

EN Cholesterol Test

The cerascreen® Cholesterol Test is a send-in blood sampling kit to determine your cholesterol levels. The test is used to analyse the concentration of total cholesterol, HDL, LDL and triglycerides as well as the TC/HDL ratio in human capillary blood. The sample is analysed in vitro in our specialised cerascreen® partner diagnostics laboratory.

Your test kit contains



- A** 2 plaster **Č**., 1 swab **Č**., 1 alcohol wipe **Č**., **B** 1 foil pouch (blood collection device) with absorbent sachet **Č**.,



- C** 3 lancets **Č**., **D** 1 return envelope



- E** 1 test-ID card with sticker

Information about the test

Read the instructions for use carefully before you begin and follow the listed steps.

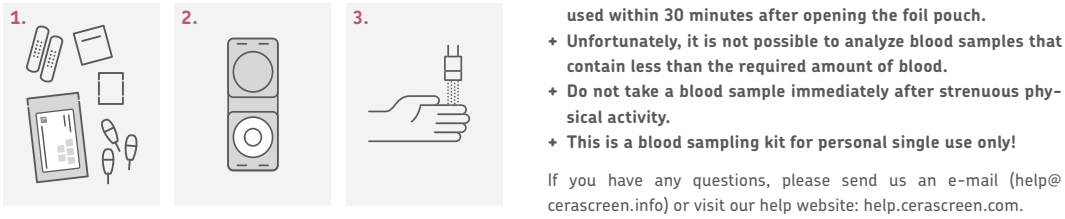
Warnings

- Do not use this kit if you suffer from a blood-borne contagious illness such as hepatitis or HIV.
- Store this kit out of reach of children.
- The kit may be used only for adults aged 18 and over.
- If you are pregnant or are breastfeeding, use the kit only after consulting your therapist.
- If you suffer from a congenital or acquired blood-clotting disorder or are taking anticoagulant medication, use the kit only after consulting your therapist.
- Use the lancets only as described in the instructions for use.
- If you have problems with the sight of blood or blood sampling, take the sample only in the presence of another person or contact your therapist.

- We can only analyse your sample if you activate your test with the test-ID of your test-ID card! More details on this can be found in step 16 + 17.**
- This test requires a 12-hour fast (no food or drink, except water).**
- Do NOT open the foil pouch until you're ready to begin collecting your blood sample. The blood collection device must be used within 30 minutes after opening the foil pouch.**
- Unfortunately, it is not possible to analyze blood samples that contain less than the required amount of blood.**
- Do not take a blood sample immediately after strenuous physical activity.**
- This is a blood sampling kit for personal single use only!**

- We can only analyse your sample if you activate your test with the test-ID of your test-ID card! More details on this can be found in step 16 + 17.**
- This test requires a 12-hour fast (no food or drink, except water).**
- Do NOT open the foil pouch until you're ready to begin collecting your blood sample. The blood collection device must be used within 30 minutes after opening the foil pouch.**
- Unfortunately, it is not possible to analyze blood samples that contain less than the required amount of blood.**
- Do not take a blood sample immediately after strenuous physical activity.**
- This is a blood sampling kit for personal single use only!**

- We can only analyse your sample if you activate your test with the test-ID of your test-ID card! More details on this can be found in step 16 + 17.**
- This test requires a 12-hour fast (no food or drink, except water).**
- Do NOT open the foil pouch until you're ready to begin collecting your blood sample. The blood collection device must be used within 30 minutes after opening the foil pouch.**
- Unfortunately, it is not possible to analyze blood samples that contain less than the required amount of blood.**
- Do not take a blood sample immediately after strenuous physical activity.**
- This is a blood sampling kit for personal single use only!**



- 1.** Place all contents of the test kit on a clean surface. Before you start, choose the sampling spot. **Tip:** the middle and ring finger of the left hand usually works best.

- 2.** Retrieve the blood collection device from the foil pouch. Place the device with collection side up, on a flat and level surface. Do NOT remove the clear cover.

- 3.** Wash your hands with soap and warm water. Hold your preferred hand under warm water for at least 15 seconds to stimulate blood circulation. Dry your hand carefully with a clean towel.

- 4.** Swing your preferred arm around in a circle 5 to 10 times, fully extended if possible, in large movements to stimulate blood circulation. Remove the alcohol wipe from its film and use it to disinfect the tip of the preferred finger. Wait until the finger is dry again (15 sec).

- 5.** Take the lancet. (1) Rotate the protective cover once around its axis. (2) Carefully remove the protective cover. **Caution:** Do not use a lancet with a loose or missing protective cover.

- 6.** Place your hand on a firm surface. Place the lancet diagonally on the tip of your finger as shown in the illustration. **Note:** Do NOT use the centre of the fingertip. Only use the side of the finger tip pad as the puncture site for less discomfort. Press the lancet firmly against the finger until it releases. **Caution:** The lancet can only be released once!

- 7.** Press the thumb of your other hand below the sampling spot and slightly pull back the skin. Encourage blood flow by getting up and holding your hand below the heart. Gently massage your finger from the palm of your hand to your fingertip until a drop of blood forms.

- 8.** Before you start taking the blood, take the swab and wipe off the first drop of blood. Wait until a big drop has formed again.

- 9.** Let the blood drop fall in the centre of the blood collection device.

- 10.** Repeat until you have collected 4 large drops of blood. Apply drops continuously. If blood flow stops, gently massage finger from your palm to the fingertip.

- 11.** After applying 4 drops, wait 3 minutes for blood drops to soak into the white membrane.

- 12.** After taking the blood, use the swab and patch to clean and cover the wound.

- 13.** After absorption, close the blood collection device firmly by folding over the top. Make sure the latches are secure.

- 14.** Remove the square code sticker from the test-ID card and stick it on the top portion of the blood collection device.

- 15.** Place the blood collection device in the return envelope with the address. Keep the test-ID card – you will need this to activate your test. Close the envelope carefully and send it immediately by post free of charge.



- 16.** If you are a new customer, please create an account at myce-

rascreen.com or with the **my cerascreen®** app. See our FAQs on help.cerascreen.com for further instructions.

- 17.** To create your result report, log in via the **my cerascreen®** app (Android, iOS) or on my.cerascreen.com. Insert your six-digit ID-number according to your test-ID card under 'activate test' and follow the instructions.

- 18.** Dispose of the used parts of the test kit in the transparent plastic bag in the household waste.

CS Test na cholesterol

Sada cerascreen® Cholesterol Test je sada pro odběr vzorků a jejich zpětné zaslaní k určení vašich hladin cholesterolů. Test se používá pro analýzu koncentrace celkového cholesterolu, HDL, LDL a triglyceridů, ale také poměru TC/HDL v lidské kapilární krvi. Vzorek je analyzován in vitro v naší specializované partnerské diagnostické laboratoři cerascreen®.

Vaše testovací sada obsahuje

A 2 náplast **Č**., 1 tampon **Č**., 1 dezinfekční ubrousek **Č**., B 1 fóliový váček (zařízení na sběr krve) s absorpčním sáčkem **Č**., C 3 lancety **Č**., D 1 zpatěční obálka, E 1 aktivní kartu s nálepkou

Informace o testu

Přečtím než začnete, přečtěte si pozorně návod k použití a řiďte se uvedenými pokyny.

Varování

- Tuto sadu nepoužívejte, pokud trpíte infekční nemocí přenášenou krví, jako je například hepatitida nebo HIV.
- Uchovávejte tuto sadu mimo dosah dětí.
- Sadu smí používat pouze osoby od 18 let věku.
- Jestliže jste těhotná nebo kojíte, používejte tuto sadu pouze po konzultaci se svým ošetřujícím lékařem.
- Pokud trpíte vrozenou nebo získanou poruchou srážlivosti krve nebo užíváte léky proti srážení krve, používejte tuto sadu pouze po konzultaci se svým ošetřujícím lékařem.
- Lancety používejte pouze tak, jak je popsáno v návodu k použití.
- Pokud špatně snášíte pohled na krev nebo máte problémy s odběrem krve, provádějte odběr pouze v přítomnosti další osoby nebo kontaktujte svého ošetřujícího lékaře či lékárníka.

