



Bem-vindo ao kit do seu teste

Irá realizar o teste denominado por Advanced Gut Health Screen Urine da Nordic Laboratories, do qual obterá informação de apoio à sua saúde.

O futuro da medicina é o tratamento personalizado, tendo por base informação bioquímica e genética sua. Este teste irá dar-lhe dados seus para que possa seguir uma estratégia de tratamento personalizada e permitirá que estabeleça níveis superiores de saúde.

Neste kit encontrará todo o material necessário para proceder à colheita. Por favor leia atentamente as instruções e siga passo a passo. Os seus resultados ficarão disponíveis para o seu profissional de saúde dentro de três semanas após recepção das amostras.

Se tiver alguma questão, preocupação ou precisar de apoio, por favor contacte a nossa equipa de apoio pelo +45 33 75 10 00 ou via e-mail info@nordic-labs.com.

Verifique o seu Kit

Materiais para envio

- Caixa que contém o kit (**por favor conserve esta caixa para devolver a amostra**)
- Instruções para envio
- Envelope almofadado
- Formulário de pedido do teste - Personal Information Form
- Materiais para envio
- saco pequeno de gel para congelar

Materiais para colheita

- 1 x Tubo de tampa branca (o interior do frasco é revestido pelo conservante timol que não é visível ao olhar)
- 1 x Pipeta descartável
- 1 x Etiqueta
- 1x Papel Absorvente
- Saco para amostras com perigo biológico



Nygade 6, 3.sal . 1164 Copenhagen K . Denmark . Tlf: +45 33 75 10 00

info@nordic-labs.com . www.nordic-labs.com

Preparação

No formulário de pedido do teste:

- Preencha os seus dados e do seu médico/prescritor.
- Em 'test requested', selecione a opção IPA.
- Em 'sample information', escreva a data e horários de cada recolha.
- Em 'comments', escreva o nome de medicamento(s) e/ou suplemento(s) que esteja a tomar.

Quando realizar a colheita

- O teste deverá ser realizado com a sua urina da manhã e de estômago vazio.

Antes da colheita

- O teste de urina deverá ser feito antes de iniciar a alimentação isenta de caseína e glúten.
- 2 semanas antes de realizar o teste, ingira quantidades significativas de produtos lácteos e cereais como pão, leite, queijo, iogurte, massa, muesli etc.
- Deverá estar em jejum há 12 horas antes de realizar o teste. Apenas beba água quando necessário.
- **Notas importantes:**
 - Não realize a colheita durante o período menstrual.
 - Saiba que o frasco contém conservante. Não LAVE.

Procedimento de colheita



Passo 1:

Esvazie a bexiga antes de ir dormir, à noite (NÃO FAÇA COLHEITA DESTA URINA).



Passo 2:

Escreva o seu nome, data de nascimento, género e data de colheita na etiqueta e cole-a no frasco de tampa branca.



Passo 3:

Faça colheita da urina durante a noite (se urinar) e da primeira urina da manhã, para um frasco/copo limpo.



Passo 4:

Transfira urina, com recurso à pipeta descartável, para o frasco de tampa branca até à linha dos 10ml (NÃO ENCHA DEMASIADO).



Passo 5:

Aperte firmemente a tampa e descarte a urina remanescente.



Passo 6:

Coloque o frasco que contém a amostra e o saco de gel no saco para amostras de risco biológico, e feche-o.



Passo 7:

Coloque o saco para amostras de risco biológico no congelador, deixe aí até ao momento de envio.

Preparação para envio

Quando agendar o envio

- Envie a sua amostra tão brevemente quanto possível. Preferencialmente até 48 horas após colheita. Importante: certifique-se que quer o saco de gel, quer a amostra, estão completamente congelados antes do envio (geralmente 6 horas no congelador são suficientes).

Quando estiver pronto para enviar

- Assegure-se que forneceu a seguinte informação:
 - Formulário - Personal Information Form: devidamente preenchido.
 - Pro-forma Invoices: preencha os documentos enviados (**apenas necessário se estiver a enviar a partir de um país fora da UE**).
- Prepare o seu envio:
 - Retire o saco para amostras de risco biológico do congelador.
 - Coloque dentro do envelope almofadado, o saco para amostras de risco biológico e o formulário de pedido de teste devidamente preenchido, e feche-o.
 - Coloque o envelope na caixa, e depois, dentro do saco da DHL e envie (veja as Instruções de envio).