test

**Remarque :** N'utilisez que les bâtonnets de test pour Moniteur de fertilité Clearblue avec ce moniteur.



### Comment faire un test

1. Retirez le bâtonnet de test de la pochette protectrice juste avant l'utilisation.
2. Tenez la tige absorbante orientée vers le bas sous votre jet d'urine pendant trois secondes seulement. Cela suffit pour que la tige absorbante soit bien imbibée. Si vous le préférez, vous pouvez recueillir un échantillon d'urine dans un récipient propre et sec et tremper seulement la tige absorbante dans l'urine pendant **15 secondes** (reportez-vous à la question 17 de la page 27).
3. Maintenez le bâtonnet de test orienté vers le bas, retirez le capuchon du manche et placez-le sur le bout « mouillé » du bâtonnet de test. Essayez les éclaboussures d'urine sur l'étui du bâtonnet de test.
4. Insérez le bâtonnet de test dans la fente de lecture du moniteur.

**Remarque :** Les bâtonnets de test ne doivent PAS être utilisés plus d'une fois.



## Effectuer un test

### Insérer un bâtonnet de test

- Insérez le bâtonnet de test seulement lorsque le symbole  sera affiché à l'écran.
- Allumez votre moniteur. Vous verrez une lumière rouge clignoter dans la fenêtre de lecture, ce qui signifie que le moniteur est en train de vérifier si le lecteur est prêt pour l'insertion d'un bâtonnet de test.
- Une fois que vous aurez fait le test urinaire, insérez le bâtonnet de test dans la fente de lecture dans les 15 minutes suivant l'imbibition d'urine. **1** En tenant le bâtonnet de test par l'extrémité du capuchon et en maintenant le bout biseauté du bâtonnet de test orienté vers le bas, insérez le bâtonnet de test dans la fente de lecture comme l'illustration. **2** Enfoncez le bâtonnet de test jusqu'à ce qu'il soit posé à plat et qu'il s'enclenche dans la fente.
- Lorsque vous aurez inséré le bâtonnet de test correctement, le symbole du bâtonnet de test  clignotera à l'écran durant cinq minutes pendant que le moniteur lit et interprète les informations du bâtonnet de test. Ne retirez pas le bâtonnet de test pendant que le moniteur en fait la lecture. Il est impossible d'éteindre le moniteur pendant la lecture d'un bâtonnet de test.



Le symbole du bâtonnet de test clignotera pendant que le moniteur fait la lecture du bâtonnet de test

## Effectuer les tests

### Insérer un bâtonnet de test

- Le bâtonnet de test sera reconnu seulement lorsqu'il aura été inséré correctement. Le symbole  restera affiché jusqu'à ce que le bâtonnet de test ait été inséré correctement et reconnu par le moniteur.
- Au bout de cinq minutes, le moniteur vous demandera de retirer le bâtonnet de test , lequel vous devez ensuite jeter. Votre niveau de fertilité sera alors affiché.
- Si vous ne retirez pas le bâtonnet de test dans les 60 secondes suivant la lecture par le moniteur, celui-ci s'éteindra. Retirez le bâtonnet de test et rallumez le moniteur pour voir votre niveau de fertilité.



Le moniteur a terminé la lecture du bâtonnet de test

### Nombre de bâtonnets de test requis

- Le moniteur vous demandera d'effectuer dix tests au cours de chaque cycle. Si le moniteur ne détecte pas votre montée de LH avec dix tests, il vous demandera de faire dix tests supplémentaires pendant ce cycle. Cela peut se produire si vos cycles sont irréguliers ou longs. Vous devez effectuer tous les tests réclamés par le moniteur.



Fertilité faible :  
peu de chances de concevoir

## Votre niveau de fertilité

Il est important de faire tous les tests réclamés par le moniteur. Si vous oubliez de faire un test, le moniteur utilisera les informations recueillies précédemment pour déterminer votre niveau de fertilité. Si le test oublié se situait aux alentours de la période d'ovulation, vous risquez de ne pas déterminer vos jours de fertilité maximale. Même si vous avez oublié de faire un test, vous devez tout de même continuer à faire tous les autres tests réclamés par le moniteur.

### Niveau de fertilité : Qu'est-ce que ça signifie?

- Le Moniteur de fertilité Clearblue affiche votre niveau de fertilité au moyen de trois barres qui correspondent à trois niveaux de fertilité : faible, élevée et maximale. Le moniteur interprète votre niveau de fertilité en se basant sur la lecture du bâtonnet de test et les informations gardées en mémoire.

