

Stap 8



Ga staan en houd de hand naar beneden. Masseer de vinger voorzichtig vanaf de handpalm richting de vingertop. Laat de druppel in het buisje vallen of schep deze op met de scherpe rand van de afnamebuis. Indien er niet voldoende bloed kan worden verzameld, raden we je aan om de vinger tussendoor schoon te maken met het meegeleverde alcoholvrije desinfectieboekje. **BELANGRIJK:** Vul het buisje

liefst tot aan de bovenste lijn (600 µL) om de kans op slagen zo groot mogelijk te maken. Mocht dat niet lukken stuur dan minimaal 500 µL op, dit is de minimale hoeveelheid die het lab nodig heeft om onderzoek te doen.

Stap 9



Plaats de dop terug op de bloedafnamebuis en druk deze aan totdat je een duidelijke klik hoort. **BELANGRIJK:** Kantel de afgesloten buis vervolgens voorzichtig 8 tot 10 keer.

NEEM DE URINETEST AF

Stap 10



A. Urineer niet gedurende minstens 1 uur voordat je je monster verzamelt. Om tot een goed resultaat te komen heeft de eerste ochtendurine de voorkeur.
B. Doe deze test niet indien je momenteel antibiotica gebruikt of binnen 7 dagen na het nemen van antibiotica.

Stap 11



Leg de pipet en urineverzamelbuis klaar.

Stap 12



Gebruik een droge, schone beker voor de verzameling van het eerste deel van de (ochtend)urine.

Stap 13



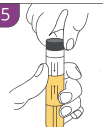
Verzamel het eerste deel van de (ochtend)urine in de beker totdat de beker halfvol is (minimaal 20-25ml). De rest van de urine kun je uitplassen in het toilet.

Stap 14



Verwijder de dop van de urineverzamelbuis en zorg ervoor dat de vloeistof die in de buis zit er niet uitloopt. Gebruik de meegeleverde pipet om de urine vanuit de beker in de urineverzamelbuis te laten lopen. Het juiste volume urine is toegevoegd wanneer het vloeistofniveau tussen de zwarte vullijnen op het etiket van de urineverzamelbuis ligt.

Stap 15



Controleer nogmaals of de urine zich netjes tussen de vullijnen bevindt. Sluit de buis stevig met de meegeleverde dop/afsluiter.

AFRONDEN

Stap 16



Plaats de afgesloten afnamebuisjes in het meegeleverde beschermzakje en sluit deze met behulp van de plastic plakrand.

Stap 17



Plaats vervolgens het beschermzakje met buisjes in de doos en sluit deze af met behulp van de witte plakstrip aan de binnenkant van de deksel.

Stap 18



Stuur de doos terug per reguliere post naar het adres vermeld op de doos. Het testmonster past in de reguliere brievenbus. Mocht je besluiten het pakket bij een postkantoor af te geven dan verzoeken we je om GEEN track & trace aan de zending toe te voegen, dit vertraagt het verzendproces. De kosten van de retourzending zijn reeds voldaan. Je testmonster wordt alleen verwerkt indien deze is geactiveerd via onze website.

CHECKLIST CHECKLISTE CHECKLIST

CHECKLIST - ENGLISH

- Step A** Make sure to activate your test online at www.homediq.com/activate. If your test is not activated, the laboratory cannot process the test.
- Step B** Be sure to follow the step-by-step instructions in this manual and to fill all tubes.
- Step C** Place the sealed collection tubes in the supplied plastic pouch and close the bag using the plastic adhesive edge. Place the pouch in the test box and seal it using the white adhesive strip on the inside of the lid. Return the test by post to the address stated on the box.
- Step D** Once you have collected the test material, you should immediately mail the test kit to the return address on the test box. *If the temperature outside is under 3°C or above 25°C, please take the package to a post point rather than dropping it in a mailbox.*

