

EN Food Reaction Test


The cerascreen® Food Reaction Test is a send-in sampling kit for a screening test that covers 56 foods when suspecting allergies and food intolerance. The test is used to determine specific IgE and IgG4 in human capillary blood. The **process** is pain-free and can be done easily from home. The sample is analysed in vitro in the specialised cerascreen partner diagnostic laboratory.

Your test kit contains

A 1 alcohol wipe **€€**

B 1 plaster **€€**, 1 swab **€€**

C 1 dried blood spot card

D 2  **€€ 0050**

E 1 return envelope


F 1 test-ID card with sticker

Food Reaction Test

Instructions for Use

- Návod k použití • Gebrauchsanweisung
- Brugsanvisning • Instrucciones de uso • Käyttöohjeet
- Mode d'emploi • Οδηγίες χρήσης • Istruzioni per l'uso
- Gebruiksaanwijzing • Brugsanvisning • Instrukcja użycia
- Instruções de Utilização • Användningsanvisningar

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.
- The lancets are exclusively for your own 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 or pharmacist.

Important Information

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 17. Note that a meaningful and conclusive result can only be provided if you maintain a mixed diet (for around 2 weeks) before taking the sample. Food intolerance and allergies can only be detected if you have consumed those foods recently. Attention: Do not consume foods that are known to cause a strong reaction within your body (Anaphylactic shock may occur!). Also, note that certain medication (e.g. antihistamines) can affect the test result. More information is available in the FAQ section on our website.

➔ Read the Instructions for Use carefully before you begin and follow the listed steps.

• Do not take a blood sample immediately after strenuous physical activity.

• If you have any difficulties performing the blood sample or if the kit is incomplete, contact our customer service department, who will treat this matter confidentially.

➔ This is a blood sampling kit for **single** use self-testing!

• Do not touch the dried blood spot card within the markings and keep it dust free.

If you have any questions, please send us an e-mail (help@cerascreen.com) or visit our help website: help.cerascreen.com

cerascreen®

CRS3-LMR_INT_000
Version 02/2019

help@cerascreen.com
www.cerascreen.com

Directions for Use

- 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 work best.
- Wash your hands with soap and warm water. Hold your preferred hand under warm water **for at least 15 to 30 seconds** to stimulate blood circulation. Dry your hand carefully with a clean towel.
- 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).
- Take the lancet. (1) Rotate the protective cover around its axis. (2) Carefully remove the protective cover. **Caution:** Do not use a lancet with a loose or missing protective cover.
- Place your hand on a firm surface. Place the lancet diagonally on the tip of your finger as shown in the illustration. Press the lancet firmly against the finger until it releases. **Caution:** The lancet can only be released once!
- Press the thumb of your other hand below the sampling spot and slightly pull back the skin.
- Hold your hand horizontally at hip height (for instance while standing at the edge of a table) and massage your finger from the palm of the hand down to the fingertip until a blood droplet forms.
- Before you start taking blood, use the swab to remove the first blood drop. Wait for a new large drop of blood to form. Support this process by standing up and holding your hand below heart level.
- Let a large blood drop fall onto the marked circle on the dried blood spot card. In case the drop doesn't fall its own from your finger, hold the dried blood spot card carefully against the drop without touching the paper with your finger.
- For the best evaluation of the sample, the largest possible drop of blood is required. The blood drop should cover the circle inside the marking completely.
- Repeat this process until you have completed four circles.
- After taking the blood sample, press the swab against the location of bleeding. Once the bleeding slows down, apply the plaster to the wound.
- Remove the square code sticker from the test-ID card and stick it on the dried blood spot card in the area intended for date and name.
- Allow the dried blood spot card to dry for 1 to 2 hours at room temperature. Ensure to place it flat on a dry surface, protected from direct sunlight.
- Place the dried blood spot card in the return envelope with 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.
- 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 potravinové intolerance

Test reakce na potraviny cerascreen® je sada pro odběr vzorků a jejich zpětné zasílání, která slouží k provedení screeningu při podezření na alergii a potravinovou intoleranci vůči 56 druhům potravin. Test umožňuje stanovit specifické IgE a IgG4 u lidské kapilární krvi. Odběr vzorků je bezbolestný a lze ho snadno provést v domácím prostředí. Vzorek je analyzován in vitro ve specializované partnerské diagnostické laboratoři cerascreen®.

Vaše testovací sada obsahuje

A 1 dezinfekční ubrousek **€€, B** 1 náplast **€€**, 1 tampon **€€, C** 1 kartu pro odběr suché krevní kapky, **D** 2 lancety **€€ 0050**, **E** 1 zpětně obalku, **F** 1 aktivní kartu s nálepkou

Informace o testu

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

Varování

- Tuto sadu nepoužívejte, pokud trpíte infekční nemocí přenesanou 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 ošetzujícím lékařem.
- Pokud trpíte vrozenou nebo získanou poruchou srážlivosti krve nebo užíváte léky proti srážení krve, používejte tuto sadu pouze po konzultaci se svým ošetujícím lékařem.
- Lancety jsou určeny výhradně pro vaše vlastní 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

Analýzu vašeho vzorku lze provést pouze po aktivaci testu pomocí identifikačního čísla uvedeného na aktivční kartě! Více podrobností k tomuto tématu najdete v kroku 17. Mějte prosím na vědomí, že ke smysluplnému a průkaznému výsledku lze dospět pouze v případě, že před odebráním vzorku (po dobu cca 2 týdnů) budete dbát na pestrou stravu. Potravinovou intoleranci a alergii lze identifikovat pouze tehdy, pokud jste nedávno zkonsumovali odpovídající potraviny. Pozor: Nekonzumujte potraviny, o kterých víte, že mohou ve vašem těle vyvolat silnou reakci. (Hrozi anafylaktický šok!) Mějte také na vědomí, že některé léky (např. antihistaminika) mohou ovlivnit výsledek testu. Další informace jsou k dispozici v sekci Časté dotazy na naší webové stránce.

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

• Neodebírejte vzorek krve bezprostředně po namáhavé tělesné aktivitě.

• Jestliže máte potíže s odběrem krve nebo je-li sada nekompletní, obraťte se s důvěrou na naše oddělení služeb zákazníkům.

• Tato sada pro odběr vzorku krve je určena k jednorázovému sebeztenování!

• Nedotýkejte se karty pro odběr suché krevní kapky uvnitř označené a chraňte ji před prachem.

