



Mehr Informationen finden Sie in unserem siegmund care Gesundheitsratgeber <https://ratgeber.siegmund.care/schnelle-hilfe/menopause-selbsttest/>

## Menopause Selbsttest

REF 6105

Selbsttest zur Bestimmung des follikelstimulierenden Hormons im Urin.

CE 0483

### ALLGEMEINE HINWEISE

Die Wechseljahre werden durch eine Veränderung des Hormonhaushaltes im Körper der Frau verursacht. Diese Veränderung tritt im Allgemeinen im Alter von etwa 45 Jahren ein. Echte Anzeichen werden jedoch erst um das 55. Lebensjahr herum beobachtet. Eine unregelmäßig werdende Dauer des Menstruationszyklus ist ein frühes Anzeichen für die beginnende Menopause (Perimenopause). Das follikelstimulierende Hormon (FSH) ist ein Hormon, das in den Wechseljahren ansteigt. Der **Menopause Selbsttest** kann das Vorhandensein von FSH im Urin nachweisen, sobald die Konzentration auf 25 mIU/ml und mehr ansteigt.

### TESTKOMPONENTEN

Die Packung enthält zwei **Menopause Tests** und eine Gebrauchsanweisung.

Jeder Teststab ist in einem versiegelten Aluminiumbeutel verpackt, der auch einen Beutel mit Trockenmittel enthält.

Der Teststab sollte bis zum Gebrauch in dem versiegelten Beutel bleiben.

Verwenden Sie den Beutel mit dem Trockenmittel nicht.

### VORSICHTSMASSNAHMEN

1. Dieser Test ist nur für die In-vitro-Diagnose bestimmt. Nur zur äußeren Anwendung. Nicht verschlucken.

2. Lesen Sie die Gebrauchsanweisung sorgfältig durch, bevor Sie den Test durchführen. Der Test ist nur interpretierbar, wenn die Anweisungen sorgfältig beachtet werden.

3. Bei einer Temperatur zwischen +4°C und +30°C lagern. Nicht einfrieren.

4. Nach Ablauf des auf dem Etikett und dem Aluminiumbeutel aufgedruckten Verfallsdatums oder bei Beschädigung des Aluminiumbeutels nicht mehr verwenden.

5. Verwenden Sie den Test nicht erneut.

6. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.

7. Verwenden Sie keinen Urin von schwangeren oder hormonbehandelten Frauen.

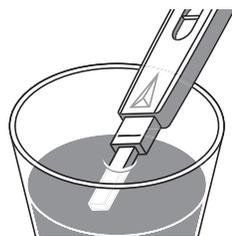
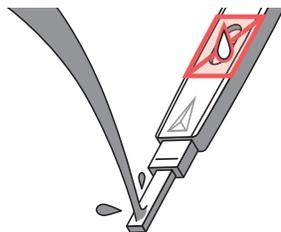
8. Nach dem Gebrauch können alle Komponenten im Hausmüll entsorgt werden.

### TESTVERFAHREN

1. Reißen Sie den Aluminiumbeutel (an der Kerbe) auf und nehmen Sie den Teststab heraus. Entsorgen Sie den kleinen Beutel mit dem Trockenmittel.

2. Nehmen Sie die Kappe des Teststabs ab. Drehen Sie den Teststab so, dass die Seite ohne Anzeigefenster Ihnen zugewandt ist und die absorbierende Spitze nach unten gerichtet ist.

3. Halten Sie die saugfähige Spitze **5 bis 10 Sekunden** lang direkt in Ihren Urinstrahl. **Achten Sie darauf, dass kein Tropfen Urin in das Fenster des Test- und Kontrollbereichs eindringt.** Wenn Sie möchten, können Sie Ihren Urin auch in einem sauberen und trockenen Behälter (nicht mitgeliefert) auffangen und die absorbierende Spitze **10 Sekunden** lang in den Urin tauchen.



4. **Setzen Sie die Kappe wieder auf den Teststab.** Die Urinprobe kommt so mit den spezifischen Reagenzien in Kontakt, wodurch der Test gestartet wird.

