

## Prepare o seu envio

### Quando agendar o envio:

- Envie até 24 horas após colheita, a amostra logo que possível.
- Agende o envio para que as suas amostras cheguem ao laboratório durante a semana, uma vez que fecha ao fim-de-semana.

### Assim que estiver pronto a enviar:

- Assegure-se que forneceu a seguinte informação:
  - Formulário - Personal Information Form: devidamente preenchido.
  - Coloque a caixa dentro do saco da DHL e envie (**verifique as instruções para envio**).
- Prepare o seu envio:
  - Coloque o saco para amostras de risco biológico dentro do envelope almofadado e feche-o. Coloque o envelope e o formulário devidamente preenchido na caixa fornecida.
  - Coloque a etiqueta de morada na caixa e envie (verifique as instruções para envio).



## Bem-vindo ao kit do seu teste

Irá realizar o teste denominado GI Effects Profile da Nordic Laboratories, do qual obterá informação de apoio à sua saúde.

O futuro da medicina é o tratamento personalizado, tendo por base a sua 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](mailto: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 Envelope almofadado
- Etiqueta de endereço

### Materiais para colheita Dia Um:

- 1 x Saco para amostras de risco biológico
- 1 x Tabuleiro de colheita de amostras
- 1 x Frasco de tampa cor de laranja
- 1 x Frasco de tampa cor de rosa
- 1 x Frasco de tampa cor verde
- 1 x Frasco de tampa cor branco
- 1 x Zaragatoa de fezes com tubo
- 1 x Luva descartável
- 1 x Papel Absorvente
- 1 x Saco descartável (NÃO envie de novo para o laboratório).



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

[info@nordic-labs.com](mailto:info@nordic-labs.com) • [www.nordic-labs.com](http://www.nordic-labs.com)

**Por favor atente que:** caso as instruções não sejam seguidas, poderão ocorrer atrasos na disponibilização de resultados ou nova colheita.

Se algum item estiver em falta ou fora de validade por favor contacte a Nordic laboratories [testkits@nordicgroup.eu](mailto:testkits@nordicgroup.eu) ou 0044 (0)1580 201687

## Preparação

### No formulário de pedido do teste (Personal Information Form):

- Preencha os seus dados e do seu médico/prescritor.
- Em 'test requested', selecione a opção GI 360 Essentials x2.
- 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.

### Caso esteja a tomar medicação ou suplementação:

- Nos dois dias anteriores à colheita, abstenha-se da toma dos seguintes (excepto se o seu profissional de saúde indicar o contrário): tomar enzimas digestivas, laxantes, aspirina ou outros AINEs (exemplo ibuprofeno), carvão activado, betaina HCL, antiácidos ou bentonita, supositórios retais, óleos minerais, óleo de castor.
- Se estiver a tomar antibióticos, anti-parasitários, anti-fungicos, probióticos (suplementos ou alimentos com flora benéfica, como activia), é recomendado que aguarde 14 dias após a última toma para iniciar a colheita.; após a toma de antibióticos deverá, idealmente, aguardar 28 dias.
- Evite tomar inibidores da bomba de prótons nos 14 dias antes de realizar o teste, se tiver incluído a análise a H. Pylori.

### Importante

- NÃO faça a colheita se estiver com hemorróidas ou com a menstruação.
- Aguarde pelo menos 4 semanas para iniciar a colheita, caso tenha realizado uma colonoscopia ou enema opaco.
- Nunca suspenda nenhum medicamento/suplemento sem consultar primeiramente o seu profissional de saúde.
- Evite o contacto da pele ou dos olhos com os líquidos no interior dos frascos de colheita. Caso haja contacto com os olhos, lave abundantemente com água durante 15min. Caso haja contacto com a pele lave com água e sabão. Contacte imediatamente o seu médico caso haja ingestão acidental;
- Mantenha os frascos fora do alcance das crianças.
- Abra cuidadosamente os frascos. A altitudes elevadas, os frascos estão sujeitos à pressão. Tape o topo do frasco com um pano ou abra lentamente.
- Este teste não é recomendado a crianças menores de 2 anos.
- Se vir um verme durante a colheita, NÃO coloque no frasco juntamente com as amostras. Ao invés, coloque no FRASCO DE TAMPA COR VERDE sem retirar fezes dessa amostra. Alternativamente, pode colocar num recipiente de vidro com álcool, sem quaisquer fezes. Escreva no Patient Information Form que viu o verme e escreva WORM no recipiente. Não misture, nem agite, nem esmague a amostra se houver verme(s)

## Indicadores Consistência das Fezes:



Duras/Osbtipação



Formadas/Normal



Fezes moles



Líquidas/Diarreia

## Diagrama para Esfregaço de fezes e tubo:



## Procedimento de Colheita



### Passo 1:

Escreva o seu nome, data de nascimento e data de colheita em TODOS OS 4 frascos (não tem que escrever o número de identificação - ID - o laboratório é que irá indicar assim que receber a amostra). Escreva a data de colheita também no formulário (Patient Information Form).



### Passo 2:

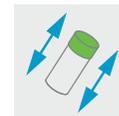
Coloque a luva descartável. Faça a colheita para o tabuleiro designado (NÃO contamine a amostra com urina, sangue menstrual ou água da sanita).

**Nota:** Se vir um verme, coloque-o (sem fezes) no frasco de tampa de cor verde. NÃO coloque quaisquer vermes dentro de outros frascos ou tubos.



### Passo 3:

Abra o frasco de tampa de cor verde. Com recurso à colher anexa ao frasco, retire porções de fezes de diferentes áreas e coloque-as no frasco. Verifique que a amostra transferida é suficiente, sem exceder a linha limite marcada no frasco. Volte a colpear a tampa e aperte firmemente.



### Passo 4:

Agite vigorosamente o frasco durante 30 segundos, para assim misturar o conservante presente no frasco com as fezes.



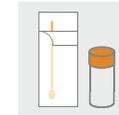
### Passo 5:

Registe a consistência das fezes na etiqueta do frasco (veja o indicador de consistência de fezes).



### Passo 6:

Repita os passos 2-5 para os frascos de tampa de cor rosa, laranja e branca. **Por favor note:** não há qualquer líquido no frasco de tampa branca.



### Passo 7:

Abra a embalagem que contém a zaragatoa, retire o tubo e mantenha-o na posição vertical. A zaragatoa deverá permanecer na embalagem até que esteja pronto a realizar a colheita de amostra.



### Passo 8:

Segure a zaragatoa acima do ponto marcado, que é a extremidade oposta à ponta do aplicador de nylon (consulte o diagrama de esfregaço de fezes e tubo na página anterior). Faça a colheita da amostra inserindo a terminação redonda em nylon\* (consulte o diagrama) da zaragatoa na amostra de fezes e gire-o. Verifique se o cotonete contém material fecal. Caso contrário, repita.



### Passo 9:

Abra o tubo de colheita do cotonete e insira a zaragatoa. Esmague e misture a ponta de nylon arredondada da zaragatoa com as fezes contra a lateral do tubo. Quebre a zaragatoa no ponto de ruptura indicado. Coloque a tampa no tubo firmemente. Agite o tubo. Cole etiqueta fornecida no seu kit no tubo, e escreva o seu nome, data de nascimento, género e data de colheita.



### Passo 10:

Descarte as fezes que não foram colhidas, assim como o tabuleiro de colheita (usando o saco descartável preto fornecido).



### Passo 11:

Coloque TODAS as suas amostras no saco para amostras de risco biológico e feche-o. Coloque o saco no frigorífico, até ao momento do envio.