### Fertilité faible : Qu'est-ce que ça signifie?

- Une barre affichée à l'écran indique un niveau de fertilité faible. Lorsqu'un niveau de fertilité faible est affiché, c'est que le taux des hormones qui déterminent votre niveau de fertilité est faible pendant ce cycle. Si vous avez des rapports sexuels lorsque votre niveau de fertilité est faible, la conception est peu probable, mais pas impossible.



Fertilité élevée :  
meilleures chances de concevoir



Fertilité maximale :  
fortes chances de concevoir

### Fertilité élevée : Qu'est-ce que ça signifie?

- Deux barres affichées à l'écran indiquent un niveau de fertilité élevée. L'affichage du niveau de fertilité élevée est indiqué lorsque le Moniteur de fertilité Clearblue détecte une augmentation du taux d'estrogènes, ce qui se produit précédant votre niveau de fertilité maximale.
- Si vous avez des rapports sexuels durant les jours de fertilité élevée, vous maximisez vos chances de devenir enceinte.

### Fertilité maximale : Qu'est-ce que ça signifie?

- Trois barres affichées à l'écran et le symbole  indiquent un niveau de fertilité maximale.
- Si vous avez des rapports sexuels durant ces jours de fertilité maximale, vous avez de fortes chances de devenir enceinte.
- Le Moniteur de fertilité Clearblue identifie vos jours de fertilité maximale en détectant l'augmentation de LH, laquelle provoque l'ovulation qui se produit environ dans les 24 à 36 heures suivantes. Le niveau de fertilité maximale sera affiché le jour de la montée de LH et le lendemain.
- Parce que la fécondation de l'ovule est possible après cette période, le moniteur vous indiquera un jour de fertilité élevée suivant vos jours de fertilité maximale.
- Il est possible que le moniteur n'affiche pas votre période de fertilité maximale à chaque cycle, mais le pourcentage de ces cycles est faible – pour plus d'informations, reportez-vous à la question 11 de la page 25.



## L'approche de la fin de votre cycle

### Préparer le prochain cycle ou faire un test de grossesse

- Habituellement, quelques jours avant le début de vos prochaines règles, le symbole « m » se mettra à clignoter, ce qui vous indique que vous approchez la fin de votre cycle.

**1** Si vos règles commencent, vous devez régler votre moniteur pour le prochain cycle. La procédure est la même que le premier réglage du bouton « m » (reportez-vous à la page 11). Si le symbole « m » clignote et que vos règles ont commencé, vous pouvez tout de même régler le bouton « m ».

**2** Si le symbole « m » clignote pendant quelques jours et que vos règles sont en retard, vous êtes peut-être enceinte. Vous pouvez vérifier si vous êtes enceinte à l'aide d'un Test de grossesse Clearblue.

- Le Test de grossesse Clearblue vous donne un résultat clair et précis à plus de 99 % lorsqu'il est utilisé dès la date prévue de vos règles.
- Si vous obtenez un résultat « Enceinte », vous devriez consulter votre médecin, car les soins prénataux sont importants dès le début de la grossesse.

## Symboles et messages d'erreurs : conseils pratiques

**1. !** 

**Réinsérez le bâtonnet de test.**  
Ce symbole sera affiché si vous retirez le bâtonnet de test de la fente de lecture avant que le moniteur ait terminé la lecture. Réinsérez le bâtonnet de test dans la fente de lecture immédiatement et le moniteur continuera d'en faire la lecture.



**2. !** 

**Retirez votre bâtonnet de test.**  
Ce symbole peut apparaître si vous allumez le moniteur et qu'il y a un bâtonnet de test dans la fente de lecture, ou si le moniteur n'était pas prêt. S'il n'y a pas de bâtonnet de test dans la fente de lecture et que ce symbole est affiché, c'est que vous devez nettoyer le bouton noir qui est situé dans la fente de lecture. Si la barre au centre du bouton noir est enfoncée, essayez de le dégager en nettoyant délicatement à l'aide d'un coton-tige sec. Si vous ne réussissez pas à le dégager, veuillez vous renseigner auprès du Service à la clientèle.



**3. !** 

**Les piles sont faibles.**  
Les piles de votre moniteur sont faibles et doivent être remplacées. Remplacez les piles dans les quatre semaines suivant l'affichage de ce symbole. Laissez les piles dans le moniteur jusqu'à ce que vous soyez prête à les remplacer. Si le moniteur reste sans piles pendant plus de deux heures, la précision de l'horloge interne risque d'être affectée.



