

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.*

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.

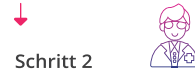


Step 3
We will contact you immediately once your test results are ready.

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 VIDEOS ANLEITUNGSVIDEOS
INSTRUCTIEVIDEO'S

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

TERMS & CONDITIONS ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN
ALGEMENE VOORWAARDEN

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



BLOOD TEST

2x Tube

BLUTTEST

2x Röhrchen

BLOEDTEST

2x Buis

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



Code card
Codekarte
Codekaart



2 x Alcohol wipe
2 x Alkoholtupfer
2 x Alkoholdoekje



3 x Lancet
3 x Lanzette
3 x Vingerprikker



2 x Blood collection tube
2 x Blutsammelröhrchen
2 x Bloedafnamebuis



Alcohol-free disinfecting wipe
Alkoholfreies Desinfektionstuch
Alcoholvrij desinfectiedoekje



Band-aids
Pflaster
Pleisters



Protective bag with absorbent material
Schutzbeutel mit saugfähigem Material
Beschermzakje met absorberend materiaal




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.





INSTRUCTIONS - ENGLISH


(EN)


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.

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  Unscrew the caps of the 2 collection tubes. Then, twist the cap of the lancet to remove it. The lancet is now ready to use. Each lancet can only be used once.


Step 5  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 6  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 the first drop of blood that appears with the included alcohol-free disinfecting wipe.

Step 7  Start by completely filling the tube with the **yellow cap**. When this is filled, you can fill the tube with the **purple cap**. 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, repeat steps 6-8 with another finger using the additional lancets.
IMPORTANT: Fill both tubes to the top line (600 µL for yellow and 500 µL for purple) as this is the minimum the lab needs to analyze the sample.

Step 8  Place the caps back on the blood collection tubes and press them until you hear a distinct click. Make sure to put the yellow cap on the yellow tube and the purple cap on the purple tube. **IMPORTANT:** Gently tilt the sealed tubes 8 to 10 times.

Step 9  Place the sealed collection tubes in the supplied protective bag and close it using the plastic adhesive edge.


Step 10  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 11  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.*

ANWEISUNGEN - DEUTSCH


(DE)

Schritt 1  In der Schachtel finden Sie eine grüne Codekarte mit den Barcode-Aufklebern auf welche Sie Ihr Geburtsdatum eintragen müssen. Anschließend diese Aufkleber senkrecht auf die mitgelieferte 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 den Barcode-Aufklebern steht, die Sie gerade auf die Röhrchen geklebt haben. Andernfalls kann das Labor Ihre Probe nicht analysieren.

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

Schritt 5  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 6  Setzen Sie die Lanzette auf den desinfizierten Finger. Drücken Sie die Lanzette fest auf den Finger, bis Sie ein Klicken hören. Bitten Sie eine andere Person um Hilfe, wenn Sie damit Schwierigkeiten haben. Wischen Sie den ersten Blutstropfen mit dem mitgelieferten alkoholfreien Desinfektionstuch ab.

Schritt 7  Füllen Sie zunächst das Röhrchen mit der **gelben Kappe** vollständig. Wenn diese gefüllt ist, können Sie das Röhrchen mit der **violetten Kappe** füllen. Stehen Sie auf und halten Sie Ihre Hand unterhalb der Brusthöhe. 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. Wenn nicht genügend Blut entnommen werden kann, wiederholen Sie die Schritte 6-8 mit einem anderen Finger unter Verwendung der zusätzlichen Lanzetten. **WICHTIG:** Füllen Sie beide Röhrchen bis zur oberen Linie (600 µl für gelb und 500 µl für violett). Dies ist die Mindestmenge an Blut, die das Labor benötigt, um Ihre Probe zu analysieren.

Schritt 8  Setzen Sie die Kappen wieder auf die Sammelröhrchen und drücken Sie auf diese, bis Sie ein deutliches Klicken hören. Achten Sie darauf, dass die gelbe Kappe auf das gelbe Röhrchen und die violette Kappe auf das violette Röhrchen gehört. **WICHTIG:** Kippen Sie dann die versiegelte Röhrchen 8 bis 10 Mal vorsichtig.


Schritt 9  Legen Sie die versiegelte Sammelröhrchen in den mitgelieferten Schutzbeutel und verschließen Sie diesen mit dem Kunststoffkleberand.

Schritt 10  Legen Sie dann den Schutzbeutel mit den Röhrchen in den Karton und verschließen Sie ihn mit dem weißen Klebestreifen auf der Innenseite des Deckels.

Schritt 11  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.*

INSTRUCTIES - NEDERLANDS

(NL)

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

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 barcode stickers die je zojuist op de buisjes hebt geplakt. Anders kan het laboratorium je testmonster niet verwerken.

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 eerst het dopje van beide afnamebuisen. Draai vervolgens het dopje van de vingerprikker om deze te verwijderen. De vingerprikker is nu klaar voor gebruik.

Stap 5  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 6  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.

Stap 7  Begin met het volledig vullen van de buis met de **gele dop**. Wanneer deze is gevuld kun je de buis met de **paarse dop** vullen. Ga staan en houd de hand naar beneden. Masseer de vinger voorzichtig vanaf de handpalm richting de vingertop. Laat de druppels in het buisje vallen of schep deze op met de scherpe rand van de afnamebuis. Indien er niet voldoende bloed kan worden verzameld, herhaal dan stap 6-8 en gebruik de extra vingerprikkers. **BELANGRIJK:** Vul beide buisjes tot aan de bovenste lijn (600 µl voor geel en 500 µl voor paars). Dit is de minimale hoeveelheid die het lab nodig heeft je testmonster te kunnen analyseren.

Stap 8  Plaats de dop terug op de bloedafnamebuisjes en druk deze aan totdat je een duidelijke klik hoort. Let erop dat je de gele dop op het gele buisje doet en de paarse dop op het paarse buisje. **BELANGRIJK:** Kantel de afgesloten buis vervolgens voorzichtig 8 tot 10 keer.

Stap 9  Plaats de afgesloten afnamebuisjes in het meegeleverde beschermzakje en sluit deze met behulp van de plastic plakrand.

Stap 10  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 11  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.*