

## 9. Schritt

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.



## 11. Schritt

Setzen Sie den Daumen der anderen Hand unterhalb der Einstichstelle an und ziehen Sie die Haut leicht zurück.



## 12. Schritt

Unterstützen Sie die Blutentnahme, indem Sie 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.



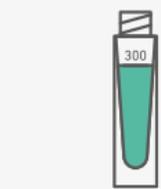
## 13. Schritt

Bevor Sie mit der Blutentnahme beginnen, nehmen Sie den Tupfer (NICHT den Alkoholtupfer) und wischen den ersten Blutstropfen ab. Warten Sie, bis sich erneut ein großer Tropfen gebildet hat.



## 14. Schritt

Halten Sie Ihren Finger schräg an die Wandung des aufrecht stehenden Blutauffangröhrchens, damit das Blut hineinlaufen kann. Massieren Sie dabei Ihren Finger weiter, damit sich ausreichend Blut bildet. Der Vorgang kann mehrere Minuten dauern.



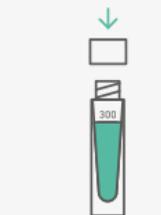
## 15. Schritt

Beenden Sie die Entnahme erst, wenn die Markierung (300 µl) erreicht ist, da die Probe ansonsten nicht auswertbar ist. Klopfen Sie das Röhrchen mehrmals leicht auf den Tisch, damit das Blut nachlaufen kann.



## 16. Schritt

Nach der Blutentnahme verwenden Sie den Tupfer und das Pflaster zur Wundversorgung.



## 17. Schritt

Verschließen Sie das Röhrchen mit dem Verschlussdeckel durch festes Aufdrücken, bis die Verschlusskappe einrastet.  
**Schütteln Sie das Röhrchen gut.**



## 18. Schritt

Ziehen Sie den quadratischen Code-Aufkleber von der Test-ID-Karte und kleben Sie ihn auf das gefüllte Blutauffangröhrchen – **NICHT auf das Transportröhrchen.**



## 19. Schritt

Schieben Sie das gefüllte Blutauffangröhrchen mit dem Blut in das größere Transportröhrchen, **ohne das enthaltene Saugvlies zu entfernen.** Verschließen Sie das Transportröhrchen gut.



## 20. Schritt

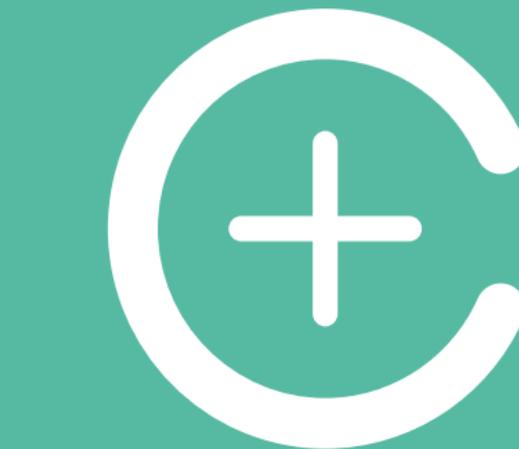
Legen Sie das bestückte Transportröhrchen in den Rücksendumschlag. Verschließen Sie den Umschlag sorgfältig und versenden Sie ihn umgehend kostenfrei per Post. Überprüfen Sie ob Sie den Test aktiviert haben und entsorgen die benutzten Bestandteile im durchsichtigen Kunststoffbeutel im Hausmüll.



Der cerascreen® Mineralstoff Test ist ein Probenahme- und Einsendekit zur Ermittlung einer möglichen Unterversorgung mit den Mineralstoffen Magnesium, Zink und Selen. Der Test dient der Konzentrationsbestimmung von Magnesium, Zink und Selen im humanen Kapillarblut. Die Probe wird im spezialisierten cerascreen® Diagnostik-Partnerfachlabor ausgewertet.

**Hersteller:** cerascreen® GmbH  
Güterbahnstraße 16  
19059 Schwerin  
Deutschland  
**www.cerascreen.de**  
SKU: 99090764  
CRS3-Mineralstoff\_DE\_009  
Gültig ab März 2022

**Lieferanten:** Pflaster CE, Tupfer CE, Hartmann, Paul-Hartmann-Straße 12, 59522 Heidenheim, Germany | Lanzetten CE 0050: Becton Dickinson GmbH, Tullastraße 8-12, Postfach 101629, 6900 Heidelberg, Germany | Blutauffangröhrchen CE: Sarstedt AG & Co.KG, Sarstedtstraße 1,51588 Nümbrecht, Germany



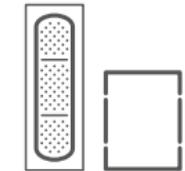
# Mineralstoff Test

GEBRAUCHSANWEISUNG

## Ihr Testkit beinhaltet



1 Alkoholtupfer



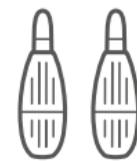
2 Pflaster CE, 1 Tupfer CE



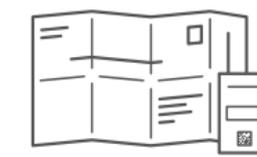
1 Transportröhrchen mit Saugvlies



1 Microvette (Blutauffangröhrchen) 300 µl CE



2 Lanzetten CE 0050



1 Rücksendeumschlag, 1 Test-ID-Karte mit Aufkleber

## Informationen und Hinweise

### WICHTIG



Führen Sie die Probennahme **nur von Sonntag bis Dienstag** durch und versenden Sie die Probe noch am Tag der Entnahme. Berücksichtigen Sie etwaige Feiertage.

