

## Fertility Awareness Methods – Methoden zur Förderung des Fruchtbarkeitsbewusstseins (MFFB)

- ♦ Fertility Awareness bedeutet wörtlich übersetzt „Fruchtbarkeits- oder Fertilitätsbewusstsein“. Unter diesem Begriff werden verschiedene Möglichkeiten zur Bestimmung der fruchtbaren und unfruchtbaren Phasen im weiblichen Zyklus zusammengefasst. Diese sogenannten Methoden zur Förderung des Fruchtbarkeitsbewusstseins (MFFB) können somit zur Empfängnisförderung eingesetzt werden.
- ♦ Grundlage aller Fertilitätsbewusstseins-Methoden ist die genaue Berechnung der fruchtbaren und unfruchtbaren Tage im Zyklus der Frau anhand ihrer natürlichen physiologischen Zeichen. Auf diese Weise kennen Paare die Phasen im Zyklus der Frau, in denen es zu einer Schwangerschaft kommen kann.
- ♦ Es gibt verschiedene Arten und Methoden, mit denen Frauen ihre Fruchtbarkeit bestimmen können. Hierzu gehören z.B. die Temperaturmethode, die Zervixschleimmethode, die Kalendermethode und die Symptothermalmethode.
- ♦ Als einziger Fertility-Tracker kombiniert Daysy die Temperaturmethode mit einem hochentwickelten Algorithmus und nutzt statistische Berechnungen, um eine genaue Prognose zu gewährleisten.

### Chancen und Herausforderungen von MFFB

- ♦ Der wichtigste Vorteil aller Methoden zur Förderung des Fruchtbarkeitsbewusstseins ist, dass sie zu 100 % natürlich sind und damit ohne gesundheitliche Nebenwirkungen auskommen. Sie basieren ausschließlich auf der Beobachtung des eigenen Körpers und des Zyklus. Dadurch entsprechen die Methoden dem Wunsch vieler gesundheitsbewusster Frauen nach einem natürlichen Lebensstil, individueller Körperwahrnehmung und einem aufgeklärten Körperempfinden. Frauen lernen nicht nur ihre

Daysy ist zur Empfängnisförderung und Zyklusbeobachtung anzuwenden. Daysy ist kein Ersatz für die Verhütung.

fruchtbaren Phasen kennen, sondern werden auch viele andere Veränderungen ihres Körpers besser einordnen und verstehen können.

- ♥ Damit die MFFB-Methoden genau und zuverlässig angewendet werden können, ist eine gewisse Übung in der Beobachtung über einige Monatszyklen und Kontinuität nötig.

## Daysy als genaue Methode im Sinne der MFFB

- ♥ Daysy ist eine Methode im Sinne der MFFB und berechnet als zuverlässiger Lifestyle Fertility-Tracker die fruchtbare Phase im Zyklus der Frau auf Basis einer effektiven, genauen und sehr sensitiven computerassistierten Basaltemperatur-Kontrolle direkt nach dem Aufwachen.
- ♥ Besonders genaue Messungen erlaubt der in Daysy integrierte Temperatursensor. Dies unterscheidet Daysy besonders von anderen Methoden, bei denen ein separates Basalthermometer benötigt wird, und es der Nutzerin selbst überlassen ist, welches Thermometer sie verwendet und nie sichergestellt ist, dass das eingesetzte Thermometer notwendige Standards erfüllt. Die Folge sind mögliche Messungenauigkeiten und Rundungsfehler vom Thermometer selbst oder bei der Übertragung der Daten in die App.
- ♥ Durch einen intelligenten Algorithmus, der auf wissenschaftlichen Untersuchungen, langjährigen Erfahrungswerten von inzwischen mehr als 500.000 Nutzerinnen und ausgereifter Technologie basiert, bieten die Produkte von Valley Electronics höchste Qualität, Genauigkeit und Verlässlichkeit für die Zyklusbeobachtung.

Daysy ist zur Empfängnisförderung und Zyklusbeobachtung anzuwenden. Daysy ist kein Ersatz für die Verhütung.

## Pressekontakt

Für weitere Informationen wenden Sie sich gerne an:

### Christian Solbach

Valley Electronics AG  
E-Mail: [press@daysy.me](mailto:press@daysy.me)  
Tel: +41 44 577 68 69

### Denis Haßing

Hering Schuppener Healthcare  
E-Mail: [dhassing@hs-healthcare.de](mailto:dhassing@hs-healthcare.de)  
Tel: +49 151 182 307 16

Weitere Informationen finden Sie zudem unter: [ch.daysy.me](http://ch.daysy.me)