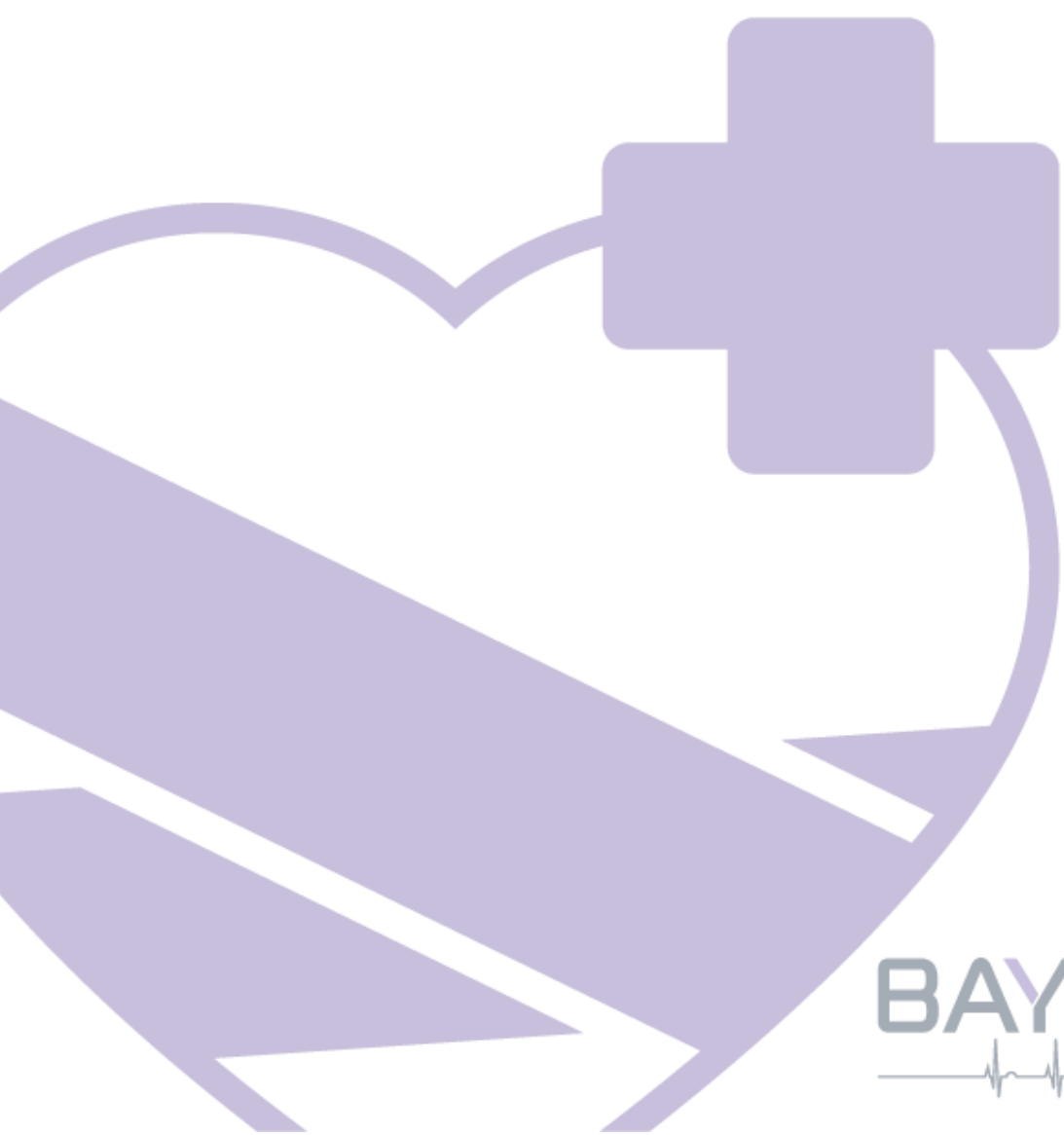




Manuale utente

FlowCyclo®

Data di pubblicazione: 18.03.2022



Indice

1	Icone	5
2	Definizioni dei termini	6
3	Informazioni generali	7
3.1	Fabbricante di dispositivi medici	7
3.2	Destinazione d'uso	7
3.3	Uso improprio.....	7
4	Beneficio clinico previsto	8
5	Misure precauzionali / Avvertenze.....	9
6	Panoramica	10
6.1	Ambito di utilizzo dell'app	10
6.2	Panoramica dell'app.....	10
6.2.1	Verifica del sistema operativo	10
6.2.2	Navigazione	13
6.2.3	Tasto Informazioni.....	14
6.3	Manuale utente.....	14
7	Primo utilizzo.....	15
7.1	Accettazione delle Condizioni di utilizzo	15
7.2	Accettazione delle Disposizioni sulla protezione dei dati.....	16
7.3	Introduzione all'app FlowCyclo®	18
8	Questionario al primo utilizzo.....	20
8.1	Questionario.....	20
8.2	Domanda – Stato mestruale.....	21
8.3	Domanda – Inizio della mestruazione	22
8.4	Domanda – Durata del ciclo	23
8.5	Domanda – Durata delle mestruazioni.....	24
8.6	Domanda – Contraccezione	25
9	Scelta della marca degli assorbenti	27
10	Elementi della schermata Home.....	29
10.1	Tasto Aggiungi mestruazione	30
10.2	Tasto «Nessuna mestruazione»	30
10.3	Elenco delle ultime registrazioni	31
10.4	Rappresentazione della perdita ematica.....	31
11	Quantificazione mediante pittogramma	33

11.1	Registrazione di un pittogramma – Aggiungere una registrazione	34
11.1.1	Selezionare la data e l'assorbente.....	34
11.1.2	Assorbente – Selezionare la dimensione.....	37
11.1.3	Selezione del pittogramma.....	38
11.1.3.1	Selezione del pittogramma – Assorbente ALWAYS Ultra	38
11.1.3.2	Selezione del pittogramma – Assorbente interno o.b.® ProComfort®	39
11.1.4	Utilizzo di due assorbenti	40
11.2	Registrazione di un pittogramma – Modificare una registrazione	41
11.3	Registrazione di un pittogramma – Eliminare una registrazione	41
12	Diario del ciclo	43
12.1	Diario del ciclo – Aggiungere una registrazione	44
12.1.1	Selezionare la data	44
12.1.2	Selezionare l'intensità del flusso	45
12.2	Diario del ciclo – Modificare una registrazione	46
12.3	Diario del ciclo – Eliminare una registrazione	46
13	Registrazione dei giorni senza mestruazioni	48
14	Metodi di quantificazione	49
14.1	Quantificazione dei pittogrammi registrati	49
14.2	Quantificazione delle registrazioni del diario del ciclo	50
15	I tuoi dati.....	51
15.1	Accedere a «I tuoi dati»	51
15.2	Eliminare i dati utente	52
16	Il tuo report	53
16.1	Accedere al report.....	53
16.2	Report – Contenuto.....	55
16.2.1	Parametri del questionario.....	55
16.2.2	Riepilogo.....	55
16.2.2.1	Riepilogo - Quantificazione mediante pittogramma	55
16.2.2.2	Riepilogo - Quantificazione mediante diario del ciclo	57
16.2.3	Riquadro del risultato.....	60
16.2.4	Campo Note	60
17	Superamento della soglia di 80 ml.....	61
18	Inizio di un nuovo ciclo.....	63
18.1	Confermare l'inizio del ciclo	63
18.2	Primo giorno di mestruazioni nel nuovo ciclo	64
18.3	Scelta della marca per il nuovo ciclo	65
19	Ciclo irregolare.....	66
20	Notifiche	67
20.1	Notifiche in-app.....	67
20.1.1	Registrazioni mancanti	67
20.1.2	Inizio di un nuovo ciclo.....	67

20.2	Notifiche di sistema	67
20.2.1	Registrazioni mancanti	68
20.2.2	Inizio di un nuovo ciclo	68
20.3	Modifica dell'intervallo di invio dei promemoria	69
21	Domande frequenti	71
21.1	Categorie di FAQ.....	71
21.2	Categorie di FAQ – Domande	72
22	Assistenza	74
22.1	Assistenza via e-mail.....	74
22.2	Assistenza telefonica	74
22.3	Istruzioni per l'uso	75
22.4	Feedback	75
23	Note legali	76
23.1	Condizioni di utilizzo	76
23.2	Disposizioni sulla protezione dei dati	77
23.3	Informazioni sul produttore	77
23.4	Raccolta di dati analitici.....	77

1 Icone



Conforme alle direttive UE pertinenti.



Osservare le istruzioni per l'uso!



Fabbricante di dispositivi medici

2 Definizioni dei termini

Durata delle mestruazioni:

Numero di giorni di flusso mestruale

Stato mestruale:

Valore che identifica se al momento le mestruazioni sono in corso

FAQ (Frequently Asked Questions):

Altro termine per «Domande frequenti»

Calcolo:

Calcolo di un risultato sulla base dei dati immessi dall'utente, come ad esempio il calcolo della data di inizio del ciclo successivo o il calcolo del volume ematico totale

Menorragia:

Flusso mestruale eccessivamente abbondante e lungo

Pittogramma:

Rappresentazione stilizzata e validata degli assorbenti con le diverse intensità di flusso possibili

Quantificazione:

Indicazione dell'intensità del flusso come valore numerico in millilitri

3 Informazioni generali

3.1 Fabbricante di dispositivi medici

BAYOOCARE GmbH

Europaplatz 5

64293 Darmstadt

Tel.: +49(0) 61 51 - 86 18-0

E-mail: info@bayoocare.com

Web: bayoocare.com

3.2 Destinazione d'uso

L'app FlowCyclo® permette alle donne che ritengono il loro flusso mestruale insolitamente abbondante di quantificare la perdita ematica. L'app genera un report grazie al quale le utenti possono affrontare con cognizione di causa una conversazione con il proprio medico sul volume in questione e l'eventuale necessità di misure terapeutiche.

3.3 Uso improprio

L'uso di FlowCyclo® è indicato esclusivamente da parte di donne in età fertile con flussi mestruali presenti. L'app non è dunque indicata per:

- uomini;
- donne non in età fertile;
- donne senza flusso mestruale.

4 Beneficio clinico previsto

FlowCyclo® permette di quantificare il volume ematico perso durante le mestruazioni in base ai dati immessi dall'utente. L'app è in grado di quantificare e calcolare questo volume durante un ciclo grazie a due diversi metodi di quantificazione.

I risultati ottenuti permettono una stima più precisa del volume ematico effettivo rispetto all'impressione soggettiva dell'utente.

Il volume ematico quantificato può servire ai medici per accertare possibili irregolarità del flusso o deviazioni dalla norma. In particolare, grazie ai valori calcolati è possibile individuare un'eventuale menorragia.

5 Misure precauzionali / Avvertenze

L'app FlowCyclo® è un dispositivo medico clinicamente validato e conforme ai requisiti fondamentali della Direttiva 93/42/CEE e/o delle sue norme di recepimento nazionali.

Qualora si utilizzino assorbenti igienici, occorre osservarli dal lato inferiore per garantire un confronto corretto con i pittogrammi forniti.

La quantificazione mediante pittogrammi è validata esclusivamente per i seguenti assorbenti e le seguenti dimensioni:

- ALWAYS Ultra:
 - Normal
 - Long
 - Night
- o.b.® ProComfort®:
 - Light
 - Regular
 - Super
 - Super Plus
- Tampax:
 - Regular
 - Super
 - Super Plus

All'interno di un ciclo non è possibile combinare i due metodi di quantificazione «Diario del ciclo» e «Quantificazione mediante pittogrammi».

L'app FlowCyclo® può essere utilizzata solo su smartphone e sistemi operativi compatibili.

Dovrebbe sempre essere utilizzata la versione aggiornata dell'app.

L'app FlowCyclo® non può essere modificata senza l'autorizzazione del produttore.

L'app FlowCyclo® non è destinata a fungere da unica base per la formulazione di diagnosi/decisioni terapeutiche.



Nota

Poiché i dispositivi rootati permettono di aggirare i meccanismi di sicurezza di Android, gli smartphone rootati, a prescindere dalla versione del sistema operativo, non sono supportati per l'utilizzo dell'app.

FlowCyclo®

6 Panoramica

6.1 Ambito di utilizzo dell'app

FlowCyclo® quantifica i dati emorragici immessi da donne che potrebbero soffrire di flussi mestruali insolitamente abbondanti.

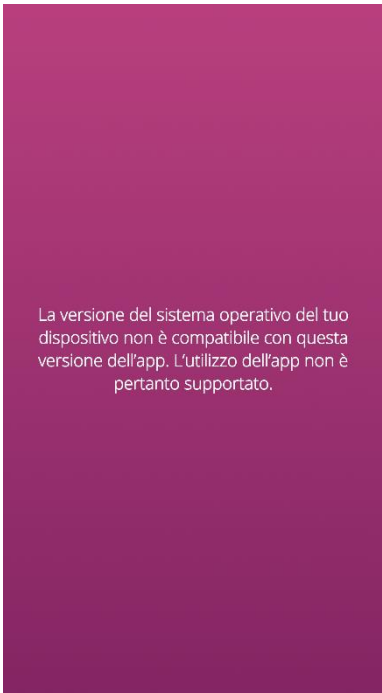
L'utente può registrare nell'app i dati emorragici e alla loro intensità durante le mestruazioni. FlowCyclo® quantifica i dati immessi e calcola la perdita ematica complessiva durante un ciclo.

