



**MOSAIC™**  
DIAGNOSTICS  
*Formerly Great Plains Laboratory*

# Ihr Körper hat eine Botschaft für Sie

So hören wir ihm zu

Anweisungen für das  
Trockenblut-Entnahme-Kit





# Eine Welt voll mit Informationen in nur einem Tropfen Blut.

Wir alle wissen, dass Blut eine wertvolle Informationsquelle für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden sein kann. Dennoch wird es Sie möglicherweise überraschen, wie wenig Blut benötigt wird, um die detaillierten Analysen durchzuführen, die Ihr Gesundheits- und Wellness-Anbieter verwendet, um Problembereiche zu identifizieren und Ihnen Ratschläge zu Ihrem Wohlbefinden zu geben.

Aus diesem Grund ist das Trockenblut (DBS) ein solch hilfreiches Werkzeug. Sie können mit diesem Werkzeug in Ihrer häuslichen Umgebung wenige Tropfen Blut entnehmen, um wertvolle Einblicke zu Ihrer Ernährungsweise und zu Ihren Allergien mit einem potenziell signifikanten Einfluss auf Ihre Lebensqualität zu erhalten.

## **Es ist einfacher, als Sie denken.**

Das beigefügte Entnahme-Kit wurde optimiert, um den gesamten Prozess so schnell und SCHMERZFREI wie möglich zu gestalten. Die meisten Anwenderinnen und Anwender sind positiv überrascht darüber, wie gering der Aufwand tatsächlich ist.

Die Anweisungen auf den folgenden Seiten führen Sie durch die wenigen grundlegenden Schritte, und wir gehen davon aus, dass Sie im Handumdrehen fertig sind, um Ihre Probe zurückzusenden.

# Inhalt des Test-Kits

Beginnen Sie damit, die folgenden acht in Ihrem Test-Kit enthaltenen Artikel zu identifizieren.



*Karton oder Umschlag für das Test-Kit*



*Lanzetten*



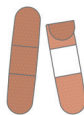
*Entnahmekarte*



*Sterile Gazekomresse*



*Antiseptisches Tuch*



*Verband*



*Durchsichtiger Zip-Lock-Beutel für biogefährdendes Material*



*Beutel mit Trocknungsmittel*



*Testanforderungsformular*

Die Rückgabever sandmaterialien umfassen einen der folgenden Artikel:

- *Violetter Versandumschlag*
- *Laborversandkarton*

# Ihren Test vorbereiten

1

**Trinken Sie viel Wasser.** Es ist wichtig, dass Sie ausreichend Flüssigkeit zu sich nehmen. Wir empfehlen, wenigen Stunden vor der Entnahme mindestens zwei Gläser Wasser mit einem Volumen von etwa 0,25 l zu trinken.

2

**Nehmen Sie das Strichcode-Blatt in Ihrem Test-Kit zur Hand.** Kleben Sie ein Strichcode-Etikett auf jede einzelne Probenentnahme. Achten Sie darauf, dass die Informationen lesbar sind und das Datum und die Uhrzeit der Probenentnahme enthalten. Achten Sie außerdem darauf, dass der Name mit dem Namen auf dem Testauftrag übereinstimmt.

3

**Entscheiden Sie sich für einen Finger.** Im Allgemeinen empfehlen wir, die nicht-dominante Hand zu benutzen, damit Sie die dominante Hand für die Probenahme benutzen können.

4

**Wenn Sie einen Blutverdünner oder Medikamente** gegen eine Blutungsstörung nehmen, halten Sie Rücksprache mit Ihrem behandelnden Arzt, um zu besprechen, ob es in Ordnung ist, diesen Test auszuführen. Zu häufig verschriebenen Blutverdünnern gehören Coumadin, Plavix, Effient, Brilinta, Pradaxa, Eliquis, Xarelto und eine tägliche Aspirin.

