



Informasjon om din testpakke

Du har valgt å utføre en Organic Acids 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 (bestillings skjema)
- 1 x sølvfarget termokonvolutt
- 1 x DHL-pose
- 1 x DHL-fraktbrev
- 2 x pro-forma fakturaer (**disse er kun inkludert når man sender fra et land utenfor EU**)
- 1 x liten gel-frysepakke

Prøvetakingsmateriell

- 1 x Urinoppsamlingskopp med lokk
- 1 x Biohazard-pose
- 1 x absorpsjonspute

Hvis noe mangler eller har gått ut på dato kan du ringe +44 (0)1580 201687 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.



Forberedelse

Oppgi følgende informasjon

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

Planlegg tidspunkt for prøvetakingen

- Denne prøven skal tas om morgenen før du spiser eller drikker (se Prøvetakingsprosedyre).

Før prøvetaking

- Reduser væskeinntaket for å unngå at urinen bli fortynnet (utvannet).
- Unngå epler, druer, pærer og tranebær samt juice eller produkter av disse i 48 timer før oppsamlingen.
- For voksne bør væskeinntaket begrenses til kun det nødvendige fra klokken 18.00 natten før prøvetaking. Urinen skal ha gul farge. Hvis urinen er klar er prøven for fortynnet. Kast fortynnet prøve, skyll oppsamlingskoppen KUN i varmt vann (uten såpe) og lufttørk, og gjør deretter en ny oppsamling.
- Tøm blæren før du legger deg om kvelden (ikke samle opp denne urinen).

Hvis du tar kosttilskudd

- Unngå kosttilskudd med arabinogalaktan, echinacea, reishi-sopp og ribose i 48 timer før oppsamling.

Viktige merknader

- Samle IKKE opp urin under menstruasjon.
- Unngå: epler, druer, pærer og tranebær samt juice eller produkter av disse i 24 timer før oppsamlingen.

Prøvetakingsprosedyre



Trinn 1:

Skriv navn, fødselsdato og dato og klokkeslett for oppsamling på etiketten som er festet til urinopsamlingskoppen med lokk. Merk også dato for prøvetaking på Personal Information Form (bestillingsskjema).



Trinn 2:

Samle opp den første morgenurinen i urinopsamlingskoppen med lokk. Forsikre deg om at du samler opp minst 10 ml urin (minimum).



Trinn 3:

Skru lokket godt på urinopsamlingskoppen.



Trinn 4:

Legg urinopsamlingskoppen med lokk som inneholder prøven og gel-frysepakken i biohazard-posen og forsegle denne.



Trinn 5:

Plasser biohazard-posen som inneholder prøven og gel-frysepakken i fryseren inntil den er klar til å sendes.

Forsendelsesforberedelse

Planlegg tidspunkt for forsendelsen

- Send prøven din så snart som mulig, helst innen 48 timer etter prøvetaking. Gjerne innen 48 timer etter prøvetaking. Viktig: Forsikre deg om at både gel-frysepakken og prøven er helt frossen før levering (vanligvis rundt 6 timer).

Når du er klar til å sende

- Forsikre deg om at du har oppgitt følgende informasjon:
 - 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 når man sender fra et land utenfor EU**).
- Forbered forsendelsen:
 - Ta biohazard-posen som inneholder prøven og gel-frysepakken ut av fryseren.
 - Legg posen i den medfølgende sølvfargede termokonvolutter, sammen med utfyllt Personal Information Form (bestillingsskjema) og forsegle denne.
 - Legg sølvtermokonvolutter i den medfølgende esken, legg esken i DHL-posen og send med DHL (se vedlagte Fraktinstruksjon).