- Důležité informace**
- Odběr vzorku provádějte pouze od neděle do úterý (nejpozději) a vzorek odešlete ještě v den odběru. Vezměte přesný v potaz případné státní svátky.**
- Analýzu vašeho vzorku lze provést pouze po aktivaci testu pomocí identifikačního čísla uvedeného na aktivní kartě! Více podrobností k tomuto tématu najdete v kroku 16 + 17.**
- Tento test vyžaduje 12hodinový půst (žádné jídlo ani pítí s výjimkou vody).**
- NEOTVÍREJTE fóliový váček, dokud nebudete připraveni začít s odběrem svého vzorku krve. Zařízení na sběr krve musí být použito nejpozději do 30 minut po otevření fóliového váčku.**
- Bohužel nelze analyzovat vzorky krve, které obsahují méně než požadované množství krve.**
- Neodebírejte vzorek krve bezprostředně po namáhavé tělesné aktivitě.**
- Tato sada pro odběr vzorku krve je určena k jednorázovému sebestavování!**

Pokud máte jakékoli dotazy, pošlete nám prosím e-mail (help@ce-rascreen.info) nebo navštivte naši webovou stránku podpory: help.cerascreen.com.

Návod k použití

- Položte veškerý obsah testovací sady na čistou podklad. Přečtím než začnete, vyberte vhodný místo vpichu. **Tip:** Ideální je prostředníček nebo prsteníček levé ruky.
- Vyjmíte zařízení na sběr krve z fóliového váčku. Umístěte zařízení sbrňnou stranou nahoru na plochý a rovný povrch. **NEODSTRAŇUJTE** průhledný kryt.
- Umyjte si ruce mýdlem a teplou vodou. Pro stimulaci krevního oběhu ponořte upřednostňovanou ruku do teplé vody po dobu alespoň 15 sekund. Poté ruku pečlivě osušte čistým ručníkem.
- 5–20 krát zakružte upřednostňovanou paňi, pokud možno zcela nataženou a s velkými pohyby, abyste podpořili krevní oběh. Vyjměte dezinfekční ubrousek z jeho vydezinfikuje jim špičku upřednostňovaného prstu. Počkejte, dokud nebude prst opět suchý (15 sekund).
- Uchopte lancetu. (1) Otočte ochranný uzávěr jednou kolem vlastní osy. (2) Opatrně odstraňte ochranný uzávěr. **Pozor:** Nepoužívejte lancetu s uvolněným nebo chybějícím ochranným uzávěrem.
- Položte ruku na pevný podklad. Přiložte lancetu diagonálně ke špičce prstu, jak je znázorněno na obrázku. **Poznámka:** NE-POUŽÍVEJTE prostředek špičky prstu. Pro větší komfort použijte až ke špičce prstu, dokud se nevytvoří velká kapka.
- Před začátkem odběru krve si vzměňte tampon a otřete první kapku krve. Počkejte, než se znovu vytvoří velká kapka.
- Nechte kapku krve skápnout do středu zařízení na sběr krve. Opakujte, dokud neshromáždíte 4 velké kapky krve. Kapky odebírejte plynule. Jestliže se vytékání krve zastaví, promasírujte si jemně prst od dlaně ruku až ke špičce prstu.
- Opakujte, dokud neshromáždíte 4 kapek počkejte 3 minuty, než se kapky krve vsáknou do bílé membrány.
- Po odebrání krve si s použitím tamponu a náplasti ošetřete ruku.
- Po absorpci zavřete pevně zařízení na sběr krve přehnutím horní části. Ujistěte se, že jsou uzávěry bezpečně zavřené.
- Sejměte z aktivní karty čtvercovou nálepku s kódem a nalepte ji na horní část zařízení na sběr krve.
- Vložte zařízení na sběr krve do zpatěční obálky s adresou. Aktivací kartu si ponechejte – budete ji potřebovat k aktivaci testu. Pečlivě uzavřete obálku a obraťte ji zdarma odešlete poštou.
- Pokud jste nový zákazník, vytvořte si účet na webové stránce my.cerascreen.com nebo pomocí aplikace **my cerascreen®**. Další pokyny najdete v části kladených dotazech (FAQ) na naší webové stránce help.cerascreen.com.
- Pro vytvoření zprávy o výsledcích se přihlaďte do aplikace **my cerascreen®** (Android, iOS) nebo na stránce my.cerascreen.com. V sekci „Aktivte test“ (Aktivtest) zadejte šestimístní identifikační číslo, které je uvedeno na vaší aktivní kartě, a postupujte podle instrukcí.
- Použitě součástí testovací sady vložte do průhledného plastového sáčku a vyhoďte do domovního odpadu.
- Für die Erstellung Ihres Ergebnisberichts loggen Sie sich in der

DE Cholesterin Test

Der cerascreen® Cholesterin Test ist ein Probenahme-und Einsen-dekit zur Ermittlung des Cholesterin-Spiegels. Der Test dient der Konzentrationsbestimmung von Gesamt-Cholesterin, HDL, LDL und Triglyceriden sowie des TC/HDL-Quotienten in humanem Kapillar-blut. Die Probe wird im spezialisierten cerascreen® Diagnostik-Part-nerfachlabor in vitro ausgewertet.

Ihr Testkit beinhaltet

A 2 Pflaster **Č**., 1 Tupfer **Č**., 1 Desinfektionstuch **Č**., B 1 Folienbeutel (Trockenblut-schutle) mit Sorbentpäckchen **Č**., C 3 Lanzetten **Č**., D 1 Rücksendeumschlag, E 1 Test-ID-Karte mit Aufkleber

Hinweise zum Test

Bevor Sie beginnen, lesen Sie diese Gebrauchsanweisung sorgfältig durch. Halten Sie sich an die aufgeführten Schritte.

Warnhinweise

- Verwenden Sie dieses Kit nicht, wenn Sie an einer durch Blut übertragbaren Erkrankung leiden, wie z.B. Hepatitis oder HIV!
- Bewahren Sie das Kit unzugänglich für Kinder auf.
- Die Anwendung darf nur durch Erwachsene ab 18 Jahren erfolgen.
- Wenn Sie schwanger sind oder stillen, verwenden Sie das Kit nur nach Rücksprache mit Ihrem Therapeuten.
- Wenn Sie an einer angeborenen bzw. erworbenen Bluterin-nungsstörung leiden oder blutgerinnungshemmende Medika-mente einnehmen, verwenden Sie das Kit nur nach Rücksprache mit Ihrem Therapeuten.
- Verwenden Sie die Lanzetten nur wie in der Gebrauchsanweisung beschrieben.
- Wenn Sie Probleme beim Anblick oder mit der Abnahme von Blut haben, führen Sie die Entnahme nur im Beisein einer weiteren Person durch oder wenden Sie sich an Ihren Therapeuten oder Apotheker.

Wichtige Hinweise

- Führen Sie die Probenahme nur von Sonntag bis Dienstag durch und versenden Sie die Probe noch am Tag der Entnahme. Berücksichtigen Sie etwaige Feiertage.**
- Eine Auswertung Ihrer Probe ist nur in Verbindung mit der On-line-Aktivierung Ihres Tests unter Angabe Ihrer Test-ID mög-lich!** Näheres dazu in Schritt 16 + 17.
- Test nüchtern durchführen!** 12 Std. vor Durchführung keine Nahrungsaufnahme und Alkoholdzufuhr!
- Folienbeutel erst öffnen, wenn Sie bereit sind mit der Blut-nahme zu starten. Die Trockenblut-schutulle muss innerhalb von 30 Minuten nach dem Öffnen des Folienbeutels verwendet werden.**
- Leider ist es nicht möglich, Blutproben zu analysieren, die we-niger als die erforderliche Menge an Blut enthalten.**
- Entnehmen Sie keine Blutprobe direkt nach außergewöhnli-chen Anstrengungen.**
- Das Blutentnahmekit dient der einmaligen Eigenanwendung!**

Wenn Sie Fragen haben, schreiben Sie uns eine E-Mail (fragen@cerascreen.de) oder besuchen Sie unser Hilfe-Portal (www.cerascreen.de/fragen).

