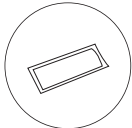


# INSTRUKTIONER.

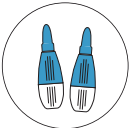
## KIT TIL SELVPRØVETAGNING INDEHOLDER:



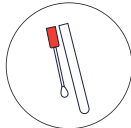
INSTRUKTIONER



ABSORBERINGSPOSE



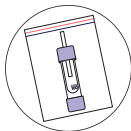
2 STK. LANCETTER



PRØVETAGNINGS-PINDE



DATASEDDEL & ANALYSEKODE



LYNLÅSPOSE INDEHOLDENDE PRØVERØR MED OPSAMLINGSRØR



LYNLÅSPOSE INDEHOLDENDE PLASTER, VATPIND OG RENGØRINGSSERVİETTER

## INSTRUKTIONSFILM

[www.dynamiccode.com/kapillar](http://www.dynamiccode.com/kapillar)



### INTRODUKTION

#### Kit til selvprøvetagning

## GLUTEN-INTOLERANCE ANLÆG & INTOLERANCE

Hej! Dette er Dynamic Codes' kit til selvprøvetagning for glutenintolerance. Denne kit til selvprøvetagning indeholder to forskellige prøvetagningskits: et til at tage en kapilærblodprøve ved hjælp af et stik i fingeren, og en der udføres ved en kindpodeprøve. Prøverne sendes derefter til vores laboratorium til analyse. Svaret, som du får inden for 6 hverdage efter ankomst til vores laboratorium downloader du dig selv på vores hjemmeside ved at indtaste din analysekode.

Bed gerne nogen om hjælp, hvis du føler dig usikker ved selv at tage prøven. Så sørg for at den, der hjælper dig beskytter sig selv ved hjælp af beskyttelseshandsker mod enhver blodinfektion. Prøven bør ikke udføres på børn under 4 år.

- Da vi tester dit immunforsvar mod gluten, er det meget vigtigt, at du spiser glutenholdig kost inden prøven. For at være sikker på, at du har indtaget nok gluten, anbefaler vi, at du spiser 2-3 skiver brød per dag i 3 uger inden prøven tages.
- Når du har taget prøven, skal du sende den tilbage samme dag eller senest dagen efter. Undgå at tage prøven dagen før weekenden eller i weekenden. Ved minusgrader anbefaler vi, at du indleverer den på nærmeste posthus i stedet for at lægge den i postkassen.

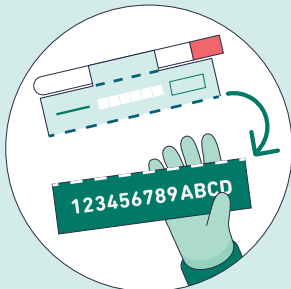
Hvis prøvetagningsmaterialet er beskadiget, må det ikke anvendes.

### FORBEREDELSE TIL KAPILÆRBLODPRØVE



#### 1. GENNEMLÆS INSTRUKTIONERNE

Start med at grundigt at vaske og tørre hænderne.  
Gennemlæs hele instruktionsvejledningen, inden du begynder med prøvetagningen, så du ikke misser noget vigtigt.



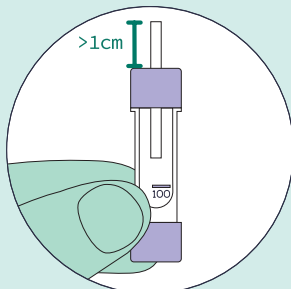
#### 2. UDFYLD DATOEN, OG GEM ANALYSEKODEN

Du skal bruge analysekoden, som du finder sammen med datosedlen, for at kunne hente dit prøvesvar. Riv den af, og gem analysekoden et sikkert sted, hvor den ikke bliver væk.



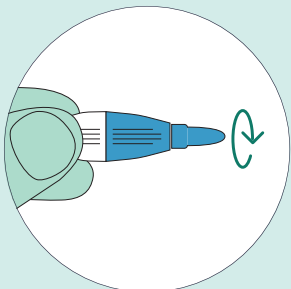
#### 2. UDFYLD PRØVE-TAGNINGSDATOEN

Riv datosedlen af fra reagensglasset, udfyld prøvetagningsdatoen på datosedlen, og læg den til side.



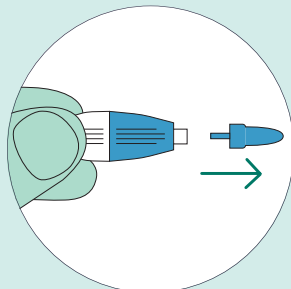
#### 3. FORBEREDELSE TIL BLODPRØVEN

- a) For at sikre en god blodgennemstrømning anbefaler vi, at du tager prøven, når du har varme hænder. Du kan varme hænderne i varmt vand og holde dem op over brysthøjde for at få en bedre blodgennemstrømning.
- b) Find prøvetagningsrøret frem (gem lynlåsposen), og kontroller, at opsamlingsrøret stikker mindst 1 cm op over låget. Hvis det ikke gør det, skal du fjerne låget og sætte opsamlingsrøret på en ren overflade, hvorefter du trykker det op.