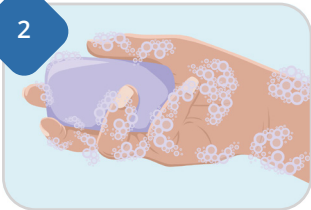
# Erste Schritte

1



**Suchen Sie die folgenden Artikel** in Ihrem Entnahme-Kit, darunter die DBS-Entnahmekarte, die Lanzetten, die sterile Gazekompressen, das antiseptische Tuch und den Verband.

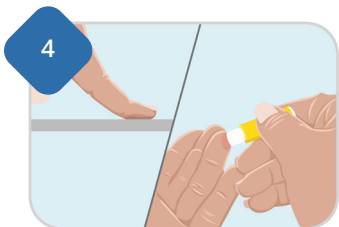
2



**Waschen Sie Ihre Hände** mindestens zwei Minuten lang mit Seife und warmem Wasser. Wenn Sie Ihre Finger während des Händewaschens massieren, kann dies den Blutfluss stimulieren.



**Öffnen Sie eine Lanzette**, indem Sie die kleine Kappe abschrauben und die Abdeckung nach oben ziehen. Wischen Sie den ausgewählten Finger mit dem antiseptischen Tuch ab, und legen Sie das Tuch zur Seite.



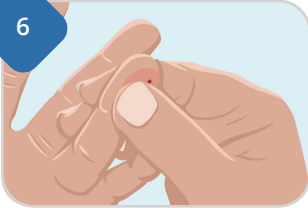
**Drücken Sie Ihren Finger auf eine saubere, harte Oberfläche**, und drücken Sie auf die Lanzette, um den Finger zu punktieren. Das Verwenden der Fingerspitzen­seite ist unter Umständen angenehmer.

5



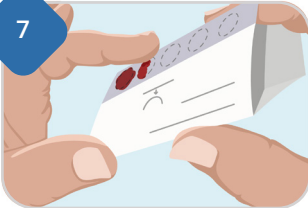
**Wischen Sie den ersten Blutstropfen** mit dem antiseptischen Tuch ab, um die Stelle zu sterilisieren.

6



**Drücken Sie Ihren Finger nach Bedarf zusammen, um einen vollen Blutstropfen zu erhalten.** Wenn Sie Ihren Finger über die gesamte Länge massieren, können Sie den Blutfluss stimulieren.

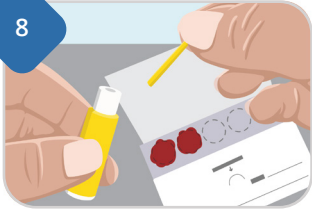
7



**Füllen Sie jeden Kreis auf der Entnahmekarte,** indem Sie Blut aus Ihrem Finger auf die Karte tropfen lassen. Ggf. wird mehr als ein Tropfen benötigt, um mehrere Kreise zu füllen. Achten Sie darauf, die Karte nicht mit dem punktierten Finger zu berühren.



8



9



10



**Verwenden Sie ggf. eine weitere Lanzette,** um den Blutfluss zu stimulieren. Lanzetten dürfen nur einmal verwendet werden. Sobald Flecken trocken sind, lassen Sie keine weiteren Tropfen auf den Kreis tropfen. Verwenden Sie ggf. eine zweite Lanzette an einem anderen Finger, um mehr Blut zu erhalten.

**Entsorgen Sie gebrauchte Lanzetten über Ihren Hausmüll.** Die Nadel zieht sich nach dem Gebrauch zurück. Sie ist also nicht mehr gefährlich. Senden Sie keine Lanzetten zusammen mit Ihrer Probe ein.

**Sobald die Entnahme abgeschlossen ist, wischen Sie Ihre Finger auf der sterilen Gazekompress ab, und legen Sie den Verband an.** Sollt der Finger weiterhin bluten, halten Sie Ihre Hand für eine Minute oder solange, bis die Blutung zum Stillstand gekommen ist, über Schulterhöhe.

# Erfolgreiche Entnahmeproben

Im Folgenden finden Sie Beispiele für erfolgreiche Proben mit einem und fünf Flecken.

Beachten Sie, dass nicht akzeptable Proben nicht getestet werden können und daher durch das Labor abgelehnt werden.