Genera poi un report del volume ematico quantificato, nel quale vengono visualizzati tutti i dati immessi dall'utente, che può servire ai medici per accertare irregolarità del flusso o deviazioni dalla norma come la menorragia.

6.2 Panoramica dell'app

6.2.1 Verifica del sistema operativo

A ogni avvio di FlowCyclo® viene verificato il sistema operativo in uso sullo smartphone dell'utente. Se l'app non supporta il sistema operativo, comparirà un messaggio per informare l'utente (Figura 1). In tal caso non sarà possibile utilizzare l'app FlowCyclo®.



La versione del sistema operativo del tuo dispositivo non è compatibile con questa versione dell'app. L'utilizzo dell'app non è pertanto supportato.

Figura 1 Verifica del sistema operativo – Sistema operativo non supportato

Se l'app non è validata per il sistema operativo, l'utente potrà comunque utilizzarla ma, trattandosi di un dispositivo medico che aiuta l'utente a monitorare la propria perdita ematica, non possiamo garantire l'esperienza di utilizzo e la completa funzionalità in caso di sistema non compatibile (Figura 2).

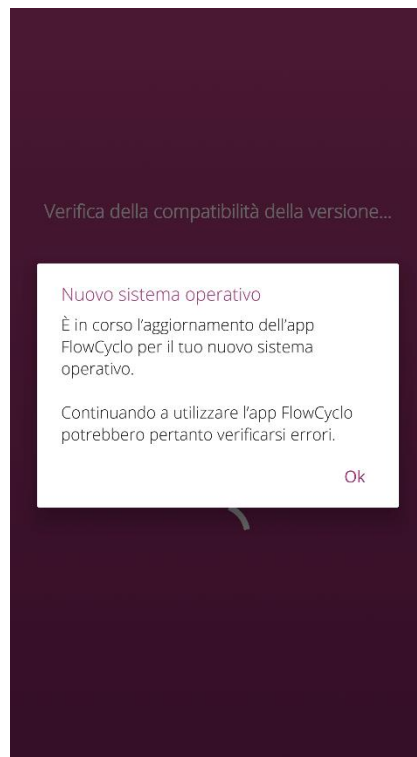


Figura 2 Verifica del sistema operativo – Consenso necessario



Nota

Utilizzando l'app su un sistema operativo non validato, è possibile che determinate funzionalità non rispondano come previsto.

I sistemi operativi validati per la versione attuale di FlowCyclo® sono i seguenti:

- Android 8.0 o superiore
- iOS 13 o superiore

6.2.2 Navigazione

Una volta configurata l'app FlowCyclo®, sul margine inferiore dello schermo verrà visualizzata una barra di navigazione con quattro icone: Home, Report, FAQ e Menu.

Toccando l'icona Menu sulla barra di navigazione si aprirà il menu.



Figura 3 Barra di navigazione

Oltre alla barra di navigazione, aprendo il menu sarà possibile accedere ad altre funzionalità. La struttura e la funzionalità di ciascuna voce del menu vengono descritte in dettaglio nei capitoli successivi.



Figura 4 Menu

6.2.3 Tasto Informazioni

Per diverse schermate dell'app FlowCyclo® sono disponibili informazioni aggiuntive. Per visualizzare queste informazioni, toccare l'icona Informazioni (Figura 5).



Figura 5 Tasto Informazioni

Toccando questa icona si aprirà un pop-up con ulteriori informazioni sulla schermata attuale. È possibile chiudere il pop-up toccando il tasto Ok.

6.3 Manuale utente

È possibile accedere al manuale utente dalla voce del menu «Assistenza» (Figura 6).

Toccando la voce di menu «Assistenza» verranno mostrate all'utente tutte le opzioni di assistenza, come mostrato nella Figura . Selezionando «Manuale utente» si accederà alla guida sull'uso di FlowCyclo®.

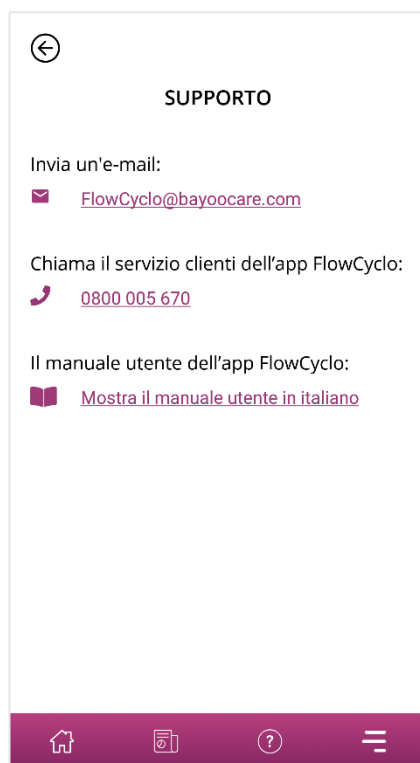


Figura 6 Schermata Assistenza

Toccando «Manuale utente» lo smartphone visualizzerà la selezione standard per l'apertura dei file PDF, dove sarà possibile selezionare l'app preferita in cui aprire il manuale utente in formato PDF.

Installazione

7 Primo utilizzo

7.1 Accettazione delle Condizioni di utilizzo

Al primo utilizzo di FlowCyclo® dopo l'installazione verrà visualizzata una breve introduzione sul funzionamento dell'app. Verrà inoltre chiesto all'utente di rispondere ad alcune domande sul suo ciclo e flusso mestruale.

Al primo utilizzo dell'app occorre accettare le Condizioni di utilizzo. È possibile aprire le Condizioni di utilizzo toccando il rispettivo link (Figura 7).



Nota

Leggere le Condizioni di utilizzo prima di accettarle.

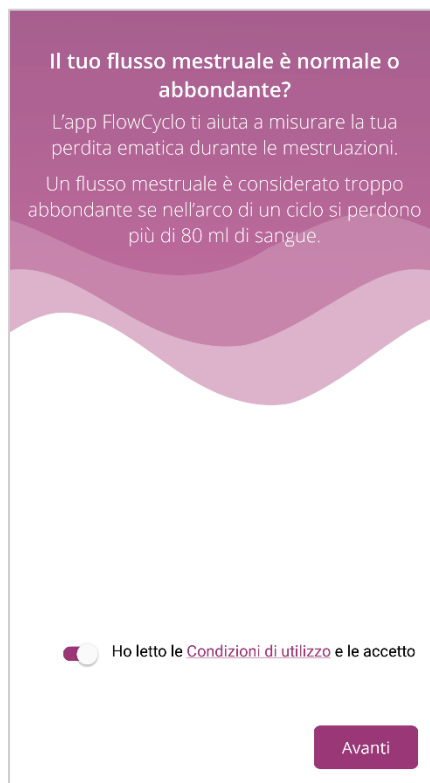


Figura 7 Schermata iniziale al primo utilizzo (Condizioni di utilizzo)

È possibile continuare a utilizzare l'app solo dopo avere accettato le Condizioni di utilizzo. Per proseguire una volta accettate le condizioni, toccare il tasto nell'angolo in basso a destra.

7.2 Accettazione delle Disposizioni sulla protezione dei dati

Non appena accettate le Condizioni di utilizzo, all'utente verrà chiesto di accettare le Disposizioni sulla protezione dei dati. Il tasto per accettarle verrà attivato dopo che l'utente le avrà lette interamente scorrendo verso il basso. È possibile scaricare le Disposizioni sulla protezione dei dati in formato PDF toccando il tasto a sinistra (Figura 8). L'utente ha inoltre la possibilità di acconsentire alla raccolta e all'utilizzo dei dati analitici dell'app toccando il relativo cursore. Questa opzione non è obbligatoria, ci aiuterà tuttavia a migliorare costantemente FlowCyclo®.



Nota

Leggere le Disposizioni sulla protezione dei dati prima di accettarle.

INFORMATIVA SULLA PRIVACY

Scorri verso il basso per leggere l'Informativa sulla privacy

Protezione dei dati
Ultimo aggiornamento: febbraio 2021

PP MIR CH 0035-1 ago/2021

DICHIARAZIONE DI CONSENSO AL TRATTAMENTO DEI DATI PER L'APP «FlowCyclo»

Accettando il trattamento dei dati relativi alla sua salute, l'utente dichiara il suo consenso al trattamento dei dati associato all'utilizzo dell'app «FlowCyclo» conformemente alle disposizioni sulla protezione dei dati e alle condizioni d'uso applicabili. L'utente può revocare il suo consenso in qualsiasi momento con effetto per il futuro. Per esercitare il diritto di recesso l'utente deve semplicemente cancellare l'app dal suo smartphone.

INFORMATIVA SULLA PRIVACY PER L'UTILIZZO DELL'APP «FlowCyclo»

Con la presente Informativa sulla privacy desideriamo informare circa la base giuridica e le finalità del trattamento dei dati personali che raccoglieremo dall'utente o che l'utente fornirà a noi o a terzi utilizzando l'app «FlowCyclo». Desideriamo inoltre informare l'utente dei diritti che le spettano in materia di protezione dei dati. Per garantire i requisiti di sicurezza fondamentali dell'app «FlowCyclo» verranno raccolti e trasferiti a soggetti e/o stati terzi solo i dati d'utilizzo relativi ai l'utilizzo dell'app (vedere il punto 3.2 della presente Informativa sulla privacy).

Tutti gli altri dati raccolti saranno salvati in locale nell'area protetta dell'app sullo smartphone dell'utente. I dati servono alla quantificazione della perdita ematica e alla creazione del relativo report in formato PDF, che potrà così essere eventualmente consegnato al medico curante. La decisione di consegnare il report in formato PDF al medico è a esclusiva discrezione dell'utente dell'app.

I dati relativi alla tua salute sono trattati in modo sicuro e non finalizzati.

Salva PDF

Accetta

Figura 8 Disposizioni sulla protezione dei dati al primo utilizzo

È possibile continuare a utilizzare l'app solo dopo avere accettato le Disposizioni sulla protezione dei dati. Per proseguire una volta lette le Disposizioni sulla protezione dei dati, toccare il tasto nell'angolo in basso a destra.

7.3 Introduzione all'app FlowCyclo®

Dopo avere accettato le Condizioni di utilizzo e le Disposizioni sulla protezione dei dati all'utente verrà presentata un'introduzione tematica dell'app FlowCyclo®.

Verranno illustrati dapprima su tre schermate i possibili metodi di quantificazione:

- Quantificazione mediante pittogrammi (Figura 9)
- Diario del ciclo (Figura 10)

Verranno inoltre fornite informazioni sul report che l'utente può generare per ogni ciclo (Figura 11).

Su queste schermate l'utente scoprirà le differenze tra i due metodi e quali informazioni dovrà fornire per ogni metodo. Il metodo di quantificazione utilizzato dipende dalla marca di assorbenti e/o assorbenti interni utilizzata. La marca utilizzata può essere ridefinita per ogni ciclo.



Figura 9 Schermata introduttiva – Quantificazione mediante pittogramma



Figura 10 Schermata introduttiva - Diario del ciclo

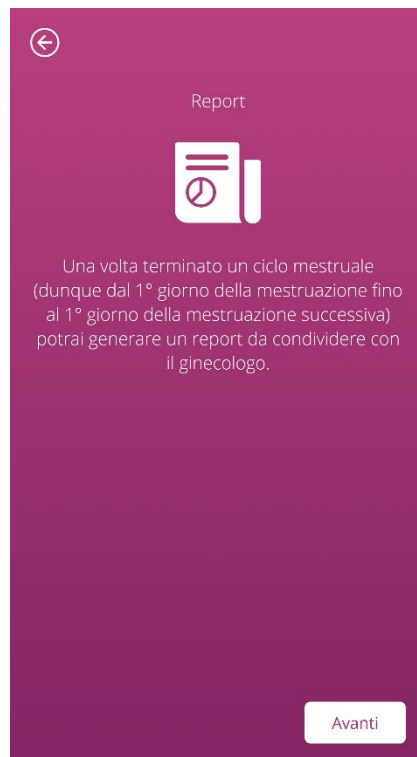


Figura 11 Schermata introduttiva - Report

Una volta finito di leggere una schermata introduttiva, l'utente può proseguire toccando il tasto nell'angolo in basso a destra.

Dati di base

8 Questionario al primo utilizzo

8.1 Questionario

Al primo utilizzo di FlowCyclo®, dopo le schermate introduttive verrà chiesto all'utente di rispondere a cinque domande. Queste domande di base servono ad esempio per il calcolo della data di inizio di un nuovo ciclo.