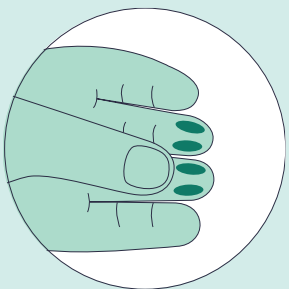


#### 4. FORBERED LANCETTEN

a) Forbered lancetten ved at dreje toppen til den løsnes. Det er vigtigt, at du ikke trækker toppen af uden først at dreje den, da det kan ødelægge lancetten.



b) Når toppen er taget af, ser du en hvid del ved spidsen, som aktiverer nålen. Da den kun kan bruges én gang er det vigtigt, at du ikke aktiverer nålen, inden stikket i fingeren skal udføres.

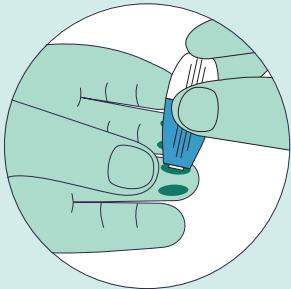


#### 5. FORBERED PRØVETAGNINGSFINGEREN

a) Rengør lange- eller ringfingeren på din ikke-dominerende hånd med renseservietten, og lad den lufttørre i mindst 30 sekunder. Stikket skal ikke foretages på midten af fingerspidsen men på siden, som det ses på billedet.

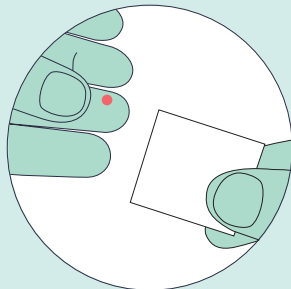
b) For at give ekstra støtte, kan du lægge hånden på en bordoverflade. Tryk hårdt med tommelfingeren lige under området på fingeren, hvor du vil tage prøven. Blodet samles i fingerspidsen, som får en mørkere farve. Bliv ved med at trykke, til du har stukket.

### PRØVETAGNING KAPILÆRBLODPRØVE



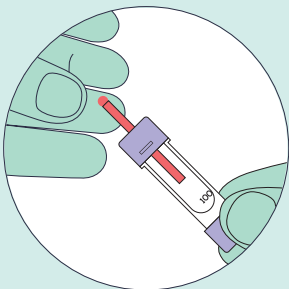
#### 6. STIK HUL MED LANCETTEN

Hold lancetten fast ind mod siden af fingerspidsen, og tryk indtil du hører et klik. Stop med at trykke på tomten, så blodet kan løbe til. Smid lancetten ud sammen med dit restaffald.



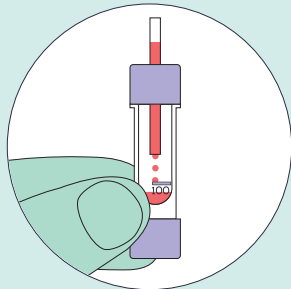
#### 7. TØR DEN FØRSTE BLODDRÅBE VÆK

Vigtigt! Tryk en dråbe frem, og fjern den med vat.



#### 8. FYLD OPSAMLINGSRØRET

- a) Tryk op langs hele fingeren fra hånden mod fingerspidsen for at få store bloddråber frem.
- b) Sæt opsamlingsrøret mod dråben for at opsamle den. Sæt prøverøret lidt på skrå for at undgå luftbobler. Tryk derefter en ny dråbe frem. Fortsæt sådan til opsamlingsrøret er helt fyldt med blod.



#### 9. OPSAMLING AF BLODET

- a) Hold prøverøret lige, og lad blodet løbe ned i beholderen. Du kan banke røret forsigtigt mod et bord, hvis det løber langsomt.
- b) Tap blod til det når den markerede 100-linje.
- c) Hvis det ikke virker for dig at opsamle blodet med opsamlingsrøret: Tag låget af, og dryp blodet direkte ned i prøverøret.

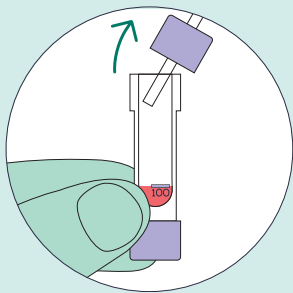
Forts. →

Kit til selvprøvetagning

# GLUTEN-INTOLERANCE

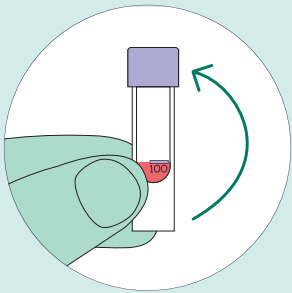
## ANLÆG & INTOLERANCE

PRØVETAGNING KAPILÆRBLODPRØVE

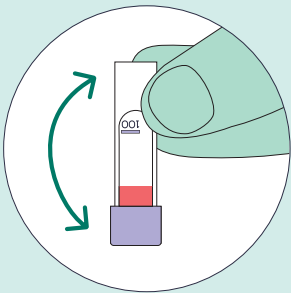


10. FORSEGLING AF PRØVEN

a) Drej, og fjern låget med opsamlingsrøret. Smid det væk.