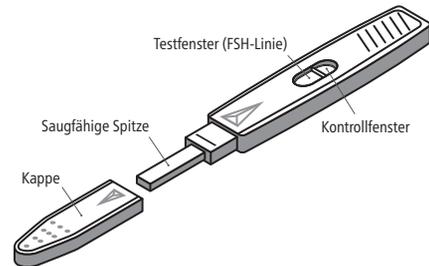
5. Legen Sie den Teststab mit dem Fenster nach oben auf eine trockene, ebene Fläche.

6. Lesen Sie das Testergebnis nach **10 Minuten** ab. Nach Ablauf von 15 Minuten nicht mehr auswerten.

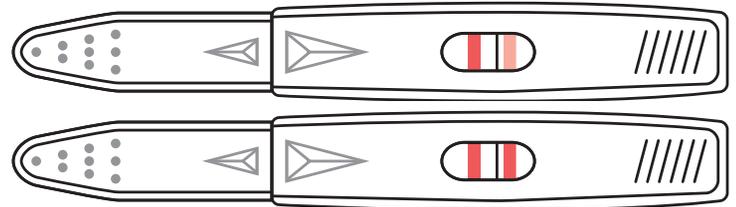
### ERGEBNIS INTERPRETATION

Um die Ergebnisse zu interpretieren, muss man die Färbung der FSH-Linie

(Testfenster) mit der Färbung der Kontrolllinie (Kontrollfenster) vergleichen.

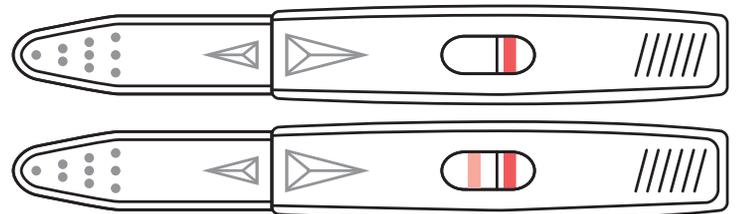


### POSITIVES TESTERGEBNIS



Das Ergebnis ist positiv, wenn die FSH-Linie im Testfenster gleich stark oder dunkler ist als die Kontrolllinie. Dieses Ergebnis bedeutet, dass der FSH-Spiegel gleich oder höher als 25 mIU/ml ist. In diesem Fall muss 5 oder 7 Tage später ein zweiter Test durchgeführt werden, da sich die FSH-Konzentration während des Menstruationszyklus ändern kann. Bestätigt sich das positive Ergebnis, könnten Sie sich in den Wechseljahren befinden, und es wird Ihnen geraten, für eine endgültige Diagnose vereinbaren Sie einen Termin bei Ihrer Frauenarztpraxis.

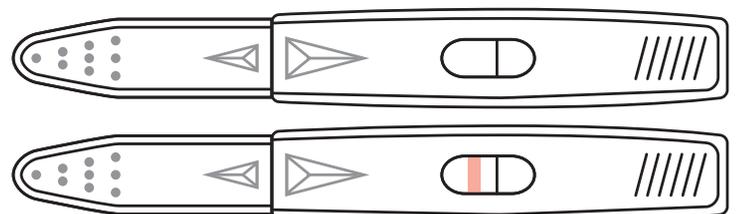
### NEGATIVES TESTERGEBNIS



Das Ergebnis ist negativ, wenn die Kontrolllinie dunkler ist als die FSH-Linie oder die FSH-Linie überhaupt nicht erscheint. Dieses Ergebnis bedeutet, dass die FSH-Konzentration unter 25 mIU/ml liegt und dass Sie wahrscheinlich nicht in den Wechseljahren sind.

**⚠ Achtung! In einigen Fällen kann es vorkommen, dass sich die FSH-Linie überhaupt nicht entwickelt.**

### UNGÜLTIGES ERGEBNIS



Wenn im Kontrollfenster keine Linie erscheint (auch wenn im Testfenster eine Linie erscheint), kann das Ergebnis nicht interpretiert werden und wird als ungültig betrachtet. In diesem Fall wird empfohlen, den Test mit einem neuen Selbsttest und einer frischen Urinprobe zu wiederholen.

