

- 2 Aluminium zakjes met opschrift "IMP cholesterol test" en "IMP HDL cholesterol test" waarin een testplaatje en een zakje met vochtabsorberend middel, dat verder niet nodig is voor het uitvoeren van de test.
- 2 Steriele lancetten voor het uitvoeren van een vingerprik
- 2 Pleisters
- 2 Resultaten tabellen met opschrift "IMP Total cholesterol test" en "IMP HDL cholesterol test"
- 1 Bijsluiter

CE 0843

CE 0344

CE

RESULTS

Extra nodig voor de test:

- Een klok, wekker of stopwatch om de tijd op te nemen
- Een schoon papieren zakdoekje of tissue



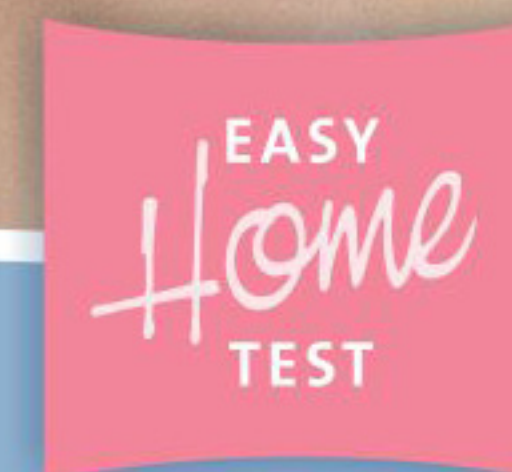
Imhotep Medical Products
Postbus 162
6590 AD GENNEP
Nederland

Voor bijkomende informatie, contacteer ons via de Easy Home Test Service Line 0485 51 99 31 of voor Belgische klanten via belgium@hometest.eu

Zodra de test is uitgevoerd, kan men alle gebruikte spullen weer terugdoen in de lege folieverpakking en vervolgens in het originele doosje. Daarna wegdoen bij het huisafval.

Bijsluiter versie 17 maart 2010

CE 0344



CHOLESTEROL PLUS GEBRUIKSAANWIJZING

BELANGRIJK

Lees de gebruiksaanwijzing eerst helemaal goed door voordat je de test gaat uitvoeren.

BELANGRIJKE FEITEN

U dient alle aanwijzingen goed en nauwkeurig op te volgen om een betrouwbaar resultaat te verkrijgen.

Indien u recent ziek bent geweest, zwanger bent (geweest), anti-conceptie pil gebruikt en enkele andere omstandigheden, kunnen die van invloed zijn op uw cholesterolgehalte. Indien u hierover vragen heeft kunt u het beste contact opnemen met uw huisarts.

Gebruik de test nooit in direct zonlicht.

De Easy Home Test Cholesterol Plus is alleen geschikt voor in vitro gebruik. De test is niet geschikt voor inwendig gebruik.

Deze test geeft u informatie over uw HDL cholesterol en totaal cholesterolgehalte in bloed. Uw huisarts of specialist kan andere testen laten verrichten.

WAARSCHUWINGEN

- Niet geschikt voor hemofiliepatiënten en patiënten die bloedverdunners gebruiken.
- Gebruik de test voor de vermelde vervaldatum op de verpakking.
- De test is voor éénmalig gebruik.
- Open de aluminium verpakking niet eerder dan het moment dat u de test gaat doen.
- Gebruik alleen bloed verkregen door een vingerprik. De test is niet geschikt voor andere lichaamsvloeistoffen.
- Gebruik de test niet indien u jonger bent dan 18 jaar.
- Deze test is niet geschikt voor dieren.
- Bewaar de test bij kamertemperatuur.
- Gebruik nooit een gebruikte lancet.
- Niet gebruiken in de nabijheid van waterstof peroxide.
- Verander uw medicijngebruik nooit n.a.v. het resultaat van deze test.
- In geval van twijfel raadpleeg altijd uw huisarts.
- Buiten bereik van kinderen houden.
- Voor bijkomende informatie, contacteer ons via de Easy Home Test Service Line 0485 51 99 31 of voor Belgische klanten via belgium@hometest.eu

- Zodra de test is uitgevoerd, kan men alle gebruikte spullen weer terugdoen in de lege folieverpakking en vervolgens in het originele doosje. Daarna wegdoen bij het huisafval.

