

<b>myLotus FAQ's</b>
<b>A. Qu'est-ce que myLotus ?</b>
<b>1. <u>Qu'est-ce que myLotus ?</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>• myLotus est un nouvel appareil de suivi de la fertilité et de test de grossesse à domicile (autotest), qui augmente vos chances de tomber enceinte naturellement.</li><li>• Il montre ce qui se passe dans votre corps avec vos hormones de fertilité, comment elles changent au cours de votre cycle mensuel et quand vous êtes le plus fertile.</li><li>• Il mesure votre taux d'hormone de fertilité dans l'intimité de votre maison, ce qui vous permet de mieux connaître et comprendre votre cycle mensuel.</li></ul>
<b>2. <u>En quoi consiste myLotus ?</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>• myLotus se compose du myLotus Fertility Monitor, du myLotus Ovulation (LH) Test, du myLotus Pregnancy (hCG) Test et du myLotus Fertility App.</li><li>• Le kit de démarrage myLotus se compose d'un moniteur, de 3 paquets (3 x 20 tests) de tests d'ovulation (LH) et de 3 paquets (3 x 3 tests) de tests de grossesse (hCG). Les tests peuvent être commandés séparément. Les résultats du test ne peuvent être interprétés que par le moniteur de fertilité myLotus. L'app est disponible GRATUITEMENT et fonctionne en combinaison avec le moniteur de fertilité myLotus, mais peut être utilisée comme un outil de suivi de fertilité autonome.</li></ul>
<b>3. <u>Comment fonctionne myLotus ?</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Le myLotus Fertility Monitor est un petit tensiomètre portable à double usage qui permet d'effectuer un autotest pour déterminer le moment de l'ovulation (test LH) et de la grossesse (test hCG). Le moniteur de fertilité myLotus détecte quand vous êtes sur le point d'ovuler en affichant un signe "+". Il le fait lorsqu'il voit la "pic" de votre corps au niveau de l'hormone lutéinisante (LH), une hormone clé de fertilité présente dans votre urine. Il fournit également votre niveau de base de LH avant la pic et le taux de changement de votre niveau de LH au cours de votre cycle. Si vous avez de la difficulté à concevoir, il sera utile pour votre médecin de savoir si votre niveau de base de LH est bas, élevé ou normal et son taux de changement sur votre cycle.</li><li>• Vous pouvez entrer vos résultats dans l'app téléchargeable GRATUITE, consulter votre profil, vérifier vos tendances et établir votre période la plus fertile pour le sexe. Les données sont stockées personnellement dans votre app et peuvent être partagées avec votre médecin pour améliorer vos chances de conception.</li><li>• Le Moniteur de fertilité myLotus permet également de réaliser des tests de grossesse. Un certain nombre de jours après la détection de la pic de HL, le moniteur demandera un test de hCG. Si aucune grossesse n'est détectée, le moniteur demandera un autre test hCG 2 jours plus tard.</li></ul>
<b>4. <u>En quoi myLotus est-il différent des autres tests d'ovulation et moniteurs de fertilité conventionnels ?</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>• myLotus est le seul moniteur de fertilité à domicile qui fournit des résultats quantitatifs clairs équivalents aux tests de laboratoire.</li><li>• myLotus mesure la concentration de l'hormone lutéinisante (LH) dans votre urine. Il permet aux femmes ayant des taux de LH de base supérieurs ou inférieurs à la normale d'identifier leurs jours les plus fertiles. (voir Q.7)</li></ul>
<b>5. <u>Qui peut utiliser myLotus ?</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Les femmes qui essaient de concevoir et qui souhaitent identifier leur phase la plus fertile.</li><li>• Femmes essayant de concevoir qui ne peuvent pas facilement identifier leurs jours fertiles avec les tests d'ovulation traditionnels.</li></ul>

- Les femmes chez qui on a diagnostiqué une infertilité inexplicée. Pour savoir si la cause de leur problème de conception pourrait être due au fait que leur niveau de base de LH est supérieur ou inférieur à la plage normale.
- Les femmes qui ont des cycles et des règles irréguliers, les femmes qui n'ont pas de règles ou dont le cycle est très irrégulier ainsi que les femmes qui souffrent du SOPK.
- Les femmes qui souhaitent mieux comprendre leurs schémas hormonaux ou les changements dans leurs schémas hormonaux, leurs horaires et leur cycle menstruel.

**6. Est-ce que myLotus fonctionne pour tous les âges ?**

- myLotus fonctionne pour toutes les femmes en âge de procréer.