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

Návod k použití

- Položte veškerý obsah testovací sady na čistý podklad. Předtím než začnete, vyberte vhodné místo vpichu. **Tip:** Ideální je prostředníček nebo prsteníček levé ruky.
- Umýjte si ruce mýdlem a teplou vodou. Pro stimulaci krevního oběhu ponorte upřednostňovanou ruku do teplé vody **po dobu alespoň 15 až 30 sekund**. Poté ruku pečlivě osušte čistým ručníkem.
- 5–10krát zakružíte upřednostňovanou paži, pokud možno zcela nataženou a s velkými pohyby, aby se podařilo krevní oběh.
- Vyjměte dezinfekční ubrousek z fólie a vydezinfikujte jím špičku upřednostňovaného prstu. Počkajte, 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. Přitlačte lancetu pevně k prstu, dokud nejde její kejknu spuštění. **Pozor:** Ke spuštění lancety může dojít pouze jednou!
- Palet druhé ruky přiložte pod místo vpichu a jemně zatáhnete kůže zpět.
- Držte ruku vodorovně ve výšce boků (postavte se například k okraji stolu) a masírujte prst směrem od dláně ke konečku prstu, dokud se nevytvoří kapka krve.
- Předtím než provedete odběr, odstraňte první kapku krve pomocí tamponu. Počkajte, dokud se nevytvoří nová velká kapka krve. Podpořte tento proces tím, že si stoupnete a budete ruku udržovat po úrovni srdce.
- Nechte velkou kapku krve samovolně odkápnout do vyznačeného kroužku na kartě pro odběr suché krevní kapky. Pokud kapka neodkápně z prstu samovolně, přiložte kartu pro odběr suché krevní kapky opětne ke kapse. Dbejte přitom na to, aby jste se prstem nedotkli papíru.
- Abyste byla zaručena co nejlepší vyhodnotitelnost vzorku, je vyžadována co možná největší kapka krve. Kapka krve by ideálněm případě měla zcela vyplnit vyznačený kroužek.
- Opakujte proces, dokud nevyplníte čtyři kroužky.
- Po dokončení odběru krve přitlačte tampon na místo krvácení. Jakmile se krvácení zpomalí, přelepte ránu náplastí.
- Sejměte z aktivční karty čtenovou nálepku s kódem a nalepte ji na místo na kartě pro odběr suché krevní kapky, které je určeno pro datum a jméno.
- Nechte kartu pro odběr suché krevní kapky schnout po dobu 1 až 2 hodin při pokojové teplotě. Za tímto účelem ji položte napolcho na suchý podklad, který je chráněný před přímým slunečním světlem.
- Vložte kartu pro odběr suché krevní kapky do zpětně obalky s adresou. Aktivní kartu si ponechejte – budete ji potřebovat k aktivaci testu. Obálku pečlivě uzavřete a obraťte zdarma odešete poštu.
- Pro vytvoření zprávy o výsledcích se přihlaste do aplikace My cerascreen® (Android, iOS) nebo na stránce my.cerascreen.com. V sekci „Activate test“ (Aktivovat test) zadajte šestimístné identifikační číslo, které je uvedeno na vaší aktivční kartě, a postupujte podle instrukcí.

18. Použité součásti testovací sady vložte do příslušného plastového sáčku a vyhoďte do domovního odpadu.


DE Lebensmittel-Reaktionstest

Der cerascreen® Lebensmittel-Reaktionstest ist ein Probenentnahme- und Einsendekit für einen Screening-Test bei Verdacht auf Allergien und Unverträglichkeiten gegen 56 Nahrungsmittel. Der Test dient zur Bestimmung von spezifischem IgE und IgG4 in humanem Kapillarblut. Die Durchführung ist schmerzfrei und einfach von zuhause aus möglich. Die Probe wird in menschelkegillt kapillart blod. Processen er smertefri og kan gøres med den nemmeke. Proven analyseres in vitro i cerascreens specialiserade partner-diagnoselaboratorie.

Ihr Testkit beinhaltet

A 1 Desinfektionstuch **€€, B** 1 Pflaster **€€, 1** Tupfer **€€, C** 1 Trockenblutkarte, **D** 2 Lanzetten **€€0050**, **E** 1 Rückneudenschlag, **F** 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 Blutgerinnungsstörung leiden oder blutgerinnungshemmende Medikamente einnehmen, verwenden Sie das Kit nur nach Rücksprache mit Ihrem Therapeuten.
- Verwenden Sie die Lanzetten nur für den eigenen Gebrauch.
- 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

Eine Auswertung Ihrer Probe ist nur in Verbindung mit der Online-Aktivierung Ihres Tests unter Angabe Ihrer Test-ID möglich! Näheres dazu in Schritt 17. Beachten Sie, dass es nur zu einem auswertekräftigen Ergebnis kommen kann, wenn Sie vorher (ca. 2 Wochen) eine abwechslungsreiche Ernährung einhalten. Es können nur Unverträglichkeiten oder Allergien nachgewiesen werden, wenn Sie die entsprechenden Lebensmittel auch vorher verzehrt haben. Aber Achtung: Verzehren Sie keine Lebensmittel bei denen Sie wissen, dass es zu einer starken Reaktion kommen kann (Anaphylaktischer Schock möglich!). Beachten Sie, dass einige Medikamente (z. B. Antihistaminika) das Ergebnis beeinflussen können. Informationen dazu finden Sie auf unserer Website in den FAQ. ➔ Bevor Sie beginnen, lesen Sie diese Gebrauchsanweisung sorgfältig durch. Halten Sie sich an die aufgeführten Schritte.

- Entnehmen Sie keine Blutprobe direkt nach außergewöhnlichen Anstrengungen.
- Wenn Sie Schwierigkeiten mit der Blutentnahme haben oder das Kit unvollständig ist, wenden Sie sich vertrauensvoll an unseren Kundenservice.
- Das Blutentnahmekit dient der einmaligen Eigenanwendung!
- Berühren Sie die Trockenblutkarte innerhalb der Markierungen nicht und halten Sie diese staubfrei.

