



## 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.



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)

## 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 lääkehiiltä ja bentoniittia, 72 tunnin ajan ennen näytteenottoa.

### Jos käytät ravintolisä

- Ravintolisien käyttöä ei tarvitse keskeyttää ennen näytteenottoa. Mahdolliset poikkeavuudet testissä kertovat tämänhetkisestä ravintoaineiden saannista.

### Tärkeää

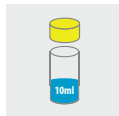
- ÄLÄ ota näytettä kuukautisvuodon aikana.

## Näytteenotto-ohjeet



#### Vaihe 1:

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



#### Vaihe 2:

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



#### Vaihe 3:

Laita virtsankeräyskupin kansi tiukasti kiinni.



#### Vaihe 4:

Laita näytteen sisältävä virtsankeräyskuppi ja jääpakkaus biovaarapussiin. Sulje pussi.



#### Vaihe 5:

Laita biovaarapussi, jossa virtsankeräyskuppi ja jääpakkaus pakastimeen, kunnes olet valmis lähettämään.

## Lähetysvalmistelut

### Lähetysten aikataulu

- Lähetä näytteet niin pian kuin mahdollista, mielellään 48h sisällä näytteenotosta. **Tärkeää:** Varmista, että molemmat jääpakkaus 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 jääpakkaus ja näyte, pois pakasteesta.
  - Laita pussi hopeanvärisen lämpökuoreen henkilötietolomakkeen kanssa ja sulje.
  - Laita lämpökuori mukana tulleeseen lähetyslaatikkoon, laita laatikko DHL pussiin ja lähetä (ks. Lähetysohjeet)