**7. Si vous avez déjà utilisé des tests d'ovulation et que vous n'êtes pas tombée enceinte, myLotus fonctionnera-t-il pour vous ?**

- Les études montrent qu'il existe des variations dans la plage des concentrations de LH chez les femmes, de nombreuses femmes ont des niveaux de base de LH qui sont supérieurs ou inférieurs à la tranche " normale ". Par exemple, 19% des femmes ont un pic de LH réduit, qui ne sera pas détecté par les méthodes traditionnelles de test d'ovule, c'est-à-dire qu'elles recevront de faux résultats négatifs.
- Si votre taux de base de LH est supérieur ou inférieur à la tranche normale, myLotus fournit un résultat mesuré (quantitatif) qui diffère des tests d'ovulation traditionnels (qualitatifs). Les tests traditionnels ne donnent qu'un résultat qualitatif, c'est-à-dire qu'ils comparent deux lignes dans un test urinaire et indiquent un résultat positif - visage souriant" ou négatif - aucun visage souriant". De nombreuses femmes ne seront pas en mesure de mesurer leur pic de LH ni leur profil de LH à l'aide des méthodes de test traditionnelles, car le seuil de ces tests est basé sur une moyenne des données woman's
- -Si votre taux de LH de base est supérieur ou inférieur à la normale et que c'est la raison pour laquelle vous avez des problèmes de conception, myLotus vous aidera à identifier vos jours fertiles et à augmenter vos chances de tomber enceinte - naturellement.

**8. A quelle fréquence dois-je utiliser myLotus ?**

Le moniteur de fertilité myLotus est facile à utiliser une fois que vous vous êtes familiarisé avec son fonctionnement. Vérifiez votre moniteur chaque jour pour voir si vous devriez passer un test. Au cours des premiers jours de votre cycle, on vous demandera de confirmer si vous saignez (pendant vos règles) ou non. Dans votre premier cycle, on vous demandera le jour 8, d'effectuer un test d'ovulation (LH). Chaque jour, le moniteur vous demandera d'effectuer un autre test d'ovulation (LH) jusqu'à ce qu'un pic soit détecté. Il le fera pour une durée maximale de 20 jours. 12 jours après la détection de la pic de LH, le moniteur demandera un test de grossesse (hCG)... Après votre premier cycle, l'algorithme du moniteur apprendra votre profil hormonal personnalisé et pronostiquera vos prochains jours de test de cycle pour vos données de LH et hCG.

**9. Dois-je utiliser myLotus pendant mon cycle menstruel ?**

Il est préférable de vérifier myLotus tous les jours Il vous dira si vous devez tester ce jour-là ou non. Mylotus vous renseignera sur les tendances de votre cycle individuel et vous pourrez noter vos activités sexuelles dans votre journal privée.

**10. Pourquoi je n'obtiens les mêmes résultats tous les mois ?**

Il existe des attentes standard quant à ce qu'est un cycle "normal". Celles-ci sont basées sur les moyennes de milliers de cycles féminins pour estimer une norme attendue. En fait, il existe une variabilité significative entre les femmes et aussi entre les cycles mensuels. Il est tout à fait normal que les résultats varient d'un cycle à l'autre. La capacité de mesurer votre taux d'hormones personnel et le pourcentage de changement du taux d'hormones peut aider les femmes à comprendre leur cycle et s'y adapter.

**11. Si le moniteur ne détecte pas d'LH, cela signifie-t-il que je suis infertile ?**

Non. Chacun a un certain niveau de LH et le moniteur peut détecter ce niveau. Certaines femmes ne peuvent pas voir l'augmentation rapide de LH dans la mesure où elle indique que l'ovulation est sur le

point de se produire. myLotus détectera cette augmentation de LH chez les femmes avec un petit pic qui ne peut être détecté par les tests traditionnels. Certaines femmes ont de longs cycles et myLotus vous permet de continuer à faire des tests. Si vous n'ovulez pas, myLotus vous fournira le schéma le plus complet des résultats de votre hormone LH à domicile qui intéressera votre médecin.

**12. Devrais-je dire à mon médecin que j'utilise myLotus ?**

Oui, vous pouvez partager vos résultats avec votre médecin pour vous aider à améliorer vos chances de tomber enceinte.

**13. Mon pic de LH ne s'est pas manifestée lors des tests précédents, pourquoi ?**

Il y a une grande variabilité dans les schémas hormonaux, les niveaux d'hormones, les poussées de LH chez toutes les femmes et les cycles. myLotus vous permet de tester vos niveaux hormonaux quand vous le souhaitez. Cela signifie que vous saurez à chaque cycle quel est votre profil hormonal et si votre cycle est régulier ou irrégulier. Vous pouvez entrer des notes sur l'app afin d'établir un lien avec votre mode de vie, vos habitudes alimentaires ou vos soins de santé (p. ex., prenez-vous des médicaments) qui pourraient affecter vos hormones ? Les événements ponctuels peuvent être difficiles à relier à une cause, mais le suivi de votre taux d'hormones peut vous fournir, à vous ou à votre médecin, des renseignements importants.