WAARVOOR GEBRUIK JE DE TEST?

De Easy Home Test Cholesterol Plus is een zelftest voor de bepaling van je cholesterolgehalte in je bloed en bestaat uit twee testen. Een test (met opschrift “IMP cholesterol test”) geeft je een indicatie van je totale cholesterolgehalte. Met de andere test (met opschrift “IMP HDL cholesterol test”) kan je de concentratie HDL cholesterol in je bloed meten. Aan de hand van beide testen kan je je risico op hart- en vaatziekten bepalen.

CHOLESTEROL IN HET KORT

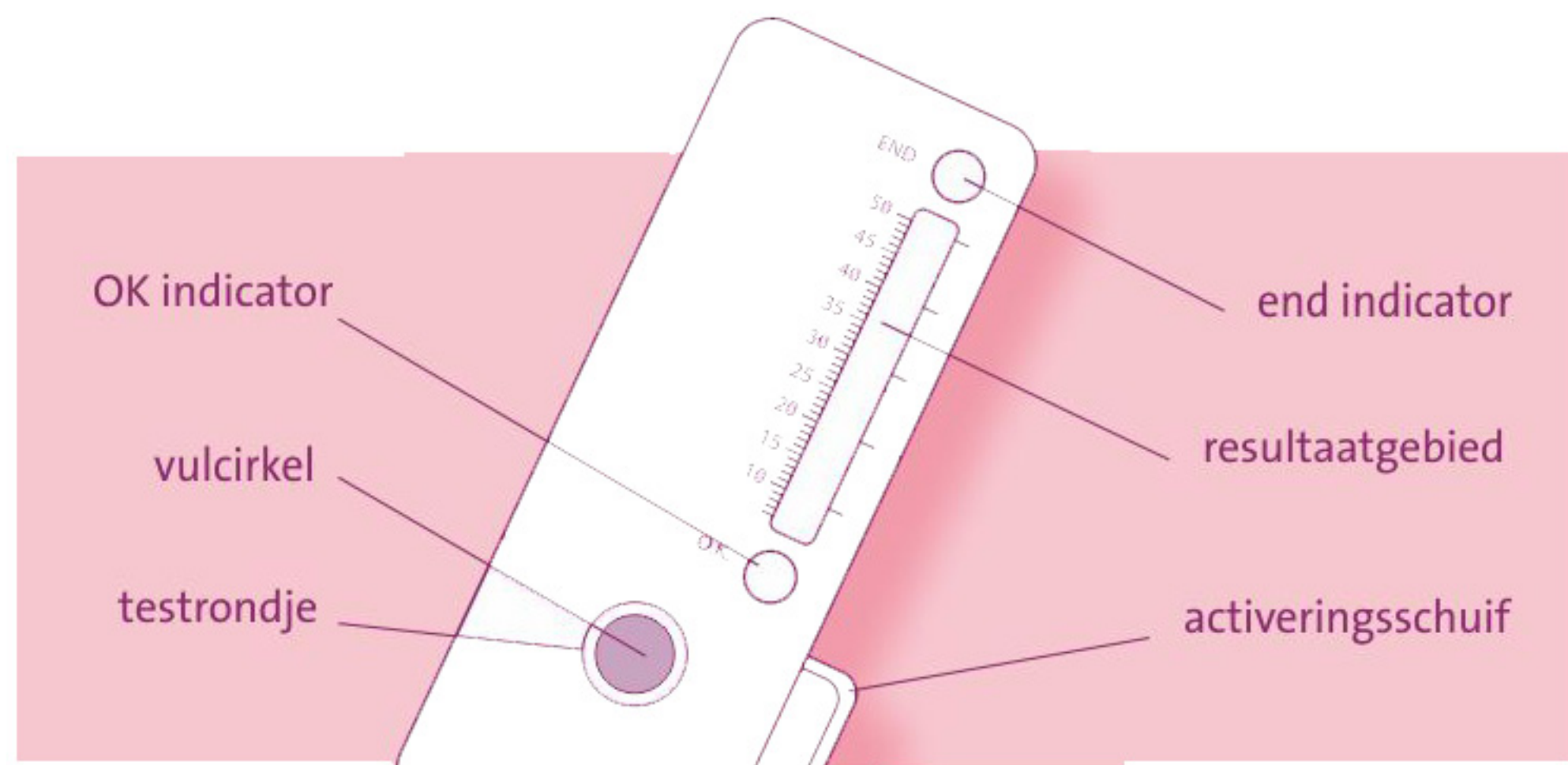
Cholesterol is een vetachtige stof die vooral door de lever zelf wordt aangemaakt, maar ook door het lichaam wordt opgenomen uit het voedsel. Cholesterol wordt omgeven door een laagje eiwit en vervoerd door het bloed. Het lichaam heeft cholesterol nodig voor de opbouw van bepaalde lichaamcellen, hormonen en voor de spijsvertering. Cholesterol bestaat o.a. in de vorm van LDL-cholesterol (low-density lipoproteïne) en HDL-cholesterol (high-density lipoproteïne). Het LDL, ook wel het slechte cholesterol genoemd, kan zich ophopen aan de binnenkant van de bloedvaten en mogelijk leiden tot hart- en vaatproblemen. Het HDL, het goede cholesterol, verwijdert het te veel aan cholesterol uit het bloed en de vaatwanden.