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. **Tipp:** Am besten eignen sich Mittelfinger und Ringfinger der linken Hand.
- Waschen Sie Ihre Hände mit Seife und warmem Wasser. Halten Sie die bevorzugte Hand dann **15 bis 30 Sekunden** unter warmem Wasser, um die Blutgefäße zu erweitern. Trocknen Sie Ihre Hand sorgfältig mit einem sauberen Tuch ab.
- Kreisen Sie Ihren Arm 5 bis 10 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. 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 Einstichstelle an und ziehen Sie die Haut leicht zurück.
- Halten Sie Ihre Hand waagrecht in Hüfthöhe (während Sie beispielsweise an einer Tischkante stehen) und 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 und wischen den ersten Blutstropfen ab. Warten Sie bis sich erneut ein großer Tropfen gebildet hat. Unterstützen Sie diesen Vorgang durch Aufstehen und Halten Ihrer Hand unterhalb der Höhe des Herzens.
- Lassen Sie den großen Blutstropfen von allein auf den markierten Kreis der Trockenblutkarte fallen. Sollte sich der Tropfen nicht von alleine von Ihrem Finger lösen, halten Sie die Karte vorsichtig gegen den Tropfen, ohne mit dem Finger das Papier zu berühren.
- 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 vier Kreise gefüllt haben.
- Nach der Blutentnahme benutzen Sie den Tupfer und drücken ihn auf die Stelle, an der das Blut austritt. Sobald die Blutung etwas nachlässt, nutzen Sie das Pflaster an der entsprechenden Stelle zur Wundversorgung.
- Ziehen Sie den quadratischen Code-Aufkleber von der Test-ID-Karte und kleben Sie ihn auf den Trockenblutkarte auf die Stelle, die eigentlich für Datum und Name vorgesehen ist.
- Lassen Sie die Trockenblutkarte für 1–2 Stunden bei Raumtemperatur trocknen. Legen Sie diese dafür flat an einen trockenen Ort, wo sie vor direktem Sonnenlicht geschützt ist.
- Geben Sie die getrocknete Trockenblutkarte in den Rückneudenschlag. Verschließen Sie den Umschlag sorgfältig und versenden Sie ihn umgehend kostenfrei per Post.
- Für die Erstellung Ihres Ergebnisberichts loggen Sie sich in der Mein cerascreen® App (Android, iOS) oder auf my.cerascreen.com. Indast drit

Test-ID-Karte ein und folgen Sie den Anweisungen.

18. Entsorgen Sie die benutzten Bestandteile des Testkits im durchsichtigen Kunststoffbeutel mit dem Hausmüll.

DA Fødevareraktionstest

Fødevareraktionstestesten fra cerasreen® er et prøvekít, der kan sendes ind og testes for 56 fødevarer, når der er mistanke om allergi og overfølsomhed overfor fødevarer. Testen bruges til at fastlægge specifík IgE og IgG4 i menneskeliget kapillart blod. Processen er smertefri og kan gøres med den nemmeke. Proven analyseres in vitro i cerascreens specialiserade partner-diagnoselaboratorie.

Dit testkit indeholder

A 1 alkoholserviet **€€, B** 1 plaster **€€, 1** svaber **€€, C** 1 kort til tørrét blodplet, **D** 2 Lanzetter **€€0050**, **E** 1 returkuvert, **F** 1 test-id-kort med markat

Oplysninger om testen

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

Advarsler

- 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 sagt råd hos din behandelnde læge.
- Hvis du lider af en medfødt eller erhvervet blodkoagulerings sygdom eller tager antikoagulant medicin, må du kun bruge sættet efter du har sagt råd hos din behandelnde læge.
- Lancetterne må kun bruges af dig personligt.
- Hvis du ikke kan tåle syret af blod eller blodprøver, bør du kun tage prøven i en anden persons tilstedeværelse, eller kontakte din læge eller dit apotek.

Vigtige oplysninger

Vi kan kun analysere din prøve, hvis du aktiverer din test med test-id'et på dit test-id-kort! Flerer oplysninger om dette findes i trin 17. Vær opmærksom på, at det kun er muligt at opnå et meningsfuldt og afgørende resultat, hvis du spiser en varieret kost (i ca. 2 uger) inden du tager prøven. Intolerans og allergi overfor madvarer kan kun detekteres, hvis du har indtaget disse madvarer for nylig. OBS: Lad være med at indtage mad, der kan forårsage en stærk reaktion i din krop (du kan få et anafylaktisk chok!). Vær også opmærksom på, at bestemte slags medicin (f.eks. antihistaminer) kan påvirke resultatet af testen. Flere oplysninger findes i FAQ-afsníttet på vores hjemmeside.

- Læs brugsanvisningen omhyggeligt inden du begynder, og følg de opførte trin.
- Blodprøven må ikke tages umiddelbart efter anstrengende fysisk aktivitet.
- Hvis du har problemer med at tage blodprøven, eller hvis der mangler dele af sættet, skal du sætte dig i forbindelse med vores kundeservice, som tager sig af sagen i al fortrolighed.
- Dette er et blodprøvesæt til engangsbrug, som du kan tage selv!
- Rør ikke ved korpset til blodpletten inden for afmærkningsområde og hold det fri for rod.

Hvis du har nogen spørgsmål, kan du sende os en e-mail (help@cerascreen.com) eller besage vores hjemmeside: help.cerascreen.com

Brugsanvisning

seksifreid id-nummer i henhold til dit test-id-kort under „aktivert test“ og følg instruksjoner.

18. Bortskaff de brukte dele af testkittet i den gennemsligtige plasticpose i husholdningsaffaldet.


ES Prueba de intolerancia alimentaria

La prueba de alergia alimentaria es un kit de toma de muestras para evaluar cuya finalidad es hacer un examen de valoración que cubre 56 alimentos y que se usa cuando se sospecha la existencia de una alergia o intolerancia alimentaria. La prueba se emplea para determinar los valores específicos de IgE e IgG4 en la sangre capilar humana. El proceso es indoloro y puede hacerse fácilmente en casa. La muestra es analizada in vitro en el laboratorio asociado especializado de cerascreen®.

Su kit de prueba contiene

A 1 paño con alcohol **€€, B** 1 apósito **€€, 1** frotis **€€, C** 1 tarjeta con puntos para muestras de sangre seca, **D** 2 lancetas **€€ 0050**, **E** 1 sobre de devolución, **F** 1 tarjeta de identificación de prueba con adhesivo

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 después de consultar con su médico.
- Si sufre un trastorno congénito o de coagulación sanguínea adquirido, o si está tomando medicación anticoagulante, use el kit solo después de consultar con su médico.
- Las lancetas son únicamente para su uso individual.
- 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

¡Solo podemos analizar su prueba si la activa con el identificador de su tarjeta de ID para la prueba! Más detalles al respecto en el paso 17. Tenga en cuenta que el resultado solo será significativo y concluyente si usted lleva una dieta mixta (durante aproximadamente 2 semanas) antes de realizar la prueba. Las alergias e intolerancia a los alimentos solo podrándetarse si ha consumido tales alimentos recientemente. Atención: No consuma aquellos alimentos que usted sveda que pueden causar una fuerte reacción en su cuerpo (¡puede sufrir un shock anafiláctico!). Tenga también en cuenta que ciertos medicamentos (p. ej., los antiestaminicos) pueden alterar el resultado de la prueba. Encontrará más información en la sección FAQ de nuestro sitio web.

