

MĖGINIO SURINKIMO VADOVAS

GUTWELL®

Prieš mėginio surinkimą

Dar neseniai apie mikrobiomą mūsų kūne ir ant jo buvo žinoma labai nedaug. Per pastarąjį dešimtmetį mikrobiomą apimantys tyrimai labai išaugo, daugiausia dėl technologijos, ypač naujos kartos sekvenacijos. Buvo nustatyta, kad mūsų kūne ir ant jo yra maždaug tiek pat mikrobu, kiek turime ląstelių. Didžiausia šių bakterijų įvairovė gyvena mūsų žarnyne. Ši bendruomenė vadinama žarnyno mikrobiomu.

Įrodyta, kad žarnyno mikrobiomas, kurį daugiausia sudaro bakterijos, daro įtaką mūsų bendrajai būklei. Įvairi ir subalansuota bakterijų sudėtis gali padėti išvengti kelių ligų, pavyzdžiui: sutrikusios apykaitos ligos (nutukimas, 2 tipo diabetas), virškinimo problemų, žarnyno ligų, autoimuninių ligų ir net širdies ligų. Žarnyno mikrobiomo sudėtį lemia įvairūs veiksniai, daugiausia mūsų mityba, vaistų vartojimas, ligos ir kiti gyvenimo būdo bei aplinkos veiksniai.

Nepamirškite, kad, tiriant žarnyno mikrobiomą, kai kurie faktoriai gali keisti mikrobiomo sudėtį ir tyrimo rezultatus:

- Antibiotikų vartojimas 3 mėnesių laikotarpyje;
- Paskutiniu metu pasikeitė mitybos įpročiai;
- Nėštumas ar kūdikio maitinimas savo pienu.

Naudokitės mėginio surinkimo rinkiniu pagal toliau pateiktas instrukcijas ir atsiųskite išmatų mėginį, kad išsiaiškintumėte savo žarnyno mikrobiomo sudėtį. Jei įmanoma, Jūsų mėginys turėtų būti surinktas ryte pirmo apsilankymo tualete metu, dar prieš pusryčius.

Rinkinį sudaro:

- Mėginio surinkimo vadovas
- Užsakymo forma
- Indelis su skysčiu ir mentele
- Gumines pirštines
- „FecesCatcher“ popierius
- MinigGip užspaudžiamas maišelis
- Vokas
- Plastikinis indelio apsauginis dėklas

Pastaba! Atkreipkite dėmesį, kad užsakymo forma ir mėgintuvėlis būtų pažymėti tuo pačiu kodu.

Mėginio surinkimo instrukcija

Jei įmanoma, mėginį surinkite ryte prieš pusryčius. Imdami mėginį, venkite kontakto su šlapimu, nes tai gali sugadinti mėginį. Atkreipkite dėmesį, kad „FecesCatcher“ išmatų surinkimo vieta ir indelyje esanti mentelė neliestų jokių paviršių ar skysčio, nes tai gali užteršti mėginį.

Pastaba! Mėginio kokybė, jo analizė ir rezultatai daugiausia priklauso nuo mėginio surinkimo tvarkos, todėl būtina tinkamai laikytis mėginio surinkimo instrukcijos.

1. Užpildykite ir pasirašykite reikiamus laukus užsakymo formoje, pateiktoje su mėginio surinkimo paketu. Įdėkite užsakymo formą į MiniGrip užspaudžiamą maišelį (su ženklų „Biohazard“).
2. Iš dėžutės išimkite „FecesCatcher“ popierių. Jį uždėkite ant unitazo sėdynės kaip nurodyta žemiau:
 1. Atsargiai išlankstykite „FecesCatcher“ popierių pagal nurodytas rodykles.
 2. Uždėkite „FecesCatcher“ popierių ant unitazo sėdynės galo, kaip parodyta ant „FecesCatcher“ popieriaus.
 3. Įsitinkite, kad nebus „FecesCatcher“ popieriaus sąlyčio su vandeniu. Atkreipkite dėmesį, ar popierius uždėtas teisingai ir išmatos pasituštinus nenukris į unitazo skylę.
3. Užsidėkite gumines pirštines, kurias rasite rinkinyje.
4. Pasituštininkite ant „FecesCatcher“ popieriaus. Įsitinkite, kad jis nesiliečia su šlapimu.

Įspėjimas! Nepašalinkite skysčio, esančio išmatų surinkimo indelyje.

Pastaba! Neperpildykite indelio išmatomis! Mentelė, esančia ant mėginio surinkimo indelio, paimkite tik vieną kartą.

Su mentele, esančia ant mėginio surinkimo indelio, paimkite vieną išmatų gabalėlį. Dėkite mentelę į išmatų surinkimo indelį, užsukite dangtelį.

5. **Purtykite išmatų surinkimo indelį apie 30 sekundžių, kol skystis, esantis indelyje, susimaišys su išmatomis.**
6. Kai surinksite mėginį, nuimkite „FecesCatcher“ popieriaus kraštus nuo unitazo, kartu su išmatomis nuleiskite. Išmeskite panaudotas pirštines.
7. Indelį su išmatų mėginiu įdėkite į plastikinį apsauginį maišelį, tada į MiniGrip užsegamą maišelį (su ženklų „Biohazard“). Įsitinkite, kad kartu su mėginiu įdėta ir užsakymo forma. Maišelį įdėkite į voką, kuris buvo kartu su mėginio užsakymo dėžute. Uždarykite voką.
8. Surinktą mėginį kaip galima skubiau pristatykite į *Medicina practica laboratoriją*.