CHECKLISTE - DEUTSCH

- Schritt A** Stellen Sie sicher, dass Sie Ihren Test online unter www.homediq.com/aktivieren aktiviert haben. Wenn Sie Ihr Testkit nicht aktiviert ist, kann das Labor Ihre Testdaten leider nicht verarbeiten.
- Schritt B** Befolgen Sie unbedingt die Schritt-für-Schritt-Anleitung und stellen Sie sicher, dass Sie alle mitgelieferten Behälter befüllen.
- Schritt C** Legen Sie das versiegelte Röhrchen in den mitgelieferten Plastikbeutel und verschließen Sie den Beutel mit dem Plastikkleberand. Legen Sie den Beutel in die mitgelieferten Box und verschließen Sie diese mit dem weißen Klebestreifen auf der Innenseite des Deckels. Schicken Sie den Test per Post an die auf der Schachtel angegebene Adresse.
- Schritt D** Sobald Sie Ihre Probe gesammelt haben, sollten Sie das Test-Kit sofort an die auf der Box angegebene Rücksendeadresse schicken. *Wenn die Außentemperatur unter 3°C oder über 25°C liegt, bringen Sie das Paket bitte zu einer Poststelle, anstatt es in einen Briefkasten zu werfen.*

CHECKLIST - NEDERLANDS

- Stap A** Zorg ervoor dat je je test online activeert op www.homediq.com/activeren. Als je je testkit niet hebt geactiveerd kan het laboratorium je testgegevens helaas niet verwerken.
- Stap B** Zorg dat je de stapsgewijze instructies in deze handleiding volgt en dat alle meegeleverde buizen worden gevuld.
- Stap C** Plaats de afgesloten buisjes in het meegeleverde plastic zakje en sluit het zakje met behulp van de plastic plakrand. Plaats deze vervolgens in de doos en sluit af met behulp van de witte plakstrip aan de binnenkant van de deksel. Stuur de doos terug per post naar het adres vermeld op de doos.
- Stap D** Zodra je het testmateriaal hebt afgenomen, dien je de testkit onmiddellijk op te sturen naar het adres vermeld op de doos. *Indien de buitentemperatuur onder de 3°C of boven de 25°C ligt, verzoeken wij je het pakketje af te geven bij een postkantoor.*

NEXT STEPS NÄCHSTE SCHRITTE VOLGENDE STAPPEN

ENGLISH

Step 1
Once the lab has received your test sample, they will process it.

Step 2
Your test results will be reviewed by our medical team.

Step 3
We will contact you immediately once your test results are ready.

DEUTSCH

Schritt 1
Sobald das Labor Ihre Probe erhalten hat, wird diese analysiert.

Schritt 2
Ihre Testergebnisse werden von unserem medizinischen Team überprüft.

Schritt 3
Wir werden uns umgehend mit Ihnen in Verbindung setzen, sobald Ihre Testergebnisse vorliegen.

NEDERLANDS

Stap 1
Zodra het laboratorium je testmonster heeft ontvangen zullen ze deze verwerken.

Stap 2
Je testresultaten worden beoordeeld door ons medisch team.

Stap 3
We nemen onmiddellijk contact met je op zodra je testresultaten gereed zijn.

INSTRUCTION MANUAL BEDIENUNGSANLEITUNG HANDLEIDING



HOMED-IQ®

BLOOD AND URINE TEST

BLUT- UND URINTEST

BLOED- EN URINETEST

INSTRUCTION VIDEO ANLEITUNGSVIDEO
INSTRUCTIEVIDEO

Scan the QR code to view our instructional video.

Scannen Sie den QR-Code, um unsere Anleitungsvideo anzusehen.

Scan de QR code om onze instructievideo te bekijken.



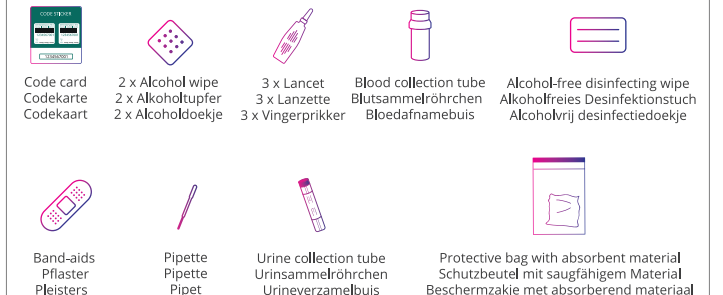
QUESTIONS? FRAGEN? VRAGEN?

