



## Päivä 3 näyte jatkuu



### Vaihe 8:

Merkitse ulosteen koostumus näyteputkeen (ks. havainnekuvat)



### Vaihe 9:

Laita valkokorkkinen näyteputki toiseen suljettavaan muovipussiin. Aseta geelijääpakkauus muovipussin erilliseen taskuun, laita muovipussi pehmustettuun kuoreen ja pakasta vähintään 6 tuntia.



### Vaihe 10:

Merkaa tilauskaavakkeeseen viimeisen näytteen keräyspäivä.

## Lähetysvalmistelut

### Lähetysaikataulu

- Lähetä näytteet niin pian kuin mahdollista. Jos et voi lähettää näytteitä samana päivänä kun kaikki näytteet on otettu (esim. viikonloppuna), säilytä jääkaapissa lähetyslaatikko jossa kelta- ja mustakorkkiset näyteputket ovat, ja jätä valkokorkkinen näyteputki pakastimeen kunnes voit lähettää näytteet. Älä säilytä näytteitä yli 3 vuorokautta.
- Suosittelemme lähettämään näytteet maanantaina, jos mahdollista (tai viimeistään tiistaina.)

### Kun olet valmis lähettämään näytteet

- Varmista, että olet antanut seuraavat tiedot:
  - Testitilauslomake: varmista, että tiedot on täytetty.
  - Pro-forma-laskut: täytä laskun tiedot laskut (**vain kun lähetys muista kuin EU-maasta**).
- Valmistele lähetyspaketti:
  - Ota pakastimesta pehmustettu kirjekuori, joka sisältää valkokorkkisen näyteputken sekä geelijääpakkauksen ja lisää lähetyslaatikkoon. Varmista, että lähetyslaatikossa on täytetty testitilauslomake, sekä kaikki näyteputket.
  - Aseta laatikko DHL-pussiin ja lähetä (katso erillinen lähetysohje).



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

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

© Copyright 2021 Nordic Laboratories. Reproduction may be made for personal use only. Systematic electronic or print reproduction and distribution including duplication of any material in this paper for a fee or for commercial purposes, or modification of the content of the paper are prohibited.

## Testipakettisi, ole hyvä!

GI360 x3 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 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

## Tarkista testipaketin sisältö

### Lähetysmateriaalit

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

### Päivä 1 ulostenäyte:

- 1 x Suljettava muovipussi
- 1 x Kertakäyttökäsine
- 1 x Näytteenkeräysalusta
- 1 x Mustakorkkinen näyteputki
- 1 x Imupaperi

### Päivä 2 ulostenäyte:

- 1 x Suljettava muovipussi
- 1 x Kertakäyttökäsine
- 1 x Näytteenkeräysalusta
- 1 x Mustakorkkinen näyteputki
- 1 x Imupaperi

### Päivä 3 ulostenäyte:

- 1 x Suljettava muovipussi
- 1 x Kertakäyttökäsine
- 1 x Näytteenkeräysalusta
- 1 x Keltakorkkinen näyteputki
- 1 x Mustakorkkinen näyteputki
- 1 x Imupaperi
- 1 x Erillinen muovipussi sisältäen:
  - 1 x Suljettava muovipussi
  - 1 x Kertakäyttökäsine
  - 1 x Valkokorkkinen näyteputki
  - 1 x Imupaperi

Jos jotain puuttuu tai on vanhentunut, otathan yhteyttä +44 15 80 20 16 87 tai testkits@nordicgroup.eu

# Valmistelu

## Tarvitsemme seuraavat tiedot

- Testitilauslomake: tarkista, että lomakkeella olevat tiedot ovat oikein ja muokkaa niitä tarvittaessa.
- Testin ulostenäytteet tulee kerätä KOLMENA eri päivänä. On suositeltavaa kerätä näytteet peräkkäisinä päivinä, mutta se ei ole välttämätöntä. Kuitenkin ensimmäisen ja kolmannen näytteen välillä saa olla enintään seitsemän päivää.

## Keskeytä seuraavien lääkkeiden tai ravintolisien käyttö

- Mikäli lääkärisi ei ole toisin ohjeistanut:
  - 14 päivää ennen näytteenottoa: antibiootit, parasiitti- tai sienilääkkeet, protonipumpun estäjät sekä maitohappobakteerit
  - 2 päivää ennen näytteenottoa sekä näytteenoton aikana: ruoansulatusentsyymit, laksatiivit (erityisesti mineraali- sekä risiiniöljy), aspiriini sekä muut tulehduskipulääkkeet, aktiivihiihi, suolahappo, närästyslääkkeet ja bentoniittisavi
  - Älä koskaan lopeta reseptilääkkeiden käyttöä keskustelematta ensin lääkärisi kanssa

## Huomioitavaa

- Älä ota näytettä kuukautisten aikana tai mikäli sinulla on verenvuotoa peräpukamista
- Odota vähintään 4 viikkoa kolonoskopian tai paksusuolen varjoainekuvauksen jälkeen.
- Vältä näyteputkessa olevan nesteen joutumista iholle ja silmiin. Jos ainetta joutuu silmiin, huuhtelee vedellä huolellisesti 15 minuutin ajan. Iho pestään huolellisesti saippualla ja vedellä. Vahingossa nieltynä, ota välittömästi yhteys lääkäriin.
- Pidä näyteputket lasten ulottumattomissa.

