

Het gebruik van ovulatie testen

Ovulatie testen meten het luteïniserend hormoon (LH) in de urine. Dit hormoon wordt afgegeven door de hypofyse als de follikel voldoende groot is. LH is in lage concentratie gedurende de hele cyclus aanwezig maar neemt enorm toe aan het einde van de follikelrijping. Als de follikel wordt blootgesteld aan de zogenaamde LH-piek, dan zal ovulatie (eisprong) na een dag optreden.

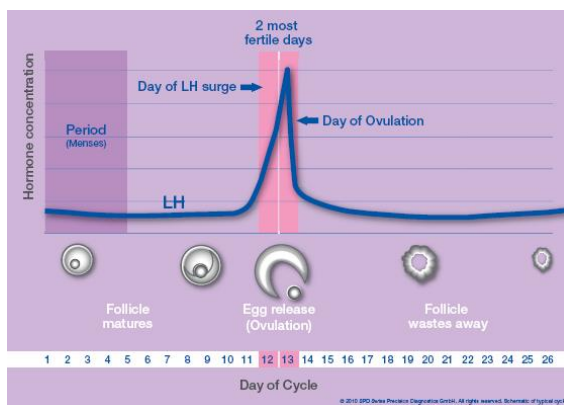
LH is gedurende één dag aanwezig in het bloed en wordt via de urine uitgescheiden. Door middel van LH-testen kunt u op eenvoudige wijze zelf de dag van de LH-piek vinden. Aangezien niet al het LH per se binnen één dag wordt uitgescheiden, kan het heel goed dat u twee dagen achtereen een positieve test vindt. Als het gaat om het bepalen van de dag van ovulatie, dan is de eerste dag dat u positief test leidend voor de start van ovulatie.

Soorten ovulatie testen

Er zijn veel verschillende soorten testen op de markt in uiteenlopende prijsklassen. Wij adviseren u dringend om het type testen te gebruiken dat u aan de balie kunt aanschaffen (**roze** Clearblue DIGITAL ovulatie test®). Dit advies is gebaseerd op een ruime ervaring met deze test en het ondubbelzinnige karakter van de uitkomst. Zo zullen we u geen (goed) advies kunnen geven over uitslagen en betrouwbaarheid van andere testen. Testen die twee hormonen meten zijn voor dit doel niet geschikt. De Clearblue test is een relatief dure test maar is erg makkelijk af te lezen. U hoeft, in tegenstelling tot andere testen, niet de kleur van twee teststreepjes met elkaar te vergelijken maar u leest een rondje of een smiley ☺ af.

Uitvoeren van ovulatie testen

- Streef naar een meting waarbij u de voorafgaande 4 uur niet heeft geplast
- Drink niet extra veel vocht voorafgaand aan een meting
- Wij adviseren om dagelijks – op min of meer hetzelfde tijdstip- te testen. Sommige cliënten krijgen *van ons* het advies om 2x daags te meten; u mag dat natuurlijk ook zelf besluiten.



Werkt deze test nu bij alle vrouwen? Nee, bij sommige vrouwen (1%) is de test onbetrouwbaar. Dat kan eenmalig of herhaaldelijk zijn. Uw arts weet in welke gevallen een LH-test beter niet gebruikt kan worden.