Aktivieren Sie vor dem Probenversand Ihren Test unter Angabe Ihrer Test-ID. Nur so kann das Labor Ihre Probe zuordnen, sodass Sie Ihr Testergebnis erhalten. Näheres dazu in **Schritt 2 + 3**.

### Legende



Medizinprodukt



Gebrauchsanweisung beachten



Nur zum einmaligen Gebrauch



Lagerung zwischen 2 °C und 30 °C



Enthält 1 Kit



Hersteller



Verfallsdatum



Conformité Européenne



Chargennummer



Artikelnummer



Pharmazentralnummer



Achtung!

### Allgemeine Information

- 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 ([www.cerascreen.de/fragen](http://www.cerascreen.de/fragen)).
- Das Produkt dient der einmaligen Anwendung.
- Blutproben mit einem geringeren Volumen als 300 µl können leider nicht ausgewertet werden.

### Übertragbare Krankheiten

Verwenden Sie dieses Kit nicht, wenn Sie an einer durch Blut übertragbaren Erkrankung leiden, wie z. B. Hepatitis oder HIV!

### Risiken und Nebenwirkungen

- Nach der Blutentnahme können für wenige Tage Druckschmerzen um die Wunde herum auftreten und/oder sich ein Bluterguss an der Einstichstelle bilden. Des Weiteren ist ggf. die Einstichstelle für wenige Tage sichtbar.
- Hinweis: Alle im Zusammenhang mit diesem Produkt aufgetretenen

schwerwiegenden Vorfälle sind unverzüglich dem Hersteller sowie der zuständigen Behörde des Mitgliedstaats, in dem der Anwender niedergelassen ist, zu melden.

### Warnhinweise

- Bewahren Sie das Kit unzugänglich für Kinder auf.
- Die Anwendung darf nur an und durch Erwachsenen 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 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.

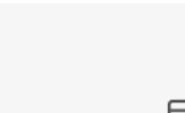
Wenn Sie Fragen haben besuchen Sie unser **Hilfe-Portal** ([www.cerascreen.de/fragen](http://www.cerascreen.de/fragen)).

## Anleitung



### 1. Schritt

Prüfen Sie, ob alle Voraussetzungen für die Probenentnahme gegeben sind. Lesen Sie sich hierzu die Rubrik „Informationen und Hinweise zum Test“ aufmerksam durch.



### 2. Schritt

Sind Sie Neukunde, dann erstellen Sie sich ein Benutzerkonto unter [my.cerascreen.de](http://my.cerascreen.de) oder in der **my cerascreen®** App. In unseren „Häufig gestellte Fragen“ auf [www.cerascreen.de/fragen](http://www.cerascreen.de/fragen) finden Sie eine Anleitung für die Erstellung.



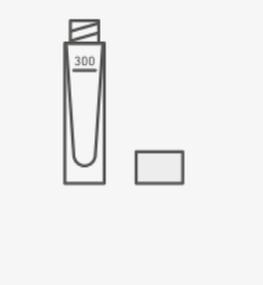
### 3. Schritt

Damit wir Ihren Ergebnisbericht erstellen können, loggen Sie sich auf [my.cerascreen.de](http://my.cerascreen.de) oder in der **mein cerascreen®**-App (Android, iOS) ein. Geben Sie unter „Test aktivieren“ die 6-stellige ID-Nummer gemäß Ihrer Test-ID-Karte ein und folgen Sie den Anweisungen.



### 4. Schritt

Legen Sie alle im Testkit enthaltenen Utensilien auf eine saubere Unterlage und überprüfen Sie, ob alle Komponenten enthalten sind. Wählen Sie vorab Ihre Einstichstelle. **Tipp:** Am besten eignen sich Mittelfinger und Ringfinger der linken Hand.



### 5. Schritt

Öffnen Sie das Blutauffangröhrchen und stellen Sie es auf einer flachen Unterlage bereit. Achten Sie darauf, dass es nicht umfallen kann.



### 6. Schritt

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.



### 7. Schritt

Kreisen Sie Ihren Arm 5 bis 10 mal mit Schwung, möglichst voll durchgestreckt, in großen Bewegungen, um die Blutzirkulation anzuregen.



### 8. Schritt

Entnehmen Sie den Alkoholtupfer aus der Folie und desinfizieren Sie damit die Spitze des bevorzugten Fingers. Warten Sie, bis der Finger wieder trocken ist (15 Sek.).