homediq.com/faq
homediq.com/de/faq
homediq.com/nl/faq support@homediq.com

TERMS & CONDITIONS ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN
ALGEMENE VOORWAARDEN

homediq.com/en/terms-conditions
homediq.com/de/geschäftsbedingungen
homediq.com/nl/algemene-voorwaarden

YOUR TEST KIT CONTAINS THE FOLLOWING MATERIALS:
IHR TESTKIT ENTHÄLT FOLGENDES:
JE TESTKIT BEVAT DE VOLGENDE MATERIALEN:



Your test sample will only be processed if it has been activated via our website.
Ihre Probe wird nur analysiert, wenn der Test über unsere Webseite aktiviert wurde.
Je testmonster wordt alleen verwerkt indien deze is geactiveerd via onze website.


Scan the QR code to view our instructional video.
Scannen Sie den QR-Code, um unsere Anleitungsvideo anzusehen.
Scan de QR code om onze instructievideo te bekijken.



STEPS - ENGLISH


(EN)


PREPERATION

Step 1  In the test box you will find a green code card. Write your date of birth on the barcode stickers and place them vertically on the collection tubes.


Step 2  **IMPORTANT:** Go to www.homediq.com/activate and activate your test with the 12-digit ID number printed on the green code card and the barcode stickers you have just placed on the collection tubes. If you do not do this, the lab will not be able to process your test sample.

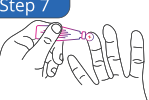
TAKE YOUR BLOOD TEST


Step 3  **IMPORTANT: A.** Make sure to drink adequate water 30 minutes before taking the blood sample. **B.** Wash your hands with warm water for 30 seconds and dry them well. **C.** Next, hold your hands against a cup of warm water for 2 minutes to stimulate blood circulation. **D.** Finally, vigorously swing your arms at your sides 8-10 times.

Step 4  Carefully unscrew the cap of the collection tube.


Step 5  Twist the cap of the lancet to remove it. The lancet is now ready to use. Each lancet can only be used once.

Step 6  Select the site of the finger prick. The best location for blood collection is both the middle and ring fingers, on the fingertip and slightly to the side. Use the included alcohol wipes to properly disinfect the finger. Let the finger dry thoroughly. For other blood collection tips, please visit our website: www.homediq.com/en/blood-collection-tips.


Step 7  Place the lancet against the disinfected finger. Press the lancet firmly until you hear a click. If you have trouble with this, ask someone else to help you. Wipe off the first drop of blood that appears with the included alcohol-free disinfecting wipe.

Step 8  Stand up and keep your hand below chest height. Gently massage the finger from the palm towards the fingertip. Drip the blood droplets into the tube or scoop them up with the edge of the collection tube. If not enough blood can be collected, we recommend that you clean the finger with the included alcohol-free disinfecting wipe.


IMPORTANT: If possible, fill the tube to the top line (600 µL) to maximize the chance of success. If that doesn't work, be sure to collect at least 500 µL, as this is the minimum amount the lab needs to analyze the sample.


Step 9  Put the cap back on the blood collection tube and press it until you hear a distinct click. **IMPORTANT:** Gently tilt the sealed tube 8 to 10 times.


TAKE YOUR URINE TEST


Step 10  **A.** Do not urinate for at least 1 hour before collecting your sample. For best results, sample the first urine of the day. **B.** Do not take this test if you are currently taking antibiotics or have taken antibiotics in the past 7 days.

Step 11  Prepare the pipette and urine collection tube.

Step 12  Use a dry, clean cup to collect the first part of the first urine of the day.


Step 13  Collect the first part of the (morning) urine in the cup until the cup is half full (a minimum of 20-25ml). You can discard the rest of the urine into the toilet.

Step 14  Remove the cap from the urine collection tube and make sure that the liquid inside the tube does not spill. Use the supplied pipette to deposit urine from the cup into the urine collection tube. The correct volume of urine has been added when the fluid level is between the black fill lines on the urine collection tube label.

Step 15  Double-check that the urine level is neatly positioned between the fill lines. Close the tube tightly with the cap provided.

FINISH

Step 16  Place the sealed collection tubes in the supplied protective bag and close it using the plastic adhesive edge.


Step 17  Next, place the protective bag containing the tubes in the test box and seal it using the white adhesive strip on the inside of the lid.

