

## INSTRUKCJA POBRANIA

### MELATONINA W ŚLINIE



#### WAŻNE

W przypadku pobierania różnych próbek materiału biologicznego krew pobierana jest zawsze jako ostatnia

#### W celu pobrania próbki, należy użyć:

- 5 pojemników z białą nakrętką.



#### WAŻNE

**Pobierana ślina powinna być czysta, bez domieszki plwociny ani śladów krwi z dziąseł.**

Zachowuj odstęp jednej godziny między każdym pobraniem próbki, ostatnie pobranie powinno **(nastąpić przed udaniem się na spoczynek)** przypadać na pełną godzinę udania się na spoczynek (np. jeśli kładziesz się spać o 22:30, pobrania powinny odbywać się o 18:30, 19:30, 20:30, 21:30, 22:30).

**W czasie trwania zbiórki nie myj zębów i nie uprawiaj sportu.**

**Na 24 godziny przed oraz w trakcie pobierania próbek nie spożywaj: bananów, kofeiny (kawa, herbata, cola) ani alkoholu**

#### **PRZED WYKONANIEM POBRANIA:**

Prosimy o konsultację z lekarzem w celu ustalenia, czy aktualnie stosowane leczenie (leki, suplementy diety itp.) powinno zostać czasowo wstrzymane.



### KROK 1

Wpisz swój **kod pacjenta, datę i godzinę pobrania** oraz datę urodzenia na na etykiecie dostarczonego pojemnika



### KROK 2

**Dokładnie umyj ręce.**



### KROK 3

15 minut przed każdym pobraniem próbki przepłucz usta wodą, jeśli to konieczne.



### KROK 4

Zbieraj ślinę bezpośrednio do probówki, do osiągnięcia poziomu czarnej linii.



### KROK 5

Zamknij pojemnik i umieść go w dołączonym woreczku transportowym.