

**Passo 7:**

Abra o frasco de tampa branca. Use a colher presa à tampa para transferir diferentes partes da amostra para dentro do frasco (garanta que tem amostra suficiente mas não exceda a linha de enchimento). Coloque novamente a tampa e aperte bem.



**Passo 9:**

Coloque o frasco de tampa branca dentro do saco selado. Coloque a bolsa com gel de congelação na bolsa da parte de trás do saco, coloque o saco dentro do envelope e coloque-o no congelador. Congele durante pelo menos 6h.



**Passo 8:**

Registe a consistência na lateral do frasco (por favor consulte os indicadores de consistência das fezes).



**Passo 10:**

Aponte a data do último dia de colheita na formulário de informação pessoal.



## Bem-vindo ao kit do seu teste

Irá realizar o teste denominado Gi360 x2 da Nordic Laboratories, do qual obterá informação de apoio à sua saúde.

O futuro da medicina é o tratamento personalizado, tendo por base a sua informação bioquímica e genética sua. Este teste irá dar-lhe dados seus para que possa seguir uma estratégia de tratamento personalizada e permitirá que estabeleça níveis superiores de saúde.

Neste kit encontrará todo o material necessário para proceder à colheita. Por favor leia atentamente as instruções e siga passo a passo. Os seus resultados ficarão disponíveis para o seu profissional de saúde dentro de três semanas após recepção das amostras.

Se tiver alguma questão, preocupação ou precisar de apoio, por favor contacte a nossa equipa de apoio pelo +45 33 75 10 00 ou via e-mail [info@nordic-labs.com](mailto:info@nordic-labs.com).

## Verifique o seu Kit

### Materiais para envio:

- 1 x Caixa que contém o kit (**por favor conserve esta caixa para devolver a amostra**)
- 1 x Instruções para envio
- 1 x Formulário de pedido do teste - Personal Information Form
- 1 x Saco de gel para congelar
- 1 x Envelope almofadado
- 1 x Saco DHL
- 1 x carta de porte DHL
- 2 x faturas pró-forma (**incluídas apenas se você estiver enviando de um país fora da UE**)

### Materiais para colheita Dia Dois:

- 1 x Saco de plástico selável
- 1 x Luva descartável
- 1 x Tabuleiro de colheita de amostras
- 1 x Frasco de tampa amarela
- 1 x Frasco de tampa preta;
- 1 x Papel absorvente
- 1 x Saco à parte que contém
  - 1 x Saco de plástico selável
  - 1 x Frasco de tampa branca
  - 1 x Papel absorvente

### Materiais para colheita Dia Um:

- 1 x Saco de plástico selável
- 1 x Luva descartável
- 1 x Tabuleiro de colheita de amostras
- 1 x Frasco de tampa preta
- 1 x Papel absorvente

Se algum item estiver em falta ou fora de validade por favor contacte a Nordic laboratories testkits@nordicgroup.eu ou 0044 (0)1580 201687

**Atenção:** caso as instruções de colheita não sejam seguidas, poderá ocorrer em atrasos nos resultados ou necessidade de nova colheita o que implicará custos adicionais.

## Prepare o seu envio

### Quando agendar o envio:

- Envie a amostra logo que possível. Se não conseguir enviar as amostras no mesmo dia em que completou a colheita, como por exemplo durante um fim-de-semana ou feriado, mantenha a caixa que contem o frasco de tampa amarela e o frasco de tampa preta no frigorífico e o frasco de tampa branca no congelador, juntamente com a bolsa de congelação até ao momento do envio. Não os conserve por mais de 3 dias.
- Agende o envio para que as suas amostras cheguem ao laboratório durante a semana, uma vez que fecha ao fim-de-semana.

### Assim que estiver pronto a enviar:

- Assegure-se que forneceu a seguinte informação:
  - Formulário - Personal Information Form: devidamente preenchido.
  - Pro-forma Invoices: preencha os documentos enviados (apenas necessário se estiver a enviar a partir de um país fora da UE).
- Prepare o seu envio:
  - Retire do congelador o envelope que contem o frasco de tampa branca assim como a bolsa de congelação e coloque na caixa, juntamente com o formulário devidamente preenchido e os sacos selados com as restantes amostras.
  - Coloque a caixa dentro do saco da DHL e envia (verifique as intruções para envio).



