

### Hvornår skal du planlægge forsendelse:

- Send prøverne hurtigst muligt efter sidste opsamling. Såfremt du ikke kan sende samme dag som sidste opsamling foretages, fx. hvis dette er i weekenden eller på en helligdag, lad da kassen med opsamlingsrørene stå på køl. Og lad opsamlingsrøret med det hvide låg, forblive i fryseren indtil du er klar til at sende. Prøverne kan opbevares sådan i 3 dage.
- Planlæg din opsamling, så den ankommer på laboratoriet på en hverdag, da vi er lukket i weekenden.

### 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 fra fryseren, indeholdende opsamlingsrøret med det hvide låg samt fryseelementet. Læg dem i papæsken sammen med den gennemsigtige lynlåspose med de øvrige opsamlingsrør og den udfyldte Personal Information Form.
  - Sæt adressemærkatet på papæsken og send afsend (se forsendelsesinstruktioner).



## Velkommen til dit testsæt

Du har valgt at udføre en Gi360x1 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 indeholdende opsamlingssættet (behold papæsken til returnering af din test)
- 1 x Forsendelsesinstruktioner
- 1 x Personal Information Form
- 1 x fryseelement
- 1 x Isoleret kuvert
- 1 x Adressemærkat

### Opsamlingsmaterialer

- 1 x Gennemsigtig lynlåspose
- 1 x Engangshandske
- 1 x Opsamlingsbakke
- 1 x Opsamlingsrør med gult låg
- 1 x Opsamlingsrør med sort låg
- 1 x Absorberende papir
  - 1 x Resealable plastic bag
  - 1 x White-capped vial
  - 1 x Absorption pad

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.

### Medicin og kosttilskud

- Undlad venligst følgende:
  - Indtag af antibiotika, svampehæmmende midler, protonpumpehæmmere (PPI) og probiotika i 2 uger op til opsamling, medmindre andet er aftalt med din behandler.
  - Indtag af fordøjelsesenzymer, afføringsmidler, midler med acetylsalicylsyre og NSAID midler, aktivt kul, mavesyre (Betain HCL, mavesyreneutraliserende medikamenter eller bentonite ler i 2 dage op til, samt under opsamlingen, med mindre andet er aftalt med din behandler.
  - Afbryd aldrig receptpligtig medicin uden først at kontakte din praktiserende læge.

### Vigtigt

- Denne test må ikke opsamles hvis der er aktiv blødning fra hæmorider eller menstruation.
- Har du fået foretaget en koloskopi eller tarmskylning med barium, skal du vente mindst 4 uger med at opsamle denne test.
- Undgå at væsken i rørene får kontakt med hud og øjne. Hvis væsken skulle komme i øjnene, skylles med koldt vand i 15 minutter. Ved kontakt med huden, skyl da huden med vand og sæbe. Ved utilsigtet indtagelse, kontakt læge omgående.
- Opbevar testsættet, og særligt opsamlingsrør, utilgængeligt for børn.

### Oversigt over afføringskonsistens:



Hård/forstoppet



Normal



Løs afføring



Vandig/diarré

## Opsamlingsprocedure



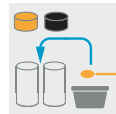
### Trin 1:

Skriv dit navn samt dato for opsamling på mærkaterne på ALLE opsamlingsrør (med det hvide, sorte og det gule låg).



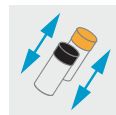
### Trin 2:

Tag engangshandsken på. Opsaml din afføringsprøve i opsamlingsbakken (UNDLAD at afføringen kontamineres med urin, menstruationsblod og/eller vand fra toilettet)



### Trin 3:

Skru låget af begge opsamlingsrør. Brug lågenes fastgjorte skeer til at overføre afføring fra opsamlingsbakken til opsamlingsrørene. 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 BEGGE opsamlingsrør kraftigt i cirka 30 sekunder, for at blande afføringen med væsken.



### Trin 5:

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



### Trin 6:

Læg begge opsamlingsrør ned i den gennemsigtige lynlåspose og luk. Læg plastposen tilbage i papæskan som opbevares i køleskabet indtil afsendelse. SKAL IKKE FRYSES.



### Trin 7:

Skru låget af opsamlingsrøret med hvidt 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 til, at den samlede mængde når op til men ikke overstiger "Fill Line". Skru låget sikkert på.



### Trin 8:

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



### Trin 9:

Læg opsamlingsrøret med hvidt låg ned i den gennemsigtige lynlåspose. Læg dernæst fryseelementet ned i den lille lomme bag på posen. Læg posen ned i den isolerede kuvert og dernæst i fryseren. Skal fryses i minimum 6 timer.



### Trin 10:

Noter datoen for din sidste opsamling på din Personal Information Form.