

## 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?

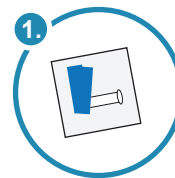
Kontaktieren Sie uns jederzeit unter [kontakt@verisana.de](mailto:kontakt@verisana.de)



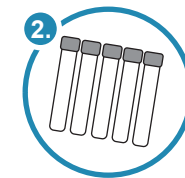
# Fruktoseintoleranz Test

## Anleitung zur Probenentnahme

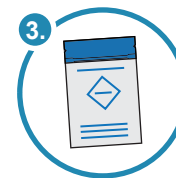
### Ihr Kit enthält:



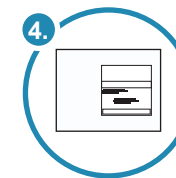
Mundstück zur  
Atemluftprobennahme



5 Atemlufröhrchen  
und 5 Nummern-Etiketten



1 Schutztüte mit  
Saugeinlage



1 Rückumschlag

Für diesen Test benötigen Sie zusätzlich 420ml Apfelsaft.



#### Hinweise:

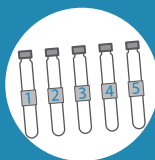
- ! Sie benötigen für den Test 420ml Apfelsaft. Stellen Sie diesen vor Beginn des Tests bereit.
  - ! Öffnen Sie nicht den Gummi-Verschluss des Atemlufröhrchens!
  - ! Das Atemgasentnahmekit dient der einmaligen Eigenanwendung!
  - ! Das bereits eingestanzte Loch in dem Atemluftbeutel ist für die Testdurchführung notwendig.
  - ! Anwendung nur durch Erwachsene ab 18 Jahren. Dieser Test ist nicht für Kinder geeignet.
  - ! Bewahren Sie das Kit unzugänglich für Kinder auf.
- Achtung: Die Entnahmevorrichtung enthält eine spitze Nadel!**

Führen Sie die Probenahme nur von Sonntag bis spätestens Mittwoch durch und versenden Sie die Probe noch am Tag der Entnahme. Berücksichtigen Sie etwaige Feiertage. Ab 24 h vor der Probenahme keine blähenden oder ballaststoffreichen Lebensmittel aufnehmen (Bohnen, Linsen, Kohl, Erbsen, Vollkornprodukte usw.). Auch Lebensmittel mit Fruktose (Fruchtzucker), Laktose (Milchzucker) oder Sorbit sollten gemieden werden. Test nüchtern durchführen! 12 Std. vor Durchführung keine Nahrungsaufnahme und Alkoholzufuhr!

### 1. Schritt



### 2. Schritt



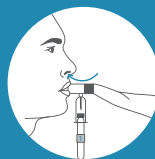
#### WICHTIG – Aktivieren Sie ihr Testkit

- Aktivieren Sie vor dem Probenversand Ihren Test mit Hilfe Ihres Proben-Codes. Ohne Aktivierung kann Ihre Probe nicht bearbeitet werden. Beginnen Sie mit der Probenabnahme erst, wenn die Aktivierung erfolgreich abgeschlossen wurde.

#### Vorbereitungen

- Bekleben Sie die 5 Atemlufröhrchen mit den Zahlen-Aufklebern.
- Stellen Sie 420ml Apfelsaft bereit.
- Die erste Atemluftprobe dient als Referenz VOR dem Trinken!

### 3. Schritt

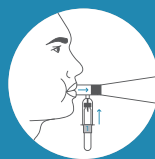


#### Mundstück vorbereiten

- Nehmen Sie das Mundstück mit dem Atemgasbeutel und halten Sie den Probenbehälter mit der Nr. 1 in der anderen Hand bereit.
- Führen Sie das Proberöhrchen mit dem Verschluss-Pfropfen in die Entnahme vorrichtung.

**Achtung: Die Nadel darf dabei den Pfropfen noch NICHT durchstechen!**

### 4. Schritt



#### Proben entnahme Nr.1

- Setzen Sie das Mundstück an und atmen Sie tief durch die Nase ein.
- Pusten Sie die eingeatmete Luft durch das Mundstück in den Beutel. Kurz bevor Ihnen die Luft ausgeht, drücken Sie das Proberöhrchen mit Kraft in die Entnahmevorrichtung. Die innenliegende Nadel durchsticht dabei den Gummipfropfen.
- Pusten Sie ca. 2–3 Sekunden weiter. Ziehen Sie anschließend das Proberöhrchen aus der Entnahmestelle und legen Sie es beiseite.
- Trinken Sie nun den bereitgestellten Apfelsaft vollständig aus.



### 5. Schritt



#### Proben entnahme Nr. 2 - 5

- Wiederholen Sie die Schritte zur Probenabnahme nach dem Trinken des Safts in zeitlichen Abständen mit den nummerierten Proberöhrchen wie folgt:  
Nr 2. - 30 min. nach dem Trinken  
Nr 3. - 1 Std. nach dem Trinken  
Nr 4. - 2 Std. nach dem Trinken  
Nr 5. - 3 Std. nach dem Trinken

**Achten Sie unbedingt auf die richtige Reihenfolge der Nummern!**

### 6. Schritt



#### Versenden

- Legen Sie alle Atemluftproben in die durchsichtige Schutztüte und versiegeln Sie diese.
- **WICHTIG – Auf der Schutztüte befindet sich Ihr persönlicher Proben-Code, den wir zur Zuordnung Ihrer Probe benötigen.**
- Geben Sie die Schutztüte in den Rücksendeumschlag, verschließen Sie diesen und versenden Sie alles umgehend per Post.