

Sie haben Fragen oder benötigen Hilfe?

Antworten auf häufig gestellte Fragen finden Sie auf [verisana.de/faq](https://www.verisana.de/faq)

Sie haben weitere Fragen?

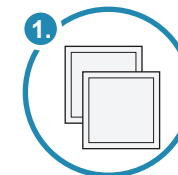
Kontaktieren Sie uns jederzeit unter kontakt@verisana.de



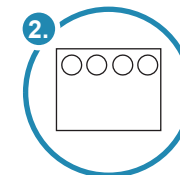
Omega-3

Anleitung zur Probenentnahme

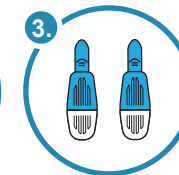
Ihr Kit enthält:



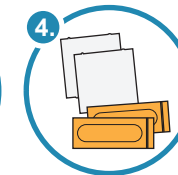
2 Alkoholpads



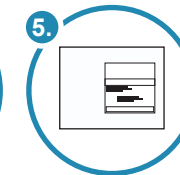
1 Trockenblutkarte



2 Lanzetten



2 Pflaster / 2 Tupfer



1 Rückumschlag



1 Probenschutzbeutel
mit Trockenmittel

Warnhinweise

- Wenn Sie Probleme damit haben, Blut zu sehen, nehmen Sie Ihre Probe nur in Gegenwart einer weiteren Person ab.
- Wenn Sie an einer erblichen oder erworbenen Blutgerinnungsstörung leiden oder gerinnungshemmende Medikamente einnehmen, verwenden Sie diesen Test nur nach Rücksprache mit Ihrem Arzt.
- Bewahren Sie das Kit unzugänglich für Kinder auf.

Wichtige Hinweise zur Probenentnahme

- Die Probenentnahme sollte spätestens 30 Minuten nach dem Aufstehen erfolgen.
- Zur Blutabnahme sollten Sie nüchtern sein. Essen oder trinken Sie (außer Wasser) 10-12 Stunden vorher nichts.
- Die Karte muss 2-3 Stunden trocknen, bevor sie dann innerhalb von 24 Stunden verschickt wird.



1. Schritt



2. Schritt



WICHTIG – Aktivieren Sie Ihr Testkit

Aktivieren Sie Ihr Testkit vor der Probenentnahme mit Ihrem persönlichen Proben-Code. Ohne Aktivierung kann Ihre Probe im Labor nicht zugeordnet und daher nicht bearbeitet werden.

Beginnen Sie erst mit der Probenentnahme, wenn die Aktivierung erfolgreich abgeschlossen wurde.

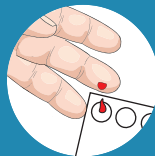
Vorbereitungen

- Halten Sie Ihre Hand ca. 1 Minute unter warmes Wasser, rotieren Sie Ihren Arm 5–10 Mal und schütteln Sie Ihre Hand für 15 Sekunden mit Schwung Richtung Boden, um die Durchblutung anzuregen.
- Desinfizieren Sie anschließend die Seite des Mittel- oder Ringfingers Ihrer nicht-dominanten Hand mit dem Alkoholpad und lassen Sie die Haut kurz trocknen.

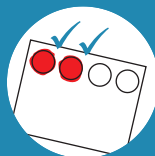
Blut entnehmen

- Drehen Sie die Schutzkappe der Lanzette um die eigene Achse, um diese zu entfernen.
- Legen Sie Ihre Hand auf eine feste Unterlage und setzen Sie die Lanzette schräg auf die Spitze Ihres Fingers, bis die Nadel mit einem Klick auslöst.

3. Schritt



4. Schritt



Blutprobe auftragen

- Wischen Sie den ersten Blutstropfen mit einem sauberen Tupfer ab. Verwenden Sie erst den nächsten ausreichend großen Blutstropfen für die Probenentnahme.
- Positionieren Sie Ihren Finger über einen Kreis auf der Trockenblutkarte und massieren Sie Ihren Finger von der Basis zur Einstichstelle hin.
- Lassen Sie den gebildeten Blutstropfen auf die Mitte des Kreises fallen, ohne das Papier mit dem Finger zu berühren.

Trockenblutkarte ausfüllen

- Zur besten Auswertbarkeit der Probe ist ein möglichst großer Blutstropfen erforderlich. Der Tropfen sollte den Kreis innerhalb der Markierung vollständig mit Blut ausfüllen.
- Wiederholen Sie diesen Vorgang, bis Sie zwei Kreise gefüllt haben. Sollten Sie mehr ausgefüllt haben, wird Ihre Probe ebenfalls normal ausgewertet.

5. Schritt



6. Schritt



Blutkarte verpacken

- Lassen Sie die Trockenblutkarte für 2 bis 3 Stunden bei Raumtemperatur trocknen.
- Legen Sie diese dafür flach an einen trockenen Ort, an dem sie vor direktem Sonnenlicht geschützt ist.
- Legen Sie Ihre Blutkarte in den Probenschutzbeutel und verschließen Sie ihn. Das Trockenmittel muss im Beutel bleiben! Fehlt das Trockenmittel, wird die Probe unbrauchbar und kann nicht analysiert werden.

WICHTIG – Auf dem Probenschutzbeutel befindet sich Ihr persönlicher Proben-Code, den wir zur Zuordnung Ihrer Probe benötigen.

Probenversand

- Prüfen Sie vor dem Versand, ob Ihr Testkit erfolgreich aktiviert wurde.
- Legen Sie den Probenschutzbeutel in den Rücksendumschlag.
- Verschließen Sie den Umschlag sorgfältig und versenden Sie die Probe zeitnah per Post.