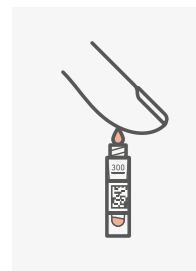


# Gebrauchsanweisung



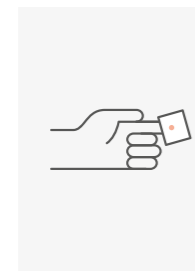
## 9. Schritt

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.



## 10. Schritt

Beenden Sie die Entnahme erst, wenn die Markierung (300 µl) erreicht ist. Füllen Sie anschließend das zweite Röhrchen. Verwenden Sie ggf. eine weitere Lanzette, falls kein Blut mehr aus dem Finger austritt.



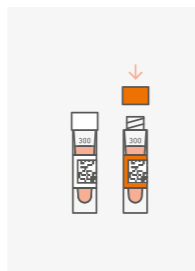
## 11. Schritt

Nach der Blutentnahme benutzen Sie bitte den Tupfer und drücken ihn auf die Stelle, an der das Blut austritt.



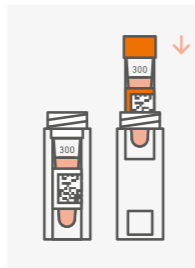
## 12. Schritt

Sobald die Blutung etwas nachlässt, nutzen Sie das Pflaster an der entsprechenden Stelle zur Wundversorgung.



## 13. Schritt

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



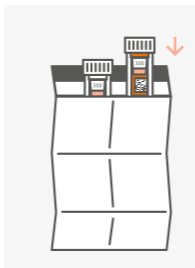
## 14. Schritt

Schieben Sie die gefüllten Blutauffangröhrchen jeweils in das größere Transportröhrchen, **ohne das enthaltene Saugvlies zu entfernen.**



## 15. Schritt

Verschließen Sie die Transportröhrchen gut.



## 16. Schritt

Legen Sie die mit den Blutproben gefüllten Transportröhrchen in den Rücksendeumschlag. Behalten Sie die Aktivierungskarte – Sie benötigen diese zur Aktivierung Ihres Tests. Verschließen Sie den Umschlag sorgfältig und versenden Sie ihn umgehend per Post.



## 17. Schritt

Für die Erstellung Ihres Ergebnisberichts müssen Sie sich auf [www.cerascreen.de](http://www.cerascreen.de) unter „**Mein cerascreen**“ einloggen und Ihren Test aktivieren. Sind Sie noch nicht registriert, legen Sie im Bereich „Mein cerascreen“ ein Benutzerkonto an.



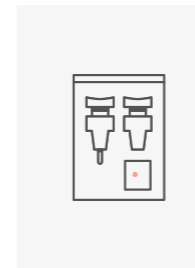
## 18. Schritt

Nach dem Log-in klicken Sie auf „Test aktivieren“. Anschließend geben Sie die 6-stellige Test-ID ein, welche Sie auf Ihrer Aktivierungskarte finden. Bestätigen Sie mit „weiter“.



## 19. Schritt

Füllen Sie Ihren persönlichen Patientenbogen aus und schicken Sie ihn am Ende ab. Sobald Ihr Blut ausgewertet ist, werden Sie per E-Mail informiert und können unter „**Mein cerascreen**“ Ihr Ergebnis abrufen.



## 20. Schritt

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



cerascreen® Abnehmen ist ein Probenahme und Ein-sendekit für einen Screening-Test bei Verdacht auf eine Lebensmittelallergie und -unverträglichkeit und einen Vitamin-D-Mangel. Der Test dient zur Bestimmung von spezifischen IgE- und IgG<sub>4</sub>-Antikörper sowie der Konzentration des 25-OH-Vitamin-D in humanem Kapillarblut. Die Durchführung ist schmerzfrei und einfach von zu Hause aus möglich. Die Probe wird im spezialisierten cerascreen® Diagnostik-Fachlabor in vitro ausgewertet.

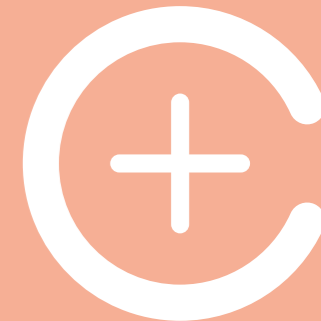
### Hersteller:

cerascreen® GmbH  
Güterbahnhofstraße 16  
19059 Schwerin  
Deutschland

fragen@cerascreen.de  
[www.cerascreen.de](http://www.cerascreen.de)



CRS3-Abnehmen\_DE\_002  
Gültig ab September 2017



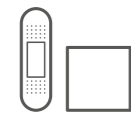
# ABNEHMEN

GEBRAUCHSANWEISUNG

## Ihr Testkit beinhaltet:



2 Desinfektionstücher €€



2 Pflaster €€ und 2 Tupfer €€



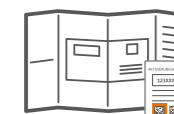
2 Transportröhrchen



2 Microvetten  
(Blutauffangröhrchen) 300 µl €€



4 Lanzetten €€ 0344



1 Rückumschlag  
1 Aktivierungskarte mit 2 Aufklebern

## Hinweise zum Test

### Wichtige Hinweise

Führen Sie die Probenahme nur zwischen **Sonntag und Mittwoch** 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 Online-Aktivierung Ihres Tests unter Angabe Ihrer Test-ID möglich! Näheres dazu ab Schritt 17.