**4. !** 

**Les piles doivent être remplacées.**  
Ce symbole signifie que le moniteur ne fonctionnera pas si vous ne remplacez pas les piles maintenant. Laissez les piles dans le moniteur jusqu'à ce que vous soyez prête à les remplacer. Si le moniteur reste sans piles pendant plus de deux heures, la précision de l'horloge interne risque d'être affectée.





### 5. ! ou !

**Votre moniteur ne fonctionne pas.**

Ces symboles seront affichés lorsqu'il s'agit d'une défaillance du moniteur. Ils vous indiquent qu'un problème a été détecté et que votre moniteur doit être remplacé.



### 6.

**La fente de lecture doit être nettoyée.**

Ce symbole signifie que la fente de lecture doit être nettoyée. Elle doit être nettoyée délicatement à l'aide d'un coton-tige légèrement humide (exclusivement avec de l'eau). Ne nettoyez jamais la fente de lecture si le symbole de la brosse n'est pas affiché. Un nettoyage excessif du moniteur peut nuire à la lecture du bâtonnet de test.



### 7. !

**La fente de lecture n'est pas prête.**

Ce symbole signifie que la fente de lecture n'est pas prête. Retirez le bâtonnet de test de la fente de lecture et éteignez votre moniteur. Rallumez le moniteur et lorsque le symbole  sera affiché, réinsérez le bâtonnet de test correctement jusqu'à ce qu'il s'enclenche. S'il n'y a pas de bâtonnet de test dans la fente de lecture, c'est que la fente de lecture doit être nettoyée (reportez-vous aux instructions sur le nettoyage de la fente de lecture ci-dessus).

**Entretien du moniteur :** Votre moniteur est fait de matériaux solides pouvant résister à l'usage quotidien. Au besoin, nettoyez le boîtier avec un chiffon légèrement humide. Rangez votre moniteur dans un endroit sec et sûr; évitez de l'échapper ou l'endommager. Votre moniteur n'est pas étanche et comme tout appareil électrique, il ne doit pas être utilisé s'il a été mouillé.

**Jeter votre moniteur de fertilité :** Retirez les piles du moniteur et jetez-les selon les procédures de recyclage appropriées. **Mise en garde :** Ne pas démonter, recharger ou jeter les piles dans les flammes. Ne pas avaler. Garder hors de la portée des enfants. Jeter le moniteur conformément aux procédures de recyclage pour les instruments électriques. Ne pas jeter d'instruments électriques dans les flammes.

## Réponses à vos questions

---

- Q1** Quelle est la précision du Moniteur de fertilité Clearblue?
- Des études en laboratoire ont montré que le Moniteur de fertilité Clearblue est précis à 99 % pour détecter la montée de LH dans des cycles où la montée de LH avait aussi été identifiée par une méthode de référence.
- 
- Q2** J'ai utilisé la méthode de la température basale et les tests d'ovulation à domicile. Est-ce que le Moniteur de fertilité Clearblue remplace ces méthodes?
- L'avantage du Moniteur de fertilité Clearblue est qu'il vous prévient que l'ovulation se produira, tandis que la méthode de la température basale vous indique que vous avez ovulé, ce qui ne vous permet pas de profiter de vos jours les plus fertiles. Les tests d'ovulation à domicile détectent l'augmentation de LH qui se produit 24 à 36 heures précédant l'ovulation; c'est-à-dire qu'ils identifient vos deux jours les plus fertiles à chaque cycle. Le Moniteur de fertilité Clearblue vous prévient d'avance que l'ovulation se produira en vous indiquant vos jours de fertilité élevée, ainsi que vos deux jours de fertilité maximale. De plus, le moniteur compte les jours pour vous, il vous indique quand faire un test, il interprète les informations contenues dans les tests, il affiche votre niveau de fertilité quotidiennement et il établit des données personnalisées sur votre cycle.
- 
- Q3** Comment le Moniteur de fertilité Clearblue peut-il être efficace pour moi?
- Si vous avez des rapports sexuels pendant vos jours de fertilité élevée et vos jours de fertilité maximale, vous maximisez vos chances de concevoir votre bébé. Toutefois, il convient de mentionner qu'aucun produit ne peut vous garantir une grossesse.