Per ciascuna delle cinque domande sono disponibili informazioni aggiuntive, accessibili toccando il tasto Informazioni (Figura 5) accanto alla barra di avanzamento.

Toccando questa icona si aprirà un pop-up con ulteriori informazioni sulla domanda attuale. È possibile chiudere il pop-up toccando il tasto Ok.

Con il tasto nell'angolo in basso a destra è possibile passare alla schermata successiva del questionario. Con il tasto nell'angolo in alto a sinistra è possibile tornare alla schermata precedente.

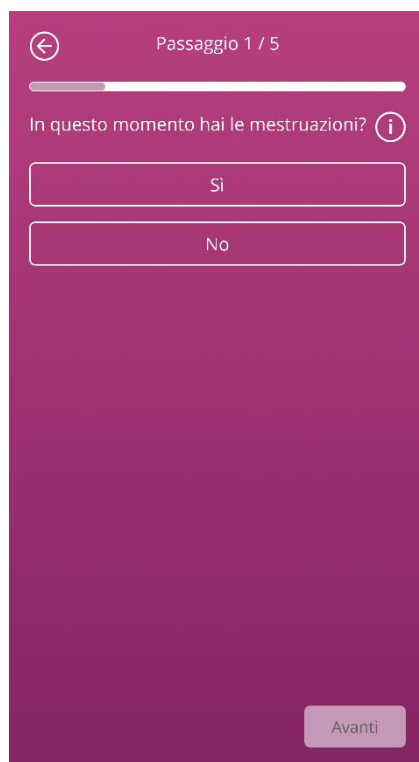


Nota

Tenere presente che è possibile passare a una schermata successiva del questionario solo dopo aver risposto a tutte le domande sulla schermata attuale. Solo rispondendo a una domanda, l'app consente di proseguire con la domanda successiva. Unica eccezione è la domanda sul metodo contraccettivo, che è facoltativa e può essere saltata.

8.2 Domanda – Stato mestruale

La prima domanda del questionario chiede all'utente se al momento, nel giorno del primo utilizzo dell'app, ha le mestruazioni (Figura 12). È possibile rispondere Sì o No.



← Passaggio 1 / 5

In questo momento hai le mestruazioni? ⓘ

Sì

No

Avanti

Figura 12 Domanda 1 – Stato mestruale

8.3 Domanda – Inizio della mestruazione

Alla domanda sul primo giorno della mestruazione in corso o dell'ultima mestruazione (Figura 13) è possibile selezionare una data dal calendario (Android) o usare il selettore di date (iOS).

Se la mestruazione è già iniziata, indicare il primo giorno della mestruazione in corso, altrimenti indicare l'inizio dell'ultima mestruazione. Non è possibile selezionare una data nel futuro.



The screenshot shows a mobile application interface with a purple background. At the top, there is a back arrow icon and the text "Passaggio 2 / 5". Below this is a progress bar. The main question is "Quando è stato il primo giorno delle mestruazioni in corso?" with an information icon (i) to its right. Below the question is a text input field with the placeholder "Effettua una selezione" and a calendar icon to its right. At the bottom right, there is a button labeled "Avanti".

Figura 13 Domanda 2 – Primo giorno della mestruazione

8.4 Domanda – Durata del ciclo

Dopo aver risposto alla seconda domanda si giunge alla domanda sulla durata del ciclo. Qui è possibile scegliere tra tre diversi intervalli di tempo (Figura 14). Se la durata del ciclo non corrisponde agli intervalli indicati perché variabile, o se l'utente non è sicura, è possibile indicare anche questo.



← Passaggio 3 / 5

Normalmente quanto dura il tuo ciclo? ⓘ

meno di 21 giorni

21-35 giorni

più di 35 giorni

non so / irregolare

Avanti

Figura 14 Domanda 3 – Durata del ciclo

8.5 Domanda – Durata delle mestruazioni

Oltre alla durata del ciclo, al primo utilizzo FlowCyclo® chiede anche quale sia la durata delle mestruazioni (Figura 15). Qui l'utente può selezionare tra diverse durate, espresse in giorni. Selezionare la durata media delle mestruazioni. Se la durata delle mestruazioni è variabile o l'utente non è certa del numero esatto dei giorni, è possibile indicare anche questo.



Passaggio 4 / 5

Normalmente quanto durano le tue mestruazioni?

1 giorno

2 giorni

3 giorni

4 giorni

5 giorni

6 giorni

7 giorni

Irregolare / Non so

Avanti

Figura 15 Domanda 4 – Durata delle mestruazioni

8.6 Domanda – Contraccezione

L'ultima domanda del questionario riguarda il metodo di contraccezione attualmente in uso (Figura 16). Se vengono utilizzati contemporaneamente più metodi contraccettivi, qui è possibile selezionarli. Indicare tutti i metodi contraccettivi attualmente in uso.



Passaggio 5 / 5

Al momento quale metodo contraccettivo utilizzi?

Pillola

Siringa

Cerotto

Anello

Spirale ormonale

Spirale in rame

Impianto

Preservativo

Altro

Avanti

Figura 16 Domanda 5 – Metodo contraccettivo



Nota

Se al momento non si utilizza alcun metodo contraccettivo, indicarlo in questa domanda.

Dopo aver risposto a questa domanda il questionario sarà concluso e l'utente giunge alla schermata conclusiva del questionario (Figura 17). Abbandonando questa schermata torna alla schermata iniziale dell'app. A questo punto è possibile utilizzare tutte le funzioni dell'app FlowCyclo®.

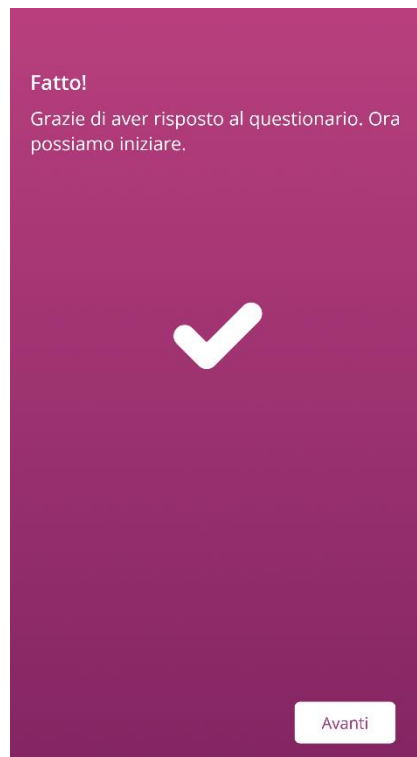


Figura 17 Schermata conclusiva

9 Scelta della marca degli assorbenti

Al primo utilizzo di FlowCyclo® e all'inizio di ogni nuovo ciclo verrà chiesto all'utente di indicare la marca di assorbenti e/o assorbenti interni che utilizza. È possibile scegliere tra i prodotti supportati e «Altri prodotti» (Figura 18). Qui FlowCyclo® mostra tutte le marche dei prodotti supportati.

La marca selezionata determina il metodo di quantificazione utilizzato dall'app per la durata di un ciclo. Stabilendo una marca si garantisce che i valori immessi vengano quantificati in base al metodo corretto e dunque che il calcolo ottenuto sia affidabile. Gli assorbenti utilizzati possono essere ridefiniti per ogni ciclo.

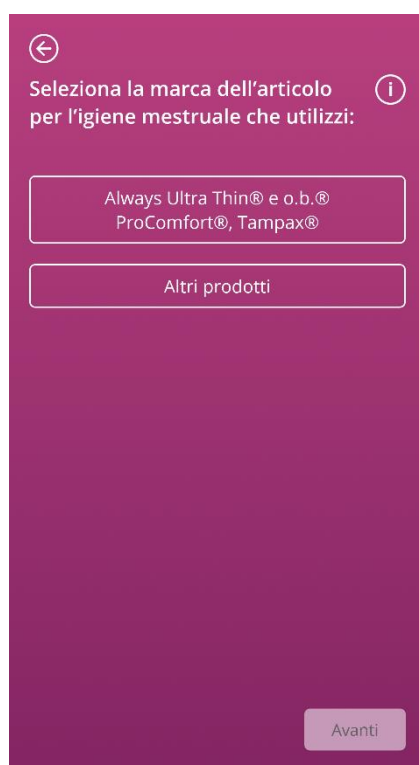


Figura 18 Scelta della marca



Nota

La marca selezionata non può essere modificata durante un ciclo in corso. Il metodo di quantificazione utilizzato in base alla marca dell'assorbente viene stabilito per un ciclo. L'utente ha però la possibilità di selezionare un'altra marca, e dunque un altro metodo di quantificazione, all'inizio di un nuovo ciclo.



Nota

Selezionando «ALWAYS Ultra e/o o.b.® ProComfort®», si prega anche di utilizzare esclusivamente questi prodotti per non pregiudicare la precisione del calcolo.

Prodotti diversi da «ALWAYS Ultra e/o o.b.® ProComfort/Tampax» possono presentare un grado di assorbenza diverso e di conseguenza determinare una diversa distribuzione del sangue nell'assorbente. In tal caso potrebbe non esservi più una corrispondenza visiva tra l'assorbente utilizzato dall'utente e il pittogramma, pertanto il volume ematico effettivo potrebbe differire da quello calcolato.

Schermata Home

10 Elementi della schermata Home

Sulla schermata Home (Figura 19) sono presenti diversi elementi, che vengono brevemente illustrati di seguito.

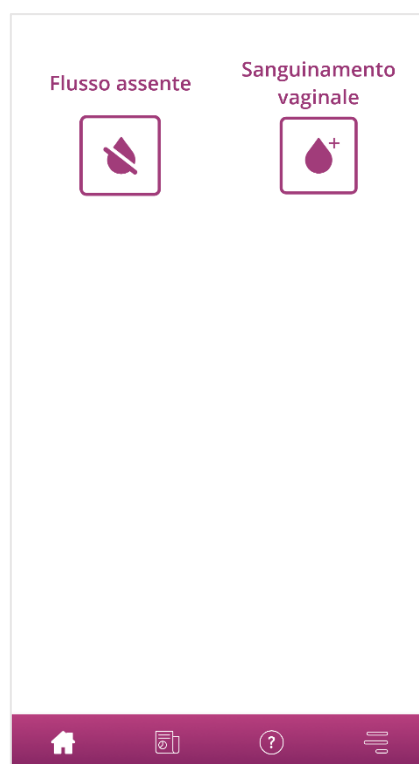


Figura 19 Schermata Home

10.1 Tasto Aggiungi mestruazione

Il tasto Aggiungi mestruazione (Figura 20) permette di avviare la registrazione di una mestruazione.



Figura 20 Tasto Aggiungi mestruazione

Toccando questo tasto si accede al processo di inserimento del metodo di quantificazione definito in precedenza.

Come si articola questo processo e quali passaggi comprende viene illustrato nei capitoli 11 Quantificazione mediante pittogramma e 12 Diario del ciclo.

10.2 Tasto «Nessuna mestruazione»

Con il tasto «Nessuna mestruazione» (Figura 21) è possibile inserire nell'app i periodi in cui il flusso mestruale è assente.



Figura 21 Tasto Nessuna mestruazione

Toccando il tasto è possibile registrare nell'app una fase libera da flusso mestruale.

Maggiori informazioni in proposito sono disponibili nel capitolo 13 Registrazione dei giorni senza mestruazioni.

10.3 Elenco delle ultime registrazioni



Nota

Aprendo FlowCyclo® per la prima volta, non sarà ancora visibile inizialmente sulla schermata Home un elenco delle ultime registrazioni.

Non appena verrà effettuata una registrazione, nell'elenco sulla schermata Home sarà possibile visualizzare tutti i dati aggiunti o modificati nelle ultime 24 ore. L'app conteggia ogni valore immesso convertendolo in millilitri. Nell'elenco sulla schermata Home, FlowCyclo® mostra la data in cui il dato è stato inserito e il relativo valore in millilitri (Figura 22).

1 registrazione nelle ultime 24 ore ▲

10.01. 5.8 ml ✎ 🗑️

Figura 22 Elenco delle registrazioni

Qualsiasi voce presente nell'elenco può essere modificata o eliminata. Ulteriori informazioni in proposito sono disponibili nei capitoli 11 Quantificazione mediante pittogramma e 12 Diario del ciclo.

10.4 Rappresentazione della perdita ematica



Nota

Quando si apre FlowCyclo® per la prima volta, non sarà ancora visibile inizialmente sulla schermata Home una rappresentazione della perdita ematica.

La rappresentazione della perdita ematica sotto forma di onde crescenti (Figura 23) apparirà solo dopo avere effettuato la prima registrazione.



Figura 23 Rappresentazione della perdita ematica

L'app quantifica il volume ematico di ogni valore immesso convertendolo in millilitri. I valori in millilitri quantificati vengono sommati e mostrati come volume complessivo sotto forma di onde. L'esatto valore totale è indicato dalla scala a sinistra.



