

## Velkommen til dit testsæt

Du har valgt at udføre en GI Map Test fra Nordic Laboratories, hvilket vil give dig informationer, der vil hjælpe dig på din personlige sundhedsrejse.

Fremtiden inden for medicin ligger i en personligt orienteret behandling, baseret på informationer relateret til din individuelle biologiske sammensætning og din genetiske arv. Denne test vil hjælpe dig med, at få objektive data om dig selv, fremme en mere præcis behandling, samt opnå et højere niveau af sundhed.

I dette testsæt vil du finde alle materialerne, der skal bruges for at opsamle testen. Læs venligst instruktionerne grundigt, og følg dem trin for trin. Dine testresultater vil blive frigivet til din behandler ca. 3 uger efter at vi har modtaget dine prøver.

Hvis du har spørgsmål, bekymringer eller har brug for hjælp til at forstå testen og dens instruktioner, bedes du ringe til vores support team på +45 33 75 10 00 eller sende en mail til [info@nordic-labs.com](mailto:info@nordic-labs.com).

## Tjek dit testsæt

### Forsendelsesmaterialer

- 1 x Papæske indeholdene opsamlingssættet (**behold papæskan til returnering af din test**)
- 1 x Forsendelsesinstruktioner
- 1 x Personal Information Form
- 1 x Isoleret kuvert
- 1 x Adressemærkat

### Opsamlingsmaterialer

- 1 x Opsamlingsrør med orange låg
- 1 x Opsamlingsbakke
- 1 x Genlukkelig plastpose med et absorberende papirstykke
- 1 x Engangshandske

Ved manglende dele eller dele der er udløbet, kontakt Nordic Laboratories på tlf. 33 75 10 00 eller mail [testkits@nordicgroup.eu](mailto:testkits@nordicgroup.eu)

**Vigtigt:** Hvis opsamlingsinstruktionerne ikke følges korrekt, kan det resultere i forsinkelse og mulig ny opsamling din test. Dette kan medføre yderligere omkostninger.

## Forberedelse

### Udfyld følgende informationer

- Personal Information Form: Bekræft at informationerne er korrekte. Ret hvis nødvendigt.

### Hvornår skal du planlægge din opsamling

- Denne prøve skal opsamles på ÉN dag og skal sendes tilbage indenfor 24 timer. Du kan opsamle prøven når som helst på dagen.

### Hvis du tager medicin eller kosttilskud

- Afstå venligst fra at indtage Aspirin (fx. Treo og kodimagnyl) to dage før opsamlingsdagen.

### Vigtigt

- Stop aldrig med medicin uden at forhøre dig hos egen læge først.
- Undgå hud- og øjenkontakt med væsken i opsamlingsrørene. Ved øjenkontakt, skyl grundigt med vand i 15 minutter. Ved hudkontakt, vask grundigt med vand og sæbe. Ved indtagelse, kontakt læge med det samme.
- Opsamlingsrørene skal opbevares uden for børn rækkevidde..

## Opsamlingsprocedure



#### Trin 1:

Skriv dit navn, dato og klokkeslæt for opsamling på mærkaten, som sidder på opsamlingsrøret med orange låg.



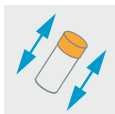
#### Trin 2:

Tag engangshandske på. Opsaml din prøve i opsamlingsbakken. (UNDGÅ at kontaminere prøven med urin, menstruationsblod og/eller vand fra toilettet).



#### Trin 3:

Skru låget af opsamlingsrøret med orange låg. Brug lågets fastgjorte ske til at overføre afføring fra opsamlingsbakken til opsamlingsrøret. Tag flere portioner fra forskellige steder i afføringen. Du bedes sikre at der er nok afføring, så den samlede mængde af afføring og væske når netop op til markeringen "Fill Line" (der må ikke være mindre i røret, men ej heller for meget). Skru låget sikkert på.



#### Trin 4:

Ryst opsamlingsrøret med orange låg kraftigt i cirka 30 sekunder, for at blande afføringen med væsken.



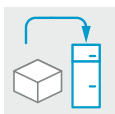
#### Trin 5:

Anfør konsistensen af afføringen på siden af opsamlingsrøret (Brug oversigt over afføringskonsistens).



#### Trin 6:

Læg opsamlingsrøret med det orange låg ned i den genlukkelige plast pose og luk. Læg plastposen ned i den isolerede kuvert, og læg i køleskabet.



#### Trin 7:

Lad den isolerede kuvert ligge i køleskabet indtil prøven skal sendes.

## Oversigt over afføringskonsistens



Hård/forstoppet



Normal



Løs afføring



Vandet/diarre

## Forsendelsesforberedelse

### Hvornår skal du planlægge forsendelse:

- Send din prøve hurtigst muligt. Hvis du ikke kan sende samme dag som du opsamler, skal opsamlingsrør med orange låg opbevares i den isolerede kuvert i køleskab indtil det er muligt at sende. Bør ikke opbevares i mere end ÉN dag.
- Opsamlingen skal sendes indenfor 24 timer. Hvis ikke, kan det resultere i ny prøveopsamling.

### Når du er klar til forsendelse:

- Sørg for at følgende informationer er oplyst
  - Personal Information Form: Sørg for at formen er udfyldt korrekt.
- Forbered din forsendelse:
  - Tag den isolerende kuvert indeholdende opsamlingsrøret med det orange låg og læg den i papæsken.
  - Læg den udfyldte Personal Information Form ned i papæsken.
  - Sæt adressemærkatet på papæsken og afsend (se forsendelsesinstruktioner).