Een verhoogd cholesterol gehalte kan veroorzaakt worden door slechte eetgewoontes, alcoholgebruik en roken, overgewicht, maar ook suikerziekte (diabetes mellitus) of erfelijke aanleg (familiaire hypercholesterolaemie).

HOE WERKT DE TEST?

In een eerste stap wordt het plasma gescheiden van de bloedcellen. Na de activatie van de test gaat de aanwezige cholesterol omgezet worden tot waterstof peroxide dat op zijn beurt een kleurreactie teweeg brengt. De hoogte van het verkleurde gebied is evenredig met de concentratie cholesterol aanwezig in het bloed.

DE TEST



Lees dit eerst voordat u de test uitvoert:

- Niet geschikt voor hemofiliepatiënten en patiënten die bloedverdunners gebruiken.
- Lees de gehele gebruiksaanwijzing aandachtig door.
- Deze test is voor éénmalig gebruik. Open de aluminium verpakking niet totdat u de test gaat uitvoeren. Na openen dient u de test binnen 30 minuten te starten.
- Leg de inhoud van de testkit op tafel.
- Indien een onderdeel kapot is of geopend, gebruik het dan niet. Het zakje met het vochtabsorberende middel kunt u weggooien.
- U dient een stopwatch of klok met secondewijzer voor gebruik binnen bereik te hebben.
- Het resultaatgebied dient wit te zijn. Indien hier een blauwe, groene of gele kleur zichtbaar is, is de test niet bruikbaar.
- De lancet voor de vingerprik kan maar één keer gebruikt worden. Gebruik de lancet niet eerder dan op het moment dat u de test gaat uitvoeren.
- Doe de test niet binnen een periode van 4 uur na inname van 500mg of meer vitamine C of een standaard dosis paracetamol (bijv. tylenol) of naproxen. Dit kan een verlaagde uitslag geven.

UITVOERING VAN DE TEST

ACTIVEER DE TEST NIET VOORDAT BIJ STAP 4 BEN AANGEKOMEN!

