

Les hele instruksjonen nøye før prøvetaking og sjekk at alle punktene er ivarettatt.

Inneholder

- 1 Prøverør med vattpinne
- 1 Boblekonvolutt
- 1 Skjema "SYNLAB Analysis request form"
- 1 Rekvisisjonsskjema Lab1
- 1 Retureske (ferdig frankert)
- 1 Forseglingsetikett

Før prøveinnsamling

Viktig å vite

- Ikke åpne prøverøret før du er klar til å ta prøven.
- Sjekk holdbarhetsdatoen på prøverøret. Hvis den har gått ut på dato, kontakt Lab1 for nytt prøvetakingsutstyr.

6 uker før prøveinnsamling

- Hvis du har gjennomgått strålebehandling eller kjemoterapi (cellegiftbehandling), må du vente i minst 6 uker før du tar prøven.
- Vent i 6 uker med å ta prøven etter bruk av antibiotika, soppdrepende midler og immundempende midler.

2 uker før prøveinnsamling

- Anbefales å oppretthold dine normale daglige vaner i to uker, før du tar prøven. Dette er for å undersøke ditt "normale" mikrobiom.

Ved innsamling

- Ta prøve av din vanlige avføring.
- Når prøven er tatt, oppbevar den ved romtemperatur.

Prøveinnsamling

1. Skriv navn og prøvetakingsdato på prøverøret.
2. Åpne prøverøret ved å dreie det rundt og trekk det opp når du er klar for å ta avføringsprøven. Pass på at vattpinnen ikke kommer i kontakt med andre overflater enn avføringsprøven.
3. Etter avføring, rengjør deg selv med et stykke toalett-papir.
4. Fortsett å samle prøven ved å gni enden av vattpinnen (bomull) lett mot avføringsflekken på toalett-papiret. Ikke overbelast vattpinnen med en overflødig mengde eller med klumper, kun en liten flekk på vattpinnen er nødvendig for analysen*. Se illustrasjonsbilde under.



* Overflødig eller for lite avføringsmateriale kan begrense eller til og med forhindre analysering av testen.



X Utilstrekkelig



✓ OK



X Overflødig

5. Sett vattpinnen (bomull) umiddelbart tilbake til røret uten at det kommer i kontakt med noen annen overflate. Trykk inn korken for å lukke røret ordentlig til det gir et "klikk". Legg prøverøret inn i boblekonvolutten. Det er ønskelig at boblekonvolutten ikke forsegles, men brettes og legges i esken.

Retursending

Det er du selv som er ansvarlig for å sende prøvene tilbake til oss. Det er viktig at du sender prøven så fort du har gjennomført prøveinnsamlingen.

1. Fyll ut **all personalia på Lab1 rekvisisjonsskjemaet** fullstendig og husk signatur på baksiden. Har du fått et skjema fra din lege/behandler, legger du ved dette.
2. Fyll ut personalia på skjemaet "**SYNLAB test requisition form**" under "**PATIENT INFORMATION**" med navn, etternavn (surname), kjønn, fødselsdato, ev. graviditet («Pregnant»), samt prøvetakingsdato. Det skal også krysses av for hvilken type konsistens på avføringen dagen du tar prøven, se under "**Bristol Scale**". Signer nederst på skjemaet.
3. Plasser prøven med rekvisisjonsskjemaene i den ferdig frankerte returesken. Sørg for å pakke innholdet slik at prøven ligger stabilt i esken; bruk avispapir eller lignende.
4. Lukk returesken og lim igjen med forseglingsetiketten. Oppbevares i romtemperatur frem til du sender pakken.
5. Returesken er nå klar til å sendes fra ditt lokale postkontor/post i butikk/postkasse.

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

Elias Smiths vei 10, inngang D, 1337 Sandvika.