

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

## Inneholder

|                                     |                           |
|-------------------------------------|---------------------------|
| 1 Plastkopp med grønt lokk          | 1 Lab1 Rekvisisjonsskjema |
| 1 Sølvfarget Thermo pose            |                           |
| 1 Fryseelement                      | 1 Retureske               |
| 1 Plastpose merket <i>Biohazard</i> | 1 Forseglingsetikett      |

## Før prøveinnsamling

1. **Frys ned fryseelementet minimum en dag før du skal ta prøven**
2. Hvis du tar antibiotikaen cefaleksin (Cefalexin, Keflex, Bio-Cef, Novo-Lexin), vennligst vent minst fire dager etter siste dose før du samler urinprøven.
3. Prøver som er synlig kontaminert med blod (rød, rosa eller brun i fargen) vil bli kansellert, og en ny prøve vil bli etterspurt.
4. Viktig: Ikke stopp med noen medisiner eller kosttilskudd uten først å konsultere ditt helsepersonell.
5. Planlegg tidspunkt for prøveinnsamling. Planlegg å ta urinprøven som første morgenurin, og tidlig i uken – mandag eller tirsdag

## Prøveinnsamling

1. Urinprøven skal være førstemorgen urin før du spiser eller drikker noe. Dette gir den mest konsentrerte prøven.
2. Samle **første morgenurin (minimum 10 mL) i plastkopp med grønt lokk**. Skru lokket godt igjen.
3. Legg urinprøven i Sølvfarget Thermo pose
4. Unngå kontaminering av prøven med blod, spesielt under menstruasjon, da dette kan påvirke testresultatene. Vent i så fall til uken etter.
5. Resten av urinen og eventuelt annet prøveutstyret kan kastes

## Retursending

Det er du selv

som er ansvarlig for å sende prøvene tilbake til oss.

1. Fyll ut Lab1 Rekvisisjonsskjemaet fullstendig og husk signatur på baksiden. Merk navn og fødselsnummer på plastkoppen. Skriv TOXDetect Profile på Rekvisisjonsskjemaet i feltet for Andre Analyser.
2. Urinprøven og fryseelementet legges i Thermo posen og legg alt i *Biohazard* posen.
3. Plasser Biohazard posen og Rekvisisjonsskjemaet i returesken. Sørg for å pakke innholdet stabilt (bruk avisapir eller lignende for å støtte opp innholdet).
4. Lukk returesken og lim igjen med forseglingsetiketten
5. Bestill opphenting fra DHL (les egen instruksjon for returforsendelse til Lab1). Planlegg tidspunktet for retursending. **NB! Retursendinger må skje på mandager eller tirsdager.**
6. Pakken er da klar for at DHL kan komme og hente den der du har avtalt henteadresse og tidspunkt.

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

**Elias Smiths vei 10, inngang D, 1337 Sandvika.**