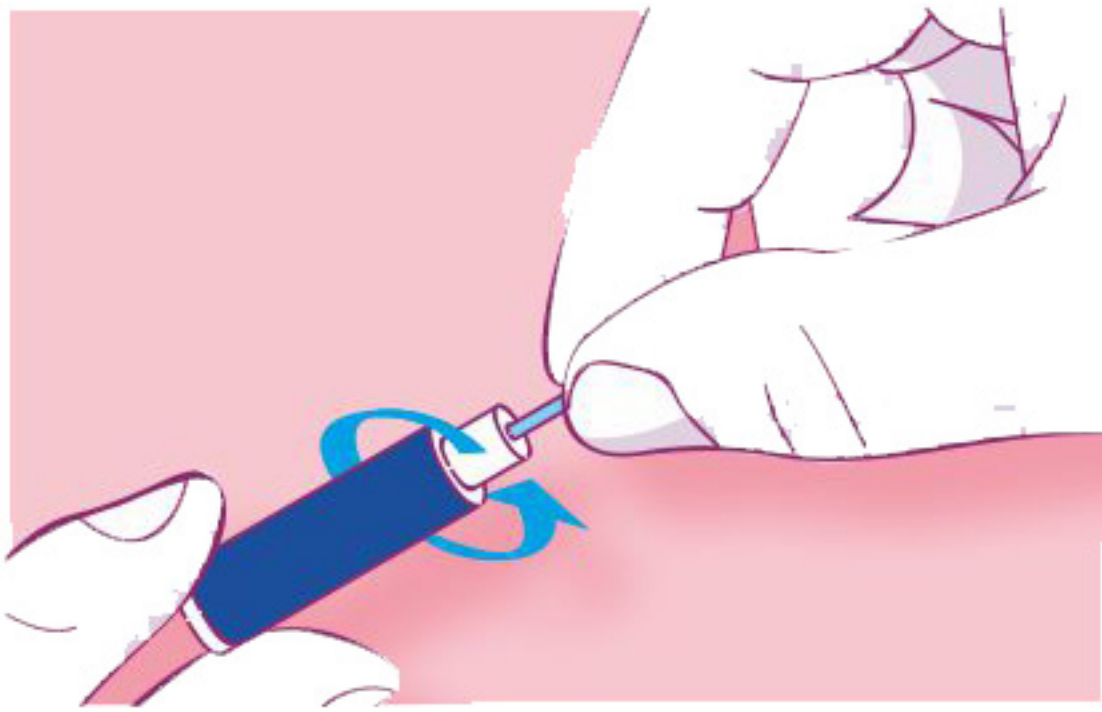
STAP 1:

Vorbereiden voor het nemen van het bloedmonster

- Dit is een zeer belangrijke stap: lees goed hoe een vingerprik uitgevoerd moet worden. Indien u na het lezen van de uitleg nog twijfels heeft neem dan contact op met de winkel waar u deze test heeft gekocht, of bel naar de servicelijn.
- Zorg ervoor dat de test op kamertemperatuur is.
- Open de aluminium verpakking van de test met opschrift “IMP HDL cholesterol test”.
- Voordat men de vingerprik doet, moet men eerst de handen grondig met water en zeep wassen. Spoel de handen goed af en droog ze zorgvuldig.
- Ga rustig zitten en probeer gedurende 5 minuten te ontspannen. Gedurende deze 5 minuten dient u uw handen warm te wrijven.
- Kies of de middelvinger of de ringvinger. De vinger mag niet koud aanvoelen en moet eeltvrij zijn (zie tekening bij stap 2).
- Om het bloed beter te laten stromen, laat gedurende minimaal 30 seconden de arm of vinger naar beneden hangen/wijzen. Indien men rechtshandig is, dan neemt men bloed van de vinger van de linkerhand. Indien men linkshandig is, van de rechterhand.
- Gebruik nooit een lancet die reeds door een ander is gebruikt. Hiermee heeft u kans op een besmetting.