- Lea las instrucciones de uso atentamente antes de comenzar y siga los pasos indicados.
- No realice la prueba inmediatamente después de practicar actividades físicas con intensidad.
- Póngase en contacto con el departamento de atención al cliente si tiene dificultades a la hora de tomar la muestra de sangre o el kit está incompleto. El departamento se ocupará de la incidencia de forma confidencial.
- ¡Este kit de toma de muestras de sangre autodiagnóstico está pensado para un solo uso!
- No toque los puntos de sangre seca de la tarjeta y manténgalo limpio de polvo.

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

Instrucciones de uso

imediatamente por correo postal sin coste alguno.

17. Para crear el informe con sus resultados, inicie sesión usando la aplicación Mi cerascreen® (Android, iOS) o en my.cerascreen.com. Inserte el número ID de seis dígitos de su tarjeta ID de la prueba en "activar prueba" y siga las instrucciones.

18. Puedo desecher los componentes usados del kit de prueba de la bolsa transparente de plástico junto a los residuos domésticos.

FI Ruoka-intoleranssitesti

cerascreen®-elintarvikeräkiotestoin su 56 ruoka-ainetta kattava seulantestesti, jonka avulla todetaan allergioita ja ruoka-intoleranssia. Testiä käytetään kotona ja otettu näytteenä palautetaan postitse. Testiä käytetään erityisesti IgE- ja IgG4-tasojen määrittelyä ihmissen kapillaariverestä. Proessin on kivuton ja testi voidaan helposti suorittaa kotona käsin. Näyte analysoidaan in vitro –menetelmällä siihen erikoistuneen cerascreen®-kumppanin diagnostiikkalaboratoriossa.

Testipakkaus sisältää

A 1 alkoholihiili **€€, B** 1 laastari **€€, 1** pyyhke **€€, C** 1 vertäipäklortti, **D** 2 lansettia **€€ 0050**, **E** 1 palautuskuori, **F** 1 tarralla varustettu testin tunnistekortti

Tietoa testistä

Βασικό εργαλείο. Lorsque le saignement diminue, appliquez le pansement sur la plaie.

14. Retirez l'attoucaant carré portant le code de la carte d'identification du test et collez-le sur la carte portant la tache de sang séché à l'endroit prévu pour la date et le nom.

15. Laissez sécher la carte portant la tache de sang séché 1 à 2 heures à température ambiante. Placez-la sur une surface sèche, à l'abri de la lumière directe du soleil.

16. Glissez la carte portant la tache de sang séchée dans l'enveloppe de retour avec l'adresse. Gardez la 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.

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 usagées du coffret de test dans le sac plastique transparent avec les déchets ménagers.

Εξέταση δυσανεξίας σε τρόφιμα

Η εξέταση cerascreen® Food Reaction Test είναι ένα kit δειγματοληψίας προς αποστολή, για μια εξέταση διαλογής, που καλύπτει 56 τροφές, όταν υπάρχει υποψία για αλλεργίες και δυσανεξία σε τρόφιμα. Η εξέταση χρησιμοποιείται για τον καθορισμό συγκεκριμένων IgE και IgG4 στο ανθρώπινο τριχοεικό αίμα. Η διαδικασία είναι ανώδυνη και μπορεί να πραγματοποιηθεί εύκολα στο σπίτι. Το δείγμα αναλύεται in vitro στο εξειδικευμένο, συνεργαζόμενο διαγνωστικό εργαστήριο της cerascreen®.

ΣΤΟ ΚΙΤ ΕΞΕΤΑΣΗΣ ΠΕΡΙΕΧΟΝΤΑΙ ΤΑ ΕΞΗΣ

A 1 μαντηλάκι αλκοόλης **CE, B** 1 τριαμπλαστ **CE, I** βαμβακοφόρος σταυλός **CE, C** 1 καρτέλα σταγόνας αποξηραμένου αίματος, **D** 2 βελόνες **CE 0050, E** 1 φάκελος επιστροφής, **F** 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 ασθενήια που μεταλλάσσεται με το αίμα, όπως η ηπατίτιδα ή η HIV.
- Φυλάξτε αυτό το kit μακριά από παιδιά.
- Το kit μπορεί να χρησιμοποιηθεί μόνο για ενήλικες άνω των 18 ετών.
- Εάν έχετε έγκυος ή θηλάζετε, χρησιμοποιήστε το kit μόνο αφτότου συμβουλευτείτε τον ιατρό σας.
- Εάν πάσχετε από κάποια συγγενή ή επίκτητη διαταραχή της πήξης του αίματος ή εάν λαμβάνετε αντιπηκτικά φαρμακευτικά αγωγή, χρησιμοποιήστε το kit μόνο αφτότου συμβουλευτείτε τον ιατρό σας.
- Οι βελόνες προορίζονται αποκλειστικά για δική σας χρήση.
- Εάν αντιμετωπίσετε πρόβλημα με τη θά του αίματος ή τη λήψη αίματος, λάβετε το δείγμα μόνο εφόσον είναι παρόν και κάποιο άλλο άτομο ή επικουνηστή με τον ιατρό ή το φαρμακοποιό σας.

Σημαντικές πληροφορίες

Μπορείτε να κάνουμε ανάλυση του δείματός σας μόνο εάν ενεργοποιήστε την εξέτασή σας με το ID εξέτασης της κάρτας ID εξέτασης που διαθέτείτε! Περισσότερες πληροφορίες για αυτό υπάρχουν στο βήμα 17.

Σημειώστε ότι ένα ουσιαστικό και τελικό αποτέλεσμα μπορεί να επιτευχθεί μόνο εάν τηρησέτε μική διαταραχή (για περίπου 2 εβδομάδες) πριν από τη λήψη του δείγματος. Η δυσανεξία για η αλλεργία σε τροφές μπορούν να ανευχθούν μόνο εάν έχετε καταναλώσει πρόφατα απτός τις τροφές. Προσοχή: Μην καταναλώνετε τρόφιμα που είναι γνωστό ότι προκαλούν σοβαρή αντίδραση στο σώμα σας (μπορεί να προκληθεί αναφυλακτικό σοκ).

Επίσης, σημειώστε ότι ορισμένα φάρμακα (π.χ. αντιισταμινικά) μπορεί να επηρεάσουν το αποτέλεσμα της εξέτασης. Υπάρχουν διαθέσιμες περισσότερες πληροφορίες στην ενότητα συχνών ερωτήσεων (FAQ) στο ιστότοπό μας.

