

## Lähetysten aikataulu

- NÄYTE TULEE LÄHETTÄÄ MAANANTAINA
- Varmista, että DHL noutaa lähetysten viimeistään maanantaina päivällä

## Kun olet valmis lähettämään

- Varmista, että olet antanut seuraavat tiedot:
  - Henkilötietolomake: varmista, että tiedot on täytetty.
  - Pro-forma-laskut: täytä laskun tiedot laskut (**vain kun lähetys muista kuin EU-maasta**).
- Valmistele lähetyspaketti:
  - Aseta suljetut biovaarapussit pehmustettuun kirjekuoreen ja sulje. Aseta pehmustettu kirjekuori ja täytetty henkilötietolomake mukana toimitettuun lähetyslaatikkoon.
  - Aseta laatikko DHL-pussiin ja lähetä (katso erillinen lähetysohje).



## Testipakettisi, ole hyvä!

GI Effects Microbial Ecology tai Comprehensive Profile testi - Nordic Laboratories - 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 parempaan terveydentilaan.

Tämä testipakkaus sisältää kaiken, mitä tarvitset näytteenottoon. Lue ohjeet huolellisesti ja seuraa niitä vaihe vaiheelta. 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.

**HUOMIOI NÄYTTEENOTON AIKATAULUSTA:** Näytteet kerätään yhden päivän aikana. Näytteet tulee ottaa mielellään maanantaina (joka on lähetyspäivä) tai aikaisintaan sunnuntaina. Lähetys vain maanantaina, tilaathan siis DHL noudon samalle päivälle (Ks. lähetysohjeet)

## Tarkista testipaketin sisältö

### Lähetysmateriaalit

- 1 x laatikko, joka sisältää näytteenottotarvikkeet (**säilytä tämä laatikko näytteiden palauttamista varten**)
- 1 x lähetysohje
- 1 x henkilötietolomake
- 1 x pehmustettu kirjekuori
- 1 x DHL- pussi
- 1 x DHL- rahtikirja
- 2 x Pro-forma-lasku (**vain kun palautus EU:n ulkopuolisesta maasta**)

### Näytteenottomateriaalit

#### **HUOM! YHTEENSÄ 4 PUTKEA JA TIKKU:**

- 1 x biovaarapussi
  - 1 x näytteenkeräysalusta
  - 1 x oranssikorkkinen näyteputki
  - 1 x pinkkikorkkinen näyteputki
  - 1x vihreäkorkkinen näyteputki
  - 1x valkokorkkinen näyteputki
  - 1x näytteenottotikku sekä suoja-putki
  - 1 x etiketti näytteenottotikulle sekä putkelle
  - 1 x kertakäyttökäsine
  - 1 x imupaperi



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

[info@nordic-labs.com](mailto:info@nordic-labs.com) . [www.nordic-labs.com](http://www.nordic-labs.com)

**Huomioi:** Mikäli keräysohjeita ei noudateta huolellisesti, voidaan näytteenotto joutua uusimaan tai tulokset saattavat viivästyä.

Jos jotain puuttuu tai on vanhentunut, otathan yhteyttä +44 15 80 20 16 87 tai [testkits@nordicgroup.eu](mailto:testkits@nordicgroup.eu)

# Valmistelu

## Tarvitsemme seuraavat tiedot

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

## Jos käytät lääkkeitä tai ravintolisiä:

- 2 päivää ennen näytteenottoa, vältä käyttämästä seuraavia, jos ei lääkärisi ole toisin ohjeistanut:
- Ruuanulatusentsyymit, närästyslääkkeet, peräpuikot, peräruiskeet, aktiivihilli, vismutti, suolahappo, mineraaliöljy, risiiniöljy ja / tai bentoniittisavi, aspiriini ja muut tulehduskipulääkkeet (esim Ibuprofeeni).
- Jos käytät antibiootteja, parasiitti- tai sienilääkkeitä, maitohappobakteereita (acidophilus jne.) tai käytät säännöllisesti probiootteja sisältäviä elintarvikkeita (esim. Activia), on suositeltavaa odottaa vähintään 14 päivää viimeisen annoksen jälkeen; antibioottien jälkeen voi olla tarpeen odottaa 28 päivää (tarkista tarvittaessa lääkäriltäsi). Joskus lääkäri voi suositella tekemään testin käytön aikana (esim. Acidophilus) arvioidakseen aineen tehokkuutta.
- Älä käytä protonipumpun estäjiä (PPI) tai vismuttia 14 päivää ennen testausta, jos testiin on lisätty helikobakteeriosio.