**14. J'envisage un traitement de FIV pour devenir enceinte, est-ce que le fait de savoir quand ma pic de LH sera utile ?**

Il existe différents types d'interventions de FIV et les spécialistes de la FIV pourraient être intéressés par votre profil hormonal. Ils font souvent ces tests eux-mêmes, il est donc utile de leur faire passer en revue les informations que vous avez recueillies avec myLotus.

**15. Où puis-je obtenir d'autres bâtonnets-test ?**

Vous pouvez commander les tests d'ovulation (LH) et de grossesse (hCG) myLotus via la boutique myLotus sur [mylotus.com](http://mylotus.com).

**B. Fécondité**

**16. Qu'est-ce que l'ovulation et pourquoi est-il important de savoir quand elle se produit ?**

L'ovulation est le moment où votre ovaire libère un ovule mature. Votre jour d'ovulation peut varier d'un cycle à l'autre et est différent d'une femme à l'autre. Une façon précise d'identifier vos jours fertiles personnels est de mesurer les changements dans vos hormones de fertilité. L'une de vos principales hormones de fertilité est l'hormone lutéinisante (LH), qui est l'indicateur le plus fiable de l'ovulation dans les 24-48 heures qui suivent.

**17. Qu'est-ce que la LH et pourquoi est-elle si importante ?**

Le moment de la période de fertilité peut être très imprévisible, même si vous avez des cycles réguliers. Cette grande variabilité fait qu'il est important de mesurer vos hormones de fertilité lorsque vous essayez d'avoir un bébé. L'hormone lutéinisante (LH) est un marqueur reconnu de l'ovulation imminente. La LH est présente dans votre corps à un certain niveau de base et vos niveaux de base de la LH sont généralement bas. La LH commence à monter en flèche juste avant l'ovulation. Le pic des niveaux de LH déclenche l'ovulation, qui se produit environ 24-48 heures plus tard. Le jour de la pic de LH et le lendemain sont vos deux jours les plus fertiles de votre cycle. Si vous avez des rapports sexuels non protégés pendant vos jours les plus fertiles, vous maximisez vos chances de devenir enceinte. Il est donc important d'identifier votre pic de LH pour déterminer vos jours les plus fertiles.

**18. Quelle est ma période féconde ?**

Votre période de fertilité est une période d'environ 6 jours avant le jour de l'ovulation et se terminant le jour de l'ovulation. Cette période combine les temps de survie du sperme et de l'ovule. Des études ont montré qu'il y a une chute rapide de la probabilité de conception après l'ovulation, ce qui suggère un temps de

survie court pour l'ovule mature. Il est donc important de déterminer le moment de l'ovulation pour maximiser vos chances de conception.

**19. Je n'ai pas mes règles ou je les ai avec une grande irrégularité. Puis-je quand même utiliser myLotus ?**

Si vous n'êtes pas enceinte et que vous n'avez pas de règles ou si vous avez des règles très irrégulières, vous pouvez toujours utiliser myLotus pour surveiller votre taux d'hormone LH afin de déterminer votre phase de fertilité. Vous pouvez inclure vos résultats dans l'app de fertilité myLotus ou tracer vos résultats LH sur le graphique fourni dans le pack de bâtonnets de test d'ovulation. Le profil des fluctuations de votre hormone LH qui pourrait intéresser votre médecin. Pour des instructions complètes sur l'utilisation du moniteur de fertilité myLotus et des tests d'ovulation, veuillez consulter le **mode d'emploi des dépliant**.

**20. Pourquoi est-il important de connaître mon niveau de LH de base ?**

Seulement 44 % des femmes ont un profil de courbe LH " normal " et 19 % des femmes ont un pic LH réduit ou faible.

Il est donc important de connaître votre niveau de concentration personnel de LH pour améliorer vos chances de tomber enceinte.

Faibles niveaux de LH de base :

Beaucoup de femmes ont de faibles niveaux de base de LH, ce qui pourrait entraîner une pic de LH qui n'atteint pas le niveau de détection des tests d'ovulation traditionnels. Avec myLotus, vous pouvez détecter votre pic même si votre niveau de base LH est bas.

Niveaux LH de base élevés :

Si vous avez des niveaux de base élevés de LH, il y a de fortes chances que vous ne tombiez pas enceinte pendant ce cycle. Le fait de pouvoir voir vos taux élevés de LH de base avec myLotus vous permet de discuter de ces résultats avec votre médecin et peut vous être utile dans la gestion de votre démarche de fertilité.

