

DUTCH PLUS ZVANIČNO UPUTSTVO ZA PACIJENTA

KOJIH DANA U MESECU RADIM TEST?

Muškarci i žene bez ciklusa / postmenopauza

Sakupljanje je moguće bilo kog dana.

Žene sa redovnim ciklusima

Početi sa sakupljanjem uzoraka između 19. i 22. dana ciklusa (za ciklus od 28 dana). Za duže cikluse dodajte dane kojima prelazite 28 dana; za kraće cikluse oduzmite. To se onda računa kao prvi dan uzimanja uzoraka urina.

AKO UZIMATE HORMONE

- Ne uzimati oralni DHEA 48h pre testa, oralni estrogen ili pregnenolon 72h pre prvog uzorka.
- Hormone koji se inače uzimaju uveče (uključujući oralni progesteron) bi trebalo uzeti nakon uzorka broj #4.
- Hormone koji se inače uzimaju ujutru, ne uzimati pre uzorka broj #4.
- Hormonske kreme i gelovi se mogu tokom testa uzimati kao i obično.
- Flasteri, peleti i injekcije – sakupljanje na sredini intervala između doza.
- Ne prekačite doze pilula za kontracepciju za ovaj test, osim ako to nije savet lekara.
- Ne perite zube niti koristite konac za zube dok ne uzmete uzorke pljuvačke ujutru ili pred spavanje.

(Dodatna hormonska uputstva)

Ako uzimate glukokortikoide (prednizon, deksametazon itd.), konsultujte se sa svojim lekarom.

Ako uzimate sublingvalne hormone (apsorbuju se u ustima ili ispod jezika) ili oralni hidrokortizon (kortizol), pogledajte video uputstva na www.dutchtest.com

OGRANIČENJA – HRANA I SUPLEMENTI (za organske kiseline u urinu)

Izbegavati kreatin kao suplement, banane i mahunarke 48h pre testa.

Ako uzimate bilo koji od ovih suplemenata – Tirozin, L-Dopa, DLPA (D,L-fenilalanin), Mucuna, Kvercetin – konsultovati lekara.

KADA SAKUPLJATI UZORKE?

Ograničiti unos tečnosti na 1.2 L tokom dana testiranja. Bez alkohola i kofeina tokom dana uzorkovanja.

Noćni uzorak

Uzorak urina se uzima samo pri prvom buđenju radi mokrenja tokom noći, a pre uzorka broj #3. Ovaj uzorak nije obavezan ukoliko se ne budite tokom noći. Isto važi i za uzorak salive- opcija je da uzmete uzorak salive oko podneva.

Dan uzorkovanja urin

Uzorak urina #1– odmah po buđenju (u roku od 5 minuta)

Uzorak urina #2 – 2 sata nakon buđenja

Uzorak urina #3 – vreme večere (oko 17h)

Uzorak urina #4 – vreme odlaska na spavanje (oko 22h)

Ako uzorke osušenog urina ne donesete u laboratoriju za 48h od prikupljanja, zamrznite uzorke urina.

Dan uzorkovanja salive

Ne piti i ne jesti dok ne prođe 60 minuta od buđenja.

Uzorak salive #1– odmah po buđenju (u roku od 5 minuta)

Uzorak salive #2 – 30 minuta nakon buđenja

Uzorak salive #3 – 60 minuta nakon buđenja

Isperite usta vodom 10 minuta pre večere i spavanja za uzorke salive.

Uzorak salive #4 – vreme večere (oko 17h)

Uzorak salive #5 – vreme odlaska na spavanje (oko 22h)

Sve uzorke urina zamrznuti do donošenja u laboratoriju, kako koji uzorkujete stavljate u zamrzivač.



Dan uzorkovanja salive je isti kao i dan uzorkovanja urina.

KAKO SAKUPLJATI UZORKE?

Korak 1: Otvorite filter papir za sakupljanje uzorka urina i popunite sve podatke na praznim linijama:

- Ime i prezime pacijenta
- Datum sakupljanja uzorka
- Vreme sakupljanja uzorka
- Dan ciklusa (samo za žene)



Korak 2: Popunite filter papir tako što ćete mokriti direktno na njega na delu označenom za to par sekundi ili koristiti sterilnu posudicu za urin i umočiti filter papir u uzeti urin u posudi, par sekundi.

- Ostavite otvoreni filter papir sa uzorkom da se suši 24 sata na vazduhu (sobna temperatura)
- Ne stavljati u kesu sa zipom dok nije potpuno suvo.
- Ponoviti isti postupak za sve uzorke.
- Kada se u potpunosti osuši urin na filter papiru, zatvorite svaki filter papir i spakujte u plastičnu kesu sa zip zatvaračem.

Pogledati originalno uputstvo iz seta za vizuelni prikaz sakupljanja uzorka urina.

Korak 1: Popunite informacije na svakoj epruveti za sakupljanje salive:

- Ime i prezime pacijenta
- Datum sakupljanja uzorka
- Vreme sakupljanja uzorka



Korak 2: Natopite štapić u ustima pljuvačkom dok se u potpunosti ne namoči.

Korak 3: Vratite natopljeni štapić nazad u epruvetu i dobro zatvorite.

Korak 4: Zamrznite sve uzorke salive odmah nakon sakupljanja i držite u zamrzivaču dok ne budu spremni za donošenje u laboratoriju.

Ponovite sve korake za svaki uzorak salive.

Proveriti sve podatke pacijenta prilikom predaje seta sa uzorcima, a pre slanja u saradničku laboratoriju na analizu.