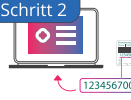
Step 18  Return the test by post to the address stated on the box. The test sample fits in the regular letterbox. If you decide to drop off the package at a post office, we request that you do NOT add track & trace to the shipment, this will delay the shipping process. The costs of return shipping have been prepaid. *Your test sample will only be processed if it has been activated via our website.*

SCHRITTE - DEUTSCH


(DE)

VOBEREITUNG


Schritt 1  In der Schachtel finden Sie eine grüne Codekarte mit den Barcode-Aufklebern auf welchen Sie Ihr Geburtsdatum eintragen müssen. Anschließend diese Aufkleber senkrecht auf die mitgelieferten Röhrchen kleben.


Schritt 2  **WICHTIG:** Gehen Sie auf www.homediq.com/aktivieren und aktivieren Sie Ihren Test mit der 12-stelligen ID-Nummer, die auf der grünen Codekarte und dem Barcode-Aufkleber steht, die Sie gerade auf das Röhrchen geklebt haben. Andernfalls kann das Labor Ihre Probe nicht analysieren.


MACH DEINEN BLUTTEST

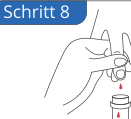
Schritt 3  **WICHTIG: A.** Achten Sie darauf, 30 Minuten vor der Blutentnahme ausreichend Wasser zu trinken. **B.** Waschen Sie Ihre Hände 30 Sekunden lang mit warmem Wasser und trocknen Sie diese dann gut ab. **C.** Halten Sie anschließend Ihre Hände 2 Minuten lang gegen eine Tasse mit warmem Wasser, um die Durchblutung anzuregen. **D.** Schwingen Sie dann die Arme an beiden Seiten 8 bis 10 Mal.


Schritt 4  Schrauben Sie die Kappe des Sammelröhrchens vorsichtig ab.

Schritt 5  Drehen Sie die Kappe der Lanzette, um diese zu entfernen. Die Lanzette ist nun einsatzbereit. Die Lanzette kann nur einmal verwendet werden.


Schritt 6  Wählen Sie die Einstichstelle für den Finger. Die beste Stelle für die Blutentnahme ist an den Seiten der Fingerspitze des Mittel- und Ringfingers. Verwenden Sie den beiliegenden Alkoholtupfer um den Finger zu desinfizieren und lassen Sie anschließend den Finger gründlich trocknen.

Schritt 7  Wählen Sie die Einstichstelle für den Finger. Die beste Stelle für die Blutentnahme ist an den Seiten der Fingerspitze des Mittel- und Ringfingers. Verwenden Sie den beiliegenden Alkoholtupfer um den Finger zu desinfizieren und lassen Sie anschließend den Finger gründlich trocknen. Weitere Tipps zur Blutentnahme finden Sie auf unserer Website: www.homediq.com/de/tipps-zur-blutabnahme.

Schritt 8  Stehen Sie auf und halten Sie Ihre Hand nach unten. Massieren Sie den Finger sanft von der Handfläche bis zur Fingerspitze. Lassen Sie das Blut in das Röhrchen tropfen oder sammeln Sie die Blutropfen mit dem Rand des Probenröhrchen. Falls nicht genügend Blut entnommen werden kann, empfehlen wir, den Finger mit dem beiliegenden alkoholfreien Desinfektionsstuch zu reinigen. **WICHTIG:** Füllen Sie das Röhrchen bevorzugt bis zur oberen Linie (600 µl), um die Erfolgschancen zu maximieren. Wenn das nicht funktioniert, senden Sie mindestens 500 µl, dies ist die Mindestmenge an Blut, die das Labor benötigt, um Ihre Probe zu analysieren.

Schritt 9  Setzen Sie die Kappe wieder auf das Sammelröhrchen und drücken Sie auf diese, bis Sie ein deutliches Klicken hören. **WICHTIG:** Kippen Sie dann das versiegelte Röhrchen 8 bis 10 Mal vorsichtig.


MACH DEINEN URINTEST


Schritt 10  **A.** Urinieren Sie mindestens 1 Stunde lang vor Probenentnahme nicht. Um beste Ergebnisse zu erzielen, nehmen Sie den ersten Urin des Tages. **B.** Führen Sie diesen Test nicht durch, wenn Sie derzeit Antibiotika einnehmen oder in den letzten 7 Tagen Antibiotika eingenommen haben.