Nota

Tenere presente che i valori indicati sono arrotondati.

Per sapere come avviene la quantificazione dei dati immessi, consultare il capitolo 14 Metodi di quantificazione.

Registrazione del flusso mestruale

11 Quantificazione mediante pitto-gramma

Se la marca di assorbenti scelta è «ALWAYS Ultra, TAMPAX e/o o.b.® ProComfort®», in un giorno è possibile effettuare più registrazioni. Il volume ematico giornaliero viene calcolato e quantificato attraverso l'inserimento dell'assorbente interno utilizzato e le sue dimensioni nonché sulla base di pitto grammi. Per questo è importante registrare nell'app ogni cambio di assorbente.



Nota

Per garantire che i dati indicati siano più precisi possibile, si consiglia di effettuare la registrazione subito dopo aver cambiato l'assorbente.

Per ciascuno dei passaggi del processo di inserimento sono disponibili informazioni aggiuntive, accessibili toccando il tasto Informazioni (Figura 5) accanto alla domanda.

Toccando il tasto Info si aprirà un pop-up con ulteriori informazioni sulla schermata attuale. È possibile chiudere il pop-up toccando il tasto Ok.

Con il tasto nell'angolo in basso a destra è possibile passare alla schermata successiva. Con il tasto nell'angolo in alto a sinistra è possibile tornare alla schermata precedente.



Attenzione

Tornando a una schermata precedente le impostazioni attuali non saranno salvate.



Nota

Non appena effettuata una registrazione, l'app registra l'inserimento dell'ultimo assorbente utilizzato e le sue dimensioni e utilizza queste informazioni come scelta predefinita per la registrazione successiva.

11.1 Registrazione di un pittogramma – Aggiungere una registrazione

Per aggiungere la registrazione di un pittogramma, toccare il tasto «Aggiungi mestruazione» sulla schermata Home (Figura 20). In questo modo si avvia il processo di inserimento.

11.1.1 Selezionare la data e l'assorbente

Nel primo passaggio di ogni registrazione FlowCyclo® chiede di selezionare il giorno per il quale si desidera registrare una mestruazione nonché l'assorbente utilizzato (Figura 24).

Come descritto in precedenza, per la selezione della data si apre un calendario (Android) o un selettore di date (iOS) in cui selezionare la data per la registrazione.

Per selezionare un assorbente è sufficiente toccare il nome. È possibile selezionare contemporaneamente due assorbenti purché non dello stesso tipo.

Sarà possibile proseguire solo dopo aver selezionato un giorno e gli assorbenti utilizzati.

The screenshot shows a mobile application interface with a dark purple background. At the top, there is a back arrow icon and a title "Seleziona la data" with an information icon. Below the title is a date selection field showing "10.01.2022" and a calendar icon. The next section is titled "Quale articolo per l'igiene mestruale hai utilizzato?" with an information icon. Under this title, there are two sections: "Assorbenti esterni" and "Assorbenti interni". Under "Assorbenti esterni", there is a button labeled "Always Ultra Thin®". Under "Assorbenti interni", there are two buttons labeled "o.b.® ProComfort®" and "Tampax®". At the bottom right, there is a button labeled "Avanti".

Figura 24 Selezione della data



Nota

È possibile effettuare registrazioni solo per il ciclo in corso. Pertanto la prima data selezionabile sarà il primo giorno del ciclo in corso.



Nota

Per inserire due assorbenti, iniziare selezionandone uno. Dopo averlo registrato, viene avviato in automatico il processo per l'assorbente non selezionato in precedenza. Qui è possibile inserire registrazioni solo per due assorbenti diversi che l'utente ha utilizzato contemporaneamente.

Se sono stati utilizzati contemporaneamente due assorbenti esterni, effettuare due diverse registrazioni.

FlowCyclo® non prevede l'utilizzo contemporaneo di due assorbenti interni.

11.1.2 Assorbente – Selezionare la dimensione

Le opzioni disponibili per la scelta delle dimensioni degli assorbenti dipendono dal prodotto selezionato in precedenza. Ogni volta è possibile selezionare per la registrazione solo una dimensione.

Se è stato selezionato l'assorbente interno «o.b.® ProComfort®», si avrà l'opzione di selezionare le quattro dimensioni del prodotto mostrate nella Figura 25. Se è stato selezionato l'assorbente interno Tampax, si potranno selezionare tre diverse dimensioni. È possibile selezionare e registrare ogni volta soltanto una dimensione.

Nel caso degli assorbenti «ALWAYS Ultra» la scelta è tra tre diverse dimensioni del prodotto, come mostrato nella Figura 26.

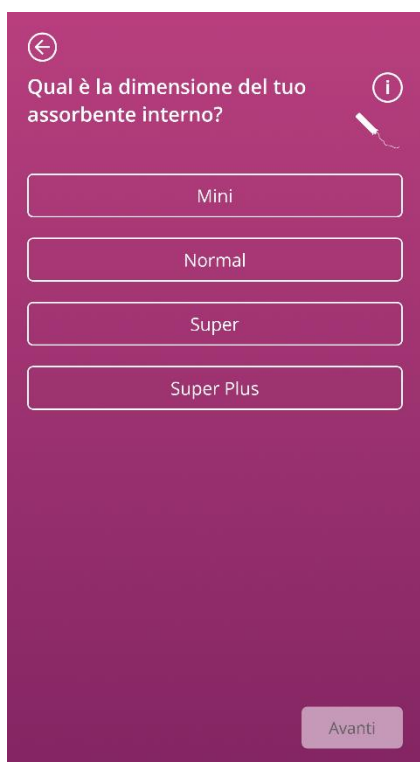


Figura 25 Dimensioni del prodotto – Assorbente o.b.® ProComfort®

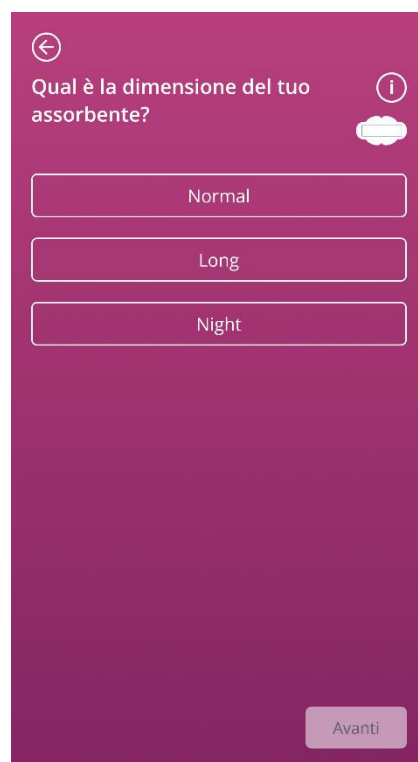


Figura 26 Dimensioni del prodotto – Assorbente ALWAYS Ultra

Selezionare la dimensione dell'assorbente utilizzato.



Nota

L'indicazione della dimensione dell'assorbente utilizzato si trova generalmente sulla confezione del prodotto.

11.1.3 Selezione del pittogramma

11.1.3.1 Selezione del pittogramma – Assorbente ALWAYS Ultra

Se si è selezionato l'assorbente della marca «ALWAYS Ultra», dopo la selezione della dimensione vengono visualizzati sei diversi pittogrammi (Figura 27), che rappresentano ognuno diverse intensità di flusso. Girare l'assorbente sul lato posteriore, confrontarlo con i pittogrammi e selezionare il pittogramma più simile al proprio assorbente.

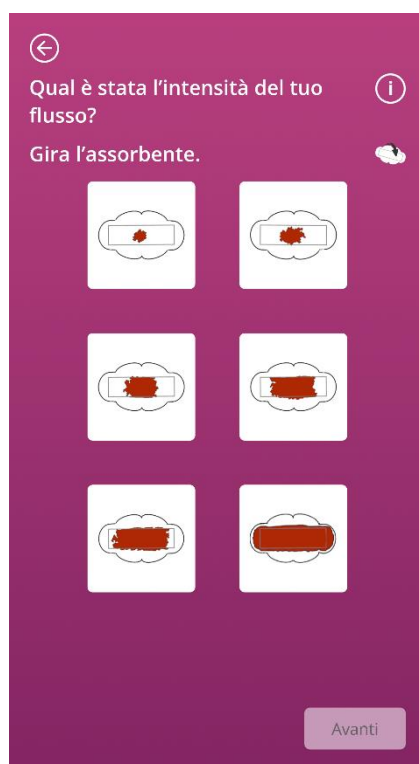


Figura 27 Pittogrammi – Assorbenti ALWAYS Ultra



Nota

Se si utilizza un assorbente ALWAYS Ultra, è importante girarlo prima di confrontarlo con i pittogrammi. È importante osservare il **retro dell'assorbente** per il confronto, per evitare possibili imprecisioni.

Una volta selezionato un pittogramma, sarà possibile concludere la registrazione confermando i dati inseriti.

Si torna quindi alla schermata Home, dove è possibile visualizzare nell'elenco la/le registrazione/i effettuata/e. Si vedranno inoltre salire le onde che rappresentano il volume ematico totale del ciclo in corso. Il valore in millilitri visualizzabile sulla scala a sinistra è il risultato della somma delle registrazioni quantificate.



Attenzione

È possibile effettuare le registrazioni retroattivamente senza alcuna limitazione semplicemente selezionando una data nel passato. Tenere tuttavia presente che i volumi ematici registrati retroattivamente in base ai propri ricordi possono non essere precisi e dunque influenzare la correttezza del calcolo.

11.1.3.2 Selezione del pittogramma – Assorbente interno o.b.[®] ProComfort[®]

Se è stato utilizzato un assorbente interno o.b.[®] ProComfort[®], dopo averlo registrato e aver selezionato la dimensione del prodotto verranno mostrati quattro diversi pittogrammi a rappresentazione delle diverse intensità del flusso (Figura 28). Se è stato utilizzato un assorbente interno Tampax, dopo averlo registrato e aver selezionato la dimensione del prodotto verranno mostrati quattro diversi pittogrammi a rappresentazione delle diverse intensità del flusso.

Confrontare l'assorbente utilizzato con i pittogrammi e selezionare il pittogramma più simile al proprio prodotto.

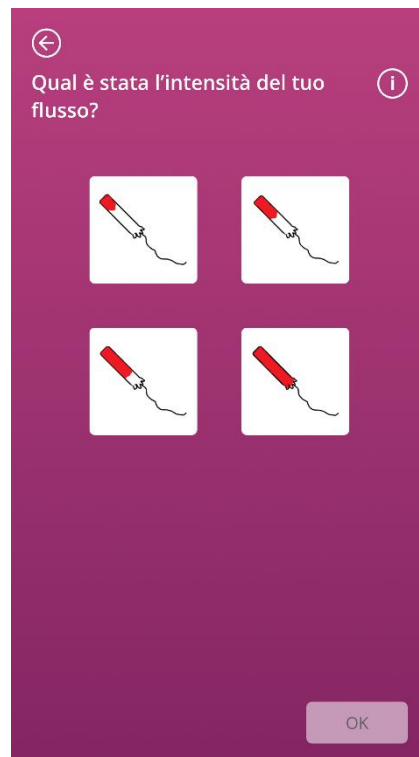


Figura 28 Pittogrammi – Assorbente interno o.b.® ProComfort®

Una volta selezionato un pittogramma sarà possibile concludere la registrazione confermando i dati inseriti.

Si torna quindi alla schermata Home, dove è possibile visualizzare nell'elenco la/le registrazione/i effettuata/e. Si vedranno inoltre salire le onde che rappresentano il volume ematico totale del ciclo in corso. Il valore in millilitri visualizzabile sulla scala a sinistra è il risultato della somma delle registrazioni quantificate.



Attenzione

È possibile effettuare le registrazioni retroattivamente senza alcuna limitazione semplicemente selezionando una data nel passato. Tenere tuttavia presente che i volumi ematici registrati retroattivamente in base ai propri ricordi possono non essere precisi e dunque influenzare la correttezza del calcolo.

11.1.4 Utilizzo di due assorbenti

Se sono stati selezionati per la registrazione due assorbenti, il processo appena descritto si svolgerà una seconda volta per il prodotto non ancora registrato. Dopo aver registrato anche questo prodotto è possibile confermare i dati immessi e concludere il processo.

11.2 Registrazione di un pittogramma – Modificare una registrazione

Tutte le registrazioni effettuate nelle ultime 24 ore vengono visualizzate nell'elenco (Figura 22) sulla schermata Home. Per modificare una delle voci dell'elenco, toccare l'icona della matita (Figura 29) accanto alla voce che si desidera modificare.



Figura 29 Icona Modifica

La scelta precedentemente effettuata viene evidenziata. Il processo di modifica si svolge esattamente come il processo di inserimento, confermando alla fine la registrazione aggiornata: si inizia con la selezione dell'assorbente, si passa poi alla selezione della dimensione del prodotto e infine si modifica il pittogramma selezionato in precedenza.