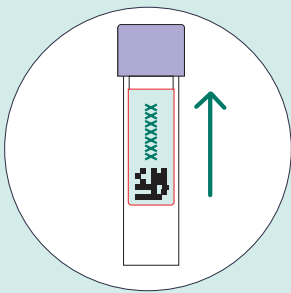


b) Fjern låget som sidder i bunden af prøverøret, og "klik" det på toppen, så prøverøret forsegles.



11. BLANDING I PRØVERØRET

Vend prøverøret op og ned 5 gange, og sørg for, at blodet følger med, når du vender røret. Det skal blandes ordentligt, så koagulering undgås.

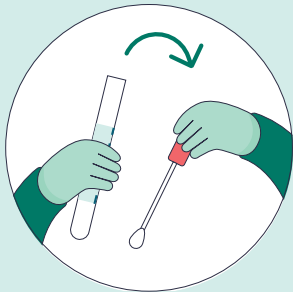


12. MÆRK PRØVERØRET MED ETIKETTEN

a) Mærk prøverøret med etiketten, som sidder på datosedlen. Det er meget vigtigt, at du placerer etiketten vertikalt på røret som vist på billedet.

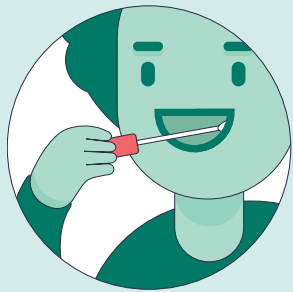
b) Læg datosedlen tilbage i æsken.

FORBEREDELSE TIL KINDPODEPRØVE



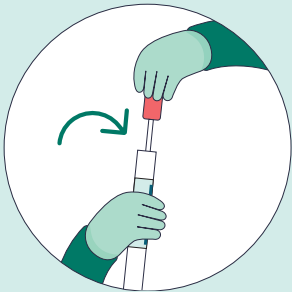
13. FORBEREDELSE AF PRØVETAGNINGEN

Start med at skylle munden med vand. Drej proppen af prøverøret, og vær opmærksom på ikke at røre den bløde del af prøvetagningspinden.



14. UDFØRELSE AF PRØVEN

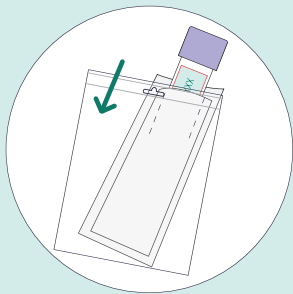
Gnid den bløde del af prøvetagningspinden på indersiden af kinden i 3–4 sekunder.



15. LUK PRØVEN

Stik prøvetagningspinden tilbage i prøverøret straks efter prøvetagningen.

PRØVETAGNING KINDPODEPRØVE

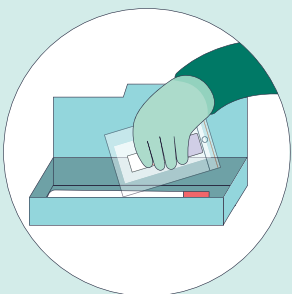


16. PAKNING AF PRØVEN

a) Pak blodprøven i absorberingsposen.

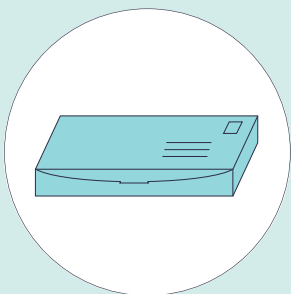
b) Læg absorberingsposen med prøverøret i lynlåsposen som reagensglas kom ind, og luk den.

c) Læg lynlåsposen og prøverøret med kindpodningsprøven tilbage i æsken.



Vigtigt! Kontrollér følgende:

- ☐ Har du gemt analysekoden?
- ☐ Har du udfyldt datosedlen og lagt den i æsken?
- ☐ Har du mærket prøverøret?



17. RETUR-FORSENDELSE

a) Fold lågets flapper ind, luk, og forsegl æsken.

b) Send den frankerede æske retur ved at poste den i en almindelig postkasse.

Ved minusgrader:  
Indlevér din prøve på et posthus.



18. SE DIT SVAR

Du henter dit svar ved at indtaste din analysekode på [dynamiccode.com](https://dynamiccode.com).

Svaret er klart senest 6 hverdage efter, at prøven er ankommet til vores laboratorium.

Hvis du vil have besked på din mobiltelefon, når dit svar er klart, finder du mere information om dette ved analysekoden.

RETURFORSENDELSE OG SVAR