

Παρακαλούμε λάβετε υπόψη ότι το συγκεκριμένο τεστ δεν είναι κατάλληλο για άτομα μικρότερα των 18 ετών, καθώς δεν υπάρχουν ακόμη οι κατάλληλες τιμές αναφοράς.

1. Είναι το κιτ δειγματοληψίας πλήρες;

Παρακαλούμε ελέγξτε αν το κιτ δειγματοληψίας είναι πλήρες. Κάθε κιτ περιλαμβάνει:

- Οδηγίες δειγματοληψίας
- Ατομικό ιστορικό
- Παραπεμπτικό εξετάσεων
- 4 σωληνάρια συλλογής σιέλου (με ετικέτες με κωδικό)
- 4 πλαστικά καλαμάκια
- Πλαστικό σακουλάκι με την ένδειξη "Biohazard"
- Προστατευτική θήκη αποστολής (λευκό πώμα) με ένθετο απορροφητικό υλικό
- Παγοκύστη
- Φάκελο επιστροφής

Εάν λείπει ή έχει καταστραφεί οποιοδήποτε από τα προαναφερόμενα, παρακαλούμε επικοινωνήστε μαζί μας και θα σας στείλουμε άμεσα κιτ αντικατάστασης

2. Προετοιμασία για την εξέταση

Παρακαλούμε δώστε προσοχή στις ακόλουθες οδηγίες. Οι αποκλίσεις από αυτές τις οδηγίες, μπορεί να οδηγήσουν στο να μην αξιολογηθούν κατάλληλα τα αποτελέσματα της εξέτασης.

Αν δεν είστε βέβαιοι για κάτι, καλέστε την ομάδα της Διαγνωστικής Αθηνών, 210-7777654, Δευτέρα έως Παρασκευή 8.00 π.μ. – 19.00 μ.μ.

Η τήρηση των χρόνων δειγματοληψίας είναι κρίσιμης σημασίας για την ερμηνεία των αποτελεσμάτων. Ακόμη και μικρές χρονικές καθυστερήσεις της δειγματοληψίας μπορεί να διαφοροποιήσουν τα ευρήματα.

Παρακαλούμε λάβετε υπόψη ότι οι τιμές της κορτιζόλης είναι συνήθως μεγαλύτερες τις εργάσιμες σε σχέση με τις μη εργάσιμες ημέρες. Ως εκ τούτου, η δειγματοληψία θα πρέπει να γίνεται πάντα την ίδια ημέρα (εργάσιμη/μη-εργάσιμη) κατά τη διενέργεια επαναληπτικών εξετάσεων παρακολούθησης

- Μην πίνετε αλκοόλ το βράδυ πριν από τη δειγματοληψία.
- Μην πηγαίνετε για ύπνο αργότερα από τις 11 μ.μ. το προηγούμενο βράδυ και ξυπνήστε το αργότερο στις 8 π.μ. την ημέρα της εξέτασης.
- Σηκωθείτε από το κρεβάτι αμέσως μετά το ξύπνημα.
- Αποφύγετε τις πηγές έντονου φωτός (π.χ. θεραπεία με λάμπες ημέρας ή φώτα αφύπνισης) κατά τη διάρκεια της νύχτας.
- Τα δείγματα σιέλου που δεν πρέπει να περιέχουν αίμα, π.χ. λόγω αιμορραγίας των ούλων.
- Τα δείγματα σάλιου πρέπει να λαμβάνονται πριν από το βούρτσισμα των δοντιών ή το νωρίτερο 30 λεπτά μετά.
- Μη χρησιμοποιείτε στοματικό διάλυμα ή διάλυμα για γαργάρες.
- Πάρτε τα δείγματα σάλιου καθόλη τη διάρκεια της ημέρας του τεστ, τουλάχιστον 30 λεπτά μετά το φαγητό ή το ποτό.
- Μην τρώτε ή πίνετε πριν πάρετε το πρώτο δείγμα σιέλου.
- Αμέσως πριν από τη λήψη του δείγματος, ξεπλύνετε το στόμα σας με καθαρό νερό και ξεκινήστε τη δειγματοληψία μόνο όταν η ροή της σιέλου ομαλοποιηθεί.