Anleitung

- Legen Sie alle im durchsichtigen Kunststoffbeutel enthaltenen Utensilien auf eine saubere Unterlage. Wählen Sie vorab Ihre Einstichstelle. **Tip:** Am besten eignen sich Mittelfinger und Ringfinger der linken Hand.
- Entnehmen Sie die Trockenblut-schutulle aus dem Folienbeutel. Legen Sie die Schutulle mit der Blutauffangvorrichtung nach oben auf eine ebene Fläche. Entfernen Sie NICHT die transpa-rente Abdeckung.
- Waschen Sie Ihre Hände mit Seife und warmem Wasser. Halten Sie die bevorzugte Hand dann 15 Sekunden unter warmes Wasser, um die Blutgefäße zu erweitern. Trocknen Sie Ihre Hand sorgfältig mit einem sauberen Tuch ab.
- Kreisen Sie Ihren Arm 5 bis 20 mal mit Schwung, möglichst voll durchgestreckt, in großen Bewegungen, um die Blutzirkulation anzuregen. Entnehmen Sie das Desinfektionstuch aus der Folie und desinfizieren Sie damit die Spitze eines Fingers. Warten Sie, bis der Finger wieder trocken ist (15 Sek.).
- Nehmen Sie die Lanzette, drehen Sie die Schutzkappe einmal um die eigene Achse (1.) und ziehen Sie sie dann vorsichtig ab (2.). **Achtung:** Verwenden Sie keine Lanzette ohne bzw. mit loser Schutzkappe.
- Legen Sie Ihre Hand auf eine feste Unterlage. Setzen Sie die Lanzette, wie in der Abbildung gezeigt, schräg auf die Spitze des Fingers auf. **Hinweis:** Verwenden Sie NICHT die Mitte der Finger-kuppe. Verwenden Sie die Seite der Fingerspitze als Einstich-stelle, um Beschwerden zu minimieren. Drücken Sie die Lanzette fest gegen den Finger, bis sie auslöst. **Achtung:** Die Lanzette kann nur einmal auslösen!
- Setzen Sie den Daumen der anderen Hand unterhalb der Ein-stichstelle an und ziehen Sie die Haut leicht zurück. Unterstüt-zen Sie die Blutentnahme durch aufstehen und halten Sie Ihre Hand unterhalb des Herzens. Massieren Sie Ihren Finger von der Handinnenfläche hin zur Fingerspitze, bis sich ein Tropfen Blut bildet.
- Bevor Sie mit der Blutentnahme beginnen, nehmen Sie den Tupfer (NICHT das Desinfektionstuch) und wischen den ersten Blutstropfen ab. Warten Sie bis sich erneut ein großer Tropfen gebildet hat.
- Lassen Sie den Blutstropfen in die Mitte der Trockenblut-schutulle fallen.
- Wiederholen Sie dies, bis Sie 4 große Blutstropfen gesammelt haben. Tropfen kontinuierlich auftragen. Wenn der Blutfluss nachlässt, massieren Sie den Finger sanft von der Handfläche bis zur Fingerspitze.
- Nach dem Auftragen von 4 Blutstropfen, 3 Minuten warten, bis die Blutstropfen in die weiße Membran eingedrungen sind.
- Nach der Blutentnahme verwenden Sie den Tupfer und das Pflas-ter zur Wundversorgung.
- Verschließen Sie die Trockenblut-schutulle fest durch Zuklappen und Andrücken des Deckels bis der Verschluss einrastet.
- Ziehen Sie den quadratischen Code-Aufkleber von der Test-ID-Karte und kleben Sie ihn auf die Trockenblut-schutulle.
- Geben Sie die Trockenblut-schutulle in den Rücksendeumschlag mit Adresse. Behalten Sie die Test-ID-Karte – Sie benötigen diese für zur Wundversorgung.
- Schließen Sie die Trockenblut-schutulle fest durch Zuklappen und Andrücken des Deckels bis der Verschluss einrastet.
- Ziehen Sie den quadratischen Code-Aufkleber von der Test-ID-Karte und kleben Sie ihn auf die Trockenblut-schutulle.
- Geben Sie die Trockenblut-schutulle in den Rücksendeumschlag mit Adresse. Behalten Sie die Test-ID-Karte – Sie benötigen diese für zur Wundversorgung.
- Sind Sie Neukunde, dann erstellen Sie sich ein Benutzerkonto unter my.cerascreen.de oder in der **mein cerascreen®** App. In unseren „Häufig gestellte Fragen“ auf www.cerascreen.de/fragen finden Sie eine Anleitung für die Erstellung.
- Für die Erstellung Ihres Ergebnisberichts loggen Sie sich in der

mein cerascreen® App (Android, iOS) oder auf my.cerascreen.de ein. Geben Sie unter „Test aktivieren“ die 6-stellige ID-Nummer gemäß Ihrer Test-ID-Karte ein und folgen Sie den Anweisungen.
18. Entsorgen Sie die benutzten Bestandteile des Testkits im durch-sichtigen Kunststoffbeutel mit dem Hausmüll.

DA Kolesterol Test

cerascreen®-kolesteroltesten er et prøvekitt til bestemmelse af dit kolesterol. Testen indendes til vores laboratorium, der analyserer koncentrationen af totalkolesterol, HDL, LDL og triglycerider i blodet samt TC/HDL-forholdet. Prøven analyseres in vitro i vores speciali-serede cerascreen® partner-diagnoselaboratorie.

Dit testkit indeholder

A 2 plaster **Č**., 1 svaber **Č**., 1 alkoholserviet **Č**., B 1 foliepose (blodprøvebehold) med fugtighedsabsorberende tørrepose **Č**., C 3 lancetter **Č**., D 1 returkuvert, E 1 test-id-kort med mærkat

Oplysninger om testen

Læs brugsanvisningen omhyggeligt inden du begynder, og følg de opførte trin.

Advarsel

- Brug ikke dette sæt, hvis du lider af en blodbåren smitsom sygdom som f.eks. leverbetændelse eller hiv.
- Opbevar dette sæt uden for børns rækkevidde.
- Dette sæt må kun bruges af voksne over 18 år.
- Hvis du er gravid eller ammer, må du kun bruge sættet efter du har søgt råd hos din behandlende læge.
- Hvis du lider af en medfødt eller erhvervet blodkoagulerings-sygdom eller tager antikoagulant medicin, må du kun bruge sættet efter du har søgt råd hos din behandlende læge.
- Lancetten må kun bruges som beskrevet i brugsanvisningen.
- Hvis du ikke kan tåle synet af blod eller blodprøver, bør du kun tage prøven in en anden persons tilstedeværelse, eller kontakte din læge eller dit apotek.

Vigtige oplysninger

- Prøven må kun tages mellem søndag og tirsdag (senest) og skal sendes afsted samme dag. Vær opmærksom på helleg- og lukkedage.**
- Vi kan kun analysere din prøve, hvis du aktiverer din test med test-id-et på dit test-id-kort! Flere oplysninger om dette fin-des i trin 16 + 17.**
- Denne test kræver, at du faster i 12 timer (ingen mad eller drikke, undtagen vand).**
- Du må IKKE åbne folieposen, før du er klar til at påbegynde blodprøvetagningen. Blodprøvebeholden skal bruges inden for 30 minutter efter åbning af folieposen.**
- No es posible analizar muestras de sangre que contengan una cantidad de sangre inferior a la necesaria.**
- No realice la prueba inmediatamente después de practicar activi-dades físicas con intensidad.**
- ¡Este kit de toma de muestras de sangre autodiagnóstico está pensado para un solo uso!**

Si tiene preguntas, le rogamos que nos envíe un correo electrónico (help@cerascreen.info) o visite nuestro sitio web: help.cerascreen.com, help@cerascreen.info) eller besage vores hjælpeportal: help.cerascreen.com.

