

Informasjon om din testpakke

Du har valgt å ta en Hair Elements Test fra Nordic Laboratories som vil gi informasjon som kan hjelpe deg med din personlige helsereise.

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 returnering av prøven**)
- 1 x Personal Information Form (bestillingsskjema)
- 1 x DHL-pose
- 1 x DHL-fraktbrev
- 2 x pro-forma fakturaer (kun inkludert når man sender fra et land utenfor EU)

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

Prøvetakingsmaterieill

- 1 x Hårvekt
- 1 x Gjenlukkelig plastikkpose

Forberedelse

Oppgi følgende informasjon

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

Før prøvetaking

- Denne testen krever ingen spesiell diett før prøvetaking.

Hvis du tar medisiner eller kosttilskudd

- Du trenger ikke avbryte bruk av medisiner eller kosttilskudd med mindre annet er instruert av legen din.
- Aldri avbryt bruk av reseptbelagte medisiner uten først å konsultere legen din.

Viktig

- Samle hårprøven i henhold til instruksjonene på skalaen. Hår som har blitt permanent farget, bleket eller på annen måte kjemisk behandlet er sårbart for forurensning og anbefales ikke til analyse. Hodehår er generelt foretrukket fordi det vokser raskere enn kjønnshår og kan gi en kortere historie enn kjønnshår. Imidlertid, hvis hodehåret er kjemisk behandlet, er kjønnshår foretrukket.
- IKKE bland hodehår med kjønnshår i prøven.

Prøvetakingsprosedyre



Trinn 1:

Skriv ditt fullstendige navn, fødselsdato og dato for oppsamling på den gjenlukkbare plastikkposen. Skriv også oppsamlingsdato på Personal Information Form (bestillingsskjema).



Trinn 2:

Vask og tørk hendene dine med et rent håndkle.



Trinn 3:

Du lager papirvekten ved å bøye de 2 trekantede flippene ned som illustrert på hårvekten.



Trinn 4:

Bruk en rustfri stålsaks til å klippe håret med. Klipp fra 5 forskjellige steder fra bakhodet, så nærme hodebunn som mulig. Hvis håret har blitt farget, bleket eller kjemisk behandlet, vent med å ta hårprøven til ditt naturlige hår har vokst ut minst 3 cm, eller bruk kjønnshår isteden.



Trinn 5:

Når du klipper av håret, behold kun det håret som er 2,5 cm tettest på hodebunn.



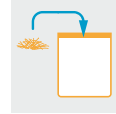
Trinn 6:

Kast resten av håret som ble klippet av.



Trinn 7:

Plasser håret du har beholdt på papirvekten. Det er nok hår når den tipper til siden (vekten er designet til å holde 0,25 g hår).



Trinn 8:

Legg håret i plastikkposen og lukk igjen.



Trinn 9:

Vennligst marker på Personal Information Form (bestillingsskjema) om du har brukt hode- ELLER kjønnshår.

Forsendelsesforberedelser

Planlegg tidspunkt for forsendelsen

- Send prøven din så snart som mulig.

Når du er klar til å sende

- Forsikre deg om at følgende informasjon er oppgitt:
 - Personal Information Form (bestillingsskjema): sørg for at skjemaet er utfylt.
 - Gjenlukkbar plastikkpose: forsikre deg om at du har skrevet på all nødvendig informasjon på posen.
- Forbered forsendelsen:
 - Legg den gjenlukkbare plastikkposen som inneholder hårprøven sammen med utfylte Personal Information Form (bestillingsskjemaet) i den medfølgende esken.
 - Plasser esken i DHL-posen og send pakken med DHL (se vedlagte Fraktinstruksjon).