- Διαβάστε προσεκτικά τις Οδηγίες χρήσης πριν ξεκινήσετε και ακολουθήστε τα βήματα που παρατίθενται.
- Μην λαμβάνετε δείγμα αίματος αμέσως μετά από έντονη φυσική δραστηριότητα.
- Εάν αντιμετωπίσετε οποιαδήποτε δυσκολία με την αιωμηνία ή εάν το kit δεν είναι πλήρες, επικοινωνήστε με το τμήμα εξυπηρέτησης πελατών, το οποίο θα χειριστεί από το θέμα με εμεχρότητα.
- Το παρόν προϊόν είναι ένα kit εξέτασης αίματος μίας χρήσης για αυτοεξέταση!
- Μην αφήζετε τη καρτέλα αποξηραμένου αίματος στο σημείο μέια από τη σήμανση και διατηρήστε τη χωρίς σκόνη.

Εάν έχετε οποιαδήποτε ερώτηση, στείλες μας ένα e-mail (help@cerascreen.com) ή επισκεφτείτε τη σελίδα Βοήθειας στο ιστότοπό μας: help.cerascreen.com

Οδηγίες χρήσης

- Τοποθετήστε όλο το περιεχόμενο του kit εξέτασης επάνου σε μια καθαρή επιφάνεια. Πριν ξεκινήσετε, επιλέξτε το σημείο δειγματοληψίας. **Συμβουλή:** Ο μέσος και ο παρμόσμος του αρτηριοτρο χερσίο είναι συνήθως η καλύτερη λύση.
- Πλύνετε τα χέρια σας με σαπόνι και ζεστό νερό. Κρατήστε το χέρι που επιλέξατε κάτω από ζεστό νερό **για τουλάχιστον 15 έως 30 δευτερόλεπτα** για να διευερίετε την κυκλοφορία του αίματος. Στεγνώστε προσεκτικά τα χέρια σας με μια καθαρή πετσέτα.
- Περσιφάτε κυκλικά το χέρι που επιλέξατε 5 έως 10 φορές, τελείως τυγνώμω ένα ένα δυαυά, με μια ελαφής κυκλική για να διανερίετε την κυκλοφορία του αίματος.

Indicazioni per l'uso

- Sistemare il contenuto del kit per il test su una superficie pulita. Prima di iniziare, sceglierle il punto per il prelievo. **Suggerimen-**to: generalmente vengono utilizzati il dito medio e l'anulare della mano sinistra.
- 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. Assicurare la mano accuratamente con un asciugamano pulito.
- Con il braccio che si preferisce designare un cerchio per 5-10 volte, mantenendolo, se possibile, disteso, ed effettuando movimenti ampi per stimolare la circolazione.
- Rimuovere il batuffolo imbevuto di alcool dalla pellicola e utilizzare per disinfectare la punta del dito scelto. Attendere finché il dito non sarà nuovamente asciutto (15 sec.).
- Pak la lanceta. (1) Draai de beschermhoes eenmaal om zijn as. (2) Verwijder voorzichtig de beschermhoes. **Let Op:** Als de beschermh-oes losloost of ontbrekt, mag u de lancet niet gebruiken.
- Leg uw hand op een stevig ondergrond. Plaats de lancet diagonaal op de top van uw vinger, zoals afgebeeld. Druk de lancet stevig tegen de vinger aan totdat de lancet loskomt. **Let Op:** De lancet kan slechts eenmaal loskomen!
- Druk met de duim van uw andere hand onder de prikplaats en trek de huid ietsjes terug.
- Houd uw hand horizontaal ter hoogte van uw heup (bijvoorbeeld als u aan de hoek van een tafel staat) en masseer uw vinger vanaf de

camione e tirare leggermente indietro la pelle.
Principente in orizzontale all'altezza dell'anca (ad esempio, mentre si è in piedi davanti al bordo dell'auto) e massaggiare il dito dal palmo della mano giù verso la punta del dito finché non si forma una goccia di sangue.

- Prima di iniziare a prelevare il sangue, utilizzare il tampone per assorbimento della prima goccia di sangue. Attendere la formazione di una goccia più ampia. Effectuare questa operazione rimanendo in piedi e tenendo la mano al di sotto del cuore.
- Far cadere una goccia grande di sangue sul cerchio contrassegnato sulla cartina con la goccia di sangue secco. Nel caso in cui la goccia non cada da sola dal dito, mantenere la cartina con la goccia di sangue secca accuratamente contro la goccia senza toccare la carta con il dito.
- Per un'analisi adeguata del campione, è necessaria una goccia più ampia possibile di sangue. La goccia di sangue deve coprire il cerchio all'interno del contrassegno completamente.
- Ripetere la procedura fino a completare quattro cerchi.
- Dopo aver prelevato il campione di sangue, premere il tampone contro l'area di sanguinamento. Quando il sanguinamento rallenta, applicare il cerotto alla ferita.
- Rimuovere l'adesivo con il codice QR dalla scheda contenente l'ID del test ed attaccarlo sulla cartina con la goccia di sangue secco nell'area per la data e il nome.
- Lasciar asciugare la cartina con la goccia di sangue secco per 1-2 ore a temperatura ambiente. Assicurarsi di sistemarla in posizione piana su una superficie asciutta, lontana dalla luce diretta del sole.
- Sistemare la cartina con la goccia di sangue secco nella busta affrancata e riportante l'indirizzo. Conservare la scheda contenente l'ID del test, servirà per attivare il test. Chiedere la busta accuratamente e inviare immediatamente per posta senza affrancatura.
- Per creare un documento con i risultati, accedere attraverso l'App My cerascreen® (Android, iOS) o my.cerascreen.com. Digitare il numero dell'ID a sei cifre riportato sulla scheda ID del test sotto „attiva test“ e seguire le istruzioni.
- Smaltire i componenti del kit per il test inserendoli nel sacchetto di plastica trasparente e gettarli nei rifiuti domestici.
- Bolte την καρτέλα αποξηραμένου αίματος στον φάκελο επιστροφής με τη διεύθυνση. Κρατήστε την κάρτα ID εξέτασης, θα σας χρειαστεί για να ενεργοποιήστε την εξέτασή σας. Κλείστε προσεκτικά τον φάκελο και στείλετε το αμέσως μέσω ταχυδρομείου, χωρίς χρέωση.
- Για να δημοσιουργήστε την αναφορά του αποτελέσμάτος σας, συνδεθείτε μέσω της εφαρμογής My cerascreen® (Android, iOS) ή μέσω του my.cerascreen.com. Εισαγάγετε τον εξαψήφιο αριθμό ID σας, σύμφωνα με την κάρτα ID εξέτασης, στην ενότητα «καθίστε τεστ» (ενεργοποίηση εξέτασης) και ακολουθήστε τις οδηγίες.
- Απορρίψτε τα χρησιμοποιημένα είδη του kit εξέτασης τοποθετώντας τα στη διάφανη πλαστική σακούλα και στα οικιακά απορρίμματα.

