

## Välkommen till ditt test kit

Du har valt att göra ett GI Map Test från Nordic Laboratories vilket kommer att ge information som kommer att vara till hjälp på din personliga väg till bättre hälsa.

Framtidens medicin är personanpassad och är baserad på information som är relaterad till individens egen biokemi och genetik. Det här testet kommer att hjälpa dig att få objektiv information om dig själv för att medverka till i utarbetandet av en mer precis behandlingsstrategi och möjliggör åtgärder att bli implementerade vilka kommer att hjälpa dig att nå en bättre hälsa till en högre nivå.

I det här kitet hittar du allt som du behöver för att genomföra provet. Var vänlig läs instruktionerna noga och följ dem punkt för punkt. Ditt test resultat kommer att finnas hos din behandlare ungefär tre veckor efter att vi mottagit ditt prov.

Om du har några frågor eller behöver hjälp med att förstå provet och instruktionerna, var vänlig kontakta vårt support team på +45 33 75 10 00 eller e-post [info@nordic-labs.com](mailto:info@nordic-labs.com).

## Kontrollera ditt kit

### Försändelsematerial

- 1 x Låda innehållande materialet som behövs för uppsamling (**behåll den här lådan för att returnera ditt prov**)
- 1 x Försändelse instruktioner
- 1 x Formulär för personlig information
- 1 x Vadderat kuvert
- 1 x Liten gel frys pack
- 1 x DHL påse
- 1 x DHL fraktsedel
- 2 x Provisorisk faktura (**inkluderad endast om du skickar från ett icke-EU land**)

### Uppsamlingsmaterial

- 1 x Provrör med orange kork
- 1 x Uppsamlings bricka
- 1 x Återförslutande plastpåse med ett absorberande pad
- 1 x Engångshandske

## Förberedelser

### Var vänlig fyll i följande information

- Formulär för personlig information: kontrollera att informationen på formuläret stämmer och ändra om det skulle behövas.

### När du ska utföra testet

- Det här testet ska utföras under EN (1) dag och det måste skickas inom 24 timmar. För att vara säkra att det kommer till laboratoriet inom den här tidsramen är det viktigt att du utför provet på en söndag eller måndag (om du gör det på en söndag är det viktigt att du skickar det på måndag via DHL eftersom DHL inte hämtar på söndagar). Du kan göra provet vilken tid som helst dem här två dagarna.

### Viktigt

- Sluta aldrig med läkemedel utan samtycke från din husläkare.
- Undvik att vätskan i provrören kommer i kontakt med ögon och hud. Om vätskan skulle komma i kontakt med ögonen, skölj noga med vatten under 15 minuter. Om vätskan skulle komma i kontakt med huden, tvätta noga med tvål och vatten. I händelse att vätskan skulle hamna i munnen, kontakta läkare omgående.
- Förvara provrör utom räckhåll för barn.
- Förvara liten gel frys pack fryspacken i frysen tills provet ska skickas.

## Uppsamlingsprocedur



#### Steg 1:

Skriv ditt namn, datum samt tid för uppsamling på etiketten fäst på provröret med orange kork.



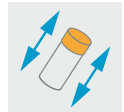
#### Steg 2:

Ta på engångshandsken. Samla ditt avföringsprov i uppsamlingsbrickan (kontaminera INTE provet med urin, mens blod eller vatten från toaletten).



#### Steg 3:

Skruva upp korken på provröret med den orange korken. Använd skeden som sitter fast i locket och ta avföring från olika områden och placera i provröret. Se till att det är tillräckligt med avföring blandat med vätskan för att räcka upp till, men inte över, linjen. Skruva åt ordentligt.



#### Steg 4:

Skaka provröret med den orange korken kraftigt under 30 sekunder för att blanda avföringen med konserveringsmedlet.



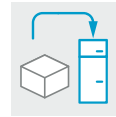
#### Steg 5:

Teckna ned konsistensen av avföringen på sidan av provröret (stäm av med nyckeln till avföringskonsistens nedan).



#### Steg 6:

Placera provröret med den orange korken i den återförslutande plastpåsen och försegla. Placera påsen i det vadderade kuvertet, lägg sedan alltsammans i kylan.



#### Steg 7:

Placera det vadderade kuvertet i kylan och gel frys packen i frysen tills du är redo att skicka.

## Nyckel till avföringskonsistens



Hård/Förstoppad



Formad/Normal



Lös avföring



Vattnig/Diarré

## Förbered för transport:

### När du ska boka transporten

- Ta ut ditt prov från kylskåpet och placera det tillsammans med den frusna gel frys packen i bio-hazard påsen och placera sedan i lådan som testet kom i. Om du av någon anledning inte kan skicka provet samma dag som du utfört det, förvara det vadderade kuvertet med provröret med orange kork i kylan tills du kan skicka det. Förvara det inte mer än EN (1) dag. Ditt prov måste skickas inom 24 timmar. Om inte kommer provet antagligen att behövas göras om.
- Det är viktigt att du skickar till oss på en måndag eller tisdag.

### När du är redo att skicka ditt prov

- Tillhandahåll följande information:
  - Formuläret med personlig information: se till att formuläret är ifyllt och informationen korrekt.
  - Provisorisk faktura (**inkluderad endast om du skickar från ett icke-EU land**).
- Förbered för transport:
  - Ta ut det Liten gel frys pack från frysen och placera det i lådan som kom med provet.
  - Placera ditt formulär med personlig information i lådan.
  - Placera lådan i DHL påsen och skicka (se instruktioner för transport).