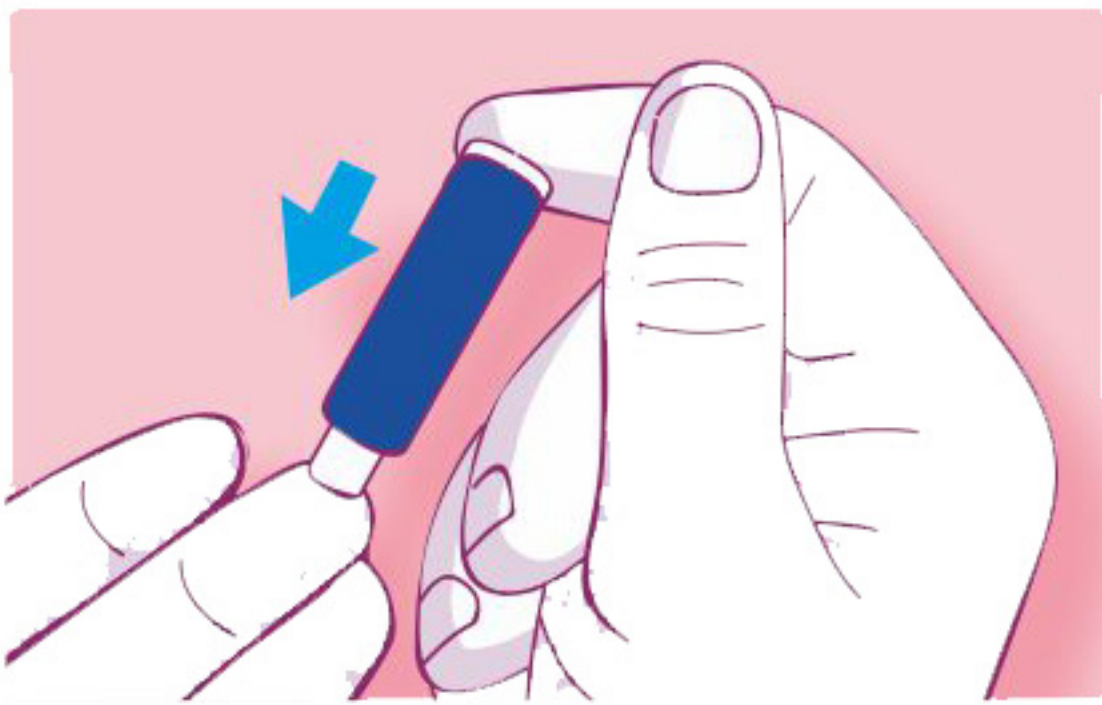
STAP 2:

Het nemen van een bloedmonster



Draaien verwijder het beschermdopje van de steriele lancet.

- Leg de hand waarvan men het bloed afneemt met de palm omhoog plat op tafel. Kies bij voorkeur de middel- of ringvinger.



Plaats de lancet met de opening aan de zijkant van de vinger. Druk krachtig op het lanceerknopje om de vingerprik uit te voeren. U hoort een klik.

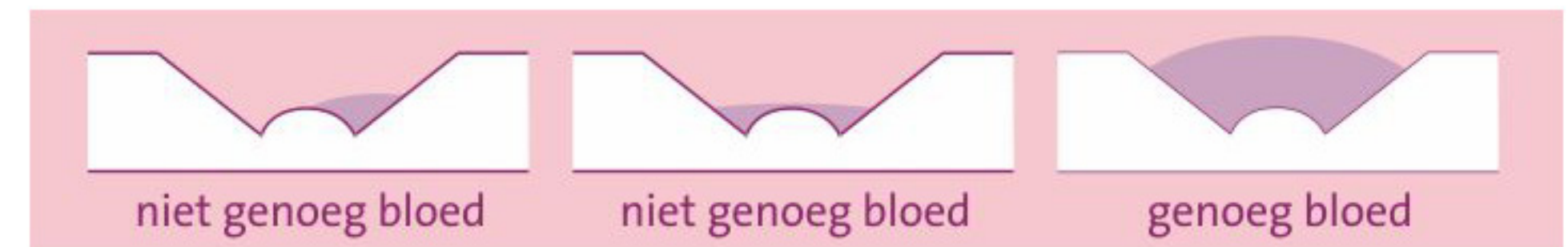
- Om de lancet te activeren dient men krachtig te drukken. Trek de vinger niet voortijdig terug. U zult een kleine prik voelen. Na de prik verwijderd u de lancet van de vinger.
- Veeg de eerste druppel bloed af met een verbandgaasje of tissue.
- Laat uw arm gedurende 10 seconden omlaag hangen om zo de bloedstroom te bevorderen.
- Breng dan, met de vinger omlaag, het bloed in het testrondje.

STAP 3:

Bloed aanbrengen in het testrondje



U dient na het prikken binnen 3 minuten voldoende bloed in het testrondje aan te brengen, zodat de zwarte cirkel bedekt is.