Schritt 11  Bereiten Sie die Pipette und das Urinsammelröhrchen vor.


Schritt 12  Verwenden Sie einen trockenen, sauberen Becher, um den ersten Teil des ersten Urins des Tages aufzufangen.


Schritt 13  Füllen Sie die Hälfte der Tasse mit dem ersten Teil des (Morgen-)Urins. (mindestens 20-25 ml) Den Rest des Urins können Sie in der Toilette entlassen.


Schritt 14  Entfernen Sie die Kappe vom Urinsammelröhrchen und stellen Sie sicher, dass die Flüssigkeit im Röhrchen nicht ausläuft. Verwenden Sie die mitgelieferte Pipette, um Urin aus dem Becher in das Urinsammelröhrchen zu geben. Die richtige Urinmenge wurde hinzugefügt, wenn sich der Flüssigkeitsstand zwischen den schwarzen Fülllinien auf dem Etikett des Urinsammelröhrchens befindet.

Schritt 15  Überprüfen Sie noch einmal, ob der Urinpiegel sauber zwischen den Fülllinien positioniert ist. Verschließen Sie das Röhrchen fest mit der mitgelieferten Kappe/dem Ventil.

FERTIG

Schritt 16  Lesen Sie das verschlossene Sammelröhrchen in den mitgelieferten Schutzbeutel und verschließen Sie diesen mit dem Kunststoff-Kleberand.

Schritt 17  Legen Sie den Schutzbeutel in den Karton und verschließen Sie diesen mit dem weißen Klebestreifen, welcher sich auf der Innenseite des Kartons befindet.

Schritt 18  Senden Sie den Karton mit der an der Außenseite sich befindenden Adresse zurück. Die Probe passt in den normalen Briefkasten. Wenn Sie sich entscheiden, das Paket bei einer Postfiliale abzugeben, bitten wir Sie, der Sendung KEINE Sendungsverfolgung hinzuzufügen, da dies den Versandprozess verzögert. Die Kosten der Rücksendung sind im Voraus bezahlt worden. *Ihre Probe wird nur analysiert, wenn der Test über unsere Webseite aktiviert wurde.*

STAPPEN - NEDERLANDS

(NL)

VOORBEREIDING

Stap 1  In de doos vind je een groene codekaart. Vul je geboortedatum in op de barcodestickers en plak de stickers verticaal op het buisje.

Stap 2  **BELANGRIJK:** Ga naar www.homediq.com/activeren en activeer je test met het 12-cijferige ID-nummer dat staat vermeld op de groene codekaart en de barcodestickers die je zojuist op de buisjes hebt geplakt. Anders kan het laboratorium je testmonster niet verwerken.

NEEM BLOEDTEST AF

Stap 3  **BELANGRIJK: A.** Zorg dat je 30 minuten voordat je start met de bloedafname voldoende water hebt gedronken. **B.** Was je handen met warm water gedurende 30 seconden en droog deze daarna goed af. **C.** Houd je handen vervolgens 2 minuten tegen een kop warm water aan om de bloedcirculatie te stimuleren. **D.** Zwaai vervolgens 8 tot 10 keer met je armen langs het lichaam.

Stap 4  Draai het dopje voorzichtig van de afnamebuis.

Stap 5  Draai het dopje van de vingerprikker om deze te verwijderen. De vingerprikker is nu klaar voor gebruik. De vingerprikker kan slechts één keer prikken.

Stap 6  Selecteer de vingerprikplaats. De beste locatie voor afname is de binnenkant van zowel de middel- als ringvinger bij de vingertop en iets opzij. Gebruik het meegeleverde alcoholdoekje om de vinger goed te desinfecteren. Laat vervolgens de vinger goed opdrogen. Voor overige bloedafnametips verwijzen we je naar onze website: www.homediq.com/nl/afnametips.

Stap 7  Plaats de vingerprikker tegen de gedesinfecteerde vinger. Druk de vingerprikker hard aan totdat je een klik hoort. Vraag iemand anders dit te doen als je hier moeite mee hebt. Veeg de eerste druppel bloed weg met het meegeleverde alcoholvrije desinfectiedoekje.

vervolg >>