IT Test intolleranze alimentari

Il Test per la Vitamina D di cerascreen® è un kit per il prelievo con inivio per determinare la concentrazione di 25-idrossivitamina-D nel sangue capillare umano. È ideale nel caso di sospetta carenza di vitamina D e per controllare i livelli di vitamina D. La procedura è indolore e può essere eseguita facilmente a casa. Il campione viene analizzato in vitro nel laboratorio partner di diagnostica specialistico cerascreen®.

Il kit per il test contene

A 1 batuffolo imbevuto di alcool **CE, B** 1 cerotto **CE, I** tampone **CE, C** 1 cartina con goccia di sangue secco, **D** 2 lancette **CE 0050, E** 1 busta affrancata, **F** 1 scheda con ID del test, multa 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 28 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.
- Le lancette sono ad esclusivo uso personale.
- 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

Potremo analizzare il suo campione soltanto dopo che avrà attivato il suo test utilizzando l'ID riportato sulla scheda realtiva al test. Per maggiori informazioni fare riferimento al passaggio 17.
Si otterrà un risultato efficace e inconfutabile soltanto con un'alimentazione varia (per circa 2 settimane) prima di prelevare il campione. Le intolleranze alimentari e le allergie possono essere rilevate esclusivamente se sono stati ingeriti i diversi alimenti di recente.
Attenzione: Non consumare cibi che gli si sa causare una forte reazione nel proprio corpo (potrebbe verificarsi una shock anafilattico).
Alcuni medicinali (ad es. gli antistaminici) possono influenzare il risultato del test.
Maggiori informazioni sono disponibili nella sezione delle FAQ del nostro sito Web.

- Leggere le Istruzioni per l'Uso attentamente prima di iniziare e seguire i passaggi indicati.
- Non prelevare immediatamente il campione di sangue dopo una strenua attività fisica.
- In caso di difficoltà nel prelevare il campione di sangue o se il kit è incompleto, contattare il nostro servizio clienti che si occuperà del problema in modo riservato.
- Questo kit per prelevare campioni di sangue è monouso!
- Non toccare la cartina con la goccia di sangue secca all'interno dei segni e tenerla lontana dalla polvere.
- Per qualsiasi domanda, inviare un'e-mail a help@cerascreen.com o visitare 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 pulita. Prima di iniziare, sceglierle il punto per il prelievo. **Suggerimen-**to: generalmente vengono utilizzati il dito medio e l'anulare della mano sinistra.
- 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. Assicurare la mano accuratamente con un asciugamano pulito.
- Con il braccio che si preferisce designare un cerchio per 5-10 volte, mantenendolo, se possibile, disteso, ed effettuando movimenti ampi per stimolare la circolazione.
- Rimuovere il batuffolo imbevuto di alcool dalla pellicola e utilizzare per disinfectare la punta del dito scelto. Attendere finché il dito non sarà nuovamente asciutto (15 sec.).
- Pak la lancetta. (1) Draai de beschermhoes eenmaal om zijn as. (2) Verwijder voorzichtig de beschermhoes. **Let Op:** Als de beschermhoe- losloost of ontbrekt, mag u de lancet niet gebruiken.
- Leg uw hand op een stevig ondergrond. Plaats de lancet diagonaal op de top van uw vinger, zoals afgebeeld. Druk de lancet stevig tegen de vinger aan totdat de lancet loskomt. **Let Op:** De lancet kan slechts eenmaal loskomen!
- Druk met de duim van uw andere hand onder de prikplaats en trek de huid ietsjes terug.
- Houd uw hand horizontaal ter hoogte van uw heup (bijvoorbeeld als u aan de hoek van een tafel staat) en masseer uw vinger vanaf de

handpalm naar de vingertop toe totdat er een bloeddruppel verschijnt.
Hiervoor kunt u het beste rechtop staan en uw hand lager dan uw hart houden.

- Voeg met het wattenstaafje de eerste bloeddruppel af. Wacht totdat er een nieuwe grote bloeddruppel verschijnt. Hiervoor kunt u het beste rechtop staan en uw hand lager dan uw hart houden.
- Laat een grote bloeddruppel op de gemarkeerde cirkel op de bloed-spoorkaart vallen. Als de bloeddruppel niet spontaan van uw vinger valt, kunt u de bloedspookaart voorzichtig tegen de druppel aanhouden zonder het papier met uw vinger aan te raken.
- Om het bloed optimaal te kunnen beoordelen, is een zo groot moge- lijk bloeddruppel nodig. De bloeddruppel moet de cirkel binnen de markering volledig bedekken.
- Herhaal deze procedure totdat u vier cirkels hebt bedekt.
- Druk, nadat u het bloed hebt afgewomen, het wattenstaafje tegen de prikplaats. Plak een pleister op de prikplaats zodra het bloeden minimaal is geworden.
- Haal de vierkante codesticker van de test-id-kaart en plak deze in de ruimte op de bloedspookkaart die bedoeld is voor de prikdatum en uw naam.
- Laat de bloedspookkaart 1 à 2 uur bij kamertemperatuur drogen. Leg deze daarvoor op een vlakke, droeg ondergrond, en uit de zon.
- Stop de bloedspookkaart in de reeds gedraeseerde retourenvelop. Bewaar de test-id-kaart, want u hebt deze nodig om uw test te acti- veren. Plak de envelop goed dicht en stuur deze meteen per briefpost op. Dit kan ongefrankeerd.
- Om uw resultaatrapport aan 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 staat vermeld, in bij "test activeren" en volg de aanwijzingen.
- Doe de gebruikte onderdelen van de testset in het doorzichtige plas- tic zakje en gooi dit weg bij het huisvuil.

NO Matintolerance-test

cerascreen® Food Reaction Test er et prøvesett som skal sendes inn for en screeningtest som dekker 56 matvarer når man mistenker allergi og matintolerance. Testen brukes til å spesifikt bestemme IgE og IgG4 i hu- mant kapillarblod. Prosessen er smertefri og kan enkelt gjøre hjem- mefra. Prøven analyseres in vitro et ded spesialiserte cerascreen®-partner diagnostiske laboratoriet.

Testsettet inneholder

A 1 alkoholdiettje **CE, B** 1 plaster **CE, I** vattpinne **CE, C** 1 mikrokort til blod, **D** 2 lansetter **CE 0050, E** 1 returkuvette, **F** 1 ID-kort for test med klistremerke

Informasjon om testen

Les bruksanvisningen nøye før du begynner, og følg de angitte trinnene.

