



MEDISINSK LABORATORIUM

Inneholder

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| 2 Bobleposer | 1 Laktulose-oppløsning |
| 1 Lab1 rekvisisjonsskjema | 8 Vakuurnør |
| 1 Genova rekvisisjonsskjema | 8 Etiketter |
| 1 Retureske | 1 Blåsebag med munnstykke** |
| 1 Forseglingsetikett | |

**** Det er et hull i blåsebagen som skal forhindre at den blåses opp for mye.**

Før prøveinnsamling

Det er vesentlig at disse instruksene leses nøye og etterfølges da feil gjennomføring kan påvirke prøveresultatene dine! Bruk alle 8 rørene, hvis ikke annet er avtalt med din rekvirent.

2-4 uker før prøveinnsamling

- Vent i minst 4 uker etter en koloskopi eller røntgen av endetarmen (barium enema)
- Vent i minst 2 uker etter din siste dose med antibiotika, antisopp medikamenter eller bismuth
- Vent i minst 4 uker etter influensa eller lignende febersykdom

7 dager før prøveinnsamling

- Avstå fra å bruke avføringsmidler og syrenøytraliserende midler, såfremt ikke legen din sier noe annet

24 timer før prøveinnsamling

- Mat og drikke du kan spise før du starter på din 12-timers faste: Kylling, fisk eller kalkun (kun med pepper og salt), hvitt brød, hvit ris, egg, kjøttkraft fra kylling eller okse uten noen grønnsaksbiter, vann, svart kaffe eller te uten sukker, melk eller kunstig søtning
- Vegetarianere kan spise tofu med salt og pepper
- Ikke bruk probiotika

12 timer før prøveinnsamling

- Du skal være fastene de siste 12 timene før prøveinnsamlingen og gjennom selve prøveinnsamlingen. Ikke spis eller drikk noe annet enn vanlig vann
- Ikke bruk kosttilskudd såfremt legen din ikke har sagt noe annet
- Ikke tygg tyggegummi, ikke tygg pastiller eller bruk munnvann før prøveinnsamlingen er over

1 time før prøveinnsamling og gjennom hele prøveinnsamlingen

- Du kan ikke røyke og skal heller ikke befinne deg i rom der andre røyker
- Du skal ikke sove eller drive med trening
- Ikke bruk tannpasta

Viktig å vite

- Denne testen bruker laktulose som en viktig ingrediens og kan ikke benyttes av personer som:
 - Er allergiske mot laktulose
 - Har diabetes med fastende urin-glukose over 5,8 mmol/l
 - Går på galactose/laktulose fri diett
- Ikke åpne, brekk av eller løsne korken på toppen av vakuurrørene. Dette gjør at vakuumet går ut av rørene og de vil ikke kunne benyttes til testen
- Ikke stikk finger(e) inn i siden på munnstykket da det er en spiss nål plassert på innsiden
- Oppbevar vakuurrørene i romtemperatur
- Hele prøveinnsamlingen forgår over 2 – 3 timer
- Ikke drikk noe i løpet av den første timen av prøveinnsamlingstiden. Etter den første timen, kan du drikke et glass vann
- Se vår hjemmeside www.lab1.no/analyser/bosi-sibo for instruksjonsvideo for prøvetaking

Tidsskjema for prøveinnsamling

- Vakuurrør 1 tas før inntak av laktuloseblandingen
- Vakuurrør 2 tas 20 minutter etter du har drukket laktuloseblandingen
- Vakuurrør 3 tas 40 minutter etter du har drukket laktuloseblandingen
- Vakuurrør 4 tas 60 minutter etter du har drukket laktuloseblandingen
- Vakuurrør 5 tas 90 minutter etter du har drukket laktuloseblandingen
- Vakuurrør 6 tas 120 minutter etter du har drukket laktuloseblandingen
- Vakuurrør 7 tas 150 minutter etter du har drukket laktuloseblandingen (gjelder kun for 3 timers testen)
- Vakuurrør 8 tas 180 minutter etter du har drukket laktuloseblandingen (gjelder kun for 3 timers testen)