Συνέχεια στην επόμενη σελίδα



- Είναι σημαντικό να γνωρίζετε ότι η **λήψη ορισμένων φαρμάκων** και συμπληρωμάτων διατροφής μπορεί να επηρεάσει τα επίπεδα των ορμονών που μετρώνται με το συγκεκριμένο κιτ. Τέτοια φάρμακα είναι κετοконаζόλη, η κλομιφαίνη, η φαινυτοΐνη, η DHEA, καθώς και τα στεροειδή (π.χ. πρεδνιζόνη, υδροκορτιζόνη κλπ.) που λαμβάνονται με οποιονδήποτε τρόπο: από το στόμα, παρεντερικά, ως κρέμες ή αλοιφές, ρινικά σπρέι, εισπνεόμενα ή οφθαλμικές σταγόνες.

- Εάν έχετε δυσκολία στο να παράγετε αρκετό σάλιο, πιέστε με το άκρο της γλώσσας σας στην οροφή του στόματος ή τα δόντια σας. Το χασμουρητό ή η μυρωδιά ενός φαγητού μπορούν επίσης να προκαλέσουν σιελόρροια.

3. Συλλογή σιέλου

1. Η λήψη των δειγμάτων θα πρέπει να γίνει μια μέρα κατά την οποία θα μπορεί να πραγματοποιηθεί εύκολα το παρακάτω πρόγραμμα:

Δείγμα Νο 1	Το πολύ εντός 5 λεπτών μετά το πρωινό ξύπνημα
Δείγμα Νο 2	30 λεπτά μετά τη λήψη του 1ου δείγματος
Δείγμα Νο 3	45 λεπτά μετά τη λήψη του 1ου δείγματος
Δείγμα Νο 4	60 λεπτά μετά τη λήψη του 1ου δείγματος

2. **Επιλέξτε το κατάλληλα αριθμημένο σωληνάριο.** Κάθε σωληνάριο έχει αυτοκόλλητη ετικέτα που περιέχει έναν κωδικό και τον αριθμό από το 1 ως το 4.

3. Με τη βοήθεια του πλαστικού καλαμακίου κατευθύνετε τη ροή του σάλιου μέσα στο σωληνάριο συλλογής. Γεμίστε με σιέλο το σωληνάριο περίπου **στα 3/4** (μην μετράτε τον αφρό).

4. Κλείστε προσεκτικά το σωληνάριο.

5. Τοποθετήστε το σωληνάριο με το δείγμα μέσα στην προστατευτική θήκη αποστολής και αποθηκεύστε την στην **κατάψυξη** του ψυγείου σας μέχρι να ολοκληωθεί ολόκληρη η σειρά της δειγματοληψίας (και τα 4 σωληνάρια).

4. Αποστολή των δειγμάτων

Τοποθετήστε την **παγοκύστη** του κιτ στην κατάψυξη για τουλάχιστον 8 - 10 ώρες πριν την αποστολή του δείγματος.

Τοποθετήστε τη θήκη αποστολής του δείγματος που περιέχει και τα 4 σωληνάρια συλλογής μέσα στο πλαστικό σακουλάκι με την ένδειξη "Biohazard" και κλείστε το. Στη συνέχεια τοποθετείστε το μέσα στο κουτί της συσκευασίας μαζί με την παγωμένη παγοκύστη, καθώς και τα **συμπληρωμένα έντυπα** (ατομικό ιστορικό και παραπεμπτικό εξετάσεων).

Τοποθετήστε το κλειστό κουτί συσκευασίας μέσα στο **φάκελο επιστροφής** και κλείστε τον.

Καλέστε τον τοπικό αντιπρόσωπο της **ACS Courier** και στείλτε το δείγμα στη Διαγνωστική Αθηνών, με χρέωση του παραλήπτη.

Στην περίπτωση που βρίσκεστε **εκτός Ελλάδας** παρακαλούμε **επικοινωνήστε με τη Διαγνωστική Αθηνών** για να σας στείλουμε τα απαραίτητα δελτία επιστροφής και να κανονίσουμε το ραντεβού σας με τον **τοπικό αντιπρόσωπο της DHL / FedEx**.

**>>Στείλτε τα δείγματα αμέσως μετά την συλλογή τους
>>Μην στέλνετε τα δείγματα Παρασκευή ή παραμονές αργιών**

