

Preparação do envio

Quando solicitar o envio

- Envie a sua amostra assim que possível. De preferência, 48 horas após a colheita. Pode fazer o envio em qualquer dia da semana.

Quando estiver pronto a fazer o envio

- Assegure-se que forneceu a seguinte informação:
 - Cartão: Certifique-se que preencheu todas as informações na parte de trás do cartão.
 - Formulário de informação pessoal: certifique-se que o formulário se encontra devidamente preenchido;
 - Facturas Proforma: preencha as facturas fornecidas (apenas no caso de proceder ao envio em países não EU).
- Prepare o seu envio:
 - Coloque na caixa fornecida, o saco de plástico com a sua amostra juntamente com o formulário de informação pessoal ;
 - Coloque a caixa no saco da DHL e proceda ao envio (veja as instruções de envio).



Nygade 6, 3.sal . 1164 Copenhagen K . Denmark . Tlf: +45 33 75 10 00

info@nordic-labs.com . www.nordic-labs.com

© Copyright 2021 Nordic Laboratories. Reproduction may be made for personal use only. Systematic electronic or print reproduction and distribution including duplication of any material in this paper for a fee or for commercial purposes, or modification of the content of the paper are prohibited.



Amino Acids

PORT

Bem-vindo ao kit do seu teste

Irá realizar o teste denominado por Amino Acids da Nordic Laboratories, do qual obterá informação de apoio à sua saúde.

O futuro da medicina é o tratamento personalizado, tendo por base informação bioquímica e genética sua. Este teste irá dar-lhe dados seus para que possa seguir uma estratégia de tratamento personalizada e permitirá que estabeleça níveis superiores de saúde.

Neste kit encontrará todo o material necessário para proceder à colheita. Por favor leia atentamente as instruções e siga passo a passo. Os seus resultados ficarão disponíveis para o seu profissional de saúde dentro de três semanas após recepção das amostras.

Se tiver alguma questão, preocupação ou precisar de apoio, por favor contacte a nossa equipa de apoio pelo +45 33 75 10 00 ou via e-mail info@nordic-labs.com.

Verifique o seu Kit

Materiais para envio

- 1 x Caixa que contém o kit (por favor conserve esta caixa para devolver a amostra)
- 1 x Instruções para envio
- 1 x Formulário de pedido do teste - Personal Information Form
- 1 x Saco DHL
- 1 x Carta de porte DHL

Materiais para colheita

- 1 x cartão para colheita (bloodspot)
- 2 x lancetas
- 2 x pensos rápidos
- 2 x toalhetas embebidas em álcool
- 1 x gaze esterilizada
- 1 x saco de plástico

Caso falte algum item ou tenha expirado, por favor ligue para + 44 (0) 1580 201687 ou e-mail testkits@nordicgroup.eu

Atenção: caso as instruções de colheita não sejam seguidas, poderá ocorrer em atrasos nos resultados ou necessidade de nova colheita o que implicará custos adicionais.

Preparação

No formulário de pedido do teste:

- Preencha os seus dados e do seu médico/prescritor.
- Em 'test requested', selecione a opção Amino Acids.
- Em 'sample information', escreva a data e horários de cada recolha.
- Em 'comments', escreva o nome de medicamento(s) e/ou suplemento(s) que esteja a tomar.

Antes da colheita

- Deverá jejuar nas 8 horas anteriores à colheita. Não ingira alimentos sólidos. Apenas beba água quando necessário.

Quando realizar a colheita

- Realize a colheita de sangue seco após 8 horas de jejum, e antes de comer ou beber (exceto água).

Caso esteja a tomar suplementos

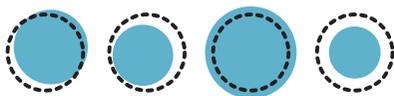
- Não será necessário suspender a toma de suplementos.

Procedimento de colheita

Dicas para uma colheita bem sucedida

- Não toque com as mãos no filtro ;
- Faça a colheita apenas quando as mãos estiverem mornas. Pode aquecer as mãos, esfregando-as ou esfregar as mãos debaixo de água morna pois estimula o fluxo sanguíneo. Caminhar de um lado para o outro também aumentará o fluxo sanguíneo, por isso, tente mexer-se antes da colheita;
- Pode usar um cinto ou um acessório como um torniquete para estimular o fluxo sanguíneo. Amarre o objeto firmemente em torno da parte superior do braço que será usado para a colheita;
- De preferência, levante-se e mantenha a mão ao nível da cintura durante a colheita. Tal, irá estimular o fluxo sanguíneo;
- Deixe o sangue cair do seu dedo para o cartão, tente não tocar no sangue à volta dos círculos;
- Faça colheita de sangue suficiente para que TODOS os círculos estejam completamente preenchidos.

Exemplo de cartão com colheita aceite



Exemplo de cartão com colheita não aceite



Colheita



Passo 1:

Escreva o seu nome completo, data e horade colheita na parte traseira do cartão. Anote também a data e hora de colheita no formulário de informação pessoal.



Passo 2:

Antes de iniciar a colheita de sangue, lave e seque as mãos com uma toalha limpa e abra a gaze esterilizada para uso posterior.



Passo 3:

Position Posicione o cartão numa zona adequada (abaixo do nível da cintura), de modo que os círculos de colheita estejam voltados para cima.



Passo 4:

Selecione um dedo para extrair o sangue (o do meio ou dedo anelar da mão não dominante é sempre melhor). Abra uma gaze de álcool e limpe o dedo. Deixe o dedo secar durante, pelo menos, um minuto.



Passo 5:

Segure a lanceta pela extremidade grossa. Rode a aba estreita na extremidade oposta e remova-a; a lanceta está agora preparada.



Passo 6:

Pressione firmemente a ponta branca, agora exposta, contra a ponta do dedo para libertar a agulha. Assim que a agulha sair e tiver feito um pequeno buraco no seu dedo, retrairá imediatamente. A lanceta encontra-se segura para deitar fora. Limpe rapidamente a primeira gota do sangue com a gaze esterilizada.



Passo 7:

Usando o polegar, massage suavemente (não esprema) todo o comprimento do dedo picado para formar gotas de sangue.



Passo 8:

Assim que aparecer uma gota de sangue, deixe-a cair no centro do círculo. Continue a colheita até que TODOS os círculos no cartão d tenham sido preenchidos (para preencher todos os círculos pode ter que repetir desde o passo 4).



Passo 9:

Assim que preencher todos os círculos do cartão, limpe o dedo com a gaze esterilizada e aplique então o penso rápido.



Passo 10:

Permita que o cartão seque durante pelo menos quatro horas. Uma vez seco, coloque o cartão no saco de plástico fornecido. Armazene em lugar seco e fresco até estar pronto a enviar.