Brugsanvisning

- Læg hele testkittets indhold på en ren overflade. Inden du starter, skal du vælge stedet hvor du tager prøven. **Tip:** venstre hånds langefinger eller ringfinger fungerer som regel bedst.
- Tag blodprøveenheden ud af folieposen. Anbring enheden med prøvetagningssiden op på en flad og plan overflade. Du må IKKE fjerne det gennemsigtige cover.
- Vask hænderne med sæbe og varmt vand. Hold din foretrukne hånd under varmt vand i mindst 15 sekunder for at stimulere blodmodløbet. Tr din hånd omhyggeligt med et rent håndklæde.
- Sving din foretrukne arm rundt i en cirkel 5 til 10 gange, om muligt helt udstrakt, i store bevægelser for at stimulere blodmodløbet. Tag alkoholservietten ud af dens folie og brug den til at desin-ficere spidsen af den foretrukne finger. Vent til fingeren er tør (igen 15 sek).
- Tag lancetten. (1) Drej beskyttelses hæften om dens akse en gang. (2) Tag forsigtigt beskyttelses hæften af. **Forsigtig:** Brug ikke en lancet med en las beskyttelseshætte eller hvis beskyttelseshæt-ten mangler.
- Placer din hånd på en fast overflade. Placer lancetten diagonalt på spidsen af din finger som vist i illustrationen. **Bemærk:** Brug IKKE midten af fingerspidsen. Brug kun siden af fingerspidsen som indstiksted, da du erved oplever mindre ubehag. Tryk lan-cetten mod fingeren indtil den frigøres. **Forsigtig:** Lancetten kan frigøres en enkelt gang!
- Tryk din anden hånd tommelfinger under prøvestedet og træk huden en smule tilbage. Understøt blodprøvetagningssiden ved at rejse dig op og placere din hånd lavere end hjertet. Masser blødt din finger fra håndfladen til fingerspidsen, indtil der dannes en bloddråbe.
- Inden du begynder at indsamle blod, skal du tage vatpinden og tørre den første bloddråbe væk. Vent, indtil der dannes en ny, stor bloddråbe.
- Lad bloddråben falde ned i midten af blodprøveenheden.
- Gentaq, indtil du har indsamlet 4 store bloddråber. Indsamlet dråberne umiddelbart efter hinanden. Hvis blodstrømmen stopper, skal du give dig selv en blid massage fra håndfladen til finger-spidsen.
- Når du har indsamlet 4 dråber, skal du vente 3 minutter, mens blodet trænger ind i den hvide membran.
- Når du er færdig med at tage blodprøven, skal du pleje indstik-tedet med vatpinden og plastret.
- Når blodet er absorberet, lukker du blodprøveenheden ved at klik-ke låget sikkert på plads. Sørg for, at lukkemekanismerne sidder stramt til.
- Tag det firkantede kodeklistermærke af test-ID-kortet, og an-bring det ovenpå den fyldte blodprøveenhed.
- Anbring blodprøveenheden i returkuverten med adressen. Gem test-ID-kortet – du skal bruge det til at aktivere din test. Luk kuverten godt, og send den afsted med det samme. Portoen er betalt.
- Retire la muestra solo cuando con el código de la tarjeta ID de prue-ba y péguelo sobre la parte superior del dispositivo de extracción de sangre.
- Hvis du er førstegangskunde, bedes du oprette en brugerkonto på my.cerascreen.com eller via appen **my cerascreen®**. Se vores FAQ på help.cerascreen.com for yderligere vejledning.
- Før for oprette din resultatrapport, skal du logge på via appen **my cerascreen®** (Android, iOS) eller på my.cerascreen.com. Indtast dit seksificred-id-nummer i henhold til dit test-id-kort under „aktiver test“ og følg instruktionerne.Anbring transportrøret med blodop-samlingsprøven i returkuverten. Behold test-ID-kortet – du skal bruge det til at aktivere din test.
- Bortskaf de brugte dele af testkittet i den gennemsigtige plastic-pose husholdningsaffaldet.

ES Prueba de colesterol

La prueba de colesterol cerascreen® es un kit de toma de muestras para envío para determinar tus niveles de colesterol. Esta prueba permite analizar la concentración de colesterol total, HDL, LDL y triglicéridos, así como la relación TC-HDL en la sangre capilar hu-mana. La muestra es analizada in vitro en nuestro laboratorio de diagnóstico asociado especializado de cerascreen®.

Su kit de prueba contiene

A 2 apósito **Č**., 1 frotis **Č**., 1 paño con alcohol **Č**., B 1 bolsa de alu-minio (dispositivo de extracción de sangre) con bolsa absorbente **Č**., C 3 lancetas **Č**., D 1 sobre de devolución, E 1 tarjeta de identificación de prueba con etiqueta

Información sobre la prueba

Lea las instrucciones de uso atentamente antes de comenzar y siga los pasos indicados.

Advertencias

- No use este kit si sufre una enfermedad contagiosa a través de la sangre, como hepatitis o VIH.
- Mantenga este kit fuera del alcance de los niños.
- El kit solo puede ser usado por adultos mayores de 18 años.
- Si está embarazada o en periodo de lactancia, use el kit solo des-pués de consultar con su médico.
- Si sufre un trastorno congénito o de coagulación sanguínea adqui-rido, o si está tomando medicación anticoagulante, use el kit solo después de consultar con su médico.
- Utilice las lancetas únicamente como se indica en las instruccio-nes de uso.
- Si ver sangre o tomar muestras de sangre le resulta incómodo, tome la muestra únicamente en la compañía de otra persona o póngase en contacto con su médico o farmacéutico.

Información relevante

- La muestra solo deberá ser tomada entre el domingo y el mar-tes (como muy tarde) y se debe enviar el mismo día. Le roga-mos que tenga en cuenta los días festivos.**
- ¡Solo podemos analizar su prueba si la activa con el identifi-cador de su tarjeta de ID! Más detalles al respecto en el paso 16 + 17.**
- Para hacer la prueba es necesario ayunar durante 12 horas (no ingerir ni comida ni bebidas, solo agua).**
- No abra la bolsa de aluminio hasta que esté preparado para tomar la muestra de sangre. El dispositivo de extracción de sangre debe utilizarse dentro de los 30 minutos posteriores a la apertura de la bolsa de aluminio.**
- No es posible analizar muestras de sangre que contengan una cantidad de sangre inferior a la necesaria.**
- No realice la prueba inmediatamente después de practicar activi-dades físicas con intensidad.**
- ¡Este kit de toma de muestras de sangre autodiagnóstico está pensado para un solo uso!**

Si tiene preguntas, le rogamos que nos envíe un correo electrónico (help@cerascreen.info) o visite nuestro sitio web: help.cerascreen.com, help@cerascreen.info) eller besage vores hjælpeportal: help.cerascreen.com.

Instrucciones de uso

- Coloque el contenido del kit de toma de muestras en una su-perficie limpia. Antes de comenzar, elija el lugar para tomar la muestra. **Consejo:** los dedos corazón y anular de la mano izquierda suelen ser los efectivos.
- Retire el dispositivo de extracción de sangre de la bolsa de aluminio. Colóquelo con el extremo para realizar la extrac-ción hacia arriba sobre una superficie plana y nivelada. NO quite la cubierta transparente.
- Lávase las manos con jabón y agua caliente. Mantenga la mano escogida bajo el chorro de agua caliente durante al menos 15 segundos para estimular la circulación sanguínea. Séquese la mano cuidadosamente con una toalla limpia.
- Mueva la mano escogida en círculo de 5 a 10 veces, si es posible, en posición totalmente extendida, haciendo movimientos am-plios para estimular la circulación de la sangre. Retire el paño con alcohol de la película protectora y úselo para desinfectar la punta del dedo escogido. Espere hasta que el dedo haya vuelto a secarse (15 seg.).
- Coja la lanceta. (1) Gire una vez la cubierta protectora sobre su eje. (2) Retire cuidadosamente la cubierta protectora. **Precau-ción:** No use la lanceta si la cubierta protectora parece suelta o si está ausente.
- Coloque la mano sobre una superficie firme. Coloque la lanceta en posición diagonal sobre la punta de su dedo tal y como mues-tra la ilustración. **Nota:** NO utilice el centro de la punta del dedo. Utilice solo un lado de la yema del dedo para realizar la punción de modo que duela menos. Presione la lanceta con firmeza con-cinco el dedo hasta que realice la punción. **Precaución:** ¡Solo podrá punzar con la lanceta una única vez!
- Presione con el dedo pulgar de su otra mano debajo de la pun-ción de muestra y retire un poco la piel. Facilita la extracción de sangre poniéndose de pie y manteniendo la mano debajo del corazón. Masaje suavemente el dedo desde la palma de la mano hasta la punta, hasta que se forme una gota de sangre.
- Antes de comenzar a recoger la sangre, coja el froitis y limpie la primera gota de sangre. Espere hasta que se vuelva a formar una gota grande.
- Deje caer la gota de sangre en el centro del dispositivo de ex-tracción.
- Repita estos pasos hasta que haya recogido 4 gotas grandes de sangre. Extraiga las gotas sin interrupción. Si se detiene el flujo de sangre, masajee suavemente el dedo desde la palma de la mano hasta la punta.
- Después de recoger 4 gotas, espere 3 minutos a que las gotas se absorban en la membrana blanca.
- Después de tomar la sangre, utilice el froitis y el parche para traerla a herida.
- Una vez absorbida la sangre, cierre el dispositivo de extracción firmemente pegando la parte superior. Compruebe que los cier-res queden bien sujetos.

15. Placez le dispositif de prélèvement sanguin dans l'enveloppe retour avec l'adresse. Conservez votre carte d'identification du test, vous en aurez besoin pour activer votre test. Fermez l'enveloppe avec soin et envoyez-la immédiatement par la poste gratuitement.

16. Si vous êtes un nouveau client, veuillez créer un compte sur my.cerascreen.com ou sur l'application **my cerascreen™**. Consultez notre rubrique FAQ sur help.cerascreen.com pour plus d'informations.

17. Pour créer votre compte rendu de résultat, connectez-vous par l'application **my cerascreen™** (Android, iOS) ou sur le site my.cerascreen.com. Indiquez votre numéro d'identification à six chiffres figurant sur votre carte d'identification du test sous la mention « activer le test » et suivez les instructions.

18. Éliminez les parties utilisées du coffret de test dans le sac plastique transparent avec les déchets ménagers.

