

# ANLEITUNG

## PROBENENTNAHME HAAR oder NAGEL

Richtige Probennahme



Falsche Probennahme



### SCHRITT 1 HAAR

---

Waschen sie vor dem Schneiden ihre Haare mit einem neutralen Shampoo. Spülen sie das Haar gut aus und trocknen sie es sorgfältig. Das Haar sollte möglichst nicht gebleicht sein, d.h. helle Strähnen bitte nicht mit einsenden.

### SCHRITT 2 HAAR

---

Schneiden sie einen Haarbüschel am Hinterkopf direkt am Haaransatz ab. Die Länge ab Haaransatz sollte nicht mehr als 2 bis 3 cm betragen. Längeres Haar bitte vorher kürzen. Ein **gestrichener Esslöffel** Haar wird benötigt. Geben sie das Haar in die beiliegende Papiertüte. Geben sie diese zusammen mit der Analysenanforderung in den an uns adressierten Umschlag.

### SCHRITT 1 NAGEL

---

Lassen sie Ihre Fingernägel vor dem Schneiden mindestens zwei Wochen wachsen, um eine genügende Menge an Nagelabschnitten für die Analyse zu erhalten.

### SCHRITT 2 NAGEL

---

Reinigen sie vor dem Schneiden gründlich ihre Nägel. Entfernen sie gegebenenfalls Lackreste. Nehmen sie eine saubere Nagelschere oder einen Nagelknipser zur Hand. Geben sie die Nagelabschnitte von allen 10 Fingernägeln in die beiliegende Papiertüte. Geben sie diese zusammen mit der Analysenanforderung in den an uns adressierten Umschlag.