## Akzeptabel

---

Test mit fünf Flecken



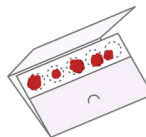
Test mit einem Fleck



## Nicht akzeptabel

---

Test mit fünf Flecken



Test mit einem Fleck



# Sie haben es geschafft!

Großartig!

Nachdem Sie die Blutflecken-Entnahme erfolgreich abgeschlossen haben, führen Sie die folgenden Schritte aus, um sicherzustellen, dass die Blutflecken vor dem Versand trocknen.

- Achten Sie darauf, die Blutflecken während des Verfahrens nicht zu berühren oder zu verschmieren.
- Knicken Sie die Karte entlang der gestrichelten Linie zu einem kleinen Zelt, sodass beide Seiten der Entnahmeseite der Luft ausgesetzt sind.
- Legen Sie die Karte an einem ruhigen Ort abseits von Haustieren, Staub, Küchenresten, Make-up oder sonstigen potenziellen Verunreinigungen ab.
- Lassen Sie die Probe mindestens 3 Stunden trocknen, bevor Sie sie in den Versand geben.
- Schützen Sie die Probe vor direkter Sonneneinstrahlung oder Wärmequellen, da sich diese negativ auf die Qualität der Probe auswirken können.
- Achten Sie während des Trocknungsprozesses darauf, die Entnahmekarte nicht zu stapeln, und darauf, dass sie nicht mit anderen Oberflächen in Berührung kommt.

# Probe auf den Versand vorbereiten

1

Stellen Sie sicher, dass das **Strichcode-Etikett auf der Entnahmekarte** ausgefüllt wurde und mit dem Testauftrag (oder dem Testanforderungsformular) übereinstimmt.

2

Legen Sie Ihre Entnahmekarte in den **durchsichtigen Zip-Lock-Beutel für biogefährliches Material**, legen Sie den Beutel mit Trocknungsmittel hinein, und versiegeln Sie den Beutel.



4

**Legen Sie den Zip-Lock-Beutel in die violette Luftpolsterversandtasche oder in den Laborversandkarton.**

Wenn Sie keine Online-Registrierung durchgeführt haben, legen Sie das Testanforderungsformular bei.



5

**Nehmen Sie die Karte** mit den Versandanweisungen zur Hand, die sich im Lieferumfang Ihres Test-Kits befindet, um Informationen zum Versand Ihrer Probenentnahme(n) zu erhalten.

# Nächste Schritte

Ihre Testergebnisse werden in der Regel innerhalb von zwei Wochen nach Eingang in den Laboren von Mosaic Diagnostics an Ihren Arzt oder Gesundheitsberater geliefert.

Es liegt nun im Zuständigkeitsbereich Ihres Arztes, die Ergebnisse mit Ihnen zu besprechen, interessante oder Problembereiche zu identifizieren und gemeinsam mit Ihnen die nächsten Schritte zu planen.

Wenn Sie Fragen zu den Testergebnissen oder deren Auswirkungen auf Ihre Gesundheit haben, vereinbaren Sie bitte einen Termin mit Ihrem Arzt oder Ihrem Gesundheits- und Wellness-Berater. Das Personal bei Mosaic Diagnostics darf die Testergebnisse aus Datenschutzgründen nicht direkt mit Patientinnen bzw. Patienten oder deren Familienmitgliedern besprechen.

# Haben Sie Fragen?

Sollten Sie Fragen zu einem beliebigen Aspekt der Probenentnahme oder zum Versandprozess haben, nutzen Sie eine der folgenden Möglichkeiten, um uns zu kontaktieren:



**Telefon** | Unser freundliches Kundenservice-Team ist montags bis freitags von 8:00 bis 17:00 Uhr CST unter der folgenden Rufnummer erreichbar: 800-288-0383



**E-Mail** | [CustomerService@MosaicDX.com](mailto:CustomerService@MosaicDX.com)



**MOSAIC**<sup>™</sup>  
DIAGNOSTICS  
*Formerly Great Plains Laboratory*