## Réponses à vos questions

---

- Q4** Est-ce que les contraceptifs hormonaux affectent le résultat?
- Si vous preniez des contraceptifs hormonaux, votre cycle peut être irrégulier et prendre un certain temps à se régulariser. Il est conseillé d'attendre d'avoir eu deux cycles menstruels naturels consécutifs d'une durée comprise entre 21 et 42 jours chacun avant d'utiliser le Moniteur de fertilité Clearblue.
- 
- Q5** Est-ce que certaines conditions médicales ou certains médicaments peuvent affecter le résultat des tests?
- Lisez toujours les instructions du fabricant de tout médicament que vous prenez avant d'utiliser le Moniteur de fertilité Clearblue. La plupart des médicaments n'affectent pas le fonctionnement du Moniteur de fertilité Clearblue. Toutefois, certaines conditions médicales et certains médicaments peuvent affecter la performance du Moniteur de fertilité Clearblue. Reportez-vous à la section « Conditions d'utilisation » pour plus d'information. Si vous êtes incertaine, vous devriez consulter votre médecin.
- Remarque :** Certains médicaments sont contre-indiqués pour la grossesse. Donc, si vous prenez des médicaments, il est conseillé de consulter votre médecin avant d'essayer de concevoir.
- 
- Q6** Qu'est-ce que je dois faire si j'ai appuyé sur le bouton « m » par erreur?
- Si vous avez réglé le bouton « m » sur le mauvais jour, vous devez l'annuler. Pour annuler cette opération, appuyez sur le bouton « m » pendant cinq secondes jusqu'à ce que le symbole « m » s'efface. Lorsque vous relâcherez le bouton « m », l'écran redeviendra à son état normal.

- Q7** Qu'est-ce que je dois faire si je n'ai pas pu régler le bouton « *m* » sur le jour 1 de mon cycle ou si j'ai oublié de le faire?
- Si vous êtes sur le jour 2, 3, 4 ou avant le jour choisi pour le réglage du bouton « *m* » sur le jour 5 de votre cycle, maintenez le bouton « *m* » enfoncé pour faire défiler les jours et relâchez-le lorsque le jour choisi sera affiché à l'écran. Le moniteur fonctionnera alors correctement. La procédure est la même si vous désirez changer votre plage horaire durant les jours 2 à 5 de votre cycle si la plage horaire initialement choisie pour votre jour 1 ne vous convient pas. Si vous n'avez pas réussi à régler le bouton « *m* » pendant les cinq premiers jours de votre cycle, il faudra attendre le début de votre prochain cycle pour régler le bouton « *m* ».
- 
- Q8** Si mes règles commencent au cours de la journée et que je dois attendre au lendemain pour régler le bouton « *m* », dois-je régler le moniteur sur le jour 1 ou 2?
- Vous devez le régler sur le jour 1.
- 
- Q9** Puis-je utiliser plus de bâtonnets de test?
- Non. Les tests doivent être effectués seulement lorsque le moniteur le demande.
- 
- Q10** Comment puis-je savoir si j'ai inséré le bâtonnet de test correctement?
- Si vous avez inséré le bâtonnet de test correctement, le symbole du bâtonnet de test  clignotera à l'écran pour vous indiquer que la lecture du bâtonnet de test est en cours. Ne retirez pas le bâtonnet de test avant que le moniteur vous indique de le faire.

## Réponses à vos questions

---

- Q11** Mon moniteur n'a pas affiché mon niveau de fertilité maximale ce mois-ci. Qu'est-ce que ça signifie?
- Il se peut que le moniteur n'affiche pas votre niveau de fertilité maximale à chaque cycle, mais le pourcentage de ces cycles est faible. Cela peut être dû à plusieurs facteurs, par exemple; un test a été oublié ou effectué incorrectement, vous n'avez pas ovulé au cours de ce cycle, votre cycle a été exceptionnellement court ou long. Lorsque le moniteur ne détecte pas votre fertilité maximale, il est possible qu'il affiche un niveau de fertilité élevée pendant une période prolongée (jusqu'à 19 jours). Dans ce cas, il est peu probable que vous soyez fertile pendant toute cette période. Si après trois cycles, vous n'avez pas eu d'indication de fertilité maximale, nous vous conseillons de consulter votre médecin.
- 
- Q12** Mon moniteur a affiché un niveau de fertilité faible tout au long de mon dernier cycle. Qu'est-ce que ça signifie?
- Le moniteur n'a pas détecté les variations hormonales qui déterminent votre niveau de fertilité. Peut-être que vous n'avez pas ovulé durant ce cycle ou que vous avez oublié de faire un test ou que le test a été effectué incorrectement. Si après trois cycles, votre niveau de fertilité demeure faible, vous devriez consulter votre médecin.
- 
- Q13** Mon moniteur est passé d'un niveau de fertilité faible à une fertilité maximale ce mois-ci. Qu'est-ce que ça signifie?
- Cela peut se produire lorsque l'augmentation d'estrogènes est détectée le même jour que votre montée de LH; ou si le moniteur ne détecte pas de variations des taux d'estrogènes précédant l'augmentation de LH. Ceci peut être causé par l'oubli d'un test ou un test qui a été effectué incorrectement, ou si vous avez eu un cycle très court après avoir eu des cycles plus longs.