## Ulosteenkoostumusohje:



Kova/ummetus



Normaali



Löysä uloste



Vetinen/ripuli

# Näytteenotto-ohje

## Päivä 1 näyte



### Vaihe 1:

Kirjoita nimesi ja näytteenottopäivä mustakorkkiseen näyteputkeen.



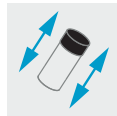
### Vaihe 2:

Laita kertakäyttökäsine käteen. Kerää ulostenäyte keräysalustalle (Ulosteeseen ei saa sekoittua vessavettä, virtsaa tai kuukautisverta).



### Vaihe 3:

Avaa mustakorkkinen näyteputki. Ota näyteputken korkin lusikalla ulosteesta näyte putkeen. Ota useita näytteitä eri puolilta ulostetta Varmista, että putkessa on riittävästi ulostetta. Ulosteen ja nesteen tulee yhdessä yltää yli merkityn viivan. Sulje näyteputken korkki huolellisesti.



### Vaihe 4:

Ravista näyteputkea voimakkaasti noin 30 sekunnin ajan, jotta säilöntäaine sekoittuu ulosteen kanssa.



### Vaihe 5:

Merkitse ulosteen koostumus näyteputken (ks. havainnekuvat)



### Vaihe 6:

Laita mustakorkkinen näyteputki muovipussiin, jossa teksti 'Day One Stool Collection'. Laita sitten pussi lähetylaatikkoon ja säilytä jääkaapissa kunnes olet valmis lähettämään näytteet. ÄLÄ pakasta.

## Päivä 2 näyte



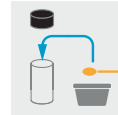
### Vaihe 1:

Kirjoita nimesi ja näytteenottopäivä mustakorkkiseen näyteputkeen.



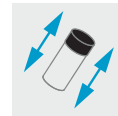
### Vaihe 2:

Laita kertakäyttökäsine käteen. Kerää ulostenäyte keräysalustalle (Ulosteeseen ei saa sekoittua vessavettä, virtsaa tai kuukautisverta).



### Vaihe 3:

Avaa mustakorkkinen näyteputki. Ota näyteputken korkin lusikalla ulosteesta näyte putkeen. Ota useita näytteitä eri puolilta ulostetta. Täytä näyteputki merkkiin asti Varmista, että putkessa on riittävästi ulostetta. Ulosteen ja nesteen tulee yhdessä yltää yli merkityn viivan. Sulje näyteputken korkki huolellisesti..



### Vaihe 4:

Ravista näyteputkea voimakkaasti noin 30 sekunnin ajan, jotta säilöntäaine sekoittuu ulosteen kanssa.



### Vaihe 5:

Merkitse ulosteen koostumus näyteputken (ks. havainnekuvat)



### Vaihe 6:

Laita mustakorkkinen näyteputki muovipussiin, jossa teksti 'Day Two Stool Collection'. Laita sitten pussi lähetylaatikkoon ja säilytä jääkaapissa kunnes olet valmis lähettämään näytteet. ÄLÄ pakasta.

## Päivä 3 näyte



### Vaihe 1:

Kirjoita nimesi ja näytteenottopäivä musta- ja keltakorkkisiin näyteputkiin.



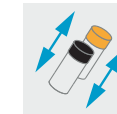
### Vaihe 2:

Laita kertakäyttökäsine käteen. Kerää ulostenäyte keräysalustalle (Ulosteeseen ei saa sekoittua vessavettä, virtsaa tai kuukautisverta).



### Vaihe 3:

Avaa musta- ja keltakorkkiset näyteputket. Ota näyteputken korkin lusikalla ulosteesta näyte putkeen. Ota useita näytteitä eri puolilta ulostetta. Täytä näyteputki merkkiin asti. Varmista, että putkessa on riittävästi ulostetta. Ulosteen ja nesteen tulee yhdessä yltää yli merkityn viivan. Sulje näyteputken korkki huolellisesti.



### Vaihe 4:

Ravista musta- ja keltakorkkisia näyteputkia voimakkaasti noin 30 sekunnin ajan, jotta säilöntäaine sekoittuu ulosteen kanssa.



### Vaihe 5:

Merkitse ulosteen koostumus näyteputkiin (ks. havainnekuvat)



### Vaihe 6:

Laita näyteputket muovipussiin, jossa teksti 'Day Three Stool Collection'. Laita sitten pussi lähetylaatikkoon ja säilytä jääkaapissa kunnes olet valmis lähettämään näytteet. ÄLÄ pakasta.



### Vaihe 7:

Avaa valkokorkkinen näyteputki. Ota näyteputken korkin lusikalla ulosteesta näyte putkeen. Ota useita näytteitä eri puolilta ulostetta (varmista, että ulostetta on riittävästi mutta älä täytä yli merkin). Sulje näyteputki kiertämällä korkki tiukasti paikoilleen.