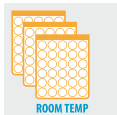


**Passo 7:**

Agora que você concluiu a coleta da amostra respiratória da linha de base, beba a solução de lactulose antes de continuar com o restante do teste respiratório. Beba toda a quantidade em 5 minutos. Não beba água por 1 hora após beber a solução. Registre o tempo que você bebe a solução em seu Formulário de Informações Pessoais.

**Passo 8:**

Repita as etapas 2 a 6 para cada coleta de ar expirado, usando os tubos e rótulos restantes de 1 a 10, na ordem e de acordo com o Cronograma de coleta.

**Passo 9:**

Deixe os sacos de plástico-bolha contendo suas amostras em temperatura ambiente até que esteja pronto para enviar.

Preparação de envio

Quando agendar o seu envio

- Envie as suas amostras o mais depressa possível. As amostras devem ser enviadas no prazo de 2 dias após a recolha;

Quando estiver pronto para enviar

- Assegure-se de que forneceu as seguintes informações:
 - Formulário de Informação Pessoal: certifique-se de que o formulário está preenchido.
- **Prepare o seu envio:**
 - Coloque os sacos de plástico “bolha” que contém os tubos de recolha, na caixa fornecida juntamente com o Formulário de Informação Pessoal preenchido;
 - Colocar a etiqueta de endereço na caixa e envie (ver instruções de envio).



Nygade 6, 3.sal • 1164 Copenhagen K • Denmark • Tlf: +45 33 75 10 00
info@nordic-labs.com • www.nordic-labs.com

© Copyright 2022 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 the fee or for commercial purposes, or modification of the content of the paper are prohibited.



Small Intestinal Bacterial Overgrowth (SIBO) Breath Test with Lactulose

PORT

Bem vindo ao seu Test Kit!

Optou por fazer o SIBO Breath Test com Lactulose da Nordic Clinic que lhe fornecerá informações para o ajudar na sua viagem pessoal de saúde.

O futuro da medicina reside numa estratégia de tratamento personalizada, baseada em informações relativas à sua bioquímica individual e herança genética. Este teste irá ajudá-lo a obter dados objetivos sobre si próprio para ajudar no desenvolvimento de uma estratégia de tratamento mais precisa e permitirá a implementação de medidas que o ajudarão a atingir um nível de saúde mais elevado.

Neste kit encontrará todo o material necessário para a sua recolha. Leia atentamente as instruções e siga-as passo a passo. Os resultados dos seus testes serão divulgados ao seu médico aproximadamente três semanas após termos recebido a sua amostra.

Se tiver quaisquer perguntas, preocupações, ou precisar de apoio para compreender o teste e as instruções, por favor contacte a nossa equipa de apoio através do +45 33 75 10 00 ou envie um e-mail para info@nordic-labs.com

Veja como recolher a sua amostra neste link: nordicvms.com/siboENG

Verifique o seu Kit

Materiais de envio

- 1 x Caixa contendo o kit de recolha (**guardar a caixa para devolver as suas amostras**)
- 1 x Instrução de envio
- 1 x Formulário de Informação Pessoal
- 1 x Saco de transporte de envio
- 1 x Documento de transporte de envio
- 2 x Facturas Pro-forma (**apenas incluídas se for expedido de um país não pertencente à UE**)

Materiais de Recolha

- 1 x Solução de Lactulose (10g)
 - 10 x Tubos de recolha selados a vácuo e dois sacos de plástico “bolha” separados (guardar os sacos para devolver as suas amostras);
 - 10 x Etiquetas;
 - 1 x saco de plástico contendo um suporte para tubos preso a um saco de polietileno (EasySampler). Há um pequeno buraco no saco, intencionalmente.
- Se algum item estiver em falta ou expirado, por favor ligue +44 (0)1580 201687 ou envie um email para testkits@nordicgroup.eu

Cuidado

- NÃO introduza o seu dedo no suporte do tubo EasySampler; este contém uma agulha afiada.
- NÃO abra, retire ou solte as tampas dos tubos de recolha - isto quebrará o vácuo e tornará impossível a realização do seu teste.
- Este teste usa lactulose como seu agente de teste, e não é recomendado para indivíduos que tenham tido reações alérgicas à lactulose; indivíduos são diabéticos com uma concentração de glucose na urina em jejum inferior a 105mg/dl, ou estão numa dieta com restrição de galactose/lactulose”;

Atenção: caso as instruções de colheita não sejam seguidas, poderá ocorrer em atrasos nos resultados ou necessidade de nova colheita o que implicará custos adicionais.