Q14 Puis-je utiliser des bâtonnets de test provenant d'une autre boîte?

Non. Utilisez toujours des bâtonnets de test en série de dix qui proviennent de la même boîte (LOT). Le Moniteur de fertilité Clearblue fait l'analyse du test en comparant les résultats du jour courant à ceux des jours précédents. Comme il y a de légères différences de sensibilité entre les bâtonnets de test provenant d'un LOT différent, la performance du moniteur sera optimale si vous utilisez des bâtonnets de test en série de dix qui proviennent du même LOT. Lorsque vous aurez fait vos dix premiers tests, il est possible que le moniteur vous demande de faire dix tests supplémentaires au cours du même cycle. S'il ne vous reste plus de bâtonnets de test du même LOT, vous pouvez alors utiliser dix bâtonnets de test provenant d'un LOT différent pour compléter vos tests.

Q15 Comment dois-je éliminer les bâtonnets de test usagés?

Jetez les bâtonnets de test usagés avec vos ordures ménagères. Ne les jetez PAS dans la toilette.

## Réponses à vos questions

**Q16** Comment dois-je faire les tests si je travaille en soirée ou si je voyage entre différents fuseaux horaires?

Idéalement, vous devriez régler le bouton « *m* » de façon à établir une plage horaire qui vous permettra de faire les tests avec votre première urine au réveil, ce qui pourrait être en après-midi.

Si votre horaire de sommeil varie temporairement pendant la période de vos tests, vous devriez recueillir un échantillon de votre première urine au réveil. Conservez l'urine recueillie et vérifiez votre moniteur pendant votre prochaine plage horaire, et si vous devez faire un test, utilisez l'urine que vous aurez recueillie. (Reportez-vous à la question 17 pour savoir comment procéder.)

**Q17** Comment dois-je procéder pour faire un test avec l'urine recueillie?



Parfois, il se peut que vous ayez à recueillir un échantillon d'urine (par exemple, si vous devez aller aux toilettes avant le début de votre plage horaire). Dans ce cas, vous n'avez qu'à recueillir votre urine dans un récipient propre et sec et la conserver à la température ambiante. Lorsque vous êtes prête à faire le test, trempez seulement la tige absorbante du bâtonnet de test dans l'urine pendant 15 secondes. Procédez ensuite de la façon habituelle.

**Q18** Est-ce que les informations gardées en mémoire du moniteur peuvent être perdues?

Le moniteur mémorise les données de vos six derniers cycles. Les données sont écrasées au fur et à mesure que vous utilisez le moniteur afin de garder en mémoire les informations les plus récentes.

- Q19** Comment vais-je savoir si le moniteur fonctionne correctement?
- Lorsque les piles sont insérées correctement et que le moniteur est en marche, il vous indiquera s'il y a un problème en affichant le symbole d'erreur : **!**. Ce symbole sera suivi d'un autre symbole indiquant l'origine du problème. Pour une définition de ces symboles, reportez-vous à la section des symboles.
- 
- Q20** Puisque le Moniteur de fertilité Clearblue m'indique quand je suis fertile, puis-je l'utiliser comme méthode de contraception?
- Non. Le Moniteur de fertilité Clearblue est conçu pour vous indiquer la période durant laquelle vous avez les meilleures chances de concevoir. Comme les spermatozoïdes peuvent survivre pendant plusieurs jours, vous risquez de devenir enceinte si vous avez des rapports sexuels avant d'avoir détecté votre période de fertilité élevée ou maximale.
- 
- Q21** Puis-je être certaine de devenir enceinte si j'utilise le Moniteur de fertilité Clearblue?
- Aucun produit ne peut vous garantir une grossesse. Cependant, le Moniteur de fertilité Clearblue permet aux couples de profiter de la fertilité naturelle et de planifier leurs rapports sexuels aux alentours de la période d'ovulation. La plupart des conceptions ont lieu à l'intérieur de six jours (le jour de l'ovulation et les jours précédant l'ovulation). Le Moniteur de fertilité Clearblue est une méthode simple et efficace qui vous permet de déterminer quels sont vos jours les plus fertiles, ce qui vous aide à maximiser vos chances de concevoir votre bébé.
- 
- Q22** Puis-je arrêter d'utiliser le Moniteur de fertilité Clearblue et le réutiliser à un moment ultérieur?
- Oui. Retirez les piles et rangez le moniteur dans un endroit sec. Reportez-vous à la page 30 pour les instructions sur « Comment réutiliser votre moniteur ».