Nota

Per modificare anche la data, eliminare la registrazione come descritto di seguito e crearne una nuova.



Nota

La modifica delle registrazioni è possibile solo entro 24 ore dalla registrazione. È possibile modificare solo le registrazioni visualizzabili nell'elenco sulla schermata Home. Se una registrazione non è più visibile nell'elenco, non è più modificabile.

11.3 Registrazione di un pittogramma – Eliminare una registrazione

Per eliminare una delle voci dell'elenco, toccare l'icona del cestino (Figura 30) accanto alla voce che si desidera eliminare.



Figura 30 Icona Cancella

Viene quindi chiesto di confermare il processo di eliminazione. Una volta confermato, la registrazione selezionata viene eliminata in modo definitivo.



Nota

L'eliminazione delle registrazioni è possibile solo entro 24 ore dalla registrazione. È possibile eliminare solo le registrazioni visualizzabili nell'elenco sulla schermata Home. Se una registrazione non è più visibile nell'elenco, non può più essere eliminata. Non è possibile ripristinare una registrazione eliminata.

12 Diario del ciclo

Scegliendo «Altri prodotti» per la marca di assorbenti, il volume ematico giornaliero viene calcolato e quantificato attraverso un diario del ciclo in cui registrare una volta al giorno l'intensità del flusso dell'intera giornata. A questo scopo è necessario indicare nell'app il giorno per il quale si desidera effettuare una registrazione e l'intensità del flusso nel giorno selezionato.

Per ciascuno dei passaggi della registrazione sono disponibili informazioni aggiuntive, accessibili toccando il tasto Informazioni (Figura 5) accanto alla barra di avanzamento.

Toccando questa icona si apre un pop-up con ulteriori informazioni sulla schermata attuale. È possibile chiudere il pop-up toccando il tasto Ok.

Con il tasto nell'angolo in basso a destra è possibile passare alla schermata successiva. Con il tasto nell'angolo in alto a sinistra è possibile tornare alla schermata precedente.

12.1 Diario del ciclo – Aggiungere una registrazione

Per aggiungere una registrazione al diario del ciclo, toccare il tasto «Aggiungi mestruazione» sulla schermata Home (Figura 19). In questo modo si avvia il processo di inserimento.

12.1.1 Selezionare la data

Nel primo passaggio di ogni registrazione FlowCyclo® chiede di selezionare il giorno per il quale si desidera registrare l'intensità del flusso (Figura 31). Come descritto in precedenza, si apre un calendario (Android) o un selettore di date (iOS) in cui selezionare la data per la registrazione. Sarà possibile proseguire solo dopo aver selezionato un giorno.



Figura 31 Selezione della data

12.1.2 Selezionare l'intensità del flusso

Nel passaggio successivo occorre indicare l'intensità del flusso nel giorno selezionato. L'intensità del flusso descrive la portata complessiva di tutte le perdite ematiche nel corso della giornata. Possono essere selezionate cinque diverse intensità del flusso, come mostrato nella Figura 32.



Figura 32 Intensità del flusso

Selezionare l'intensità corrispondente ai sanguinamenti del giorno selezionato. È possibile selezionare una sola intensità al giorno.

Una volta selezionata l'intensità del flusso, è possibile confermare la registrazione con il tasto nell'angolo in basso a destra.

Si torna quindi alla schermata Home, dove è possibile visualizzare nell'elenco la registrazione effettuata. Nell'elenco sulla schermata Home è possibile visualizzare tutte le registrazioni aggiunte o modificate nelle ultime 24 ore. Tutte le registrazioni mostrate in questo elenco possono essere modificate o eliminate.

Si vedranno inoltre salire le onde che rappresentano il volume ematico totale del ciclo in corso. Il valore in millilitri visualizzabile sulla scala a sinistra è il risultato della somma delle registrazioni quantificate.



Attenzione

È possibile effettuare le registrazioni retroattivamente senza alcuna limitazione. Tenere tuttavia presente che i volumi ematici registrati retroattivamente in base ai propri ricordi possono non essere precisi e dunque influenzare la correttezza del calcolo.



Nota

Per ogni giorno è possibile selezionare una sola intensità del flusso. Questa intensità corrisponde quindi al volume ematico del giorno selezionato. Per inserire una nuova registrazione per un giorno nel quale è già presente una registrazione, appare un pop-up che chiede se si desidera sovrascrivere la registrazione per questo giorno. Confermandolo, la registrazione del giorno selezionato viene sovrascritta dalla nuova registrazione.

12.2 Diario del ciclo – Modificare una registrazione

Tutte le registrazioni effettuate nelle ultime 24 ore vengono visualizzate nell'elenco (Figura 22) sulla schermata Home. Per modificare una delle voci dell'elenco, toccare l'icona della matita (Figura 33) accanto alla voce da modificare.



Figura 33 Icona Modifica

A questo punto si torna al processo di inserimento e alla selezione dell'intensità del flusso, dove è possibile modificare la propria registrazione selezionando una diversa intensità e salvando la selezione. La registrazione viene aggiornata e mostrata nell'elenco sulla schermata Home.

12.3 Diario del ciclo – Eliminare una registrazione

Per eliminare una delle voci nell'elenco, toccare l'icona del cestino (Figura 34) accanto alla voce che si desidera eliminare.



Figura 34 Icona Cancella

**Nota**

L'eliminazione delle registrazioni è possibile solo entro 24 ore dalla registrazione. È possibile eliminare solo le registrazioni visualizzabili nell'elenco sulla schermata Home. Se una registrazione non è più visibile nell'elenco, non può più essere eliminata. Non è possibile ripristinare una registrazione eliminata.

13 Registrazione dei giorni senza mestruazioni

In FlowCyclo® è possibile registrare anche un giorno o un intervallo di tempo in cui non si sono avute mestruazioni, indipendentemente dal metodo di quantificazione attualmente in uso.

Per registrare un periodo senza mestruazioni, toccare il tasto «Nessuna mestruazione» (Figura 21) sulla schermata Home. Toccandolo, l'app contrassegna il periodo dall'ultima registrazione fino al momento in cui si tocca questo tasto come «Intervallo senza mestruazioni».

Una volta registrato correttamente il periodo senza mestruazioni, l'aspetto del tasto cambia come mostrato nella Figura 35.



Figura 35 Tasto Nessuna mestruazione - Conferma

Quantificazione del volume ematico

14 Metodi di quantificazione

Il volume complessivo di perdita ematica viene calcolato in modo diverso a seconda dell'assorbente utilizzato.



Nota

Entrambi i metodi di quantificazione si basano su studi scientifici. La quantificazione in base a pittogrammi può tuttavia fornire risultati più precisi rispetto alle registrazioni del diario del ciclo. Per ottenere valori più precisi possibile, si consiglia pertanto di preferire il metodo di quantificazione basato sulla registrazione di pittogrammi.

14.1 Quantificazione dei pittogrammi registrati

Se si utilizzano assorbenti delle marche ALWAYS Ultra oppure o.b.® ProComfort® o Tampax, la registrazione avviene selezionando un assorbente e le sue dimensioni e quindi il pittogramma il cui aspetto più si avvicina a quello del prodotto utilizzato dopo averlo cambiato.

In FlowCyclo® ogni dimensione del prodotto e ogni pittogramma sono associati a un valore validato. Dopo ogni registrazione questo valore viene sommato ai precedenti, se presenti, per ottenere il valore totale delle perdite ematiche di un ciclo.

Maggiori informazioni su come effettuare la registrazione sono disponibili nel capitolo 11 Quantificazione mediante pittogramma.

14.2 Quantificazione delle registrazioni del diario del ciclo

Se si utilizzano «Altri prodotti», la registrazione avviene selezionando l'intensità del flusso per un giorno.

In FlowCyclo® ogni intensità del flusso è associata a un valore validato. Dopo ogni registrazione questo valore viene sommato ai precedenti, se presenti, per ottenere il valore totale delle perdite ematiche di un ciclo.

Maggiori informazioni su come effettuare la registrazione sono disponibili nel capitolo 12 Diario del ciclo.

I tuoi dati

FlowCyclo® mette a disposizione un riepilogo di tutti i dati delle perdite ematiche inserite durante il ciclo in corso.

15 I tuoi dati

15.1 Accedere a «I tuoi dati»

È possibile accedere ai propri dati dalla voce del menu «I tuoi dati» (Figura 4).

Toccando la voce del menu «I tuoi dati», si accede alla schermata con il riepilogo dei dati (Figura 36).



I TUOI DATI	
13.01.	5.8 ml
12.01.	9.4 ml
12.01.	1.9 ml
12.01.	9.4 ml
11.01.	2.1 ml
11.01.	3.1 ml
11.01.	5.8 ml
11.01.	1.9 ml
11.01.	9.4 ml
10.01.	5.8 ml

Reimposta ciclo

Figura 36 Riepilogo dei dati

15.2 Eliminare i dati utente

È possibile eliminare i dati del ciclo in corso nel riepilogo toccando il tasto «Cancella» sullo schermo. Una volta confermato il processo di cancellazione, tutti i dati del ciclo in corso verranno eliminati definitivamente dall'app.

Il tuo report

FlowCyclo® mette a disposizione un report per la valutazione dei dati.

Il report contiene tutti i dati registrati durante l'utilizzo dell'app. Ciò include, oltre alla registrazione delle perdite ematiche, anche le risposte al questionario compilato al primo utilizzo di FlowCyclo®. È possibile generare questo report in qualsiasi momento, purché sia stata effettuata almeno una registrazione.

Il report può essere mostrato, ad esempio, al medico alla visita successiva. I valori quantificati dall'app potranno aiutarlo a valutare la perdita ematica durante la mestruazione ed eventualmente fornire indicazioni su una possibile menorragia.

16 Il tuo report

16.1 Accedere al report

È possibile accedere al report dalla voce del menu «Report» (Figura 4). Toccando la voce del menu «Report», si accede alla creazione del report.

Sulla schermata riepilogativa del report si vede innanzitutto il report in-app con il grafico degli ultimi sette giorni del ciclo mestruale in corso. Per ognuno dei giorni viene mostrata la somma delle perdite ematiche. Sono inoltre disponibili informazioni come la perdita ematica totale e, purché per questo ciclo le perdite ematiche siano state inserite mediante pittogrammi, il numero di assorbenti utilizzati (Figura 37).

Toccano le frecce sopra il grafico è possibile passare da una fase all'altra. È inoltre possibile modificare la visualizzazione tra la vista a 7 giorni (Figura 37) e la vista Ciclo (Figura 38) toccando i tasti «7 giorni» e «Ciclo».

Il tasto «Apri» sotto il grafico permette di scaricare il report in formato PDF. L'app genera report in automatico per tutti i cicli mestruali monitorati fino a quel momento. Per ogni ciclo viene creato un report di una pagina che viene riassunto in un file PDF. I report sono ordinati per data crescente, mostrando cioè per primo il report del ciclo in corso.

Dopo che FlowCyclo® avrà generato il report, lo smartphone visualizzerà la selezione standard per l'apertura dei file PDF, dove sarà possibile selezionare l'app preferita con cui aprire il report in formato PDF.

Il tasto «Condividi» permette di condividere il report in PDF con altre persone.

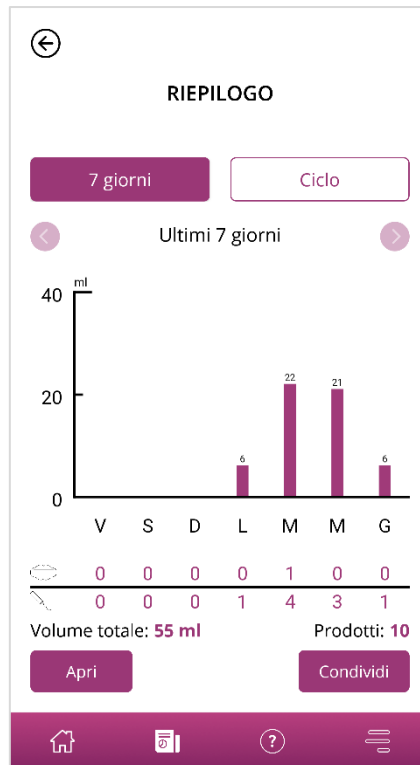


Figura 37 Grafico report (7 giorni)



Figura 38 Grafico report (intero ciclo)

16.2 Report – Contenuto

16.2.1 Parametri del questionario

In alto il report mostra i dati inseriti al primo utilizzo di FlowCyclo® nonché l'inizio e la fine del ciclo considerato nel report (Figura 39).

I tuoi dati personali:

Durata del ciclo:	21-35 giorni	Durata delle mestruazioni:	4 giorni
Mestruazioni in corso all'inizio delle registrazioni:	No	Metodo/i contraccettivo/i:	Anello
Primo giorno del ciclo:	10.01.2022		
Ultimo giorno del ciclo:	-		

Figura 39 Parametri del questionario

16.2.2 Riepilogo

Il riepilogo dei dati dipende dal metodo di quantificazione scelto in base all'assorbente utilizzato.

