

Daisy kiirjuhend ja oluline meelespea

Mõõda temperatuuri hommikul esimese asjana, enne voodist üles tõusmist:

- Eemalda seadme kork
- Esimest korda aktiveerimisnuppu vajutades lülitad seadme sisse ja näed eelmise päeva tulukest
- Teist korda aktiveerimisnupule vajutades hakkavad sinised ringikesed jooksuma ja saad mõõta
- Lama rahulikult pea padjal
- Pane temperatuuriandur suhu (vali välja kummalt poolt keele kida hakkad mõõtma ja mõõda alati samamoodi)
- Pane suu kinni, ära räägi samal ajal
- Kui temperatuur saab registreeritud, teeb Daisy kaks piiksu. Kui Daisy koriseb, siis mõõtmine ei õnnestunud – lase seadmel välja lülituda ning proovi uuesti
- Kui mõõtmine tuleb meelde alles siis kui oled juba üles tõusnud on parem, kui jätad sel päeval vahele ja jätkad järgmisest hommikust
- Kui Sul on palavik või Sa ei ole maganud järjest vähemalt 3-4 tundi, siis jäta ka mõõtmine vahele ja jätkka, kui oled terve

Sisesta kindlasti oma menstruatsioonid:

- Kui Sul on menstruatsioon alanud, hoi aktiveerimisnuppu all kuni lilla tuluke jääb põlema ja kuuled piiksu
- Kui Sul ei ole menstruatsioon alanud, ära tee midagi, las tuluke vilgub
- Sisesta menstruatsioon iga päev, päevi tuleks järjestikku sisestada vähemalt kolm aga ainult helepunase veritsemise päevad, „täpitamisi“ pole vaja
- Kui Su menstruatsioon on alanud, aga Daisy ei küsi seda, hoi aktiveerimisnuppu all kuni lilla tuluke põleb. See kinnitab, et Daisy võttis sisestuse arvesse. Kui jääd häтта, vaata Youtube-s videot „Menstruation and Daisy“
- Kui monitori menstruatsiooni ei sisetanud või midagi läks valesti on Sul **KOLME PÄEVA** jooksul äpis aega info muutmiseks. Kui selle aja sees ei paranda, saab menstruatsioonandmeid muuta ainult maaletooja. Arvesta, et seade tuleb saata esindusse ning et mõõtmised jäävad sel ajal vahele ja transpordi kulu katab kasutaja

Sünkroniseerimine daysyView äpiga (alla laetav App Store-ist või Google Play-st):

- Kontrolli, et äpp saab ühendust sinu telefoni mikrofoniga. Mine telefoni seadetes, otsi daysyView ja vaata, et mikrofoni oleks lubatud olekus (*enabled*)
- Kontrolli, kas volüüm ei ole kinni (*muted*) ja et volüüm oleks piisaval tasemel
- Tee lahti daysyView kalendri vaates ja proovi sünkida
- Vajuta seadmel nupule, et Daisy sisse lülitada ja siis ühenda TRRS kaabel
- Nüüd ühenda kaabel oma telefoni
- 3-4 sekundi pärast peaksid nägema „sipeldaid“ äpi ekraanil jooksmas (üks peenike rida). Olenevalt kui palju andeid on vaja tõsta, võib see võtta mõni sekund kuni minut, et kalender uueneks.
- Kui sünkroniseerimine ei õnnestu, tee oma telefonile *restart* ja proovi uuesti

☞ **Mida regulaarsemalt mõõdad, seda paremini saab Daisy Sinu tsüklit jälgida, vahelejätmised võiksid jääda alla 10%. Alguses näed rohkem kollast ja punast tuld, kuna Daisy-l läheb umbes kolm kuud aega, et Sinu tsüklit tundma õppima. Mõistame, et see võib olla tüütu, aga ole palun kannatlik, ootamine on vaeva väärt!**

Loe kindlasti läbi ka kasutusjuhend, mille leiad:

viljakusmonitor.ee → Kasutajatugi → Materjal alla laadimiseks → Daisy kasutusjuhend

Kui tekib küsimusi, võta ühendust:

info@viljakusmonitor.ee

+ 372 52 31 579