EL Εξέταση χοληστερόλης

Η Εξέταση χοληστερόλης *cerascreen™* είναι ένα kit δειγματοληψίας προς αποστολή, για τον καθορισμό των επιπέδων της χοληστερόλης σας. Η εξέταση χρησιμοποιείται για την ανάλυση της συγκέντρωσης της ολικής χοληστερόλης, της HDL, LDL και των τριγλυκερίων, καθώς και του λόγου TC / HDL στο ανθρώπινο αρθρικό αίμα. Το δείγμα αναλύεται in vitro στο εξειδικευμένο τριχοειδικό εργαστήριο συνεργάτης της *cerascreen™*.

Στο kit εξέτασης περιέχονται τα εξής

A 2 τραυμάτια CΕ, 1 βαμβάκοφορος στυλεός CΕ, 1 μανιτάκι ακουάλης CΕ, Β 1 ακουάμια θήκη (διάταξη συλλογής αίματος) με απορροφητικό σακούλακι CΕ, C 3 βελόνες CΕ 0050, D 1 φάκελος επιστροφής. E 1 κάρτα ID εξέτασης με αυτοκόλλητο

Πληροφορίες για την εξέταση

Διαβάστε προσεκτικά τις Οδηγίες χρήσης πριν ξεκινήσετε και ακολουθήστε τα βήματα που παρατίθενται.

Προειδοποιήσεις

- Μην χρησιμοποιείτε αυτό το kit εάν πάσχετε από κάποια ασθένεια που μεταδίδεται με το αίμα, όπως η ηπατίτιδα ή ο HIV.
- Φυλάσσετε αυτό το kit μακριά από παιδιά.
- Το kit μπορεί να χρησιμοποιηθεί μόνο για ενήλικες άνω των 18 ετών.
- Εάν είστε έγκυος ή θηλάζετε, χρησιμοποιήστε το kit μόνο αφού συμβουλευτείτε τον ιατρό σας.
- Εάν πάσχετε από κάποια συγγενή ή επίκτητη διαταραχή της πήξης του αίματος ή εάν λαμβάνετε αντιπηκτική φαρμακευτική αγωγή, χρησιμοποιήστε το kit μόνο αφού συμβουλευτείτε τον ιατρό σας.

- Οι βελόνες προορίζονται αποκλειστικά για δική σας χρήση.
- Εάν αντιμετωπίσετε πρόβλημα με τη βέα του αίματος ή τη λήψη αίματος, λάβετε το δείγμα μόνο εφόσον είναι παρόν και κάποιο άλλο άτομο ή επικουχίζοντές με τον ιατρό ή το φαρμακοπόι σας.

Σημαντικές πληροφορίες

• Το **δείγμα θα πρέπει να λαμβάνεται μεταξύ Κυριακής και Τρίτης** (το αργότερο) και να αποστέλλεται εντός της ίδιας ημέρας. **Λάβετε υπόψη τυχόν δημόσιες αργίες.**

• Μπορείτε να κάνουμε ανάλυση του δείγματός σας μόνο εάν **ενεργοποιήσετε την εξέτασή σας με το ID εξέτασης της κάρτας ID εξέτασης που διαβέτετε!** Περισσότερες πληροφορίες για αυτό υπάρχουν στο **βήμα 16 + 17.**

- Για αυτή την εξέταση απαιτείται ηνρησία 12 αρών (καθόλου φανατό ή ροφήματα, εκτός από νερό).
- MHN ανοίγετε την **αλουμινένια θήκη πριν να είστε έτοιμοι να ξεκινήσετε τη συλλογή του δείγματος αίματος. Η διάταξη συλλογής αίματος ΠΡΕΠΕΙ να χρησιμοποιηθεί μέσα σε 30 λεπτά αφού ανοιχθεί ή αλουμινένια θήκη.**
- Δυστυχώς, **δεν είναι δυνατή η ανάλυση δείγματων αίματος που περιέχουν μικρότερη ποσότητα αίματος από την απαιτούμενη.**
- Μην λαμβάνετε δείγμα αίματος αμέσως μετά από έντονη φυσική δραστηριότητα.
- Το **παρόν προϊόν είναι ένα kit εξέτασης αίματος μίας χρήσης για αυτοεξέταση!**

Εάν έχετε οποιαδήποτε ερώτηση, στείλτε μας ένα e-mail (help@cerascreen.info) ή επισκεφτείτε τη σελίδα βοήθειας στον ιστότοπό μας: help.cerascreen.com.

Οδηγίες χρήσης

- Τοποθετήστε όλο το περιεχόμενο του kit εξέτασης επάνω σε μια καθαρή επιφάνεια. Πριν ξεκινήσετε, επιλέξτε το σημείο δειγματοληψίας, **Συμβουλή:** Ο μόνος και ο παράμερος του αριστερού χεριού είναι συνήθως η καλύτερη θέση.
- Βγάλετε τη διάταξη συλλογής αίματος από την αλουμινένια θήκη. Τοποθετήστε τη διάταξη με την πλευρά της συλλογής προς τα πάνω, σε μια επίπεδη και ίσια επιφάνεια. MHN ΑΦΑΙΡΕΣΕΤΕ το διάφανο κάλυμμα.
- Πιάστε το χέρια σας με σαφούς και ζεστό νερό. Κρατήστε το χέρι που επιλέξατε κάτω από ζεστό νερό για τουλάχιστον 15 δευτερόλεπτα για να διευκρινίτε την κυκλοφορία του αίματος. Στεγνώστε προσεκτικά τα χέρια σας με μια καθαρή πετσέτα...
- Περιστρέψτε κυκλικά το χέρι που επιλέξατε 5 έως 10 φορές, τελείως τευτμήνιο εάν είναι δυνατό, με μεγάλες κινήσεις για να διευκρινίτε την κυκλοφορία του αίματος. Αφαιρέστε το μανιτάκι ακουάλης από τη συσκευασία του και χρησιμοποιήστε το για να αποκαμίσετε το άκρο του δακτύλου του προτύπου. Περιμένετε μέχρι να στεγνώσουν ξανά το δακτύλο (15 δευτερόλεπτα).
- Πάρτε τη βελόνα. (1) Περιστρέψτε το προστατευτικό κάλυμμα μία φορά γύρω από τον κώνο. (2) Αφαιρέστε προσεκτικά το προστατευτικό κάλυμμα. **Προσοχή:** Μην χρησιμοποιήσετε τη βελόνα εάν το προστατευτικό κάλυμμα είναι χαλαρό ή λείπει.
- Τοποθετήστε τη βελόνα επάνω σε μια καθαρή επιφάνεια. Τοποθετήστε τη βελόνα διαγώνιας από τον άκρο του δακτύλου σας, όπως φαίνεται στην εικόνα. **Σημείωση:** ΜΗ χρησιμοποιήστε τον κέντρο του ακροδάκτυλου. Χρησιμοποιήστε μόνο το πλευρικό μέρος του ακροδάκτυλου ως θέση για το πρότυπο, για λιγότερη δυσφορία. Πίστετε σταθερά τη βελόνα επάνω στο δακτύλο μέχρι να απελευθερωθεί. **Προσοχή:** Η βελόνα μπορεί να απελευθερωθεί μόνο μία φορά!

7. Πιέστε με τον αντίχειρα του άλλου σας χεριού κάτω από το σημείο δειγματοληψίας και τραβήξτε ελαφρά προς τα πίσω το δέρμα. Ενοχώστε τη συλλογή του αίματος στεκευόμενοι όρθιοι και κρατώντας το χέρι σας χαμηλότερα από το ύψος της καρδιάς. Κάντε απαλές μαλαδίες στο δακτύλο σας ξεκινώντας από την παλάμη του χεριού έως το ακροδάχτυλο, μέχρι να

οχηματιστεί μια σταγόνα αίματος.