16.2.2.1 Riepilogo - Quantificazione mediante pittogramma

Se si è quantificato il ciclo mediante pittogrammi («prodotti supportati»), nel riepilogo (Figura 40) verranno mostrati diversi valori.

Il tuo riepilogo:

Volume totale*:	55 ml	 Interni	7	 Esterni	1	 Articoli	8
-----------------	-------	---	---	---	---	--	---

Il tuo grafico:

— Volume totale* --- Valore soglia: 80 ml

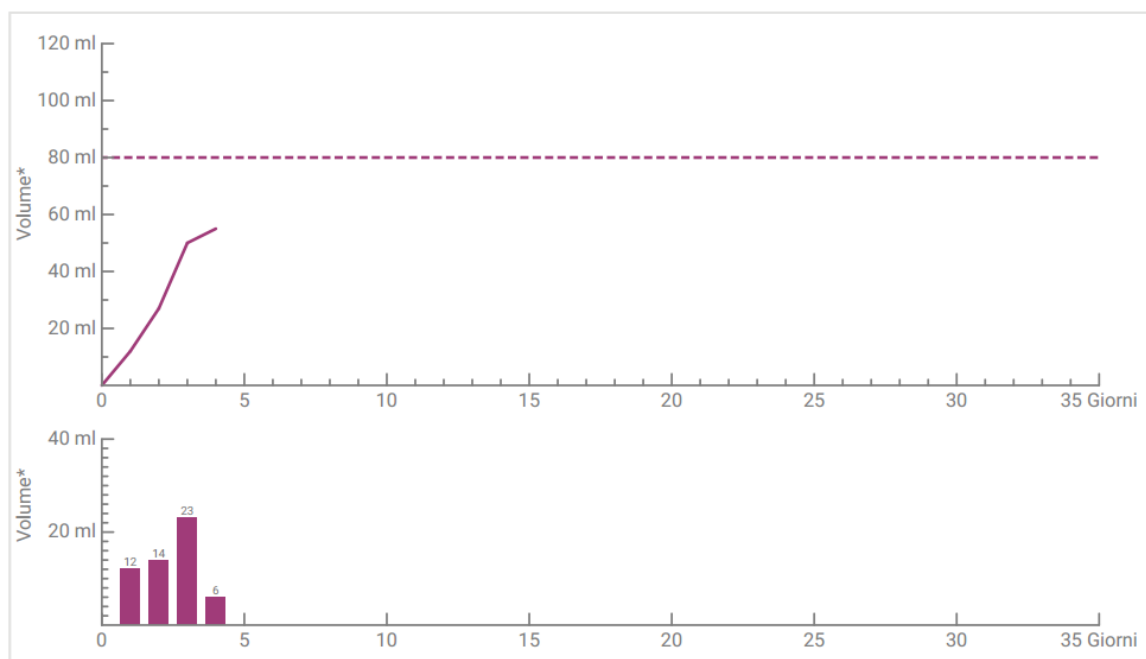


Figura 40 Riepilogo - Quantificazione mediante pittogramma

Per prima cosa il riepilogo mostra il volume ematico complessivo del ciclo. Accanto si vede anche il numero dei vari prodotti utilizzati, nonché il numero totale di assorbenti utilizzati (Figura 41).

Il tuo riepilogo:

Volume totale*:	55 ml	 Interni	7	 Esterni	1	 Articoli	8
-----------------	-------	---	---	---	---	--	---

Figura 41 Totali - Quantificazione mediante pittogramma

I grafici sottostanti mostrano l'andamento del ciclo e la distribuzione dei giorni di perdita ematica durante il ciclo. La legenda (Figura 42) spiega il significato dei singoli elementi del grafico.

Il tuo grafico:

— Volume totale* --- Valore soglia: 80 ml

Figura 42 Legenda - Quantificazione mediante pittogramma

Il primo dei due grafici rappresenta il volume ematico complessivo nel corso del ciclo (Figura 43). L'asse orizzontale indica i giorni del ciclo, mentre quello verticale il volume ematico in millilitri.

La linea tratteggiata mostra il valore soglia di 80 ml, superato il quale la perdita ematica mensile viene categorizzata come elevata. La curva di andamento lilla mostra la perdita ematica in un ciclo.

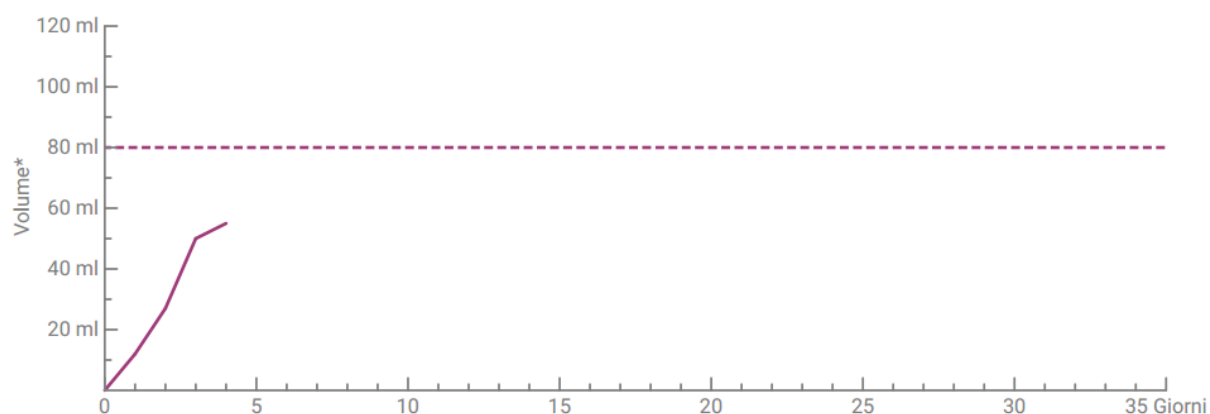


Figura 43 Curva di andamento - Quantificazione mediante pittogramma

Il grafico in basso mostra il volume ematico giornaliero (Figura 44). L'asse orizzontale indica i giorni del ciclo, mentre quello verticale il volume ematico in millilitri.

Il numero sopra le barre verticali indica il valore arrotondato del volume ematico del rispettivo giorno espresso in millilitri.

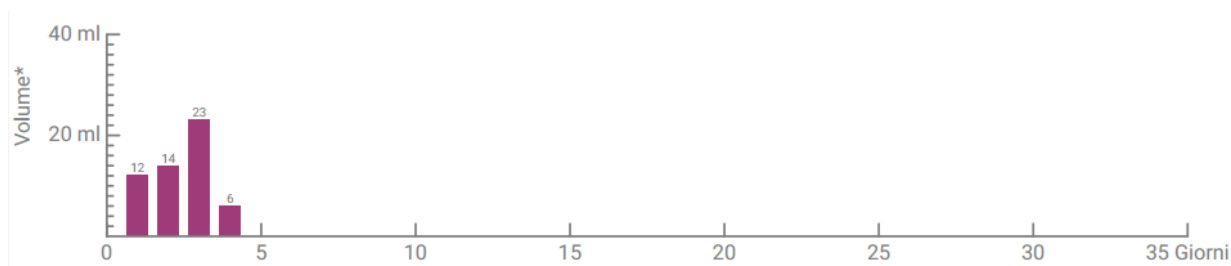


Figura 44 Volume ematico giornaliero

16.2.2.2 Riepilogo - Quantificazione mediante diario del ciclo

Se si è quantificato il ciclo mediante il diario del ciclo («Altri prodotti»), il riepilogo che si ottiene è il seguente (Figura 45):

Il tuo riepilogo:

Volume totale*: 88 ml

Il tuo grafico:

— Volume totale* - - - Valore soglia: 80 ml

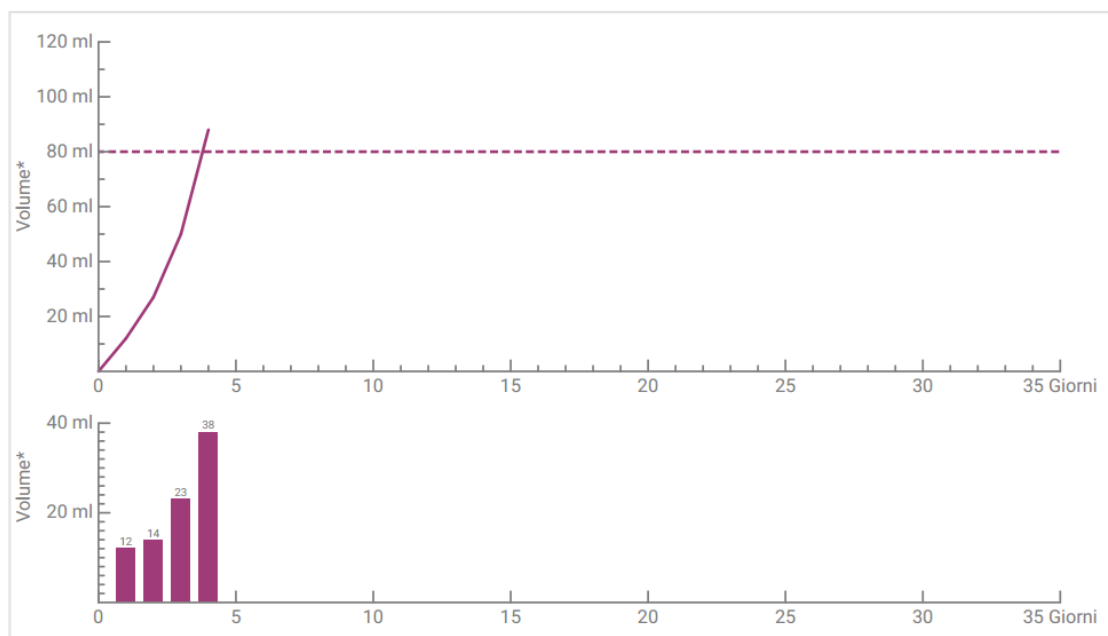


Figura 45 Riepilogo - Diario del ciclo

Il riepilogo mostra il volume ematico totale del ciclo (Figura 46).

Il tuo riepilogo:

Volume totale*: 88 ml

Figura 46 Volume totale - Diario del ciclo

Seguono due grafici che rappresentano il ciclo nel dettaglio.

Il primo dei due grafici rappresenta il volume ematico complessivo nel corso del ciclo (Figura 47). L'asse orizzontale indica i giorni del ciclo, quello verticale il volume ematico in millilitri.

La linea tratteggiata mostra il valore soglia di 80 ml, superato il quale la perdita ematica mensile viene categorizzata come elevata. La curva di andamento lilla mostra la perdita ematica per un ciclo.

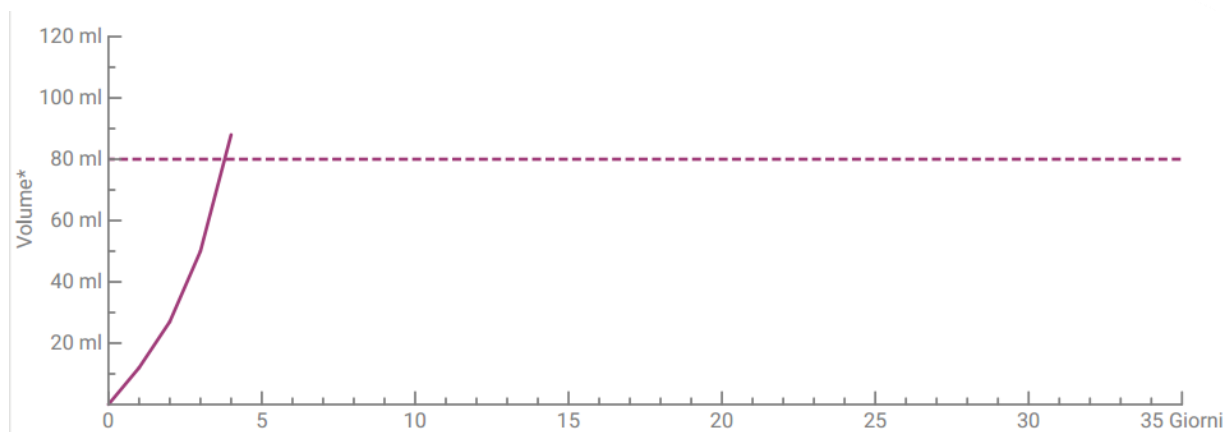


Figura 47 Curva di andamento - Diario del ciclo

Il grafico in basso mostra il volume ematico giornaliero (Figura 48). L'asse orizzontale indica i giorni del ciclo, mentre quello verticale il volume ematico in millilitri.

Il numero sopra le barre verticali indica il valore arrotondato del volume ematico del rispettivo giorno espresso in millilitri.