## FRAGEN UND ANTWORTEN

### Wie funktioniert der Menopause Selbsttest?

Bei Frauen dauert der durchschnittliche Hormonzyklus 28 Tage. Die Sekretion von FSH (Follikelstimulierendes Hormon) leitet die Follikelreifung ein, und die Sekretion von LH (Luteinisierendes Hormon) löst den Eisprung aus. Die Bestimmung des FSH- und LH-Spiegels dient zur Erkennung von Amenorrhoe (dauerhaftes Ausbleiben der Periode über 12 Monate) und anovulatorischen Zyklen (Zyklen ohne Eisprung). Die Menopause tritt je nach Frau normalerweise zwischen 45 und 55 Jahren ein.

Der **Menopause Selbsttest** verwendet ein Antikörperpaar für den spezifischen Nachweis des menschlichen FSHs. Ein positives Ergebnis bedeutet, dass die FSH-Konzentration höher als 25 mIU/ml ist (gemäß des W.H.O.\*-Referenzwertes) und dass Sie sich in den Wechseljahren befinden könnten.

\*Weltgesundheitsorganisation

### Wie erkenne ich, ob ich in der Menopause sein könnte?

Die Menopause wird durch eine erhebliche Veränderung des Hormonhaushalts verursacht. Eine unregelmäßige Dauer des Menstruationszyklus ist oft das erste Anzeichen für eine beginnende Menopause. Andere Anzeichen wie Hitzewallungen, Schlaflosigkeit, Herzklopfen, Mundgeschwüre, Zahnfleischentzündung, Haarausfall, trockene Scheide, Osteoporose, Schüttelfrost oder übermäßiges Schwitzen können auf die Wechseljahre hinweisen.

### Wann ist der beste Zeitpunkt für die Anwendung des Tests?

Sie können den Test zu jedem Zeitpunkt des Tages und unabhängig von Ihrem Menstruationszyklus durchführen. Es wird jedoch empfohlen, den ersten Morgenurin zu verwenden, da zu diesem Zeitpunkt die FSH-Konzentration am höchsten ist und somit die besseren Ergebnisse erzielt werden.

### Ist es möglich, falsche Ergebnisse zu erhalten?

Die Ergebnisse sind genau, solange die Gebrauchsanweisung sorgfältig befolgt wird. Dennoch kann das Ergebnis falsch sein, wenn der **Menopause Selbsttest** vor der Durchführung des Tests feucht wird. Zudem kann der **Menopause Selbsttest** in Ausnahmefällen ein falsches Ergebnis liefern (z. B. positives Ergebnis bei einer jungen Frau).

Bei unerwarteten oder widersprüchlichen Ergebnissen wird empfohlen, Ihren Hausarzt oder eine Frauenarztpraxis aufzusuchen, da einige gesundheitliche Probleme zu einer falschen Diagnose führen können.

### Ich habe die saugfähige Spitze länger als 10 Sekunden im Urin gelassen. Werde ich ein genaues Ergebnis erhalten?

Ja. Ein paar Sekunden mehr haben keinen Einfluss auf das Ergebnis.

### Ich habe die saugfähige Spitze weniger als 5 Sekunden lang im Urin gelassen. Werde ich ein genaues Ergebnis erhalten?

Ja. Ein paar zusätzliche Sekunden haben keinen Einfluss auf das Ergebnis.

### Ich habe die saugfähige Spitze weniger als 5 Sekunden im Urin gelassen. Erhalte ich trotzdem ein genaues Ergebnis?

Nein, denn das Probenvolumen könnte unzureichend sein.

### Was sollte ich tun, wenn das Ergebnis positiv ist?

Wenn das Ergebnis des **Menopause Selbsttest** positiv ist, sollte 5 bis 7 Tage später ein zweiter Test durchgeführt werden. Wenn ein zweiter Test erneut ein positives Ergebnis liefert, war der FSH-Spiegel über einen ungewöhnlichen Zeitraum erhöht und könnte daher darauf hinweisen, dass Sie sich in den Wechseljahren befinden. Sie sollten eine Frauenarztpraxis aufsuchen, um dieses Ergebnis bestätigen zu lassen.

