

# Forsendelsesforberedelse

## Hvornår skal du planlægge forsendelse

- Send gerne din prøve afsted på dagen for opsamling. Hvis det ikke er muligt at sende på samme dag som opsamlingen er foretaget, fx. en weekend eller helligdag, så opbevar venligst opsamlingen i fryseren sammen med fryseelementet indtil forsendelse er mulig. Dog skal din opsamling sendes afsted inden for 48 timer. Overholdes dette ikke, vil der være risiko for at du skal lave testen igen.

## Retunerer frosne

- 1 x Opsamlingsrør (ravfarvet) med blåt låg
- 1 x Opsamlingsrør (indeholdende sulfosalifylic acid) med grønt låg
- 1 x Opsamlingsrør med grønt låg
- 1 x Opsamlingsrør med blåt låg

## 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 bio-hazard posen, indeholdende rør og fryseelementet, ud af fryseren
  - Læg det frosne fryseelement i bunden af den isolerede boks og placer derefter bio-hazard posen indeholdende de frosne opsamlingsrør oven på sammen med den udfyldte Patient Information Form.
  - Læg den isolerede boks i papsæken, påfør adressemærkat på æsken og send afsted (se forsendelsesinstruktioner).



## Velkommen til dit testsæt

Du har valgt at udføre en Metabolomix+ 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.

**Læs venligst disse instruktioner grundigt og følg dem trin for trin.** I dette testsæt vil du finde alle de materialer, 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 opsamlingssettet (behold papæsen til returnering af din test)
- 1 x Isoleret boks med låg (behold denne til retuneret af din test)
- 1 x Fryseelement
- 1 x Personal Information Form
- 1 x Forsendelsesinstruktioner
- 1 x Adressemærkat

### Opsamlingsmaterialer

- 1 x Opsamlingsrør (ravfarvet) med blåt låg
- 1 x Opsamlingsrør (indeholdende sulfosalifylic acid) med grønt låg
- 1 x Opsamlingsrør med grønt låg
- 1 x Opsamlingsrør med blåt låg
- 1 x pipette
- 1 x Bio-hazard pose med absorberende papirstykke
- 2 x Opsamlingskopper
- 4 x Labels til opsamlingsrør

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 af din test. Dette kan medføre yderligere omkostninger.



## Forberedelse

### Udfyld følgende informationer:

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

### Hvornår du skal planlægge din opsamling:

- Denne prøve skal opsamles om morgenen, undtagen hvis du vågner om natten for at tisse (læs nærmere i opsamlingsvejledningen). Opsamlingen skal sendes til laboratoriet indenfor 48 timer.

### 3 dage forud for opsamling

- Undlad følgende (med mindre andet er anvist af din behandler):
  - Kosttilskud som indeholder kreatinin, C vitamin eller nogle af de mineraler som måles i denne test.
  - Andre produkter som måtte påvirke udskillelse af mineraler og tungmetaller.
  - Skaldyr (med mindre andet er anvist af din behandler)
  - Undlad ovenstående indtil du har udført denne test.

### 24 timer forud for opsamling

- Læg fryseelementet i fryseren, så dette fryses i minimum 8 timer inden afsendelse.
- Spis som du plejer. Undlad at overspise enkelte fødevarer eller følge en diæt som afviger fra din normale.
- Væskeindtag skal begrænses til max. 1,8 liter over de 24 timer.

### Vigtig information

- Kvinder bør ikke opsamle under menstruation.
- Vær opmærksom på at der ikke må tages provokations/chelerende midler i forbindelse med denne test.
- Vær opmærksom på at der i nogle af opsamlingsrørene er konserveringsmiddel og dette må ikke skylles ud. Undgå at dette kommer i kontakt med hud og øjne. Ved kontakt med øjne, skyl med vand i 15 minutter.
- Ved hudkontakt, vask grundigt med vand og sæbe. Ved indtag kontakt omgående læge.
- Testen er ikke beregnet til brug for børn under 2 år.
- Stop ikke receptpligtigt medicin uden aftale med din behandler.

## Opsamlingsprocedure



### Trin 1:

Skriv dit navn, fødselsdato samt dato for opsamling på labels til hvert opsamlingsrør.



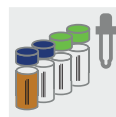
### Trin 2:

Bekræft at oplysningerne er korrekte på den medfølgende Patient Information Form. Ret om nødvendigt. Vær sikker på også at få skrevet dato og tidspunkt for opsamling.



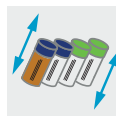
### Trin 3:

Når du vågner, opsamles urin i en af de medfølgende opsamlingskopper. Fyld koppen 3/4 op. (OBS: Hvis du vågner i løbet af natten og skal på toilettet inden for 6 timer før dit normale opvågningstidspunkt - opsaml da urin i en opsamlingskop. Fyld koppen 3/4 op og placer i køleskabet indtil du vågner. Bland da de to opsamlinger ved at hælde fra den ene til den anden beholder nogle gange, for at opnå en ensartet blanding).



### Trin 4:

Brug pipetten til at overføre urin fra opsamlingskoppen til de 4 opsamlingsrør - et ad gangen, indtil de er næsten fyldt op.



### Trin 5:

Skru låget grundigt på og ryst de enkelte opsamlingsrør nogle gange for at blande med evt. konserveringsmiddel.



### Trin 5:

Placer opsamlingsrørene i bio-hazard posen og læg i fryseren i minimum 2 timer inden forsendelse.