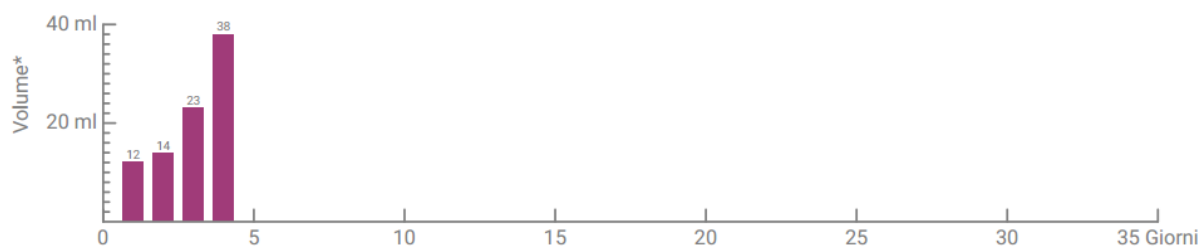


Figura 48 Volume ematico giornaliero

16.2.3 Riquadro del risultato

Il riquadro del risultato (Figura 49) contiene un testo con la valutazione del profilo mestruale personale all'interno di un ciclo.

Il tuo risultato:

Hai superato un volume ematico di 80 ml. Questo valore è indicativo di flussi mestruali abbondanti, anche se forse a te non sembrano tali. Normalmente la perdita ematica durante una mestruazione è solo di 30-40 ml. Il tuo risultato però non deve essere motivo di preoccupazione! Parlane apertamente con il tuo ginecologo.

*Nota: Tieni presente che i valori mostrati non sono valori numerici esatti, bensì arrotondati.

Figura 49 Riquadro del risultato

16.2.4 Campo Note

Nel campo Note (Figura 50) è possibile prendere nota di altre osservazioni tratte dal report da sottoporre all'attenzione del medico.

Le tue note:

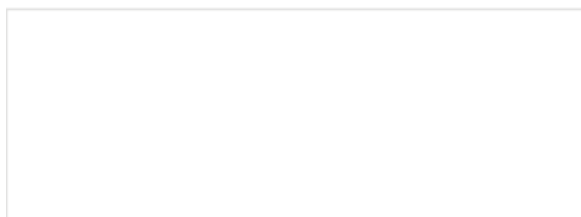


Figura 50 Campo Note

Perdita ematica superiore a 80 ml

17 Superamento della soglia di 80 ml

Se in un ciclo viene superato un volume ematico di 80 ml, FlowCyclo® avvisa l'utente.

Sulla schermata Home compare un avviso (Figura 51) indicante che con l'ultima registrazione si sono persi più di 80 ml di sangue durante la mestruazione in corso. L'avviso spiega che cosa significa superare la soglia degli 80 ml.

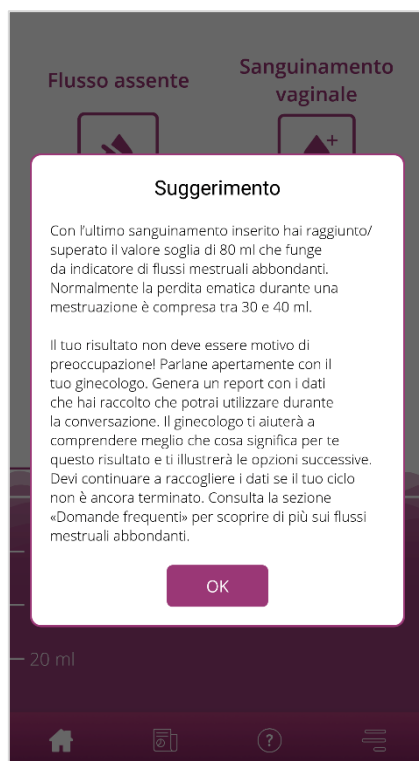


Figura 51 Avviso 80 ml

È possibile chiudere il pop-up toccando il tasto Ok.

Dopo aver chiuso l'avviso si torna alla schermata Home che indica il superamento del limite di 80 ml come mostrato nella Figura 52. Sono inoltre visibili la perdita ematica attuale e l'esatto valore in millilitri.

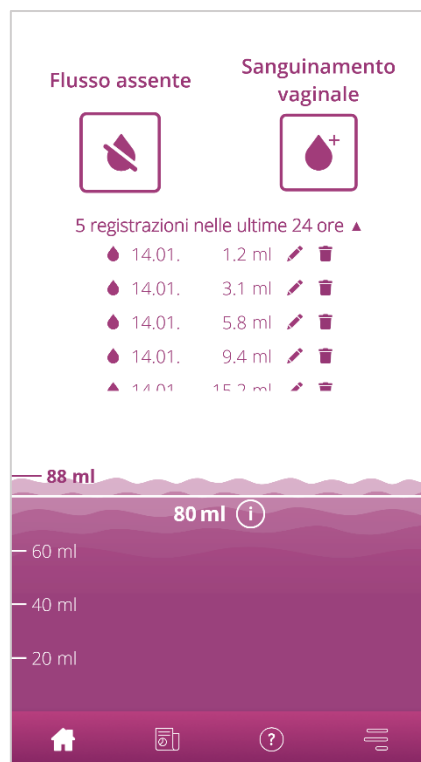


Figura 52 Schermata Home - Superamento degli 80 ml

La linea bianca con la scritta «80 ml» mostra il valore oltre il quale la perdita ematica è considerata critica. Al superamento di questo valore viene anche visualizzato un tasto Informazioni. Toccandolo si apre di nuovo l'avviso mostrato nel momento in cui è stato superato il valore soglia.



Nota

È possibile nonché raccomandato continuare a registrare le perdite ematiche per il ciclo nonostante il superamento della soglia di 80 ml. Solo registrando tutte le perdite del ciclo il calcolo potrà corrispondere all'esatto valore della perdita ematica.

Inizio di un nuovo ciclo

18 Inizio di un nuovo ciclo

FlowCyclo® calcola l'inizio di un nuovo ciclo in base alle indicazioni fornite sulla durata del ciclo e delle mestruazioni.

18.1 Confermare l'inizio del ciclo

Non appena raggiunto l'inizio di un nuovo ciclo in base al calcolo di FlowCyclo®, l'app chiederà se sono iniziate le mestruazioni da registrare in un nuovo ciclo (Figura 53).

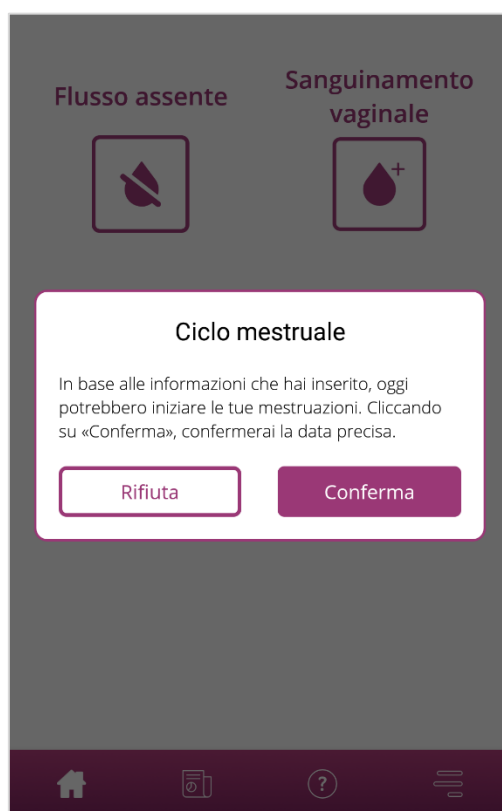


Figura 53 Inizio di un nuovo ciclo

Se al momento della domanda le mestruazioni non sono ancora iniziate, rispondere negativamente. L'app chiederà quindi di nuovo dopo un lasso di tempo predefinito se il nuovo ciclo è iniziato.

Solo dopo aver confermato l'inizio di un nuovo ciclo, questa domanda viene archiviata e il ciclo precedente, se presente, chiuso. Il nuovo ciclo inizierà solo dopo la conferma dell'utente. A quel punto non sarà più possibile effettuare modifiche o registrazioni per il ciclo precedente.

18.2 Primo giorno di mestruazioni nel nuovo ciclo

Una volta confermato l'inizio di un nuovo ciclo, la domanda successiva riguarda il primo giorno della mestruazione (Figura 54), da indicare, come fatto in precedenza, selezionandolo dal calendario (Android) o dal selettore di date (iOS).

Non è possibile selezionare una data nel futuro.

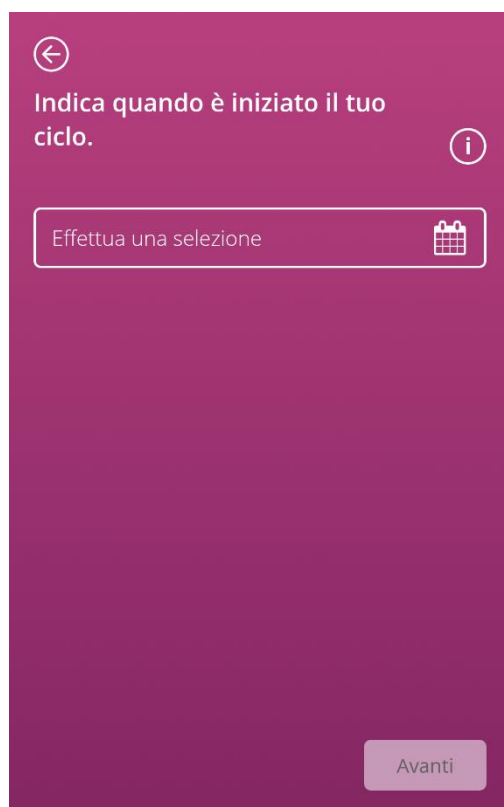


Figura 54 Inizio di un nuovo ciclo - Data

18.3 Scelta della marca per il nuovo ciclo

Dopo aver risposto alle due domande sull'inizio del ciclo e sul primo giorno di mestruazioni del nuovo ciclo, FlowCyclo® permette di selezionare di nuovo una marca di assorbenti valida per il nuovo ciclo. È possibile selezionare solo una delle due marche di prodotti proposte. Le marche di assorbenti utilizzate determinano il metodo di quantificazione che viene applicato per il ciclo. Maggiori informazioni in proposito sono disponibili al capitolo 9 Scelta della marca d.



Nota

La marca selezionata non può essere modificata durante un ciclo in corso. Il metodo di quantificazione utilizzato in base alla marca del prodotto viene stabilito per un ciclo completo. L'utente ha però la possibilità di selezionare un'altra marca, e dunque un altro metodo di quantificazione, all'inizio del ciclo successivo.

Ciclo irregolare

19 Ciclo irregolare

Al primo utilizzo di FlowCyclo® viene chiesto all'utente quanti giorni dura il suo ciclo (8.4 Domanda – Durata del ciclo). È possibile scegliere tra quattro diverse risposte:

- <21 giorni
- 21-35 giorni
- >35 giorni
- Variabile / Irregolare

Selezionando una durata del ciclo variabile o irregolare, l'app chiede di inserire tutte le perdite ematiche e i giorni con flusso assente per 35 giorni, in modo da poter registrare e valutare tutte le perdite che si verificano durante il ciclo irregolare. Dopo 35 giorni inizia un nuovo periodo, sempre della durata di 35 giorni, in cui è possibile continuare a inserire le perdite ematiche.

Se la durata del ciclo selezionata è inferiore a 21 giorni o superiore a 35 giorni, l'app gestisce il ciclo in modo simile a un ciclo irregolare. Poiché un ciclo di durata inferiore a 21 giorni o superiore a 35 giorni è insolito, FlowCyclo® cerca di registrare quanti più dati possibili sulle perdite ematiche.

Se il ciclo ha una durata inferiore a 21 giorni, FlowCyclo® chiede di inserire tutte le perdite ematiche per un periodo di 35 giorni. Inserendo i dati sulle perdite ematiche per 35 giorni, sarà poi possibile tracciare un profilo del ciclo a partire dalla sua durata presunta. Ciò può fornire soprattutto al medico importanti informazioni sul profilo mestruale personale.

Se la durata del ciclo indicata nell'app è superiore a 35 giorni, l'app termina comunque il ciclo dopo 35 giorni. Viene però chiesto di inserire un altro ciclo nell'app. È possibile inserire altri cicli nell'app di massimo 35 giorni ciascuno. Registrando più cicli, il medico potrà ottenere importanti informazioni sul profilo mestruale a lungo termine.

Notifiche

20 Notifiche

FlowCyclo® mostra diverse notifiche per ricordare all'utente di registrare le perdite ematiche. Le notifiche vengono visualizzate sia aprendo l'app sia, quando l'app è chiusa, come notifiche di sistema. Scopo delle notifiche è garantire che i dati inseriti siano completi e corretti.

20.1 Notifiche in-app

All'interno dell'app FlowCyclo® vengono visualizzati due diversi tipi di notifiche.

20.1.1 Registrazioni mancanti

Se non sono state effettuate registrazioni per un lungo periodo, l'app ricorda di registrare le perdite ematiche.

