IMD Labor Berlin

Anleitung zur Speichelabgabe für Cortisol und Alpha-Amylase

Bitte geben Sie an einem ganz gewöhnlichen Werktag den Speichel ab. Das Ergebnis ist an Wochenenden, bei sportlichen Events, Reisen oder Schichtdienst **nicht** aussagekräftig.

Bitte entnehmen Sie der Tabelle, welche und wie viele Abnahmezeitpunkte für Ihr gewünschtes Profil benötigt werden. Nicht benötigte Salivetten bitte verwerfen. Die Abgabe muss zwingend zu den vorgegebenen Zeitpunkten erfolgen.

1) Awakening Response	2) Tagesrhythmik	3) Gesamtprofil
0 Minuten nach dem Erwachen, **vor dem Aufstehen** (hier nicht Mund ausspülen und Hände waschen) **30 Minuten** nach dem Aufstehen **1 Stunde** nach dem Aufstehen	**1 Stunde** nach dem Aufstehen **6 Stunden** nach dem Aufstehen **14 Stunden** nach dem Aufstehen	**0 Minuten** nach dem Erwachen, **vor dem Aufstehen** (hier nicht Mund ausspülen und Hände waschen) **30 Minuten** nach dem Aufstehen **1 Stunde** nach dem Aufstehen **6 Stunden** nach dem Aufstehen **14 Stunden** nach dem Aufstehen

Vorbereitung:

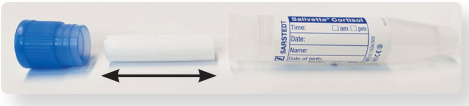
-60 min | -10 min | 0 min

Die Speichelabgabe sollte frühestens eine Stunde nach dem Essen, Trinken, Zähneputzen, Rauchen, Kaffee, Alkohol und der Medikamenteneinnahme erfolgen.

Bitte spülen Sie 10 Minuten vor der Speichelabgabe Ihren Mund für 5 Sekunden mit Wasser aus. (Achtung: Entfällt direkt nach dem Erwachen)

Bitte waschen Sie Ihre Hände vor der Speichelabgabe gründlich. (Achtung: Entfällt direkt nach dem Erwachen)

Anleitung zur Speichelabgabe:



1. Öffnen Sie die Salivette®, indem Sie die blaue Kappe abnehmen und entnehmen Sie die Saugrolle.
2. Nehmen Sie die Saugrolle 2 Minuten lang in den Mund, ohne zu kauen, bis die Saugrolle vollgesogen ist. Bei geringem Speichelfluss können leichte Kieferbewegungen den Speichelfluss stimulieren.
3. Nehmen Sie die gut durchfeuchtete Saugrolle wieder aus dem Mund und geben Sie sie zurück in die Salivette® und verschießen diese mit dem blauen Deckel.
4. Tragen Sie bitte auf dem Etikett Ihren Namen gut lesbar ein und kreuzen Sie den richtigen Zeitpunkt an. Ohne diese korrekten Angaben kann die Probe nicht ausgewertet werden.
5. Falls noch nicht geschehen, kleben Sie den Barcode längs auf den freien Platz (siehe Abb.)

6. Geben Sie die nun beschriftete Salivette® in den Blister. Legen Sie die beigelegte Saugeinlage mit in den Blister und verschließen Sie diesen. Bewahren Sie den Blister bis zur Versendung im Kühlschrank auf.

7. Wenn Sie alle Zeitpunkte gesammelt haben, senden Sie die Proben zusammen mit dem ausgefüllten Anforderungsschein in der vorfrankierten Postversandtasche zurück ins IMD-Labor.

SI-Anleitung_Speichel_Cortisol_Alpha-Amylase - V1

IMD Berlin MVZ

Nicolaistraße 22
12247 Berlin (Steglitz)

Tel. +49 30 77001-220
Fax +49 30 77001-236

Info@IMD-Berlin.de
IMD-Berlin.de

DAkkS Deutsche Akkreditierungsstelle D-ML-13142-01-00

inflammatio Akademie ONLINEFORTBILDUNG
www.inflammatio.de