

# TEST MENOPAVZE

## Splošne informacije:

Ali sem že v menopavzi? S pomočjo tega testa boste lahko zanesljivo ugotovili, ali ste že v fazi prehoda v menopavzo. Ta faza, ki pomeni čas po vaši zadnji menstruaciji, se imenuje post-menopavza. To obdobje ponavadi nastopi po petdesetem letu starosti. Hormoni so bistvenega pomena za nastop menopavze. Spremembe v nastanku hormonov vodijo do tipičnih simptomov menopavze, kot so vroč curek urina, vaginalno srbenje, potenje, nespečnost, depresija, problemi s srcem, zmanjšan libido, suhe oči, boleči sklepi in upočasnjena prebava. S priloženim testom merimo raven hormona FSH (follicle-stimulating hormone). Pred menopavzo raven tega hormona v urinu variira med 10 and 20 IU/L (International Units per litre, mednarodnih enot na liter).

V obdobju po menopavzi se nivo FSH poveča na 25 IU/L in ostaja trajno povečan. S pomočjo tega testa za menopavzo boste lahko preverili, ali je vaš nivo FSH nad 25 IU/L. Da boste prepričani v rezultat, test ponovite en teden po prvem testiranju.

## Kdaj naj se izvaja ta test:

Test lahko izvajamo katerikoli del dneva, priporočljivo pa je zgodaj zjutraj, saj je takrat vzorec urina najboljši, ker je takrat koncentracija FSH najvišja.

## Dodatne informacije:

Ta test menopavze odkriva začetek obdobja post menopavze. Ker pa na to obdobje vpliva veliko dejavnikov, ni možno povsem zagotovo trditi, da ste že v obdobju post menopavze. Zaradi tega ne sklepajte nobenih zdravstvenih odločitev samo na podlagi tega testa, (npr. ali vzeti določeno zdravilo), temveč se posvetujte s svojim zdravnikom.

Zdravila, ki vsebujejo FSH, lahko povzročijo popačenje testnih rezultatov. Testiranje urina med nosečnostjo prav tako lahko povzroči napačen rezultat. Tudi kontracepcijska sredstva, zaužita oralno, bodo umetno spremenila vašo raven FSH in posledično povzročila napačen testni rezultat.

Ta test je imunološki test za odkrivanje FSH (follicle-stimulating hormone) v urinu. Povečana raven FSH v urinu nakazuje, da je do obdobja post menopavze že prišlo, čeprav rezultat testa ni dokončen. Nasprotno pa odsotnost večje ravni FSH ne pomeni vedno, da začetka obdobja post menopavze še ni. Testni materiali (npr. antitelesa) so potencialno nalezljivi, vendar ne predstavljajo nobenega tveganja za zdravje, pod pogojem, da se vsi deli testa uporabljajo skladno z navodili.

## Sestavine testa:

- 2 zvitka, vsak z enim lakmusovim papirjem in sušilcem vlage, navodila

## Potrebni materiali, ki niso priloženi:

- Ura s sekundnim kazalcem za izvajanje testa ter čista posodica za zbiranje vašega urina.

# Navodila za uporabo

## Priprava

Najprej postavite zavoj na stran, ki je zaprta, ker ga ne boste potrebovali, dokler ne boste zbrali urina. Pripravite uro in čisto in primerno posodo za zbiranje vašega urina. Pridobite vzorec vašega urina (priporočljiv je prvi dnevni urin) v posodo (dovolj je, da je posoda napolnjena z urinom 1-2 cm globoko).

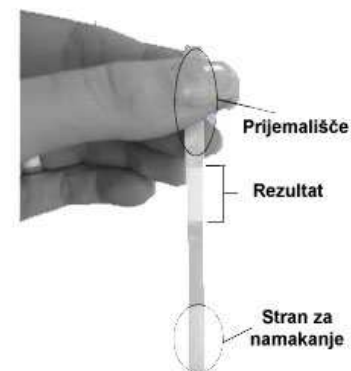


## Namočite lakmusov papir z urinom

Sedaj odprite zavoj in vzemite lakmusov papir. OPOZORILO: Lakmusov papir lahko držite samo na za to primernem območju (ne dotikajte se traku na belem delu ali polju, kjer se izpiše rezultat). Sušilec vlage (majhna bela mošnja), ki test varuje pred vlago, zavržite (lahko v kuhinjske smeti). Sedaj pomočite konico testnega traku v vzorec urina za nekaj sekund. OPOMBA: Nivo urina na testnem traku ne sme iti preko označene konice!

## Počakajte na rezultat

Po nekaj sekundah umaknite testno konico iz urina ter jo odložite na ravno površino (lahko testna škatla ali zavoj), da bo obarvan del zgoraj. **Sedaj počakajte 10 minut, preden preberete rezultat.**



## Interpretiranje rezultata

### Pozitiven rezultat:

Če se na zaslonu za rezultat pojavita dve škrlatni črti, in je **spodnja črta enako temna kot zgornja črta**, je rezultat vašega testa **pozitiven**. Test morate ponoviti z drugim lakmusovim papirjem po natančno enem tednu. *Zgolj v primeru obeh pozitivnih rezultatov testa lahko sklepate, da ste vstopili v obdobje post menopavze.*



### Negativen rezultat:

Če se na zaslonu za rezultat pojavita dve škrlatni črti in je **zgornja črta znatno temnejša kot spodnja črta**, to pomeni, da je bil test pravilno izveden, vendar **še niste vstopili ob obdobje post menopavze**. Enako velja, če se pojavi samo ena črta. *V tem primeru vam ni potrebno uporabiti drugega lakmusovega papirja.*



## Pomembna informacija:

Ta test je imunološki test za odkrivanje hormona FSH (follicle-stimulating hormone) v urinu. Čeprav je ta test izjemno natančen, lahko v redkih primerih pride do napačnega rezultata. Testni materiali (npr. antitelesa) so potencialno nalezljivi, vendar ne predstavljajo nevarnosti, dokler sestavine testa uporabljate v skladu s priloženimi navodili.

### Neveljaven rezultat:

Rezultat testa je neveljaven, če po 10 minutah na zaslonu za rezultat se ne pojavi nobena škrlatna črta. Med možnimi vzroki za negativen rezultat je lahko poškodovan zavoj, nepravilno hranjenje paketa ali napaka pri izvajanju testa. Če test ni deloval, shranite vse sestavine testa ter kontaktirajte proizvajalca.

• Po 15 minutah ni več možno zanesljivo oceniti testnega rezultata.

Ko ste rezultat testa uspešno interpretirali, lahko večino sestavin testa zavržete v navadne smeti v vašem gospodinjstvu. Urin splaknite v straniščno školjko. Če nameravate posodico za zbiranje urina uporabljati še v druge namene, je ne pozabite umiti preden jo uporabite za druge teste oz. v druge namene.