

# Lähetysvalmistelut

## Lähetysten ajoitus

- Lähetä näyte niin pian kuin mahdollista, mieluiten 48 tunnin kuluessa näytteenotosta. Voit lähettää minä tahansa viikonpäivänä.

## Kun olet valmis lähettämään näytteen

Varmista, että olet antanut seuraavat tiedot:

- Veritippakortti: tarkista että olet täyttänyt tarvittavat tiedot kortin taakse.
- Testitilauslomake: varmista, että tiedot on täytetty.

Valmistele lähetyspaketti:

- Aseta näytteesi sisältävä muovipussi sekä testitilauslomake lähetyslaatikkoon
- Aseta laatikko DHL-pussiin ja lähetä (katso erillinen lähetysohje).



dnalife® Blood Spot

FIN

version 001

## Testipakettisi, ole hyvä!

DNA veritippa (blood spot) testi antaa tärkeää tietoa terveytesi liittyen.

Henkilökohtainen hoitostrategia on lääketieteen tulevaisuutta. Se perustuu yksilölliseen biokemiaan ja geeniperimään liittyviin tietoihin. Tämä testi auttaa sinua hankkimaan objektiivista tietoa itsestäsi sekä luomaan tarkemman hoitostrategian ja toteuttamaan muutoksia, jotka johtavat parempaanterveydentilaan.

**Lue ohjeet huolellisesti ja seuraa niitä vaihe vaiheelta.** Tämä testipakkaus sisältää kaiken, mitä tarvitset näytteenottoon. Testituloksesi on lääkärin / terapeutin nähtävänä noin kolme viikkoa sen jälkeen, kun olemme vastaanottaneet näytteen.

Jos sinulla on kysyttävää tai tarvitset tukea testin tekemiseen, voit ottaa yhteyttä 045 1494 777 tai sh@nordic-labs.com.

Katso ohjevideo näytteenottoon tästä linkistä: [nordicvms.com/bloodENG](https://nordicvms.com/bloodENG)

## Tarkista testipaketin sisältö

### Lähetysmateriaalit

- Lähetyslaatikko, jossa näytemateriaalit (säilytä näytteen lähetystä varten)
- Testitilauslomake
- Palautusohjeet
- Lähetysmateriaalit

### Näytteenottomateriaalit

- 1 x Veritippakortti
- 2 x Lansetti
- 2 x Laastari
- 2 x Alkoholipuhdistuslappu
- 1 x Steriili sideharso
- 1 x Suljettava pussi

Mikäli jokin on vanhentunut tai puuttuu, soita +44 (0)15 80 20 16 87 tai lähetä sähköpostia testkits@nordicgroup.eu.

**Huom!** Näytteenotto-ohjeita tulee noudattaa huolellisesti, muutoin näyte voidaan joutua uusimaan tai voi aiheutua viivästyksiä ja näistä voi koitua lisäkuluja.



info@dnalife.healthcare  
www.dnalife.healthcare

Nordic | DNALysis  
Laboratories | Biotechnology

#### Head Office:

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

#### South Africa Office:

North Block, Thrupps Centre  
204 Oxford Rd, Illove 2196  
South Africa  
Tel: +27 (0) 11 268 0268

#### UK Office:

11 Old Factory Buildings, Stonegate  
East Sussex, TN5 7DU  
United Kingdom  
Tel: +44 (0)1580 201 687

## Valmistelu

### Tarvitsemme seuraavat tiedot

Henkilötietolomake: tarkista, että lomakkeella olevat tiedot ovat oikein ja muokkaa niitä tarvittaessa.

### Ennen näytteenottoa

Tämä testi ei vaadi erityistä ruokavaliota ennen näytteenottoa.

### Miten ajoittaa näytteenotto

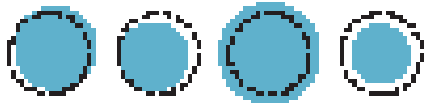
Voit ottaa näytteen viikon jokaisena päivänä

## Näytteenotto

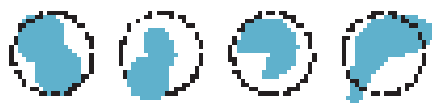
### Vinkit onnistuneeseen näytteenottoon

- Älä kosketa veritippakortin näytteenottokohtaa käsin.
- Lämmitä käsiä hieromalla niitä yhteen ja heiluttelemalla käsiäsi tai lämmitä käsiä lämpimässä vedessä. Tämä lisää verenkiertoa.
- Voit käyttää vyötä tai vaatekappaletta puristussiteenä näytteenotossa käyttämäsi käden ympärille edistämään verenkiertoa. Sido vyö tai vaate tiukasti käsivarren ympärille kyynärpään yläpuolelle.
- Ole seisoma-asennossa ja pidä käsi vyötärön korkeudella näytteenoton aikana.
- Älä kosketa veritippaa missään vaiheessa vaan anna veren tippua sormesta suoraan veritippakortille.
- Kerää tarpeeksi verta, jotta KAIKKI kortin ympyrät täyttyvät

### Esimerkki oikein kerätystä näytteestä



### Esimerkki väärin kerätystä näytteestä



Katso ohjevideo näytteenottoon tästä linkistä: [nordicvms.com/bloodENG](https://nordicvms.com/bloodENG)

## Näytteenotto-ohje



### Vaihe 1:

Kirjoita nimesi, päiväys ja näytteenoton aika veritippakortin taakse. Kirjoita näytteenoton päiväys sekä aika myös testitilauslomakkeeseen.



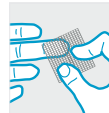
### Vaihe 2:

Ennen näytteenottoa, pese ja kuivaa kätesi puhtaalla pyykeellä ja avaa steriilin sideharso valmiiksi.



### Vaihe 3:

Aseta veritippakortti pöydälle tms. (vyötäröntasoa alemmas) niin että keräysympyrät osoittavat ylöspäin.



### Vaihe 4:

Valitse sormi, josta otat näytteen (jos olet oikeakätinen, vasemman käden keskisormi tai nimetön on yleensä paras, ja päinvastoin vasenkätisellä). Pyyhi sormi alkoholipuhdistuslapulla, ja anna kuivua vähintään minuutin.



### Vaihe 5:

Pidä kiinni lansetin paksusta päästä ja kierrä auki piikki toisesta päästä. Lansetti on nyt valmis käyttöön.



### Vaihe 6:

Paina valkoista kärkeä napakasti sormenpäästä vasten jolloin neula vapautuu ja tekee sormenpään reiän. Neula palautuu automaattisesti takaisin lansettiin ja se on turvallista heittää pois. Pyyhi ensimmäinen veripisara nopeasti pois steriilillä sideharsolla.



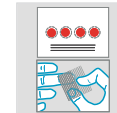
### Vaihe 7:

Hiero peukalolla (älä purista) hellävaraisesti koko sormen pituudelta jotta veritipat pääsevät muodostumaan.



### Vaihe 8:

Kun veritippa muodostuu ja on valmis tippumaan, anna sen pudota veritippakortin keräysrinkulan keskelle. Jatka kunnes kaikki ympyrät on täytetty (mikäli veritippoja ei muodostu riittävästi, toista toisen sormen kanssa vaiheesta 4 alkaen.)



### Vaihe 9:

Kun olet täyttänyt kaikki ympyrät veritippakortissa, pyyhi sormenpää steriilillä sideharsolla ja laita laastari.



### Vaihe 10:

Anna veritippakortin kuivua vähintään 4 tuntia. Kun kortti on kuivunut, laita se mukana tulleeseen pussiin ja säilytä viileässä paikassa kunnes näyte on valmis lähetettäväksi.