- Προτού ξεκινήσετε τη λήψη του αίματος, πάρτε το βαμβάκοφορό στυλεό και σκουπίστε την πρώτη σταγόνα αίματος. Περιμένετε να σχηματιστεί ξανά μια μεγάλη σταγόνα.
- Αφήστε τη σταγόνα να πέσει στο κέντρο της διάταξης συλλογής αίματος.
- Επαναλάβετε έως ότου συλλέξετε 4 μεγάλες σταγόνες αίματος. Ρίχνετε τις σταγόνες συνεχόμενα. Εάν σταματήσει η ροή του αίματος, κάντε απαλές μαλαδίες στο δακτύλο σας από την παλάμη έως το ακροδάχτυλο.
- Αφού το ρίξετε τις 4 σταγόνες, περιμένετε 3 λεπτά για να απορροφηθούν οι σταγόνες από τη λευκή μεμβράνη.
- Μετά τη λήψη του αίματος, χρησιμοποιήστε τον βαμβάκοφόρο στυλεό και το επίθεμα για να περιποιηθείτε το πρότυπο.
- Μετά την απορρόφηση, κλείστε σταθερά τη διάταξη συλλογής αίματος θάμνωντας από πάνω το κάλυμμα. Βεβαιωθείτε ότι έχουν ασφαλιστεί οι κλιμακίτες.
- Βγάλετε το τεράνιο αυτοκόλλητο με τον κωδικό από την κάρτα ID εξέτασης και κολλήστε το στο επάνω μέρος της διάταξης συλλογής αίματος.
- Τοποθετήστε τη διάταξη συλλογής αίματος στον φάκελο επιστροφής με τη διεύθυνση. Κρατήστε την κάρτα ID εξέτασης, θα σας χρειαστεί για να ενεργοποιήστε την εξέταση σας. Κλείστε προσεκτικά τον φάκελο και στείλτε τον αμέσως μέσω ταχυδρομείου, χωρίς χρέωση.

- Εάν είστε νέος πελάτης, δημιουργήστε έναν λογαριασμό στο my.cerascreen.com ή μέσω της εφαρμογής **my cerascreen™**. Ανατρέξτε στις συχνές ερωταπαντήσεις (FAQ) στο help.cerascreen.com για περαιτέρω οδηγίες.
- Για να δημιουργήσετε την αναφορά του αποτελεσμάτός σας, συνδεθείτε μέσω της εφαρμογής **my cerascreen™** (Android, iOS) ή μέσω του my.cerascreen.com. Εισαγάγετε τον εξειρισμό αριθμό ID σας, σύμφωνα με την κάρτα ID εξέτασης, στην ενότητα «καστινате τεστ» (ενεργοποίηση εξέτασης) και ακολουθήστε τις οδηγίες.
- Αποκρίθεται τα χρησιμοποιημένα είδη του kit εξέτασης υποβοητώντας τα στη διάφανα πλαστική σακούλα και στα οικιακά απορρίμματα.

Test colesterolo

Il Cholesterol Test *cerascreen™* è un kit per il prelievo con invio che misura i livelli di colesterolo. È utilizzato per analizzare la concentrazione di colesterolo totale, HDL, LDL e trigliceridi nonché il rapporto tra TC e HDL nel sangue capillare umano. Il campione viene analizzato in vitro presso il laboratorio specialistico di diagnostica operante come partner *cerascreen™*.

Il kit per il test contiene

A 2 cerotto CΕ, 1 tampone CΕ, 1 buffalfo imbucto di alcool CΕ, Β 1 bustina in pellicola (dispositivo di raccolta del sangue) con sacchetto assorbente CΕ, C 3 lancette CΕ 0050, D 2 busta affrancata, E 1 scheda con ID del test munita di adesivo

Informazioni sul test

Leggere le istruzioni per l'uso attentamente prima di iniziare e seguire i passaggi indicati.

- Avvertenze**
 - Non utilizzare il kit se si soffre di una malattia contagiosa a trasmissione ematica quale l'epatite o l'HIV.
 - Conservare il kit lontano dalla portata dei bambini.
 - Il kit può essere utilizzato esclusivamente da adulti con età dai 18 anni in su.
 - Se si è incinta o si allatta, utilizzare il kit solo dopo aver consultato il proprio medico.
 - Se soffre di un difetto congenito o di un disturbo della coagulazione acquisito o se sta assumendo anticoagulanti, utilizzare il kit solo dopo aver consultato il proprio medico.
 - Utilizzare le lancette solo come descritto nelle istruzioni per l'uso.
 - In caso di problemi con la vista del sangue o con il prelievo, prelevare il campione solo in presenza di un'altra persona o contattare il proprio medico o farmacista.

Informazioni importanti

• Il campione andrebbe prelevato tra la domenica e (non oltre) il martedì, e inviato il giorno stesso. Si prega tenere presente gli eventuali giorni festivi.

• Potremo analizzare il suo campione soltanto dopo che avrà attivato il suo test utilizzando l'ID riportato sulla scheda relativa al test. Per maggiori informazioni fare riferimento al passaggio 16 + 17.

- Questo test richiede 12 ore e non è possibile ingerire cibi né bevande, ad eccezione dell'acqua.
- Aprire la bustina in pellicola SOLO quando si sarà pronti per raccogliere il campione di sangue. Il dispositivo di raccolta DEVE essere utilizzato entro 30 minuti dall'apertura della bustina in pellicola.
- Purtroppo non è possibile analizzare campioni contenenti una quantità di sangue inferiore a quella richiesta.
- Non prelevare immediatamente il campione di sangue dopo una strenua attività fisica.
- Questo kit **per prelevare campioni di sangue è monouso!**
- Prik **גען blood viak** na een grote fysieke inspanning.
- Deze bloedprikset is uitsluitend bedoeld voor eenmalig gebruik!

Per qualsiasi domanda, inviare un'e-mail a help@cerascreen.info o visitate la pagina di aiuto sul nostro sito web all'indirizzo help.cerascreen.com.

Indicazioni per l'uso

- Sistemare il contenuto del kit per il test su una superficie punita. Prima di iniziare, scegliere il punto per il prelievo. **Suggerimento:** generalmente vengono utilizzati il dito medio e l'anulare della mano sinistra.
- Estrarre il dispositivo di raccolta del sangue dalla bustina in pellicola e posizionarlo con il lato per la raccolta verso l'alto, su una superficie liscia e piana. NON rimuovete il coperchio trasparente.
- Lavare le mani con sapone ed acqua tiepida. Tenere la mano che si preferisce sotto l'acqua tiepida **per almeno 15-30 secondi** per stimolare la circolazione sanguigna. Asciugare la mano accuratamente con un asciugamano pulito.
- Drain un arm vijf tot tien keer, het liefst helemaal uitgestrekt, in grote bewegingen rond om de bloedsomloop te stimuleren. Haal het alcoholdekje uit de verpakking en ontsmet hiermee de vingertop waarin u gaat prikken. Wacht totdat de vinger weer droog is (15 seconden).
- Pak de lancet. (1) Draai de beschermhoes eenmaal om zijn as. (2) Verwijder voorzichtig de beschermhoes. **Let Op:** Als de beschermhoes losst of ontbreekt, mag u de lancet niet gebruiken.
- Leg uw hand op een stevige ondergrond. Plaat de lancet diagonaal op de top van uw vinger, zoals afgebeeld. **Belangrijk:** NIET

- Posizionare la mano su una superficie salda. Sistemare la lanceta diagonalmente sulla punta del dito come mostrato in figura. **Nota bene:** NON utilizzare il centro del polpastrello. Effettuare la puntura di lato per limitare il disagio. Premere fermamente la lancetta contro il dito fino al rilascio. **Attenzione:** La lancetta può essere rilasciata solo una volta!
- Premere il pollice dell'altra mano al di sotto del punto di prelievo del campione e tirare leggermente indietro la pelle. Per favorire la raccolta del sangue stare in piedi e tenere la mano al di sotto del cuore. Massaggiare delicatamente il dito con movimenti dal palmo della mano al polpastrello fino a che non si formerà una nuova goccia di sangue.
- Prima di iniziare il prelievo rimuovete la prima goccia di sangue con il tampone. Attendere fino a che non si sarà formata una nuova goccia grande.
- Herhaal dit totdat er 4 grote druppel bloed zijn opgevangen. Wacht NIET met de volgende druppel, maar zorg dat het bloed blijft druppelen. Als u verder geen druppels come, masseer dan de vinger zachtjes vanaf de handpalm naar de vingertop.
- Nadat 4 druppels heeft opgevangen moet u 3 minuten wachten totdat het witte membraan de druppels bloed heeft geabsorbeerd.
- Verzorg na het bloedprikken het wondje met het absorberend doeke.
- Als het bloed volledig is geabsorbeerd, sluit u het bloedmonsterdoosje stevig met het klepje. Zorg dat de vergrendeling goed vastzitten.
- Haal de vierkante codesticker van de test-ID-kaart en plak deze op het bovenste gedeelte van het bloedmonsterdoosje.
- Doe het bloedmonsterdoosje in de geaдресeerde retourenvelop. Bewaar de test-id-kaart, want u hebt deze nodig om uw test te activeren. Plak de envelop goed dicht en stuur deze meteen ongefrankeerd per briefpost op.
- Bent u een nieuwe klant? Maak dan een account aan op my.cerascreen.com of met de **my cerascreen™**-app. Voor meer informatie en veegtestelide vragen kunt u help.cerascreen.com raadplegen.
- Om uw resultaatrapport te maken, dient u zich aan te melden via de **my cerascreen™**-app (Android, iOS) of via my.cerascreen.com. Voer het zescijferige id-nummer, dat op uw test-id-kaart vermeld staat, in bij "test activeren" en volg de aanwijzingen.
- Doe de gebruikte onderdelen van de testset in het doorzichtige plastic zakje en gooi dit weg bij het huisvuil.