**21. Quelle est la précision du test d'ovulation myLotus ?**

Le test d'ovulation myLotus est précis à plus de 99% par rapport à ceux basés sur des tests de laboratoire montrant un résultat positif à 40 mUI/mL.

**22. On m'a diagnostiqué une infertilité inexplicée. Qu'est-ce que cela signifie ?**

L'infertilité inexplicée signifie que les médecins sont incapables de trouver une raison clinique pour laquelle vous ne pouvez pas concevoir et souvent, on vous conseille de continuer à avoir régulièrement des rapports sexuels non protégés ou d'envisager la FIV. Un niveau de base élevé de LH pourrait être une cause potentielle d'infertilité inexplicée. Mesurer vos niveaux personnels de concentration d'hormone LH tout au long de votre cycle mensuel vous fournira, à vous et à votre médecin, de précieux renseignements qui vous aideront à améliorer vos chances de conception..

**C. Grossesse**

**23. Pourquoi est-il important de connaître mon niveau de LH de base ?**

Pour les couples fertiles, la probabilité moyenne de tomber enceinte est de 20 % au cours d'un cycle donné. Dans les études, 73 % des femmes qui ne sont pas enceintes après 6 mois procréent dans les 18 mois qui suivent. À 30 mois, ce pourcentage passe à 77 %. Cela peut signifier une attente potentiellement longue et frustrante, ne sachant pas si quelque chose ne va pas ou non.

**24. Je crois que je suis enceinte, que dois-je faire ?**

Si la fécondation des ovules (conception) est réussie, environ 12 jours plus tard, le taux de gonadotrophine chorionique humaine (hCG), hormone de la grossesse, commence à augmenter. Le myLotus Monitor calculera votre journée de test hCG en fonction de vos tests et de la détection de votre pic de LH. Tout ce que vous avez à faire est de regarder votre moniteur pour voir si un test hCG est demandé. Il est généralement demandé 12 jours après une mesure de LH '+' ou un pic de LH.

Si aucune grossesse n'est détectée, le moniteur vous demandera un autre test de grossesse 2 jours plus tard et à nouveau 2 jours plus tard, vous avez également le choix personnel de faire un test hCG à tout moment.

**25. Quelle est la précision du test de grossesse myLotus ?**

Le test de grossesse myLotus a été démontré en laboratoire comme étant précis à plus de 99% pour détecter une grossesse à partir du jour où la période est due.

**D. App de fertilité myLotus**

**26. Où puis-je télécharger l'app myLotus Fertility ?**

L'app peut être téléchargée à partir du site [mylotus.com](http://mylotus.com) ou directement depuis l'app store.

**27. Je dois désinstaller et réinstaller l'app. Vais-je perdre mes données ?**

Si vous utilisez notre serveur cloud pour le stockage de données, vos données peuvent être restaurées.

**28. L'app n'arrête pas de planter. Qu'est-ce que je fais ?**

Contactez-nous sur [info@mylotus.com](mailto:info@mylotus.com) ou appelez notre service d'assistance téléphonique au +44 1234 480870.

**29. Je veux changer mes résultats de test. Comment dois-je procéder ?**

Vous pouvez modifier les résultats à tout moment. Il vous suffit de choisir le jour où vous souhaitez modifier le résultat du test et de le changer.

**30. J'ai entré les mauvaises informations lorsque je me suis connecté. Comment puis-je changer cela ?**

Vous pouvez accéder aux **paramètres** utilisateur et modifier des informations telles que votre mot de passe, votre nom, votre adresse e-mail, etc.

**31. Comment ajouter ou modifier ma période ?**

Vous n'avez qu'à appuyer sur le jour où vous voulez ajouter ou modifier des informations relatives à vos règles et faire les changements que vous voulez faire ou lorsque c'est votre premier cycle avec un calendrier vide, vous appuyez simplement sur le jour de votre premier saignement et appuyez sur "confirmer".

**32. 1. Que puis-je voir dans ma vue Historique ?**

Dans votre **historique**, vous voyez les cycles passés dans lesquels vous avez ajouté des informations. Vous voyez la durée du cycle, les dates de début et de fin de vos cycles ainsi que les jours de vos règles, vos jours fertiles avec un résultat LH positif et si vous avez entré un résultat de grossesse positif. Vous pouvez également voir votre nom, votre courriel, votre âge et votre IMC dans la section supérieure de l'historique. L'app fournit également un journal de notes pour votre activité sexuelle.

**33. Combien de cycles puis-je voir dans ma vue Historique ?**

L'app enregistre votre cycle actuel et les 12 cycles précédents.