

(7 Saliva)

Profile: Adrenaler Stress-Index, Cortisol-Tagesprofil

Da noch keine validierten Normwerte für Kinder und Jugendliche vorliegen, ist diese Untersuchung für Patienten unter 18 Jahre nicht geeignet!



1. Ist Ihr Testpaket vollständig?

Bitte überprüfen Sie zunächst, ob Ihr Testpaket vollständig ist. Es sollte enthalten:

- 7 farbige Speichelgefäße
- 7 Strohhalm
- 7 Etiketten
- 2 Versandgefäße
- 1 Versandtasche

Fehlendes Zubehör können Sie nachfordern:
Tel. +49 6131 7205-0 (Mo. - Fr. von 8 -19 Uhr)

2. Testvorbereitung

Für aussagekräftige Ergebnisse ist die Beachtung der **Probenentnahme-Zeitpunkte** von großer Bedeutung. Bereits geringe zeitliche Verzögerungen der Probensammlung können den Befund verfälschen, so dass der Maximalwert der Cortisolsekretion nach dem Aufwachen nicht mehr oder noch nicht erfasst wurde.

Bitte beachten Sie, dass an Arbeitstagen meist ein höherer Cortisolanstieg nach dem Aufwachen erfolgt als an arbeitsfreien Tagen. Bei **Verlaufskontrollen** sollte die Probenentnahme daher immer zum gleichen Zeitpunkt durchgeführt werden.

Darüber hinaus ist Folgendes zu beachten:

- möglichst 2 Tage vor sowie während der Probennahme keine Genussmittel (Koffein, Nikotin, Alkohol) verzehren
- am Abend vorher nicht später als 23 Uhr zu Bett gehen und am Testtag nicht später als 8 Uhr aufstehen
- nach dem Erwachen **direkt aufstehen**
- in der Nacht **helle Lichtquellen** (z. B. Lichttherapie oder Lichtwecker) **meiden**
- Speichelproben **ohne Blutbeimengungen** gewinnen, z. B. durch Zahnfleischblutungen
- daher Speichelproben **vor dem Zähneputzen oder frühestens 30 Minuten danach** entnehmen
- **kein Mundwasser / keine Mundspülungen** verwenden
- Speichelproben im Tagesverlauf **30 Minuten nach dem Essen oder Trinken** gewinnen
- vor der ersten Speichelprobe **weder essen noch trinken**
- direkt vor den Speichelproben den Mund mit **klarem Wasser** spülen und mit der Probengewinnung erst beginnen, wenn sich der Speichelfluss wieder normalisiert hat.

→ Fortsetzung auf nächster Seite

3. Testdurchführung

Führen Sie diesen Test an einem Tag durch, der Ihnen die Entnahme der Speichelproben nach folgendem Zeitschema ermöglicht:

- direkt nach dem Aufstehen → Speichelprobe 1*
- 1/2 Stunde nach dem Aufstehen → Speichelprobe 2*
- 1 Stunde nach dem Aufstehen → Speichelprobe 3*
- 2 Stunden nach dem Aufstehen → Speichelprobe 4
- 5 Stunden nach dem Aufstehen → Speichelprobe 5
- 8 Stunden nach dem Aufstehen → Speichelprobe 6
- 12 Stunden nach dem Aufstehen → Speichelprobe 7

*) Diese drei Speichelproben werden im Labor gepoolt und erscheinen im Befund als Cortisol-Morgenwert.



1. Nehmen Sie bitte einen Strohhalm und das **Speichelgefäß in der entsprechenden Farbe** (siehe Farbschema rechts, z. B. Probe 1: weiß, Probe 7: braun) aus der Verpackung.
2. Nehmen Sie den Strohhalm in den Mund und **füllen Sie das Speichelgefäß mindestens $\frac{3}{4}$ – am besten komplett – mit Speichel** (Schaum nicht mit messen).
3. **Schließen Sie den Deckel des Speichelgefäßes** und entsorgen Sie den benutzten Strohhalm im Hausmüll.
4. **Beschriften Sie eines der Etiketten** mit Entnahmedatum, Uhrzeit und Namen und kleben Sie es auf das Speichelgefäß.
5. Legen Sie das Speichelgefäß in eines der Versandgefäße und bewahren Sie diese bis zum Versand bei 4-8° C im **Kühlschrank** auf, jedoch **nicht einfrieren**. Bis zu 4 Speichelgefäße können in einem Versandgefäß verschickt werden.

4. Probenversand

Zum Versand legen Sie die Versandgefäße mit den Proben und dem unterschriebenen sowie mit Abnahmedatum und -zeit ausgefüllten Probenbegleitschein in die Versandtasche. Verschließen Sie diese sorgfältig, indem Sie die Schutzfolie auf der Innenseite des Klebestreifens entfernen und die Verschlussstellen fest aufeinander drücken.

Achtung:

Der Umschlag lässt sich anschließend nicht mehr öffnen.

Der Versand in **Deutschland** sollte von **Montag bis Donnerstag**, nicht zum Wochenende oder vor Feiertagen erfolgen.

Aus **Österreich** und der **Schweiz** sollte der Versand von **Montag bis Mittwoch**, nicht vor Feiertagen erfolgen.

Kunden aus der Schweiz sollten beachten, dass die Versandtasche in einer Poststation am Schalter noch am gleichen Tag der Probennahme abzugeben ist.