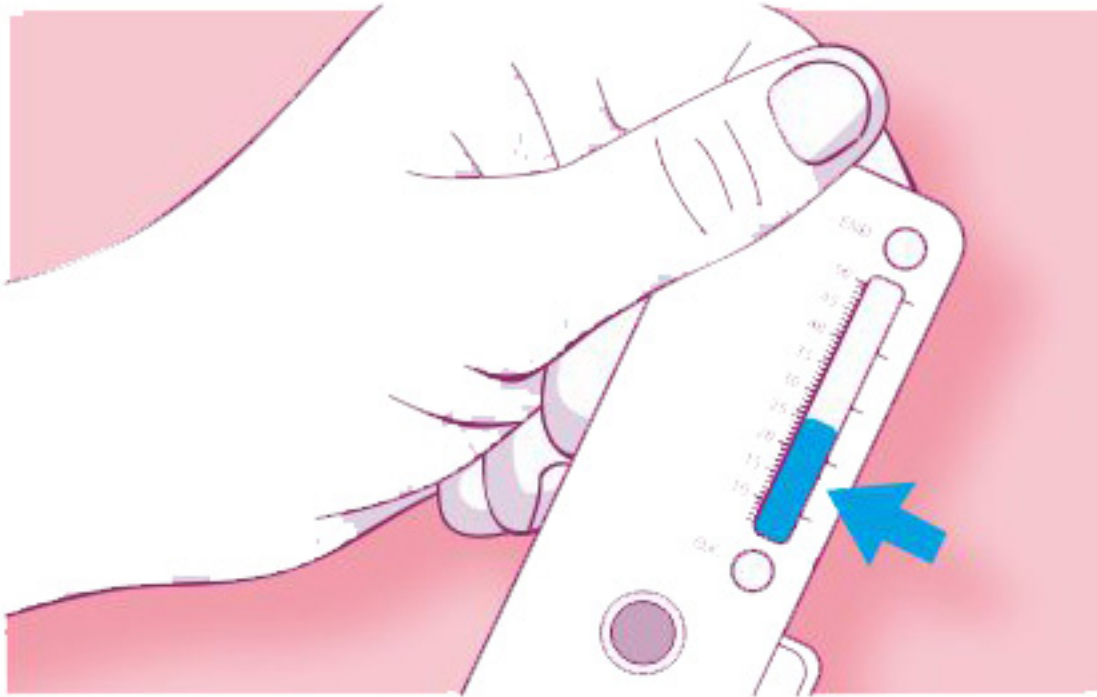
- Houd uw vinger boven het testrondje (zie tekening boven). Stuw het bloed uit uw vinger vanaf de onderkant van de vinger naar de plek waar u heeft geprikt. Herhaal dit enkele malen totdat er een druppel bloed aan uw vinger hangt. Zonder stuwten zal u niet genoeg bloed verkrijgen. Zorg ervoor dat de druppel de bodem van het testrondje raakt.
- Voor het beste resultaat dient het bloed zo snel mogelijk worden aangebracht in het testrondje. Voeg bloed toe totdat de zwarte vulcirkel bedekt is.
- Smeer het bloed niet uit over de vulcirkel.
- U kunt NOOIT teveel bloed toevoegen.
- Klop driemaal met de achterkant van de test op tafel.
- LET OP: begin de tijd op te nemen nadat u voldoende bloed hebt aangebracht.

Wacht minimaal 3 minuten, maar niet langer dan 4 minuten voordat u de test activeert. (zie stap 4).

- Tijdens het wachten kunt u de pleister aanbrengen op uw vinger.

STAP 4:

Activeer de test - aflezen van het resultaat



- Na minimaal 3 minuten, maximaal 4 minuten, neemt u de test stevig in uw hand. Trek het doorzichtige activeringsschuifje (rechts van de test) uit totdat de pijl op het schuifje volledig zichtbaar is. (HARD TREKKEN!)
- Klop een aantal malen met de achterkant van de test op tafel.
- Na ongeveer 5 minuten kleurt de "OK" indicator blauw/paars. Na ongeveer 10 tot 12 minuten kleurt de "END" indicator groen.
- U kunt de test aflezen nadat beide indicatoren verkleurd zijn. Als 1 of beide niet verkleuren is de test niet goed uitgevoerd. U kunt de test herhalen met een nieuwe test. Een éénmaal geactiveerde test kan niet meer gebruikt worden.
- U dient het resultaat binnen 15 minuten na "OK" af te lezen.
- Lees het resultaat af in helder licht. Kijk voor de hoogste blauw/paarse streep in het afleesgebied. Ook al is deze zwak of wazig.
- Gebruik de resultatentabel "IMP HDL cholesterol test" om de waarde van uw HDL cholesterol te bepalen. Zoek in de kolom "cassette" het getal op dat u heeft afgelezen. In de kolom "HDL CHOL mmol/l" vindt u dan uw HDL cholesterolgehalte.
- Belangrijk: Gebruik alleen de resultatentabel die in de verpakking zit. Een tabel van een andere verpakking kan een verkeerde waarde geven.

