



## Testipakettisi, ole hyvä!

MycoTOX testi - Nordic Laboratories - antaa tärkeää tietoa terveyteesi 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](mailto:sh@nordic-labs.com)

## Tarkista testipaketin sisältö

### Lähetysmateriaalit

- 1 x Laatikko, joka sisältää näytteenottotarvikkeet (**säilytä tämä laatikko näytteiden palauttamista varten**)
- 1 x Lähetysohje
- 1 x Henkilötietolomake
- 1 x Hopeanvärinen eristyskuori
- 1 x DHL- lähetyspussi
- 1 x DHL- rahtikirja
- 2 x Pro-forma-lasku (vain kun palautus EU:n ulkopuolisesta maasta)

### Näytteenottomateriaalit

- 1 x Kannellinen virtsankeräysputki
- 1 x Pieni geelijäppakkaus
- 1 x Biovaarapussi
- 1 x Imupaperi

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

**Huomioi:** Mikäli keräyssohjeita ei noudateta huolellisesti, voidaan näytteenotto joutua uusimaan, tulokset saattavat viivästyä ja aiheutua lisäkuluja.



## Valmistelu

### Tarvitsemme seuraavat tiedot

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

### Näytteenoton ajoitus

- Tämä näyte tulee ottaa aamulla, ennen kuin syöt tai juot mitään (ks. Näytteenotto-ohjeet)

### Ennen näytteenottoa

- Vähennä nesteen saantia, jotta virtsa ei laimennu liikaa.
- Rajoita nesteiden nauttimista näytteenottoa edeltävänä iltana klo 18.00 alkaen (aikuiset). Virtsan on oltava väriltään keltaista. Jos virtsa on kirkasta, näyte on laimentunut. Jos näyte on laimentunut, kaada se pois. Huuhtelee virtsankeräysastia kuumalla VEDELLÄ (ilman saippuaa) ja anna kuivaa. Ota sitten uusi näyte.
- Tyhjennä virtsarakko illalla ennen nukkumaanmenoa yöllä (älä kerää tätä virtsaa).
- Sinun tulee paastota 12 tunnin ajan ennen näytteenottoa.
- Vältä sidosaineita, kuten lääkkeitä ja bentoniittia, 72 tunnin ajan ennen näytteenottoa.

### Jos käytät ravintolisä

- Vältä näitä kolmen päivän ajan ennen näytteenottoa: glutationi, bentoniittisavi tms ja aktiivihiili. Jos käytät immunosuppressiivaa lääkitystä (mykofenolaattimofetiili CellCept/Mycofortic), muista merkitä tämä henkilötietolomakkeeseen.
- Tärkeää: Älä lopeta lääkkeiden tai lisäravinteiden käyttöä keskustelematta ensin lääkärisi/terapeuttisi kanssa.

### Tärkeää

- ÄLÄ ota näytettä kuukautisvuodon aikana.

## Lähetysvalmistelut

### Lähetysten aikataulu

- Lähetä näytteet niin pian kuin mahdollista, mielellään 48h sisällä näytteenotosta. **Tärkeää:** Varmista, että molemmat jääpakkaukset ja näyte ovat kokonaan jäätyneet ennen lähetystä (yleensä min. 6h)

### Kun olet valmis lähettämään näytteen

- Varmista, että seuraavat tiedot on annettu:
  - Henkilötietolomake täytettynä ja tarkistettuna.
  - Pro-forma-laskut (vain, jos lähetät EU:n ulkopuolelta).
- Lähetysvalmistelu
  - Lähetä näytteet näytteenottopäivänä.
  - Ota biovaarapussi, jossa jääpakkaukset ja näyte, pois pakasteesta.
  - Laita pussi hopeanvärisen lämpökuoreen henkilötietolomakkeen kanssa ja sulje.
  - Laita lämpökuori mukana tullessaan lähetyslaatikkoon, laita laatikko DHL pussiin ja lähetä (ks. Lähetysohjeet)

## Näytteenotto-ohjeet



### Vaihe 1:

Kirjoita nimesi, syntymäaika ja näytteenottopäivämäärä sekä -aika virtsankeräyskupin nimilappuun. Merkitse näytteenottopäivämäärä myös henkilötietolomakkeeseen.



### Vaihe 3:

Laita virtsankeräyskupin kansi tiukasti kiinni.



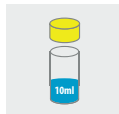
### Vaihe 4:

Laita näytteen sisältävä virtsankeräyskupi ja jääpakkaukset biovaarapussiin. Sulje pussi.



### Vaihe 5:

Laita biovaarapussi, jossa virtsankeräyskupi ja jääpakkaukset pakastimeen, kunnes olet valmis lähettämään.



### Vaihe 2:

Kerää aamun ensimmäinen virtsa (FMV) kannelliseen virtsankeräysastiaan. Varmista, että kupissa on vähintään 10ml virtsaa.