NL Cholesterol Test

De cholesteroltest van *cerascreen™* is een testkit voor het meten van uw cholesterolgehalte. De test geeft uitsluitend de concentratie van totaalcholesterol, HDL, LDL en triglyceriden, alsmede de TC/HDL ratio in humaan capillair bloed. Het bloedmonster wordt in vitro geanalyseerd in het diagnostisch laboratorium van de gespecialiseerde partner van *cerascreen™*.

Uw testset omvat

A 2 pleisters CΕ, 1 absorberend doeke CΕ, 1 alcoholdekkie CΕ, B 1 folieopse (bloedmonsterdoosje) met absorberend zakje CΕ, C 3 lansetter CΕ 0050, D 1 retourknoelut, E 1 ID-kort for test met kistremkerke

Informatie over de test

Lees de gebruiksaanwijzing aandachtig door alvorens de stappen op te volgen.

Waarschuwingen

- Gebruik deze set niet als u een besmettelijke, via bloed overdraagbare aandoening hebt, zoals hepatitis of hiv.
- Opbevaar dette settest uijtengelijg for barn.
- Settet bør bare brukes av voksne i alderen 18 og oppover.
- Hvis du er gravid eller ammer, må du bare bruke settet etter å ha konsultert med din lege.
- Hvis du lider av en medfødt eller ervervet blodproppsforstyrrelse eller tar antiokagulerende medikamenter, må du bare bruke settet etter å ha konsultert med din lege.
- Bare bruk lansettene som beskrevet i bruksanvisningen.
- Hvis du har problemer med å se blod eller blodprover, ta bare prøven i nærheten av en annen person eller kontakt legen din eller apoteket.

Viktig informasjon

- Prøven bør kun tas mellom senest og tirsdag (senest) og sendes på samme dag. Ta hensyn til offentlige fridager.
- Vi kan bare analysere prøven din hvis du aktiverer testen med test-ID-en på test-ID-kortet ditt! Fiere detaljer om dette finnes på trinn 16 + 17.
- Denne testen krever en 12-timers faste (ingen mat eller drikke, bortsett fra vann).
- IKKE åpne folieposen før du er klar til å starte med å ta blodproven. Blodsamlingsenheten MÅ brukes innen 30 minutter etter at folieposen er åpnet.
- Dessverre er det ikke mulig å analysere blodprøver som inneholder mindre enn den nødvendige mengden blod.
- Ikke ta en blodprøve umiddelbart etter anstrengende fysisk aktivitet.
- Dette er et engangs blodprøvesett for selvtesting!

Hvis du har spørsmål, send oss en e-post (help@cerascreen.info) eller besak vår hjelpekontakt: help.cerascreen.com

Bruksanvisning

Voor vragen kunt u via e-mail contact met ons opnemen (help@cerascreen.info) of ga naar de helppagina op onze website: help.cerascreen.com

Gebruiksaanwijzing

- Leg de inhoud van de testset op een schone ondergrond. Bepaal waar u wilt prikken voordat u begint. **Tipp:** de middelvinger en ringvinger aan uw linkerhand zijn meestal de beste plekken.
- Estraher het dispositief van de collectie van bloed van de verpakking en positioneer het met de test-id-kaart, want u hebt deze nodig om uw test te activeren. Plak de envelop goed dicht en stuur deze meteen ongefrankeerd per briefpost op.
- Bent u een nieuwe klant? Maak dan een account aan op my.cerascreen.com of met de **my cerascreen™**-app. Voor meer informatie en veegtestelide vragen kunt u help.cerascreen.com raadplegen.
- Om uw resultaatrapport te maken, dient u zich aan te melden via de **my cerascreen™**-app (Android, iOS) of via my.cerascreen.com. Voer het zescijferige id-nummer, dat op uw test-id-kaart vermeld staat, in bij "test activeren" en volg de aanwijzingen.
- Doe de gebruikte onderdelen van de testset in het doorzichtige plastic zakje en gooi dit weg bij het huisvuil.

- in het midden de vingertop prikken. Gebruik alleen de zijkant van de vingertop als prikpriktas. Dit zorgt voor minder ongemak. Druk de lancet stevig tegen de vinger aan tot dat de lancet loskomt. **Let Op:** De lancet kan slechts eenmaal loskomen!
- Druk met de duim van uw andere hand onder de prikpriktas en trek de huid ietsjes terug. Ondersteun de bloedaafname door op te staan en je hand onder het hart te houden. Masseer zachtjes op vinger vanaf de handpalm naar de vingertop totdat er een druppel bloed is ontstaan.
- Voordat u begint met het nemen van het bloed, neemt u het absorberend doeke (NIET het desinfecterende doeke) en veegt u de eerste druppel bloed weg. Wacht tot er weer een grote druppel is gevormd.
- Laat de druppel bloed in het midden van het bloedmonsterdoosje vallen.
- Herhaal dit totdat er 4 grote druppel bloed zijn opgevangen. Wacht NIET met de volgende druppel, maar zorg dat het bloed blijft druppelen. Als u verder geen druppels come, masseer dan de vinger zachtjes vanaf de handpalm naar de vingertop.
- Nadat 4 druppels heeft opgevangen moet u 3 minuten wachten totdat het witte membraan de druppels bloed heeft geabsorbeerd.
- Verzorg na het bloedprikken het wondje met het absorberend doeke.
- Als het bloed volledig is geabsorbeerd, sluit u het bloedmonsterdoosje stevig met het klepje. Zorg dat de vergrendeling goed vastzitten.
- Haal de vierkante codesticker van de test-ID-kaart en plak deze op het bovenste gedeelte van het bloedmonsterdoosje.
- Doe het bloedmonsterdoosje in de geaдресeerde retourenvelop. Bewaar de test-id-kaart, want u hebt deze nodig om uw test te activeren. Plak de envelop goed dicht en stuur deze meteen ongefrankeerd per briefpost op.
- Bent u een nieuwe klant? Maak dan een account aan op my.cerascreen.com of met de **my cerascreen™**-app. Voor meer informatie en veegtestelide vragen kunt u help.cerascreen.com raadplegen.
- Om uw resultaatrapport te maken, dient u zich aan te melden via de **my cerascreen™**-app (Android, iOS) of via my.cerascreen.com. Voer het zescijferige id-nummer, dat op uw test-id-kaart vermeld staat, in bij "test activeren" en volg de aanwijzingen.
- Doe de gebruikte onderdelen van de testset in het doorzichtige plastic zakje en gooi dit weg bij het huisvuil.

NO Kolesterol-test

cerascreen™ Kolesterol-test er et prøvesett som sendes inn for å bestemme kolesterolnivået ditt. Testen brukes til å analysere konsentrasjonen av totalt kolesterol; HDL, LDL og triglyserider samt andelen TC/HDL i human kapillærblood. Prøven analyseres in vitro i vårt spesialiserte *cerascreen™* diagnostiske partnerlaboratorium.

Testsettet inneholder

A 2 plaster CΕ, 1 pattyckde vom ymazu CΕ, 1 wakik nasacnyy alkoholom CΕ, B 1 worecek foliovy (pryzrad do pobierania krwi) z saszetka zawierajacy absorbent CΕ, C 3 lancety CΕ 0050, D 1 koperta zwrotna, E 1 karta z numerem identyfikacyjnym testu z naklejką

Informacje na temat testu

Przed rozpoczęciem należy zapoznać się z Instrukcją użycia oraz wykonywać wszelkie czynności w podanej kolejności.

Ostrzeżenia

- Prosimy nie stosować tego zestawu, jeżeli cierpi Pan/Pani z powodu choroby zakaźnej spowodowanej zakażeniem wirusami krwiopochodnymi, jak np. zapalenie wątroby lub HIV.
- Zestaw należy przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci.
- Zestaw może być stosowany wyłącznie do badania osób dorosłych, które ukończyły 18 rok życia.

- Kobiety w ciąży lub karmiące piersią mogą stosować ten zestaw wyłącznie po konsultacji ze swoim lekarzem/terapeutą.
- Jeżeli cierpi Pan/Pani z powodu wrodzonych lub nabytych zaburzeń krzepnięcia krwi, lub przyjmuje Pan/Pani leki przeciwzakrzepowe, prosimy stosować ten zestaw wyłącznie po konsultacji ze swoim lekarzem/terapeutą.
- Lancetów należy używać wyłącznie w sposób opisany w instrukcji użycia.

