

Anleitung zur Probennahme

Speicheltest: 7 Saliva

Ist Ihr Test-Paket vollständig?

Bitte überprüfen Sie zunächst, ob Ihr Test-Paket vollständig ist. Es sollte enthalten:

- 1 Anleitung zur Probennahme
- 1 Anleitung zur Befundabfrage
- 1 Probenbegleitschein
- 1 Garantieschein
- 7 farbige Speichelgefäße
- 7 Speichelröhrchen
- 7 Etiketten
- 2 Versandgefäße
- 1 blaue Versandtasche

Diese Anleitung ist gültig für folgende Tests:

Stressprofil

Stressprofil Plus

Test-Vorbereitung

Am Tag der Probengewinnung sollten Sie folgendes beachten:

1. die Proben in ruhiger Atmosphäre / Ruhe nehmen, da Stresssituationen und sportliche Aktivitäten die Hormonwerte beeinflussen
2. den Speichel **nicht mit Blut vermischen**, z. B. durch Zahnfleischbluten
3. **kein Mundwasser/keine Mundspülungen** verwenden
4. direkt vor den Speichelproben den **Mund mit klarem Wasser spülen**
5. vor der ersten Speichelprobe **weder essen noch trinken**
6. Speichelproben vor dem Zähneputzen oder frühestens 30 Minuten danach nehmen
7. Speichelproben im Tagesverlauf 30 min nach dem Essen oder Trinken nehmen
8. Proben nach Probenentnahme im Kühlschrank aufbewahren

Test-Durchführung

Führen Sie diesen Test an einem Tag durch, der Ihnen die Probenentnahme nach folgendem Zeitschema ermöglicht:

Bitte die Farben auf der nächsten Seite beachten!

Speichel-Probe 1	direkt nach dem Aufstehen
Speichel-Probe 2	½ Std. nach dem Aufstehen
Speichel-Probe 3	1 Std. nach dem Aufstehen
Speichel-Probe 4	2 Std. nach dem Aufstehen
Speichel-Probe 5	5 Std. nach dem Aufstehen
Speichel-Probe 6	8 Std. nach dem Aufstehen
Speichel-Probe 7	12 Std. nach dem Aufstehen

1. Nehmen Sie bitte ein Speichelröhrchen und das Speichelgefäß in der entsprechenden Farbe (siehe Farbschema rechts, z. B. Probe 1: weiß, Probe 7: braun) aus der Verpackung.
2. Nehmen Sie das Speichelröhrchen in den Mund und füllen Sie hiermit das Speichelgefäß **bis zur Hälfte** mit Speichel. (Schaum nicht mit messen.)
3. Schließen Sie den Deckel des Speichelgefäßes und entsorgen Sie das benutzte Speichelröhrchen im Hausmüll.
4. Beschriften Sie eines der **Etiketten** mit Datum, Uhrzeit und Namen und kleben Sie es auf das Speichelgefäß.
5. Legen Sie das Speichelgefäß in eines der Versandgefäße und bewahren Sie dieses bis zum Versand im **Kühlschrank** auf. Bis zu 4 Speichelgefäße können in einem Versandgefäß verschickt werden.
6. Für den Versand nehmen Sie die Proben aus dem Kühlschrank und legen Sie sie mit dem ausgefüllten Probenbegleitschein in die beiliegende blaue Versandtasche. Senden Sie diese bitte per Post an unser Labor zurück.



Der Versand sollte vorzugsweise von Montag bis Donnerstag, nicht zum Wochenende oder vor Feiertagen erfolgen.

Vielen Dank für Ihre Mithilfe!
Ihr medivere-Team



medivere GmbH
Hans-Böckler-Str. 109
55128 Mainz

Telefon: 06131 7205-216