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

[info@nordic-labs.com](mailto:info@nordic-labs.com) . [www.nordic-labs.com](http://www.nordic-labs.com)

## Preparação

### No formulário de pedido do teste (Personal Information Form):

- Preencha os seus dados e do seu médico/prescritor.
- Em 'test requested', selecione a opção GI 360.
- Em 'sample information', escreva a data e horários de cada recolha.
- Em 'comments', escreva o nome de medicamento(s) e/ou suplemento(s) que esteja a tomar.

### Quando realizar a colheita:

- A amostra deverá ser colhida em DOIS dias separados. É preferível, embora não seja obrigatório, que a colheita seja feita em dias consecutivos mas note que a última amostra deverá ser colhida até sete dias após a colheita da primeira.

### Medicação/Suplementos

- Deverá abster-se do seguinte:
  - Tomar antibióticos, anti-parasitários, anti-fúngicos,, inibidores da bomba de protões e probióticos até 2 semanas antes à recolha das amostras, a menos que tenha indicação contrária por parte do seu profissional de saúde.
  - Tomar enzimas digestivas, laxantes (especialmente óleo mineral ou óleo de rícino), aspirina ou outros AINEs, carvão activado, betaina HCL, antiácidos ou bentonita até 2 semanas antes à recolha das amostras, a menos que tenha indicação contrária por parte do seu profissional de saúde.
  - Nunca suspenda nenhum medicamento/suplemento sem consultar primeiramente o seu profissional de saúde.

### Notas importantes:

- Não faça a colheita das amostras caso haja um sangramento activo por hemorróidas ou menstruação.
- Aguarde pelo menos 4 semanas após uma colonoscopia ou enema de bário antes de colher as amostras.
- Evite o contacto da pele ou dos olhos com os líquidos no interior dos frascos de colheita. Caso haja contacto com os olhos, lave abundantemente com água durante 15min. Caso haja contacto com a pele lave com água e sabão. Contacte imediatamente o seu médico caso haja ingestão accidental.
- Mantenha os frascos fora do alcance das crianças.

## Indicadores Consistência das Fezes



Duras/Obstrução



Formadas/Normal



Fezes moles



Líquidas/Diarreia

## Procedimento de Colheita

### Colheita de fezes Dia Um



#### Passo 1:

Escreva o seu nome e data de colheita na etiqueta colada no frasco de tampa preta.



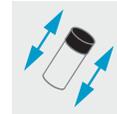
#### Passo 2:

Coloque a luva descartável. Colha a amostra no tabuleiro de colheita (NÃO contamine a amostra com urina, sangue menstrual ou água da sanita).



#### Passo 3:

Abra a tampa preta do frasco. Use a colher presa à tampa para transferir diferentes partes da amostra para dentro do frasco. Certifique-se de que há fezes suficientes misturadas com o líquido, ultrapassando a linha de preenchimento (não deve estar abaixo da linha). Aperte bem a tampa.



#### Passo 4:

Agite o frasco de tampa preta vigorosamente durante aproximadamente 30s para misturar a amostra com o conservante do interior do frasco.



#### Passo 5:

Registe a consistência na lateral do frasco (referente aos indicadores de consistência das fezes).



#### Passo 6:

Coloque o frasco de tampa preta dentro do saco selado com o nome "Colheita de Fezes Dia Um". Coloque o saco dentro da caixa e deixe no frigorífico até ao momento do envio. NÃO congele.

### Colheita de fezes Dia Dois



#### Passo 1:

Escreva o seu nome e data de colheita na etiqueta nos DOIS frascos, de tampa preta e de tampa amarela.



#### Passo 2:

Coloque a luva descartável. Colha a amostra no tabuleiro de colheita (NÃO contamine a amostra com urina, sangue menstrual ou água da sanita).



#### Passo 3:

Abra o frasco de tampa preta e o frasco de tampa amarela. Use a colher presa à tampa para transferir diferentes partes da amostra para dentro dos frascos. Certifique-se de que há fezes suficientes misturadas com o líquido, ultrapassando a linha de preenchimento (não deve estar abaixo da linha). Aperte bem a tampa.



#### Passo 4:

Agite AMBOS os frascos vigorosamente durante aproximadamente 30s para misturar a amostra com o conservante do interior do frasco.



#### Passo 5:

Registe a consistência na lateral do frasco (por favor consulte os indicadores de consistência das fezes).



#### Passo 6:

Coloque os frascos dentro do saco selado com o nome "Colheita de Fezes Dia Dois". Coloque o saco dentro da caixa e deixe no frigorífico até ao momento do envio. NÃO congele.