## Tärkeää

- ÄLÄ ota näytteitä kuukautisten aikana tai jos sinulla on verenvuotoa peräpukamista
- Odota vähintään 4 viikkoa kolonoskopian tai paksusuolen varjoainekuvauksen jälkeen.
- Älä koskaan lopeta reseptilääkkeiden käyttöä keskustelematta ensin lääkärisi kanssa.
- Vältä näyteputkessa olevan nesteän joutumista iholle ja silmiin. Jos ainetta joutuu silmiin, huuhtelee vedellä huolellisesti 15 minuutin ajan. Iho pestään huolellisesti saippualla ja vedellä. Jos nielet nestettä vahingossa, ota välittömästi yhteys lääkäriin.
- Ole varovainen, kun avaat näyteputkia. (Korkeassa ilmanalassa näyteputkiin voi kertyä painetta. Käytä kangasta suojana ja avaa korkki hitaasti.)
- Pidä näyteputket lasten ulottumattomissa.
- Tätä testiä ei suositella alle kahden vuoden ikäisille potilaille.
- Mikäli havaitset madon näytettä kerätessäsi, laita se VIHREÄkorkkiseen näyteputkeen ja vältä ylimääräisen ulosteen siirtämistä näyteputkeen madon mukana. Voit myös laittaa madon erilliseen lasiseen purkkiin denaturoidun alkoholin kanssa, ilman ulostetta. Kirjoita henkilötietolomakkeeseen, että näytteessä on havaittu mato sekä tee merkintä ""Worm"" näytepurkin kylkeen. Älä sekoita tai ravista näytettä jossa mato on.

## Ulosteenkoostumusohje:



Kova / ummetusta



Koossa pysyvä / normaali

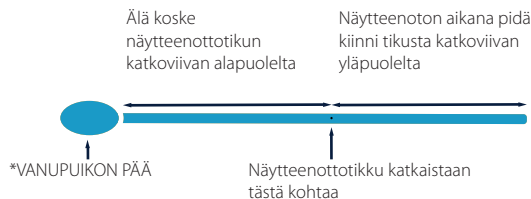


Löysä uloste



Vetinen / ripuli

## Näytteenottotikku & suoja-putki:

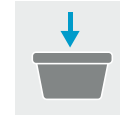


# Näytteenotto-ohje



### Vaihe 1:

Kirjoita nimesi, syntymäaika ja näytteenottopäivä KAIKKIIN neljään näyteputkeen (ID numeroa ei tarvitse täyttää). Täytä näytteenottopäivä myös henkilötietolomakkeeseen.



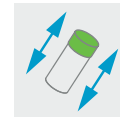
### Vaihe 2:

Laita kertakäyttökäsine käteen. Kerää ulostenäyte keräyslustalle (ÄLÄ sekoita virtsaa, kuukautisverta tai vessavettä). Huomioi: Mikäli havaitset madon näytteessä, laita mato (ilman ulostetta) VIHREÄkorkkiseen näyteputkeen. Älä laita mahdollisia matoja muihin putkiin.



### Vaihe 3:

Avaa vihreäkorkkinen putki. Käytä korkissa olevaa lusikkaa ja siirrä ulostetta putkeen näytteen eri kohdista. Varmista, että ulostetta on merkkiiviivaan asti mutta ei sen yli. Sulje korkki huolellisesti.



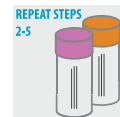
### Vaihe 4:

Ravista putkea voimakkaasti noin 30 sekunnin ajan, jotta säilytysaine sekoittuu ulosteen kanssa.



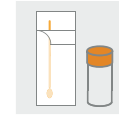
### Vaihe 5:

Merkitse ulosteenkoostumus etikettiin (ks vaihtoehdot yllä).



### Vaihe 6:

Toista vaiheet 2-5 KAIKKIEN KOLMEN putken kanssa (pinkki-, valko- ja oranssikorkkinen putki). Huom. Valkokorkkisessa näyteputkessa ei ole säilöntäainetta.



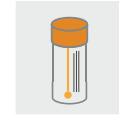
### Vaihe 7:

Avaa näytteenottotikku paketistaan, ota putki ulos ja aseta se pystyasentoon. Pidä tikku suoja-paperissa kunnes olet valmis keräämään näytteen.



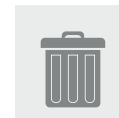
### Vaihe 8:

Pidä kiinni näytteenottotikusta kuten kuvassa edellisellä sivulla. Pyöritä näytteenottotikun vanupäätä ulostenäytteessä. Tarkista, että tikussa on ulostetta. Muutoin pyöritä tikkua uudelleen kunnes siihen tarttuu ulostetta.



### Vaihe 9:

Avaa suoja-putki ja työnnä vanutikku sisään samalla pyörittäen vanutikkua putken sisäreunoja vasten. Katkaise vanutikku merkitystä kohtaa, laita korkki paikalleen ja ravista putkea. Kirjoita nimi, syntymäaika, sukupuoli ja keräyspäivä etikettiin ja liimaa se paikalleen.



### Vaihe 10:

Hävitä jäljelle jäänyt uloste ja keräyssastia asianmukaisesti mustassa roskapussissa.



### Vaihe 11:

Laita KAIKKI näyteputket biovaarapussiin ja sulje se. Aseta pussi jääkaappiin, kunnes olet valmis lähettämään.