## Réponses à vos questions

---

Q23

J'ai utilisé le Moniteur de fertilité Clearblue pendant plusieurs cycles et je ne suis toujours pas enceinte. Pourquoi?

La conception est un processus biologique complexe où plusieurs facteurs sont en cause. Devenir enceinte peut prendre plusieurs mois. Si vous n'êtes pas enceinte après six cycles consécutifs, ou si vous avez d'autres soucis, vous devriez consulter votre médecin.

## Comment réutiliser votre moniteur

Lisez les informations ci-dessous en premier :

- Assurez-vous que le Moniteur de fertilité Clearblue vous convient toujours.
- La reprogrammation de votre moniteur efface toutes les informations gardées en mémoire sur vos cycles précédents et cette opération est irréversible.
- Vous aurez besoin d'un bâtonnet de test pour reprogrammer votre moniteur. Vous pouvez utiliser un bâtonnet de test neuf ou un bâtonnet de test usagé. Donc, vous devriez conserver un bâtonnet de test à cette fin.
- Assurez-vous que les piles soient insérées dans votre moniteur et qu'elles fonctionnent bien avant de reprogrammer le moniteur.

*Procédures pour reprogrammer votre moniteur*

1. Assurez-vous que votre moniteur soit éteint.
2. Insérez un bâtonnet de test dans la fente de lecture et assurez-vous qu'il soit inséré correctement, car aucun symbole ne sera affiché pour vous le confirmer.
3. Appuyez sur le bouton « *m* » et maintenez-le enfoncé pendant que vous effectuez les étapes 4, 5 et 6 ci-dessous.
4. Appuyez sur le bouton Marche/Arrêt pour allumer votre moniteur.
5. Le symbole !  sera affiché\*. Maintenez toujours le bouton « *m* » enfoncé et ne retirez pas le bâtonnet de test.
6. Après environ 15 secondes, tous les symboles seront affichés à l'écran. Le symbole !  sera affiché de nouveau. Relâchez le bouton « *m* » et retirez le bâtonnet de test.
7. Les symboles suivants « -- *m* » devraient être affichés à l'écran. Votre moniteur est maintenant reprogrammé et prêt à être utilisé.

\*Si le symbole !  n'est pas affiché, c'est que le bâtonnet de test n'est pas inséré correctement.

Cet appareil est conçu pour l'utilisation à domicile. Conserver entre 2 °C et 30 °C (36 °F et 86 °F). Ne pas congeler.

Garder hors de la portée des enfants. Pour diagnostic *in vitro*. Pour usage externe.

Clearblue est une marque de commerce.

Santé Canada conseille aux femmes enceintes d'éviter de consommer de l'alcool pendant la grossesse parce que les effets de l'alcool peuvent poser un risque au bébé, comme le Syndrome d'alcoolisme fœtal (SAF). Vous pouvez obtenir plus d'information au [www.hc-sc.gc.ca](http://www.hc-sc.gc.ca).



**CONTACTEZ CLEARBLUE EN TOUTE CONFIDENTIALITÉ**  
**1 888 698-5039**

Notre personnel qualifié est disponible pour vous aider du lundi au vendredi de 8 h 30 à 17 h HNE.

Ayez à la portée de la main le numéro de **LOT** qui apparaît sur la boîte.

Ou visitez le site Internet de Clearblue au :

**[www.clearblue.com](http://www.clearblue.com)**



Condition de conservation  
2 °C à 30 °C (36 °F à 86 °F)

**LOT**

Code de lot

Fabricant : SPD Swiss Precision Diagnostics GmbH, Route de St Georges 47, 1213 Petit-Lancy, Genève, Suisse

© 2011 SPD Swiss Precision Diagnostics GmbH. Tous droits réservés.

Fabriqué en Chine.