



Informasjon om din testpakke

Du har valgt å utføre en GI Map Test fra Nordic Laboratories som vil gi informasjon som kan hjelpe deg med din personlige helse.

Medisinens fremtid ligger i persontilpasset behandlingsstrategier basert på informasjon knyttet til din individuelle biokjemi og genetiske arv. Denne testen vil gi objektive data om deg som vil kunne bidra til å utvikle en mer presis behandlingsstrategi, samt gjøre det mulig å implementere tiltak som vil hjelpe deg med å oppnå bedre helsekvalitet.

I denne pakken finner du alt materiale som er nødvendig til prøvetakingen. Les instruksjonene grundig og følg dem trinn for trinn. Testresultatene dine blir sendt til din behandler ca. tre uker etter at vi har mottatt prøven.

Hvis du har spørsmål, bekymringer eller trenger mer informasjon for å forstå testen og instruksjonene, kan du ringe supportteamet vårt på + 45 33 75 10 00 eller e-post info@nordic-labs.com.

Kontroller pakken

Fraktmateriell

- 1 x eske som inneholder prøvetakingssettet **(behold denne esken til retur av prøvene)**
- 1 x Fraktinstruksjon
- 1 x Personal Information Form (bestillingsskjema)
- 1 x polstret konvolutt
- 1 x gel-frysepakke
- 1 x DHL-pose
- 1 x DHL-fraktbrev
- 2 x pro-forma fakturaer **(kun inkludert når man sender fra et land utenfor EU)**

Prøvetakingsmaterieill

- 1 x hetteglass med oransje kork
- 1 x oppsamlingsfat
- 1 x gjenlukkbare plastpose med absorpsjonspute
- 1 x engangshanske

Hvis noe mangler eller har gått ut på dato kan du ringe +44 (0) 15 80 20 16 87 eller sende en e-post til testkits@nordicgroup.eu

Merk: hvis instruksjonene for prøvetaking ikke følges nøyaktig, kan det føre til forsinkede resultater eller at man må gjøre prøvetakingen på nytt, noe som vil medføre ytterligere kostnader.



Nygade 6, 3.sal • 1164 København K • Danmark • Tlf.: +45 33 75 10 00

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

Forberedelse

Oppgi følgende informasjon

- Personal Information Form (bestillingsskjema): Bekreft at informasjonen på skjemaet er korrekt, og rediger om nødvendig.

Planlegg tidspunkt for prøvetakingen

- Denne testen skal tas i løpet av EN dag, og den må sendes tilbake innen 24 timer. For å sikre at den når laboratoriet vårt innen denne tidsrammen, må du KUN samle opp prøven din på en søndag eller mandag (Hvis du samler opp på en søndag må du sende på mandag, da DHL ikke henter i helgen). Du kan samle opp prøven din når som helst i løpet av dagen på en av disse dagene.

Hvis du tar medisiner eller kosttilskudd

- Avstå fra å ta Aspirin i to dager før du samler opp prøven.

Viktig

- Slutt aldri å ta reseptbelagte medisiner uten først å konsultere legen din.
- Unngå at væsken i hetteglassene kommer i kontakt med huden og øynene. Ved øyekontakt, skylld grundig med vann i 15 minutter. Vask grundig med såpe og vann ved hudkontakt. Kontakt lege umiddelbart ved utilsiktet inntak.
- Oppbevar hetteglass utilgjengelig for barn.
- Forsikre deg om at gel-frysepakken er helt frossen før sending.

Prøvetakingsprosedyre



Trinn 1:

Skriv ditt fullstendige navn, fødselsdato og dato og klokkeslett for oppsamling på etiketten som er festet til hetteglasset med oransje kork.



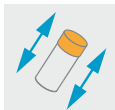
Trinn 2:

Ta på engangshansken. Samle avføringsprøven på oppsamlingsfatet (IKKE forurense prøven med urin, menstruasjonsblod eller vann fra toalettet).



Trinn 3:

Skru av lokket på hetteglasset med oransje kork. Bruk skjeen som er festet til lokket for å overføre avføring fra forskjellige områder av prøven til hetteglasset. Forsikre deg om at det er nok avføring blandet med væsken slik at det fylles til linjen på glasset (ikke under linjen). Skru lokket godt på igjen.



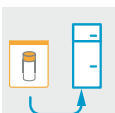
Trinn 4:

Rist hetteglasset med oransje kork kraftig i omtrent 30 sekunder for å blande avføringen med konserveringsmiddelet i hetteglasset.



Trinn 5:

Registrer avføringskonsistensen på siden av hetteglasset (se avføringskonsistentnøkkelen).



Trinn 6:

Plasser hetteglasset med oransjekork i den gjenlukkable plastposen og forsegl denne. Legg posen i den polstrede konvolutten, og legg deretter konvolutten i kjøleskapet.



Trinn 7:

La den polstrede konvolutten ligge i kjøleskapet og gel-frysepakken i fryseren til pakken skal sendes.

Avføringskonsistensenøkkel:



Hard/forstoppet



Formet/normal



Løs avføring



Vannaktig/diaré

Forsendelsesforberedelse

Planlegg tidspunkt for forsendelsen

- Send prøven din samme dag som den er oppsamlet (med mindre du samler opp på en lørdag eller søndag, da DHL ikke henter i helgene). Hvis du ikke kan sende prøven din samme dag som du fullfører oppsamlingen, må du oppbevare den i den polstrede konvolutten i kjøleskapet og gel-frysepakken i fryseren inntil du er klar til å sende. Oppbevar ikke lenger enn EN dag. Prøven din må sendes til oss innen 24 timer. Unnlattelse av å gjøre dette kan føre til at du må ta prøven på nytt.
- Du må bare sende til oss på en mandag eller tirsdag. Hvis du ikke klarer å arrangere en oppsamling til en mandag, kan du sende på tirsdag, men ikke senere.

Når du er klar til å sende

- Forsikre deg om at følgende informasjon er oppgitt:
 - Personal Information Form (bestillingsskjema): sørg for at skjemaet er utfyllt.
 - Pro-forma-fakturaer: fyll ut de medfølgende fakturaene. Fra Norge skal det fylles ut to fakturaer per forsendelse (**bare påkrevd hvis du sender fra et land utenfor EU**).
- Forbered forsendelsen:
 - Hent den polstrede konvolutten som inneholder prøven din fra kjøleskapet, og legg den frosne gel-frysepakken i biohazard-posen med prøven. Plasser deretter biohazard-posen i den medfølgende esken.
 - Plasser det utfylte Personal Information Form (bestillingsskjemaet) i esken.
 - Plasser esken i DHL-posen og send pakken med DHL (se vedlagte Fraktinstruksjon).