- Jeżeli widok krwi lub pobranie próbki krwi stanowi dla Pana/Pani problem, prosimy pobrać próbkę wyłącznie w obecności drugiej osoby lub skontaktować się ze swoim lekarzem/terapeutą lub farmaceutą.
- Jeżeli widok krwi lub pobranie próbki krwi stanowi dla Pana/Pani problem, prosimy pobrać próbkę wyłącznie w obecności drugiej osoby lub skontaktować się ze swoim lekarzem/terapeutą lub farmaceutą.

Ważna informacja

- Próbki należy pobrać między niedzielą a wtorkiem (najpóźniej) i wysłać tego samego dnia. Proszę wziąć pod uwagę wszystkie państwowe.
- Próbka może zostać poddana analizie jedynie w sytuacji, gdy test zostanie aktywowany za pomocą numeru identyfikacyjnego testu widocznego na karcie z numerem identyfikacyjnym testu!

W przypadku tego testu wymagany jest 12-godzinny post (powstrzymanie się od spożywania pokarmów lub płynów, z wyjątkiem wody).

- Torebkę foliową można otworzyć dopiero po uzyskaniu gotowości do rozpoczęcia pobierania próbki. Przyrządu do pobierania krwi NALEŻY użyć w ciągu 30 minut po otwarciu torebki foliowej.
- Niestety nie możliwości przeprowadzenia analizy próbek krwi zawierających mniejszą niż wymagana objętość krwi.
- Nie należy pobierać próbki krwi bezpośrednio po intensywnym wysiłku fizycznym.
- Zestaw do pobrania próbki krwi przeznaczony jest tylko do jednorazowego użyciu!

W razie jakichkolwiek pytań prosimy skontaktować się z nami za pośrednictwem poczty elektronicznej (help@cerascreen.info) lub odwiedzić naszą stronę poświęconą pomocy: help.cerascreen.com

Instrukcje stosowania

- Całą zawartość zestawu testowego należy umieścić na czystej powierzchni. Przed rozpoczęciem należy wybrać miejsce pobrania próbki. **Wskazówka:** zazwyczaj najlepiej sprawdzi się palec środkowy i serdeczny lewej ręki.
- Wyjąć przyrząd do pobierania krwi z torebki foliowej. Umieścić przyrząd stroną przeznaczoną do pobierania ku górze na płaskiej, poziomej powierzchni. NIE zdejmować przezroczystej osłony.
- Należy użyć ręce mydłem i ciepłą wodą. Wybrana ręka należy przytrzymać pod ciepłą wodą przez minimum 15 sekund, aby pobudzić krążenie. Dłoń należy dokładnie wytrzeć suchym ręcznikiem.
- Należy wykonać 5 do 10 pełnych obrotów wybraną ręką, w możliwe jak największym zakresie, aby pobudzić krążenie krwi. Należy wyciągnąć wacik nasączony alkoholem z osłonki i zdezynfekować koniuszek wybranej palca. Należy czekać, aż palec ponownie będzie suchy (15 sek.).
- Ta lansetten. (1) Roter beskyttelsesdekselet en gang rund med akse. (2) Fjern forsiktig beskyttelsesdekselet. **Forsiktig!** Ikke bruk en lansett med et løst eller manglende beskyttelsesdekselet.
- Legg hånden på en fast overflate. Plasser lansetten diagonalt på fingertoppen som vist på illustrasjonen. **MerK:** IKKE bruk midten av fingertuppen. Bare bruk siden av fingertuppen for å minimere ubehag. Trykk lansetten fast mot fingeren til den kommer ut. **Forsiktig:** Lansetten kan kun komme ut en gang!
- Trykk tumelen på den andre hånden under prøvetakingsstedet, og trek holdt litt tilbake. Hånd blodsamlingen ved å stå opp og holde hånden din under hjertet. Masser fingeren din for-

siktig fra håndflaten til fingertuppen inntil en bloddråpe formes.

- Før du begynner blodtakningen, bruker du pinnen til å fjerne den første bloddråpen. Vent til en stor bloddråpe formes på nytt.
- La bloddråpen falle til midten av blodsamlingsenheten.
- Gjenta inntil du har samlet 4 store bloddråper. Samle dråper kontinuerlig. Hvis blodstrømmen stopper, masser du fingeren forsiktig fra håndflaten til fingertuppen.
- Når du har samlet 4 dråper, venter du 3 minutter slik at bloddråpe-absorberer av den hvite membranen.
- Når du har samlet blodet, bruker du pinnen og plasteret til å pleie såret.
- Etter absorbering lukkes blodsamlingsenheten godt ved å folde over toppen. Kontroller at flikene er sikret.
- Fjern det firkantede klistremerke med kode fra test-ID-kortet og sett det på den øvre delen av blodsamlingsenheten.
- Legg blodsamlingsenheten i returkuvoluttun med adresse. Behold test-ID-kortet - du trenger dette for å aktivere testen din. Lukk kuvoluttun forsiktig og send den umiddelbart gratis med posten.
- Hvis du er en ny kunde, må du opprette en konto på my.cerascreen.com eller med **my cerascreen™**-appen. Se FAQ-delen på help.cerascreen.com for mer informasjon.
- For å opprette resultatrapporten din, logg deg på via **my cerascreen™**-appen (Android, iOS) eller på my.cerascreen.com. Skriv inn ditt seksifiserede ID-nummer i henhold til ditt test-ID-kort og aktivér "test" og følg instruksjonene.
- Kast de brukte delene av testsettet i den gjennomsiktige plastposen i husholdningsavfallet.

PL Test na cholesterol

Test na cholesterol *cerascreen™* to zestaw do samodzielnego pobierania próbek przeznaczony do wystyania i pozwojalający na oznaczenie poziomu cholesterolu. Test ten jest wykorzystywany do analizy stęzenia cholesterolu całkowitego, HDL, LDL oraz triglicerydów, a także stosunku TC/HDL w ludzkich próbkach krwi włośniczkowej. Próbką jest analizowana w warunkach in vitro w naszym partnerskim, specjalistycznym laboratorium diagnostycznym *cerascreen™*.

Zestaw testowy zawiera

A 2 plaster CΕ, 1 pattyckde vom ymazu CΕ, 1 wakik nasacnyy alkoholom CΕ, B 1 worecek foliovy (pryzrad do pobierania krwi) z saszetka zawierajacy absorbent CΕ, C 3 lancety CΕ 0050, D 1 koperta zwrotna, E 1 karta z numerem identyfikacyjnym testu z naklejką

Teste de colesterol

O teste de colesterol *cerascreen™* é um kit de amostra de envío para determinar os níveis de colesterol. O teste é utilizado para analisar a concentração de colesterol total, HDL, LDL e triglicéridos, bem como a relação TC/HDL no sangue capilar humano. A amostra é analisada in vitro no nosso laboratório especializado de diagnóstico de parceiros *cerascreen™*.

O seu kit de teste contém

A 2 penso CΕ, 1 cotonete CΕ, 1 toalhete embeido em álcool CΕ, B 1 bolsa (dispositivo para recolha de sangue) com saqueta absorvente CΕ, C 3 lancetas CΕ 0050, D 1 envelope de devolução, E 1 ficha de ID de teste com autocoleante

Informação sobre o teste

- Não utilize este kit se padecer de uma doença contagiosa como hepatite ou HIV.
- Guarde este kit fora do alcance de crianças.
- O kit poderá ser usado apenas para adultos com idade igual ou superior a 18 anos.
- Se estiver grávida ou a amamentar, utilize o kit apenas depois de consultar o seu médico.
- Se sofrer de um distúrbio da coagulação sanguínea congénito ou adquirido, ou se estiver a tomar medicação anticoagulante, utilize o kit apenas depois de consultar o seu terapeuta.

- Use as lancetas apenas como descrito nas instruções de uso.
- Se tiver problemas em ver sangue ou a recolha de sangue, faça a recolha da amostra apenas na presença de uma outra pessoa ou contacte o seu terapeuta ou farmacêutico.

Informação importante

- A amostra apenas deve ser colhida entre domingo e terça-feira (o mais tardar) e enviada no mesmo dia. Por favor, tenha em consideração quaisquer feriados oficiais.
- Apenas podemos analisar a sua amostra se ativar o seu teste com o ID de teste da sua ficha ID de teste! Para mais detalhes sobre este tema consulte o passo 16 + 17.
- Este teste requer um