

AdrenalPrint

INSTRUKCJA POBRANIA MATERIAŁU DO BADANIA (ŚLINA)

WAŻNE INFORMACJE

Przeczytaj przed wykonaniem badania

- **Nie wykonuj** badania, jeśli w ciągu ostatnich 7 dni przyjmowałeś leki (również w postaci maści) sterydowe lub hydrokortyzon. Jeśli suplementujesz DHEA również nie wykonuj badania. **Pamiętaj, że nie należy przerywać stosowania leków bez konsultacji z lekarzem.**
- 30 minut przed pobraniem każdej próbki **unikaj jedzenia i picia, żucia gumy i palenia**. W przypadku wątpliwości należy dokładnie przepłucz usta wodą na 5 minut przed pobraniem próbki.
- **Unikaj** pobierania próbek podczas noszenia błyszczyka lub szminki. Jeśli masz na ustach błyszczyk lub szminkę należy ją usunąć przed pobraniem.
- **Nie pobieraj** próbki śliny w ciągu 15 minut od szczotkowania zębów lub po użyciu nici dentystycznej.
- **Nie wysyłaj** próbek śliny zanieczyszczonych krwią (czerwonawy odcień) lub przebarwionych w inny sposób, gdyż próbka może zostać odrzucona przez laboratorium.
- Próbki śliny **pobierz w tym samym dniu**. Pominiętego pobrania **nie można** zastąpić pobraniem próbki na następny dzień. W takim przypadku wszystkie próbki należy pobrać ponownie do nowego zestawu pobraniowego.
- **Pobranie próbek zaleca się w dniu, który najbardziej odpowiada codziennemu stylowi życia** (poziom stresu, godziny wstawania itp.). Jeśli jest on nieregularny lub nie ma możliwości ustalenia takiego dnia, należy pobrać próbki w dniu, który jest wygodny dla Ciebie.

Upewnij się, że zestaw pobraniowy zawiera wszystkie poniższe elementy:

1 zestaw do pobrania próbki zawiera: 5 rurek, 5 pojemników na ślinę, 5 naklejek z identyfikatorem próbki, 1 foliopak kurierski, 1 skierowanie na badania. Jeśli w zestawie brakuje któregoś z wymienionych elementów lub potrzebujesz dodatkowych informacji skontaktuj się z nami: 22 831 01 02 .

POBRANIE MATERIAŁU



1. Przed pobraniem pierwszej próbki wypełnij skierowanie na badanie, pozostawiając puste miejsca na wpisanie czasu i daty pobrania próbek.

Nieprawidłowe wypełnienie zlecenia i opisanie próbek może skutkować nieprzyjęciem próbek przez laboratorium.



2. Umieść rurkę w pojemniku do pobrania śliny przed pójściem spać, aby rano być gotowym do pobrania pierwszej próbki śliny.



3. Pobierz pierwszą próbkę (S1) jak się tylko obudzisz, najlepiej, gdy jeszcze leżysz w łóżku. Wyjmij rurkę i pojemnik do pobrania z opakowania. Umieść rurkę w ustach i użyj do umieszczenia śliny w pojemniku. Upewnij się, że zaokrąglony koniec rurki znajduje się w pojemniku do pobrania a nie w Twoich ustach.



4. Napełnij pojemnik śliną co najmniej do połowy (jeśli to możliwe to do $\frac{3}{4}$ pojemnika), nie licząc objętości piany. Jeśli zebrałeś zbyt dużo spienionej śliny, zamknij pojemnik na ślinę i następnie odstaw próbkę na 2-3 minut do chłodziarki. Następnie wyjmij i postukaj w probówkę, co sprawi że piana oddzieli się od płynnej frakcji śliny.



5. Używając prawidłowej etykiety, w tym przypadku S1 dla próbki pierwszej, zapisz na niej datę i czas pobrania zanim przykleisz etykietę na pojemnik ze śliną. Zapisując godzinę używaj zapisu 24:00, aby nie było wątpliwości o której godzinie została pobrana próbka.



6. Pobraną próbkę przechowuj w plastikowej torebce dostarczonej wraz z zestawem pobraniowym w lodówce do momentu zebrania wszystkich pozostałych próbek.

7. Powtórz kroki 2-3 przy pobraniu pozostałych czterech próbek. Pozostałe próbki powinny być pobrane w godzinach pokazanych poniżej:

Próbka 2	30 minut po obudzeniu	Etykieta S2
Próbka 3	1 godzinę po obudzeniu	Etykieta S3
Próbka 4	6-8 godzin po obudzeniu	Etykieta S4
Próbka 5	Tuż przed pójściem spać	Etykieta S5



8. Po pobraniu wszystkich próbek, umieść je razem z wypełnionym formularzem zgłoszeniowym w opakowaniu zestawu pobraniowego, a następnie włóż pudełko do foliopaku kurierskiego.



NAJCZĘŚCIEJ ZADAWANE PYTANIA

Jestem w trakcie przyjmowania leków, czy mogę wykonać badanie?

Jeśli w ciągu ostatnich 7 dni przyjmowałeś leki sterydowe (również w postaci maści, inhalatorów, aerozoli) lub hydrokortyzon nie wykonuj badania. Jeśli suplementujesz DHEA również nie wykonuj badania.

UWAGA: Pamiętaj, że nie należy przerywać stosowania leków bez konsultacji z lekarzem.

Pozostałe leki, które rutynowo przyjmujesz nie powinny wpływać na wynik badania.

Czy do wykonania badania można zastosować inny sposób pobierania śliny?

Aby mieć pewność, że pobrana próbka nie zostanie odrzucona przez laboratorium, do pobrania należy używać tylko dedykowanych do tego celu zestawów.

Co w przypadku kiedy nie jestem w stanie pobrać odpowiedniej ilości śliny?

Zrelaksowanie się może znacznie ułatwić przepływ śliny. Dlatego przed pobraniem próbki powinieneś zrelaksować się, posiedzieć przez kilka minut w spokoju i pozwolić na zgromadzenie się śliny w ustach.

Inne wskazówki, które mogą wspomóc przepływ śliny:

- Poruszaj językiem po jamie ustnej, ponieważ może to wspomóc przepływ śliny.
- Usiądź i pooglądaj zdjęcia potraw, pomyśl o ulubionej potrawie lub o gotowaniu.

Czy mogę pobierać próbki śliny przez kilka kolejnych dni?

Nie, Twoje próbki muszą być pobrane w tym samym dniu. Jeśli pracujesz zmianowo, próbkę należy pobrać w dniu, który jest typowy dla Ciebie tj. od momentu obudzenia się przez cały okres czuwania, aż do momentu pójścia spać.

SYMBOLE

Na zestawie pobraniowym mogą pojawić się następujące symbole:



ODBIÓR PRÓBEK

- **Po pobraniu wszystkich próbek skontaktuj się z nami do godziny 9:30**, aby kurier odebrał przesyłkę tego samego dnia.
- Kurier może przyjechać na dowolny, podany przez Ciebie adres.
- Próbki w tym czasie należy przechowywać w temperaturze pokojowej.
- Koszt odbioru jest po naszej stronie.
- Zadzwoń: **22 831 01 02**