Advarstler

- Ikke bruk dette settet hvis du lider av en blodbårn smittsom sykdom som hepatitt eller HIV.
- Oppbevar dette settet utlilgjengelig for barn.
- Sett et bar bruk brukes av voksne i alderen 18 år 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 blodproppsforsyttsrese eller tar antikoagulerende medikamenter, må du bare bruke settet etter å ha konsultert med din lege.
- Lansettere er utelukkende til eget bruk.
- Hvis du har problemer med å se blod eller blodprøver, ta bare prøven i nærheten av en annen person eller kontakt legen din eller apoteket.

Viktig informasjon

Vi kan bare analysere prøven din hvis du aktiverer testen med test-ID-en på test-ID-kortet ditt!
Flere detaljer om dette finnes på trinn 17.
Merk at et meningsfylt og avgjørende resultat kun kan gis dersom du opprettholder en blandet diett (i ca. 2 uker) før du tar prøven.
Matintolerance og allergier kan bare oppgås hvis du nylig har spist disse matvarene.
Viktig: Ikke spis matvarer som er kjent for å gi en sterk reaksjon i kroppen din (analfylaktisk sjøkk kan oppstå).
Var også oppmerksom på at visse medisiner (for eksempel antistaminer) kan påvirke testresultatet.
Mer informasjon er tilgjengelig i FAQ-delen på nettstedet vårt.

- Les bruksanvisningen nøye før du begynner, og følg de angitte trin- nene.
- Ikke ta en blodprøve umiddelbart etter anstrengende fysisk aktivitet.
- Hvis du har problemer med å utføre blodprøven, eller hvis settet er ufullstendig, kontakt vår kundeserviceavdeling, som vil behandle saken konfidensielt.
- Dette er et engangs blodprøvesett for selvtest!
- Ikke rør merkeene på mikrokortet for blod, og hold det støvfritt.

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

Bruksanvisning

- Legg alt innholdet i testsettet på en ren overflate. Før du begyn- ner, velg pravepunktet. **Tips:** Lang- og ringfingeren på venstre hånd fungerer som regel best.
- Vask hendene med såpe og varmt vann. Hold ønsket hånd under varmt vann i **minst 15 til 30 sekunder** for å stimulere blodstrøm- kulasjonen. Tørk hendene nøye med et tørt håndkle.
- Swng den armen du foretrekker rundt i et sirkel 5 til 10 ganger, fullt utstrakt hvis mulig, i store bevegelser for å stimulere blodstrøm- kulasjonen.
- La alkoholvettien fra pakningen og bruk den til å desinfisere tupen av den foretrekte fingeren. Vent til fingeren er tørr igjen (15 sek).
- Ta lansetten. (1) Roter beskyttelsesdekelet en gang rundt dens akse. (2) Fjern forsiktig beskyttelsesdekelet. **Forsiktig:** Ikke bruk en lan- sett med et løst eller manglende beskyttelsesdekel.
- Legg hånden på en flatt overflate. Plasser lansetten diagonalt på fingertuppen som vist på illustrasjonen. Trykk lansetten fast mot fingeren til den kommer ut. **Forsiktig:** Lansetten kan kun komme ut en gang!
- Trykk tommelen på den andre hånden under prøvetakningsstedet, og trek k huden litt tilbake.
- Hold hånden din horisontalt i hoftehøyde (for eksempel mens du står ved kanten av et bord) og masser fingeren fra håndflaten ned til fingertuppen fram til det kommer en bloddråpe.
- Før du begynner å ta blod, bruk vattpinnen til å fjerne den første bloddråpen. Vent til en ny stor bloddråpe kommer. Sett dem pro- sessen ved å stå opp og hold hånden din under hjertehøyde.
- La en stor bloddråpe falle på den merkede sirkelen på mikrokortet. Hvis dråpen ikke faller fra fingeren selv, må du holde mikrokortet forsiktig mot dråpet uten å berøre papiret med fingeren.
- For best mulig vurdering av prøven er det nødvendig med størst mulig bloddråpe. Blodflaet bør dekke sirkelen inne i merkingen helt.
- Gjenta denne prosessen til du har fullført fire sirkler.
- Etter å ha tatt blodprøven, trykk vattpinnen mot blødningsstedet. Når blødnigen blir mindre, sett plasteryt på såret.

14. Fjern det firkantede klistremerket med kode fra test-ID-kortet og sett det på mikrokortet i området beregnet for dato og navn.

15. La mikrokortet tørke i 1 til 2 timer i romtemperatur. Sørg for å plassere den flatt på en tørr overflate, beskyttet mot direkte sollys.

16. Plasser mikrokortet i returkuvetten med adresse. Behold test-ID-kortet – du trenger dette for å aktivere testen din. Lukk kuvetten forsiktig og send den umiddelbart med posten gratis.

17. For å opprette resultatrapporten din, legg deg på via My Cera- screen-appen (Android, iOS) eller på my.cerascreen.com. Skriv inn ditt seksiffride ID-nummer i henhold til ditt test-ID-kort under „akti- verer test“ og følg instruksjonene.

18. Kast de brukte delene av testsettet i den gjennomsiktige plastposen i husholdningsavfallet.

PL Test nietolerancji pokarmowej

Opracowany przez firmę cerascreen® test służyży badaniu reakcji nadwrażliwości pokarmowej jest testem wysłkowycym, w ramach którego badane są reakcje na 56 różnych produktów żywoyczych, których podejrzewa się alergia lub nietolerancja pokarmowa. Test ten wykorzysty- wany jest w celu określenia poziomu stężenia przeciwciał IgE i IgG4 w ludzkiej krwi włośniczkowej. Proces jest bezbolesny i można go łatwo przeprowadzić w domu. Próbką analizowaną jest w sposób in vitro w wyspecjalizowanym laboratorium diagnostycznym współpracującym z firmą cerascreen®.

Zestaw testowy zawiera

A 1 waczkaszynkowy alkohol **CE, B** 1 plaster **CE, I** patyczek do wymazu **CE, C** 1 pasek do testu suchej kropli krwi, **D** 2 lancety **CE 0050, E** 1 koperta z informacjami, **F** 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 krwiochodno- scnymi, 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.
- Lancety przeznaczone są wyłącznie do użytku własnego.
- 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
Próbka może zostać poddana analizie jedynie w sytuacji, gdy test zostanie aktywowany za pomocą numeru identyfikacyjnego testu widocznego na karcie z numerem identyfikacyjnym testu! Więcej informacji na ten temat można znaleźć w Kroku 17.