Herhaal nu stap 1 tot en met 4, maar nu voor de cassette met opschrift "IMP cholesterol test". Lees de gevonden waarde af op de tabel voor "IMP Total cholesterol test". Nu u beide waarden heeft, kunt u uw risicofactor berekenen.

BEREKENING RISICOFACITOR

Risicofactor = totaal cholesterol : HDL cholesterol.

Voorbeeld 1:

Totaal cholesterol = 6 mmol/l
HDL cholesterol = 4 mmol/l
Risicofactor = 6:4=1,5

Voorbeeld 2:

Totaal cholesterol = 5 mmol/l
HDL cholesterol = 1 mmol/l
Risicofactor = 5:1=5

WAT BETEKEND DE RISICOFACITOR?

	Mannen	Vrouwen
Goed	3,5 of minder	3,0 of minder
Licht verhoogd	3,6 - 4,5	3,1 of 3,5
Hoog risico	4,6 of hoger	3,6 of hoger

Indien uw uitslag tot de groep behoort met licht verhoogd risico, zeker indien andere risicofactoren aanwezig zijn, adviseren wij u om contact op te nemen met uw huisarts of deze test na 3 tot 8 weken opnieuw uit te voeren.

Indien u tot de groep behoort met hoog risico, dient u direct contact op te nemen met uw huisarts voor advies.

VRAGEN EN ANTWOORDEN

Wat kan ik doen om het nemen van bloed te vereenvoudigen?

- Was uw handen met warm water.
- Warm uw handen door te wrijven.
- Laat uw arm of vinger gedurende 30 seconden naast uw lichaam omlaag hangen.
- Kies voor een vinger die warm en eeltvrij is.
- Leg de hand met de palm omhoog op tafel.
- Druk de lancet stevig tegen de zijkant van uw vinger. Trek de vinger niet terug tijdens het prikken.

- Indien gewenst kan iemand anders de prik uitvoeren. De verdere procedure blijft ongewijzigd.

Is het mogelijk dat beide indicatoren van kleur veranderen en dat het resultaat niet goed is?

Ja, beide indicatoren kunnen van kleur veranderen, maar dan kan er toch een verkeerd resultaat worden verkregen doordat;

- Het testronkje niet voldoende gevuld was met bloed.
- Het langer heeft geduurd dan 3 minuten voordat u het testronkje had gevuld met bloed.
- U de test heeft geactiveerd zonder minimaal 3 minuten te wachten nadat er voldoende bloed in het testronkje was gedaan.
- U de activeringsschuif niet ver genoeg heeft uitgetrokken, waardoor de pijl niet helemaal zichtbaar is geworden.
- U de test in direct zonlicht heeft uitgevoerd.

Wat moet ik doen als mijn resultaat beneden of boven de grenzen van het resultaatgebied valt?

Neem contact op met de servicelijn.

Moet ik een speciaal dieet volgen voordat ik de test uitvoer of moet ik de test op een bepaald moment van de dag doen?

Nee. U kunt de test op elk gewenst moment van de dag uitvoeren. Een speciaal dieet is niet nodig. Indien u de test herhaalt, probeer deze dan onder dezelfde omstandigheden uit te voeren als de voorgaande test.

Hebben voedingsgewoonten, alcohol gebruik of medicijngebruik invloed op het resultaat?

Normaal niet. De meeste stoffen hebben geen invloed op het resultaat. Echter moet men niet binnen 4 uur na inname van 500 mg of meer vitamine C, een standaard dosis paracetamol of naproxen de test uitvoeren. Deze stoffen kunnen een verkeerd verlaagde cholesterolwaarde veroorzaken.