A questo scopo l'app mostra una notifica all'apertura. È possibile chiudere la notifica toccando il tasto Chiudi.

20.1.2 Inizio di un nuovo ciclo

Non appena calcolato l'inizio di un nuovo ciclo in base ai dati inseriti dall'utente, l'app mostra una notifica in cui viene chiesto se il nuovo ciclo è già iniziato. Rispondendo «No» a questa domanda toccando il tasto corrispondente, la notifica si ripete fino alla conferma dell'inizio di un nuovo ciclo.

Confermando l'inizio di un nuovo ciclo toccando il tasto «Sì», vengono poste due ulteriori domande sul primo giorno del nuovo ciclo e sulla marca degli assorbenti. Maggiori informazioni su questo processo sono disponibili nel capitolo 18 Inizio di un nuovo ciclo.

Se la durata del ciclo selezionata è inferiore a 21 giorni o superiore a 35 giorni o se è stata indicata una durata del ciclo irregolare, dopo 35 giorni l'app terminerà automaticamente il ciclo e ne inizierà uno nuovo. In questo caso non viene chiesto di indicare il primo giorno di mestruazioni. All'inizio di ogni nuovo ciclo è tuttavia possibile selezionare la marca degli assorbenti.

20.2 Notifiche di sistema

Quando è chiusa, l'app FlowCyclo® mostra diverse notifiche al di fuori dell'app.



Nota

Può accadere che le notifiche di sistema non vengano visualizzate. Ciò può avere cause diverse a seconda del sistema operativo in uso.

Se si utilizza uno smartphone Android, è possibile che dopo un riavvio le notifiche non vengano visualizzate. Per riattivarle, è necessario effettuare una registrazione nell'app. Successivamente le notifiche verranno visualizzate come prima.

Se si utilizza uno smartphone iOS, è necessario consentire la visualizzazione delle notifiche nelle impostazioni del dispositivo. Senza questo consenso, non verranno visualizzate notifiche di sistema al di fuori dell'app.

20.2.1 Registrazioni mancanti

Se non sono state effettuate registrazioni per un lungo periodo, l'app ricorda di completare i dati anche se al momento non è aperta. Toccando la notifica si entra direttamente nell'app e si possono registrare i dati mancanti.

20.2.2 Inizio di un nuovo ciclo

Non appena calcolato l'inizio di un nuovo ciclo in base ai dati inseriti dall'utente, l'app mostra una notifica di sistema se al momento non è aperta.

Toccando la notifica di sistema, l'app si apre sulla domanda relativa all'inizio di un nuovo ciclo, come illustrato nel capitolo 18 Inizio di un nuovo ciclo.

20.3 Modifica dell'intervallo di invio dei promemoria

L'app consente di impostare individualmente l'intervallo o l'orario previsto per i promemoria in caso di dati mancanti.

È possibile impostare un intervallo per i promemoria, ad esempio ogni otto ore. A tal fine selezionare il tasto «Intervallo» e impostare la distanza temporale tra i promemoria (Figura 55).

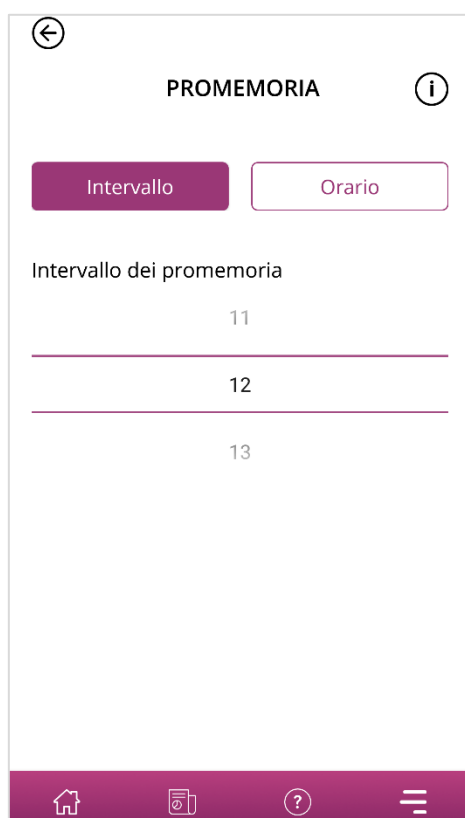


Figura 55 Impostare l'intervallo dei promemoria

È possibile anche impostare un orario fisso per i promemoria. A tal fine toccare il tasto «Orario» e impostare l'orario preferito selezionandolo nella ruota di selezione visualizzata (Figura 56).

PROMEMORIA

Intervallo

Orario

Orario del promemoria giornaliero

11	59
12	00
13	01

Figura 56 Impostare l'orario dei promemoria

FAQ

21 Domande frequenti

In caso di domande sui flussi mestruali, sull'app o sul suo funzionamento, è possibile trovare ulteriori informazioni all'interno della stessa app.

Informazioni come queste si trovano nella sezione FAQ (Domande frequenti), accessibile dalla voce del menu «FAQ» (Figura 4 Menu).

21.1 Categorie di FAQ

Toccando la voce del menu «FAQ» si accede alla relativa schermata (Figura 57), che mostra le categorie di FAQ attuali.



Figura 57 FAQ - Categorie

Sono selezionabili tre categorie, ciascuna contenente domande diverse. Per aprire una categoria è sufficiente toccarla.

21.2 Categorie di FAQ – Domande

Dopo aver toccato una categoria si accede alla relativa schermata, contenente tutte le domande della categoria selezionata, come mostrato nell'esempio della Figura 58.

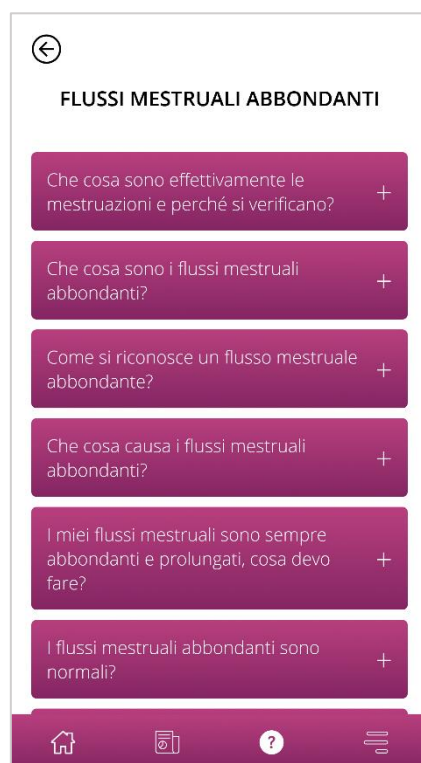


Figura 58 FAQ - Domande

Per visualizzare la risposta a una domanda, è possibile aprirla toccando la domanda. In questo modo si apre la risposta alla domanda (Figura 59).

Toccando di nuovo la domanda la risposta si richiude.

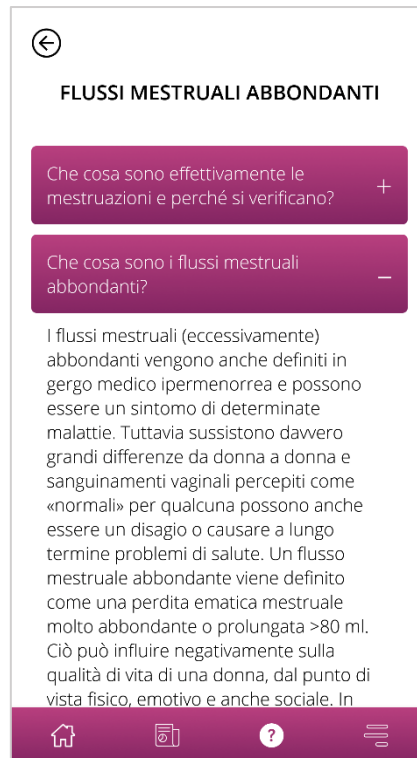


Figura 59 FAQ - Domande e risposte

In caso di ulteriori domande non contemplate nelle FAQ è possibile rivolgersi all'assistenza tecnica, come spiegato nel prossimo capitolo.

Ulteriori informazioni

22 Assistenza

È possibile richiamare le diverse possibilità di assistenza, come descritto nel capitolo 6.3 Manuale utente, toccando la voce del menu «Assistenza».

Si accede alla schermata Assistenza (Figura 6), che mostra tutte le opzioni di assistenza offerte dall'app.

22.1 Assistenza via e-mail

Per inviare una richiesta di assistenza via e-mail, sulla schermata Assistenza toccare l'indirizzo e-mail (Figura 60). Si aprirà l'app di posta elettronica dello smartphone e sarà possibile scrivere una richiesta.

Invia un'e-mail:



FlowCyclo@bayoocare.com

Figura 60 Indirizzo e-mail

22.2 Assistenza telefonica

Per effettuare una richiesta di assistenza chiamando il numero di supporto gratuito, sulla schermata Assistenza toccare il numero di telefono (Figura 61). Si aprirà l'app Telefono dello smartphone e sarà possibile chiamare l'assistenza.

Chiama il servizio clienti dell'app FlowCyclo:



[0800 005 670](tel:0800 005 670)

Figura 61 Supporto telefonico - Numero di telefono

22.3 Istruzioni per l'uso

Selezionando «Istruzioni per l'uso» si accede alla guida per l'uso di FlowCyclo®. Toccando le istruzioni per l'uso (Figura 62) lo smartphone visualizza la selezione standard per l'apertura dei file PDF, dove sarà possibile selezionare l'app preferita in cui aprire le istruzioni per l'uso in formato PDF.

Il manuale utente dell'app FlowCyclo:



[Mostra il manuale utente in italiano](#)

Figura 62 Istruzioni per l'uso

22.4 Feedback

Dopo aver registrato in FlowCyclo® almeno un ciclo completo, sarà possibile valutare l'app fornendo un feedback. Per farlo, toccare l'opzione Feedback mostrata non appena completato un ciclo.



Nota

È possibile fornire un feedback solo dopo aver registrato un ciclo completo in FlowCyclo®. In caso contrario l'opzione Feedback non viene visualizzata.

Si accede alla schermata Feedback con diverse domande cui è possibile rispondere selezionando una delle icone di valutazione.



Nota

Se è già stato fornito un feedback per il ciclo precedente, durante il ciclo in corso non sarà possibile fornire altri feedback.

23 Note legali

È possibile richiamare i diversi contenuti legali dell'app toccando la voce del menu «Note legali» (Figura 4).

Si accede alla schermata Note legali (Figura 63), sulla quale sono indicati i link per accedere alle Disposizioni sulla protezione dei dati e alle Condizioni di utilizzo, così come le informazioni sul produttore. Qui è inoltre possibile impostare le proprie preferenze in merito alla raccolta di dati analitici dell'app.

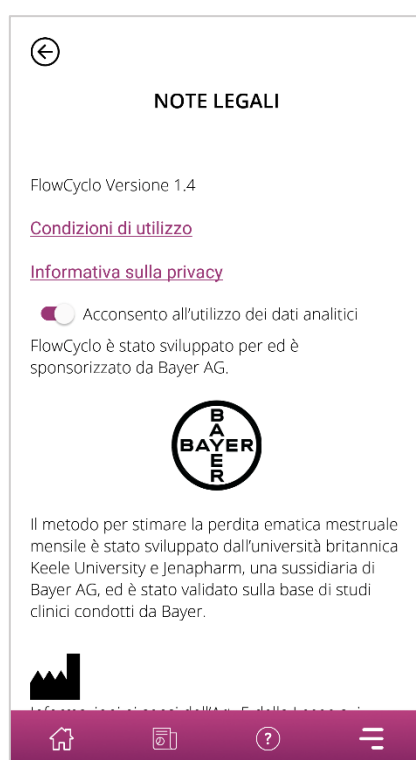


Figura 63 Note legali

23.1 Condizioni di utilizzo

Per leggere le Condizioni di utilizzo, toccare il link corrispondente. Lo smartphone visualizza la selezione standard per l'apertura dei file PDF, dove è possibile selezionare l'app preferita in cui aprire il file PDF delle Condizioni di utilizzo.

23.2 Disposizioni sulla protezione dei dati

Per leggere le Disposizioni sulla protezione dei dati, toccare il link corrispondente. Lo smartphone visualizza la selezione standard per l'apertura dei file PDF, dove è possibile selezionare l'app preferita in cui aprire il file PDF delle Disposizioni sulla protezione dei dati.

23.3 Informazioni sul produttore

Le informazioni sul produttore contengono le informazioni sul produttore legale.

23.4 Raccolta di dati analitici

È possibile impostare le proprie preferenze in merito alla raccolta e all'utilizzo dei dati analitici dell'app per il miglioramento di FlowCyclo® in qualsiasi momento. Qualora si sia acconsentito alla raccolta di tali dati al primo avvio dell'app, il cursore per questa impostazione viene attivato, diversamente sarà disattivato. Toccando il cursore la nuova preferenza viene applicata automaticamente.

PP-MIR-CH-0033-1-09/2021