Prosimy mieć na uwadze, że znaczący i jednoznaczny wynik można uzyskać tylko wtedy, gdy przed pobraniem próbki stosowana jest dieta mieszana (przez około 2 tygodnie). Nietolerancja pokarmowa i alergie pokarmowe mogą być wykryte tylko wtedy, gdy wywołując je produkty spożywcze były w ostatnim czasie. Uwaga: Nie należy spożywać produk- tow, o których wiadomo, że mogą wywołać silną reakcję organizmu (może dojść do wstrząsu anafilaktycznego!). Prosimy ponadto mieć na uwadze, że (np. leki przeciwhistaminowe) mogą wpływać na wynik testu. Więcej informacji na ten temat można znaleźć na naszej stronie w części przedstawiającej Najczęściej Zadawane Pytania (FAQ).

- Przed rozpoczęciem należy zapoznać się z Instrukcją użycia oraz wykonywać wszelkie czynności w podanej kolejności.
- Nie należy pobierać próbki krwi bezpośrednio po intensywnym wysiłku fizycznym.
- W razie jakichkolwiek trudności z pobraniem próbki krwi lub jeżeli zestaw jest niekompletny, prosimy o kontakt z działem ds. wsparcia klien- ta, który zajmie się rozwiązaniem trudności w poufny sposób.
- Zestaw do pobrania próbki krwi przeznaczony jest tylko do jednoraz- owo użycia!
- Prosimy nie dotykać paska do testu suchej kropli krwi w obrębie oznaczeń i nie dopuścić do jego zakażenia.
- W razie jakichkolwiek pytań prosimy skontaktować się z nami za pośrednictwem poczty elektronicznej (help@cerascreen.com) lub odwiedzić naszą stronę poświęconą pomocy: help.cerascreen.com.

Instrukcje stosowania

1. Całą zawartość zestawu testowego należy umieścić na czystej powierzchni. Przed rozpoczęciem należy wybrać miejsce pobrania próbki. **Wskazówka:** zazwyczaj najlepiej sprawdza się palec środkowy i serdeczny lewej ręki.

- Należy umyć ręce mydłem i ciepłą wodą. Wybrać rękę należy przytrzymać pod ciepłą wodą **przez minimum 15 do 30 sekund**, aby pobudzić krążenie. Dłoń należy dokładnie wtrzeć suchym ręcznikiem.
- Należy wykonać 5 do 10 pełnych obrotów wybraną ręką, w możliwie jak największym zakresie, aby pobudzić krążenie krwi.
- Należy wyciągnąć wacik nasączony alkoholem z osłonki i zdezynfekować koneszerek wybranego palca. Należy zczekać, aż palec ponownie będzie suchy (15 sek.).
- Prosimy wyciągnąć lancet. (1) Obróć osłonę ochronną raz wokół jej osi. (2) Ostrożnie zdjąć osłonę ochronną. **Uwaga:** Lancet nie powinien być używany, jeżeli osłona ochronna jest luźna lub jej brakuje.
- Dłoń należy umieścić na stabilnym podłożu. Lancet należy umieścić pod przekątną na czubku palca, jak pokazano na ilustracji. Należy mocno docisnąć lancet do palca, aż się zwolni. **Uwaga:** Lancet może zostać zwolniony tylko raz!
- Kciuk drugiej ręki należy umieścić pod miejscem pobierania próbki i trzymać mocno ściśniętym.
- Należy trzymać rękę poziomo na wysokości biodra (na przykład deltatki przy krawędzi stołu) i masować palec od dłoni do czubka palca, aż utworzy się kropla krwi.
- Prosimy pozwolić, aby duża kropla krwi skąpnęła na okrag zaznaczo- ny na pasku do testu suchej kropli krwi. Jeżeli kropla samoistnie nie skąpie z palca, należy delikatnie przestawić pasek do testu suchej kropli krwi do kropki, uważając, aby nie dotknąć papieru plakat.
- Aby uzyskać najlepszą ocenę próbki, wymagana jest jak największa kropla krwi. Kropla krwi powinna całkowicie zapewnić okrag wewnątrz oznaczenia.

12. Procs ten należy powtarzać, aż zapewniene zostaną cztery okregi.

13. Po pobraniu próbki krwi do miejsca krwawienia należy docisnąć patyczek do wymazu. Kiedy krwawienie spowolni, na ranę należy nakleić plaster.

14. Należy odkleić kwadratową naklejkę z kodem z karty z numerem identyfikacyjnym zestawu i nakleić ją na pasku do testu suchej kropli krwi w miejscu przeznaczonym na datę oraz imię i nazwisko.

15. Prosimy pozostawić pasek do testu suchej kropli krwi na 1 do 2 godzin w temperaturze pokojowej do wyschnięcia. Należy upewnić się, że została ona położona płasko na suchej powierzchni i nie jest narażona na działanie bezpośredniego światła słonecznego.

16. Pasek do testu suchej kropli krwi należy umieścić w kopercie zwykłej z adresem. Prosimy zachować kartę z numerem identyfikacyjnym testu – będzie ona konieczna, aby aktywować test. Należy dokładnie zakleić kopertę i niezwłocznie wysłać ją pocztą w ramach darmowej przesyłki.

17. Aby utworzyć raport z wynikami, prosimy zalogować się za pomocą aplikacji Mój cerascreen® (Android, iOS) lub na my.cerascreen.com. Prosimy wprowadzić sześciocyfrowy numer identyfikacyjny zgodnie z kartą identyfikacyjną testu w polu „Aktywuj test“ i postępować zgodnie z instrukcjami.

18. Należy pozbyć się wszystkich niez użytzych części zestawu testowego, wyrzucając je w przezroczystej plastikowej torbie do kosza z odpadami komunalnymi.

PT Teste de intolerância alimentar

O Teste cerascreen® de Reação a Alimentos é um kit de amostra de envio para um teste de despiste que abrange 56 alimentos quando existe suspeita de alergias e intolerância a alimentos. O teste é usado para determinar IgE e IgG4 específicos no sangue capilar humano. O processo é indolor e pode ser realizado facilmente em casa. A amostra é analisada in vitro no laboratório de diagnóstico do parceiro cerascreen® especializado.

O seu kit de teste contém

A 2 toalhete embebido em álcool **CE, B** 1 penso **CE, I** cotimete **CE, C** 1 ficha de salpicos de sangue seco, **D** 2 lancetas **CE 0050, E** 1 envelope de devolução, **F** 1 ficha de ID de teste com autocolante

Informação sobre o teste

Leia as Instruções de Utilização com atenção antes de iniciar e siga os passos apresentados abaixo.

Informação sobre o teste

Leia as Instruções de Utilização com atenção antes de iniciar e siga os passos apresentados abaixo.

Avisos

- Não utilize este kit se padecer