Gjennomføring av prøveinnsamlingen

1. Skriv navn, dato og prøvenummeret (1 – 6 (8)) for innsamling av prøvemateriale på etikettene
2. Puss tennene og tungen uten bruk av tannpasta eller munnvann. Skyll med vann.
3. Bland laktuloseoppløsningen med 1 glass lunket vann (2,5 dl). Denne blandingen må drikkes innen 5 minutter etter første vakuurrør er samlet inn. **VIKTIG! Ikke drikk noe 1 time etter at man har drukket opp laktuloseblandingen!**
4. Skriv på tidspunktet for prøveinnsamlingen og plasser etiketten på vakuurrøret
5. Fyll også Genova rekvisisjonsskjemaet med riktig tidspunkt
6. Ta blåsebagen i den ene hånden og det første vakuurrøret i den andre
7. Pust normalt, trekk inn pusten og hold den i 5 sekunder. Lukk munnen godt rundt blåseventilen og blås normalt ut i blåsebagen til den er full. **VIKTIG! Ikke blås hardt!**
8. Fortsett å blåse inn normalt og vedlikehold en full blåsebag. Mens du gjør dette, tar du vakuurrøret og stikker det inn på siden av munnstykket. Nålen på innsiden vil sørge for å penetrere vakuurrøret og vakuuemet på innsiden vil suge inn luft i vakuurrøret. **På ingen tidspunkt i løpet av dette steget skal du puste inn!**
9. Hold vakuurrøret trykket inn i munnstykket i 2 sekunder før du drar det ut igjen. Plasser vakuurrøret i bobleposen
10. Gjenta steg 3 – 6 for de resterende vakuurrørene
Ved 2-timers prøveinnsamling, stopper du her! Kast de to gjenværende vakuurrørene. Fortsett til steg 9 ved 3-timers prøveinnsamling
11. Gjenta steg 3 – 6 for de resterende 2 vakuurrørene

Retursending

1. Fyll ut Lab1 rekvisisjonsskjemaet fullstendig og husk signatur
2. Fyll ut Genova rekvisisjonsskjemaet, alle felter under **“Pasient - Fylles ut av pasienten”** er påkrevd
3. Plasser vakuurrørene i den beskyttende bobleplasten, deretter i den ferdig frankerte returesken sammen med rekvisisjonsskjemaene og forsegl den med forseglingsetiketten
4. Esken er nå klar til og sendes fra ditt lokale postkontor/post i butikk/postkasse. Send derfor prøven til Lab1 samme dag. Dersom prøvetakings dagen faller i helgen, send neste mulig dag. Returforsendelse kan ta fra 2 - 3 dager og leveres ikke på lørdager

Hvis mulig, kan også prøven leveres direkte til Lab1 sitt laboratorium i Sandvika:

Elias Smiths vei 10, inng. D, 2. etg, 1337 Sandvika.



Kontaminering (forurensning) med luft fra omgivelsene (room air contamination) er en feilkilde som kan oppstå i forbindelse med prøvetaking til SIBO analysen og dette må unngås. Kontaminering kan oppstå i forbindelse med selve prøvetakingen som følge av at man trekker inn pusten samtidig med at nålen på siden av munnstykket er i ferd med å punktere vakumrøret. Da vil falsk luft fra omgivelsene kunne komme inn i vakumrøret, noe som kan føre til at analysen vil bli annullert og prøven må tas på nytt. Kontamineringen er ikke mulig å oppdage før man utfører analysen på laboratoriet.

Prøvetakingstips til SIBO analysen for å unngå kontaminering med luft fra omgivelsene:

1. Pust normalt, trekk inn pusten og hold den i 5 sekunder
2. Lukk munnen godt rundt munnstykket/blåseventilen og blås normalt ut i blåsebagen til den er full. **VIKTIG! Ikke blås hardt!**
3. Fortsett å pust ut normalt slik at blåsebagen holder seg full. Fortsett med å holde munnen godt lukket rundt munnstykket/blåseventilen.
4. Press vakumrøret raskt gjennom nålen på siden av munnstykket. Nålen vil da punktere den selvlukkede gummiproppen på vakumrøret og luften fra blåsebagen vil bli sugd inn i vakumrøret. **På ingen tidspunkt i løpet av dette steget skal du puste inn!**
5. Hold vakumrøret trykket inn i munnstykket i 2 sekunder, før du drar det raskt ut igjen. Nå kan du slutte å puste ut i munnstykket/blåseventilen.
6. Ikke skru av korken/proppen på vakumrøret