

Förberedelser för att skicka

Planera försändelse

- Skicka provet så snart som möjligt, helst inom 48 timmar efter provtagningen. Du kan skicka alla dagar i veckan.

När du är redo att skicka

Kontrollera att du har fyllt i följande:

- Blodprovskort: kontrollera att du har fyllt i all information på baksidan av kortet.
- Formulär för personlig information: kontrollera att formuläret är ifyllt.

Förbered försändelsen:

- Lägg den förslutningsbara plastpåsen med ditt prov och det ifyllda formuläret för personlig information i den medföljande lådan.
- Lägg lådan i DHL-påsen och skicka (se försändelseinstruktionerna).
-



dnalife® Blood Spot

SWE

version 001

Välkommen till ditt testkit

Du har valt att göra ett dnalife® test från Nordic Laboratories som kan ge information som hjälper dig på din personliga väg till bättre hälsa.

Framtidens hälso- och sjukvård är personanpassad och är baserad på information om individens egen biokemi och genetik. Det här testet kommer att hjälpa dig att få objektiv information om dig själv som underlag för en mer precis behandlingsstrategi. Detta möjliggör åtgärder som kan hjälpa dig att ta din hälsa till en högre nivå.

Var vänlig läs instruktionerna noga och följ dem punkt för punkt. I det här kitet hittar du allt som du behöver för att genomföra provet. Ditt testresultat kommer att skickas till din terapeut ungefär tre veckor efter att vi mottagit ditt prov.

Om du har några frågor eller behöver hjälp med att förstå testet eller instruktionerna, var vänlig kontakta vårt supportteam på +45 33 75 10 00 eller e-post info@nordic-labs.com.

Titta på en video med en demonstration av hur du tar provet: nordicvms.com/bloodENG

Kontrollera ditt kit

Försändelsematerial

- Låda innehållande materialet som behövs för provtagning (behåll den här lådan för att returnera ditt prov)
- Försändelseinstruktioner
- Formulär för personlig information
- Försändelsematerial

Provtagningsmaterial

- 1 x Blodprovskort
- 2 x Lansetter
- 2 x Plåster
- 2 x Steriliserande våtservetter
- 1 x Steril kompress
- 1 x Förslutningsbar plastpåse

Om något skulle saknas eller vara utgången, var vänlig kontakta oss på +44 (0)15 80 20 16 87 eller e-post testkits@nordicgroup.eu.

Vänligen notera att om provtagningsinstruktionerna inte följs noggrant kan det resultera i att provet behöver tas om vilket kan innebära kostnader.



Head Office:

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

South Africa Office:

North Block, Thrupps Centre
204 Oxford Rd, Illove 2196
South Africa
Tel: +27 (0) 11 268 0268



UK Office:

11 Old Factory Buildings, Stonegate
East Sussex, TN5 7DU
United Kingdom
Tel: +44 (0)1580 201 687

Förberedelser

Var vänlig fyll i följande information

Formulär för personlig information: kontrollera att informationen på formuläret stämmer och korriger vid behov.

Innan provtagning

Detta test kräver ingen specialkost före provtagning.

Schemaläggning av provtagning

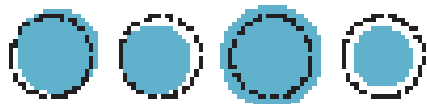
Tag provet valfritt dag i veckan.

Provtagningsprocedur

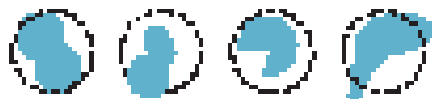
Tips för lyckad provtagning

- Rör ej filterpappret med händerna.
- Tag provet endast om dina händer är varma. Du kan värma händerna genom att gnugga dem mot varandra, svänga med armarna eller hålla händerna under varmt vatten eftersom detta bidrar till ökad blodflöde. Även rörelse ökar blodflödet, så rör gärna på kroppen innan du påbörjar provtagning.
- Du kan använda ett bälte eller klädesplagg som avsnörande förband för att öka blodflödet. Snöra åt förbandet runt överarmen.
- För bäst resultat, stå upp och håll handen i midjenivå under provtagningen då detta kommer underlätta blodflödet.
- Låt blodet droppa från fingret ner på kortet, undvik att röra vid kortet inom cirkarna.
- Fyll ALLA cirkarna helt med blod.

Exempel på korrekt provtagning



Exempel på felaktig provtagning



Titta på en video med en demonstration av hur du tar provet: nordicvms.com/bloodENG

Provtagningsinstruktioner



Steg 1:

Skriv ditt fullständiga namn, datum och provtagnings tid på baksidan av blodprovskortet. Skriv även datum och tid för provtagningen på formuläret för personlig information.



Steg 2:

Innan du tar blodprovet ska du tvätta och torka händerna med en ren handduk och öppna den sterila kompressen för senare användning.



Steg 3:

Placera blodprovskortet på en lämplig yta (under midjehöjd) så att provtagningscirkarna är riktade uppåt.



Steg 4:

Välj ett finger för provtagningen (långfingret eller ringfingret på den icke dominant hand är vanligtvis bäst). Öppna en steriliserande våtservett och använd den för att torka av fingret. Låt fingret torka i minst en minut.



Steg 5:

Ta upp lansetten och håll den i den tjocka änden. Vrid på skyddet i den andra änden och ta av det. Nu är lansetten apterad.



Steg 6:

Tryck nu den vita spetsen mot fingerspetsen så att nålen aktiveras. Efter att nålen har aktiverats och stuckit ett litet hål i fingret dras den tillbaka direkt. Lansetten är säker att kasta i soporna. Torka snabbt bort den första bloddroppen med den sterila kompressen.



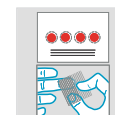
Steg 7:

Använd tummen för att försiktigt massera (kläm inte) längs provtagningsfingrets hela längd för att bilda en bloddropp.



Steg 8:

När bloddroppen har bildats och är redo att falla ska du låta den droppa på cirkelns mitt. Fortsätt provtagningen tills ALLA cirkarna på blodprovskortet har fyllts (för att fylla alla cirkarna kan det vara nödvändigt att upprepa proceduren från steg 4).



Steg 9:

När du har fyllt alla cirkarna på blodprovskortet torkar du fingret torrt med den sterila kompressen och sätter sedan på ett plåster.



Steg 10:

Låt blodprovskortet torka i minst fyra timmar. När det har torkat lägger du kortet i den medföljande återförslutningsbara plastpåsen. Förvara på torr och sval plats tills det ska skickas.