### Was sollte ich tun, wenn das Ergebnis negativ ist?

Wenn das Ergebnis negativ ist, liegt der FSH-Wert unter 25 mIU/ml, was bedeutet, dass Sie sich wahrscheinlich nicht in den Wechseljahren befinden.

Wenn Sie jedoch weiterhin Anzeichen der Menopause verspüren, wird empfohlen, 40 bis 60 Tage später einen neuen Test mit frischem Urin durchzuführen oder einen Termin in einer Frauenarztpraxis zu vereinbaren.

### Kann der Test als Verhütungsmethode verwendet werden?

Nein, der Test wurde nicht für diesen Zweck entwickelt und sollte nicht dafür verwendet werden.

### Beeinflusst das Absetzen meiner hormonellen Verhütung (z.B. Pille) das Ergebnis?

Wenn Sie ein Verhütungsmittel verwenden und dieses gerade abgesetzt haben, kann es sein, dass Ihre Zyklen für einige Zeit unregelmäßig sind. Das kann das Ergebnis beeinflussen. Es wird empfohlen, zwei Zyklen abzuwarten, bevor Sie den **Menopause Selbsttest** verwenden.

### Ich habe das Alter erreicht, in dem ich in den Wechseljahren sein kann. Ich habe ein positives Testergebnis, aber mein Menstruationszyklus ist immer noch regelmäßig. Woran kann das liegen?

Wenn das Testergebnis positiv ist, während Ihr Menstruationszyklus noch regelmäßig ist, kann das bedeuten, dass Sie sich in der Peri-Menopause befinden. Die Peri-Menopause ist der Übergang des Körpers in die Menopause.

## LEISTUNGSDATEN

### Wie genau ist der Menopause Selbsttest?

Der **Menopause Selbsttest** ist sehr genau und wird seit mehr als 10 Jahren von Fachleuten in diesem Bereich verwendet. Die Auswertungsberichte zeigen eine Gesamtübereinstimmung von 92,8 % mit der Referenzmethode. Auch wenn dieser Test zuverlässig ist, kann es zu falsch positiven oder falsch negativen Ergebnissen kommen.

## LITERATUR

[http://www.doctissimo.fr/html/sante/femmes/sa\\_604\\_menopause02.htm](http://www.doctissimo.fr/html/sante/femmes/sa_604_menopause02.htm)

<https://fr.scribd.com/document/359925965/55-Poly-1-Menopause>

## SYMBOLERKLÄRUNG

	Gebrauchsanweisung beachten
	Achtung!
	Hersteller
	Nicht wiederverwendbar
	Verwendbar bis (siehe Aufdruck Verpackung)
	In-Vitro Diagnostikum
	Chargennummer
	Katalognummer
	Lagertemperatur +4°C bis +30°C
	Inhalt ausreichend für 2 Prüfungen
	Vertriebspartner

## HERSTELLUNG & VERTRIEB

### EU-Import und Vertrieb:

**Siegmond Care GmbH**  
Landsberger Straße 180  
86507 Oberottmarshausen  
Deutschland  
Telefon +49 8231 991920-0  
sales@siegmond.care  
www.siegmond.care

**VEDALAB** Rue de l'Expansion, ZAT du Loudeau,  
Cérisé, BP 181, 61006 ALENCON Cedex | Frankreich  
www.vedalab.com

**CE**  
**0483**

## ÄNDERUNGSHISTORIE

Dok-ID: L6105\_IFU\_DE\_rev.1

Revision	Art	Beschreibung
1	NA	Erstausgabe

**Art der Änderung:**  
NA: Nicht anwendbar (Erstellung)  
TECH: Technische Änderung: Hinzufügen, Überarbeitung und/oder Entfernung von Informationen über das Produkt  
ADMIN: Administrativ: Durchführung von nicht-technischen Änderungen, die für den Endnutzer erkennbar sind.  
**Hinweis:** Geringfügige Änderungen an Typografie, Grammatik, Rechtschreibung und Formatierung werden nicht in den Änderungsdetails aufgeführt.

2023/10  
FSH-MAP-600901