Preparação

Forneça as seguintes informações

- Formulário de Informação Pessoal: verificar se a informação no formulário está correcta e editar, se necessário

Antes da recolha:

2-4 SEMANAS ANTES DO TESTE:

- Esperar pelo menos 4 semanas antes de começar o seu teste de respiração se tiver tomado antibiótico recentemente no caso de: diarreia, colonoscopias, estudos ou enemas de bário;
- Esperar pelo menos 2-4 semanas depois da sua última dose de antifúngicos, Pepto-Bismol™ ou ervas/produtos antimicrobianos naturais.

7 DIAS ANTES DO TESTE:

- Evitar o uso de laxantes, amaciadores de fezes, e/ou agentes de endurecimento de fezes também, como antiácidos contendo alumínio ou hidróxido de magnésio.

24 HORAS ANTES DO TESTE:

- Parar de tomar probióticos 24 horas antes do teste testes. Alimentos que pode comer antes de começar as suas 12 horas de jejum;
 - Frango assado ou grelhado, peixe ou peru (apenas sal e pimenta), pão branco (apenas), arroz branco simples cozido a vapor, ovos, caldo de carne ou frango sem pedaços de vegetais.
- Só se pode beber água simples, café e chá (sem açúcar, edulcorantes artificiais, leite ou creme adicionado)

12 HORAS ANTES DO TESTE:

- As últimas 12 horas são o período de jejum. NÃO consuma nada, excepto água durante as 12 horas antes e durante o teste.
- Não tomar medicamentos não essenciais ou suplementos até que o teste esteja concluído, a menos que o seu médico o tenha aconselhado.
- Não mastigue pastilha elástica, não coma doces, ou lave a boca até o teste estar concluído.

UMA HORA ANTES DO TESTE:

- NÃO fumar, (incluindo fumo passivo) durante pelo menos uma hora antes ou durante o teste de respiração.
- NÃO dormir ou fazer exercício vigoroso durante pelo menos uma hora antes ou durante o teste;
- Não usar pasta de dentes.

Notas importantes

- Se não for capaz de cumprir com o recomendado, então poderá não ser um candidato a um teste de respiração. O seu o médico pode ajudá-lo a determinar se outro teste pode ir ao encontro das suas necessidades;
- Nunca descontinue os medicamentos prescritos sem primeiro consultar o seu médico;
- Se estiver a tomar qualquer medicação ou a fazer uma dieta que entre em conflito com estas instruções de ensaio, é recomendado falar com o seu profissional de saúde.

Quando agendar a sua recolha:

- Este teste levará 3 horas para ser concluído;
- Após a recolha de uma amostra de base e beber a solução de lactose (ver Colecção Procedimento), cada amostra de respiração deve ser recolhida em intervalos de 30 minutos ao longo de o período de teste. Por favor, cronometre a sua colecção de acordo com o calendário abaixo.

Horário da recolha

Amostra	Hora da recolha
#1 Referência	Antes de beber a solução de Lactulose solução (LS)
#2	20 min after drinking the LS
#3	40 min depois de beber a LS
#4	60 min depois de beber a LS
#5	80 min depois de beber a LS
#6	100 min depois de beber a LS
#7	120 min depois de beber a LS
#8	140 min depois de beber a LS
#9	160 min depois de beber a LS
#10	180 min depois de beber a LS

Procedimento de recolha



Passo 1:

Misture a solução de lactulose em 8 oz. (230 ml) de água - dissolver completamente. Pousar até depois de ter concluído sua colheita de amostra respiratória de referência.



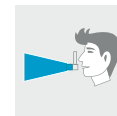
Passo 2:

Antes de iniciar cada coleta de amostra, escreva seu nome e data de coleta nos rótulos e numere-os da linha de base de #1 a # 10 de acordo com o Cronograma de colheita de ar respiratório acima. Anote também a data e hora de cada colheita no Formulário de Informações Pessoais.



Passo 3:

Pegue o dispositivo EasySampler com uma das mãos e o primeiro tubo de coleta com a outra. NÃO inserir ainda o tubo de recolha no dispositivo bucal. Se o fizer, invalidará a amostra.



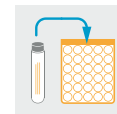
Passo 4:

Respirando normalmente, inspire e segure por 5 segundos, depois feche bem a boca ao redor do bucal e expire normalmente no saco plástico até encher completamente (há um pequeno orifício no saco, isso é intencional). Não sopre com força.



Passo 5:

Enquanto expira, pressione o tubo na parte lateral do bucal. A agulha perfurará a membrana autovedante do tubo, permitindo que o ar preencha adequadamente o tubo.



Passo 6:

Remova o tubo dentro de 2 segundos após a punção. Você pode parar de exalar pelo bucal. Não desparafuse a tampa do tubo de coleta. Coloque o tubo no saco plástico de bolhas. Registre a hora em seu Formulário de Informações Pessoais e na etiqueta.