



PATIENTEN-INFORMATION

HORMONSPEICHELTEST

Liebe Patientin,

Sie haben Probengefäße und Versandmaterial für eine Speicheluntersuchung erhalten.

Ich habe Ihnen hier die goldenen Regeln zum kunstgerechten Gewinnen und Versenden von Speichelproben zusammengestellt. Bitte beachten Sie diese Hinweise, so steht einer aussagefähigen labordiagnostischen Untersuchung nichts mehr im Wege.

1. Die Speichelproben sind ausschließlich in den mitgelieferten Probengefäßen zu sammeln.
2. Während der Probenentnahme immer beiliegende Handschuhe tragen.
3. Die morgendlichen Speichelproben sind nüchtern zu entnehmen. 12 Stunden vor dem Gewinnen der Speichelproben sollten keine tierischen Produkte gegessen werden.
4. Vor der Abgabe der Speichelprobe bitte nicht rauchen.
5. Bei Erstellen eines Cortisol-Tagesprofils sollten keine starken körperlichen Anstrengungen erfolgen.
6. Den Mund vor dem Abgeben der Speichelprobe kräftig mit Wasser ausspülen. Danach 5 Minuten warten.
7. Der Speichelfluss sollte nicht künstlich angeregt werden, z.B. durch Kaugummi oder Bonbonlutschen, oder das Beißen in eine Zitrone.

Erlaubt ist es aber, an eine Zitrone zu denken, das steigert oftmals unwillkürlich den Speichelfluss



8. Den Speichel über den Trinkhalm in das Probensammelgefäß überführen.
9. Das Sammelgefäß etwa 2/3 mit Speichel füllen.
10. Dem Speichel darf unter keinen Umständen Blut beigemischt werden, Probe sonst verwerfen, Gefäß mit Wasser ausspülen und die Probe wiederholen.
11. Die Deckel der Probengefäße gut verschließen. Die Zeit der Probenentnahme und Ihren Namen bitte deutlich auf die mitgelieferten Aufkleber notieren und auf die entsprechenden Probengefäße kleben.
12. Den Anforderungsbogen bitte unbedingt unterschreiben.
13. Versenden Sie die Proben mit dem Anforderungsbogen in dem mitgelieferten Umschlag, Briefmarke drauf und dann kann die Probe ganz normal mit der Post versendet werden.

Für eine aussagekräftige Beurteilung Ihres Hormonbefundes ist es unbedingt erforderlich, die Probenentnahme zum optimalen Zeitpunkt durchzuführen.



Cortisol-Tagesprofil:

Bitte führen Sie das Tagesprofil an einem gewöhnlichen Alltag durch. Nicht am Wochenende, nicht im Urlaub und auch nicht an einem Vormittag, an dem Sie etwas Ungewöhnliches erwarten (z.B. einen Arztbesuch, eine OP oder eine Prüfung oder einen Lottogewinn etc.)

Vermeiden Sie starke körperliche Anstrengung (Sport, Sex, Klavier tragen etc.)

1. Probe: 1 Stunden nach der üblichen Aufwachzeit
2. Probe: 3-4 Stunden nach der Morgenprobe
3. Ggf. bei nächtlichem Aufwachen 1 Probe entnehmen (nicht extra wecken lassen)
4. Vermerken Sie auf dem Etikett die Uhrzeit der Probenentnahme

Arbeiten Sie im Schichtdienst entnehmen Sie die Proben bitte so, wie wir es besprochen haben.

Hormonbestimmung:

Benötigt werden 5 Proben, die innerhalb von 2 Stunden gewonnen werden sollten.

Wichtig für ein aussagekräftiges Ergebnis ist **der „richtige“ Zyklustag**. Bei einem regelmäßigen Zyklus sollte die Probe 7 Tage nach dem Eisprung gewonnen werden. D.h. bei einem 28-tägigen Zyklus ist das der 21. Zyklustag. Bei einem eher längerem Zyklus entsprechend später, bei einem kürzeren Zyklus entsprechend früher. D.h. ist Ihr Zyklus z.B. regelmäßig bei 25 Tagen, werden die Proben am 18.Zyklustag gewonnen.

Nun wird es etwas kompliziert aber, wie gesagt, der richtige Zyklustag ist entscheidend:

Ist der Zyklus unregelmäßig, bietet es sich an, an verschiedenen Tagen Speichelproben zu gewinnen. Der Ablauf ist dann folgender:

► Sie ermitteln den 21. Zyklustag (der 1. Zyklustag ist übrigens der 1 Tag Ihrer Periode)
► gewinnen an diesem Tag die Speichelproben und ► frieren diese dann ein. ► Dann wiederholen Sie die Prozedur ein paar Tage später nochmals. Die Proben ebenfalls einfrieren.

► Nun setzt ihre Periode ein und Sie senden die Probe ein, die Sie 7 Tage vor dem Einsetzen der Periode gewonnen haben.

Bitte vermerken Sie auf dem Tütchen: *>Probe war eingefroren<*. Die anderen Proben können Sie dann verwerfen.

Wenn Ihre letzte Periode 6-12 Monate her ist, können Sie die Speichelproben an jedem beliebigem Tag gewinnen. Sollte wider Erwarten dann doch eine Periode innerhalb der ersten 7 Tage nach Probengewinnung einsetzen, informieren Sie bitte umgehen das Labor(04351-889170) damit die Bestimmung noch gestoppt werden kann, da die Analyse dann keine Aussagekraft mehr hätte.