Bitte beachten Sie, dass es nur zu einem aussagekräftigen 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: Bitte verzehren Sie keine Lebensmittel bei denen Sie wissen, dass es zu einer starken Reaktion kommen kann (Anaphylaktischer Schock möglich!). Bitte beachten Sie, dass einige Medikamente (z. B. Antihistaminika) das Ergebnis beeinflussen können. Informationen dazu finden Sie auf unserer Website in den FAQ.

### Allgemeine Hinweise

- Lesen Sie bitte die Anleitung sorgfältig, bevor Sie beginnen.
- Bitte entnehmen Sie keine Blutprobe direkt nach außergewöhnlichen Anstrengungen.
- Wenn Sie Schwierigkeiten mit der Blutentnahme haben oder das Kit unvollständig ist, wenden Sie sich bitte vertrauensvoll an unseren Kundenservice.
- Blutentnahmekit zur einmaligen Eigenanwendung!
- Blutproben mit einem geringeren Volumen als 300 µl können leider nicht ausgewertet werden.
- In dieser Anleitung wurden gegenüber einer vorigen Version im Bereich „Hinweise zum Test“ Hinweise zur Anwendung bezügl. der Nahrungsmittel und Medikamente ergänzt.

### Übertragbare Krankheiten

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

Wenn Sie Fragen haben, schreiben Sie uns bitte eine E-Mail ([fragen@cerascreen.de](mailto:fragen@cerascreen.de)) oder besuchen Sie unser Hilfe-Portal: [www.cerascreen.de/frage](http://www.cerascreen.de/frage)

### Warnhinweise

- Bewahren Sie das Kit unzugänglich für Kinder auf.
- Die Anwendung darf nur durch Erwachsene über 18 Jahre 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.



In-vitro-Diagnostikum



Vor Durchführung die Anleitung lesen



Nur zum einmaligen Gebrauch



Lagerung zwischen 2 °C und 30 °C



Enthält 1 Kit



Hersteller



Verfallsdatum



Conformité Européenne

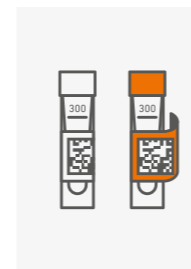


Chargennummer



Bestellnummer

## Gebrauchsanweisung



### 1. Schritt

Kleben Sie vor dem Öffnen der Blutauffangröhrchen den weißen Aufkleber der Aktivierungskarte auf das Röhrchen mit dem weißen Deckel sowie **den orangenen Aufkleber auf das Röhrchen mit dem orangenen Deckel.**



### 2. Schritt

Öffnen Sie die Blutauffangröhrchen und stellen Sie sie auf einer flachen Unterlage bereit. Achten Sie darauf, dass sie nicht umfallen können.



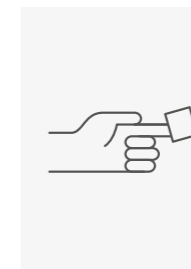
### 3. Schritt

Halten Sie Ihre Hand **mind. eine Minute** unter warmes Wasser, um die Blutzirkulation anzuregen. Trocknen Sie Ihre Hand sorgfältig mit einem Tuch ab.



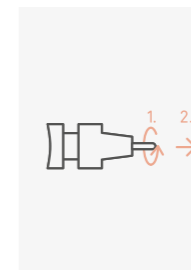
### 4. Schritt

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



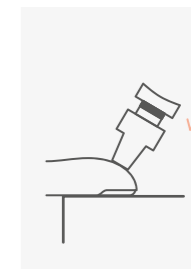
### 5. Schritt

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.). TIPP: am besten eignet sich der Mittelfinger.



### 6. Schritt

Halten Sie die Lanzette wie im Bild gezeigt. Drehen Sie die gelbe Schutzhülle einmal um die eigene Achse **(1.)** und ziehen Sie sie dann vorsichtig ab **(2.)**. Achtung: Verwenden Sie keine Lanzette ohne bzw. mit loser Schutzhülle.



### 7. Schritt

Legen Sie Ihre Hand auf eine feste Unterlage, halten Sie die Lanzette wie in der Abbildung gezeigt und setzen Sie sie schräg auf die Fingerspitze auf. Drücken Sie mit dem Daumen fest auf den gelben Knopf. Der Knopf kann nur ein einziges Mal gedrückt werden!



### 8. Schritt

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 Blutropfen bilden.