

BeBalanced, Neuro-Balance-, Neuro-Endokrines-Profil

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



1. Ist Ihr Testpaket vollständig?

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

- 1 Urinröhrchen mit Stabilisator (Salzsäure), im Versandgefäß
Achtung! Der Stabilisator ist ätzend!
Nicht mit Haut oder Schleimhäuten in Berührung bringen. Für Kinder und Jugendliche unzugänglich aufbewahren! Den Stabilisator nicht ausschütten.
- 1 pH-Indikatorstäbchen im Druckverschlussbeutel
- 1 Urinbecher
- 7 farbige Speichelgefäße
- 7 Strohhalm
- 7 Etiketten
- 2 Versandgefäße
- 1 Versandtasche



Der Stabilisator gewährleistet die Stabilität der Probe während des Versands an das Labor. Wird der Stabilisator ausgeschüttet, kann das Probenmaterial im Labor nicht zuverlässig ausgewertet werden.

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

2. Testvorbereitung

Urin:

Um die Messergebnisse nicht zu verfälschen, dürfen **2 Tage vor und während der Probennahme keine serotoninhaltigen Nahrungsmittel** wie Bananen, Walnüsse, Tomaten, Ananas, Stachel- und Johannisbeeren, Pflaumen, Mirabellen, Melonen, Avocados, Auberginen, Kiwis oder Kakao verzehrt werden.

Geben Sie die Einnahme von Medikamenten wie selektive Serotonin-Wiederaufnahmehemmer (SSRI) sowie Hormonpräparaten auf dem Anforderungsbogen unter "Anamnese" (Seite 4) an.

Wichtiger Hinweis für Frauen:

Bitte sammeln Sie keinen Urin während Ihrer Periode.

Speichel:

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.

→ Fortsetzung auf nächster Seite

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
- in der Nacht **helle Lichtquellen** (z. B. Lichttherapie oder Lichtwecker) **meiden**
- nach dem Erwachen **direkt aufstehen**
- Speichelproben **ohne Blutbeimengungen** gewinnen, z. B. durch Zahnfleischblutungen
- daher Speichelproben **vor dem Zähneputzen oder frühestens 30 Minuten danach** nehmen
- **kein Mundwasser / keine Mundspülungen** verwenden
- vor der ersten Speichelprobe **weder essen noch trinken**
- Speichelproben im Tagesverlauf **30 min nach dem Essen oder Trinken** gewinnen
- direkt vor den Speichelproben den Mund mit **klarem Wasser** spülen und mit der Probengewinnung erst beginnen, wenn sich der Speichelfluss wieder normalisiert hat.

Bei Anforderung des BeBalanced- sowie des Neuro-Endokrinen-Profils empfehlen wir, bezüglich der **Einnahme von Hormonpräparaten** Rücksprache mit Ihrem Therapeuten zu halten.

Wir empfehlen: Bei Tabletten- oder Kapselzufuhr Probenentnahme 12 Stunden nach der letzten Hormoneinnahme, bei Gel- oder Cremezufuhr Probenentnahme 24 Stunden nach der letzten Hormonanwendung – alternativ 48 Stunden nach der letzten Gel- oder Cremezufuhr.

Bitte denken Sie daran, dass Kosmetika (z. B. Gesichtscremes) oftmals beträchtliche Mengen an Hormonen enthalten und somit das Analyseergebnis verfälschen können.

3. Gewinnung der Speichelprobe

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 auf der rechten Seite, z. B. Probe 1: weiß, Probe 5: rosa) aus der Verpackung.
2. Nehmen Sie den Strohhalm in den Mund und füllen Sie hiermit das Speichelgefäß **mindestens ¾ – 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 Datum, Uhrzeit und Namen und kleben Sie es auf das Speichelgefäß.
5. Legen Sie das Speichelgefäß in eines der **Versandgefäße** und bewahren Sie dieses bis zum Versand im **Kühlschrank** auf. Bis zu 4 Speichelgefäße können in einem Versandgefäß verschickt werden.

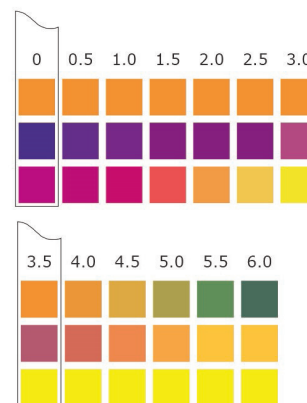
→ Fortsetzung auf nächster Seite

4. Gewinnung der Urinprobe

Wichtiger Hinweis: Bitte verwenden Sie das pH-Indikationsstäbchen erst, nachdem Sie den Urin in das Urinröhrchen gefüllt haben (siehe Punkt 6).

1. Nach dem Aufstehen erfolgt zunächst ein gewohnter Gang zur Toilette. Dieser erste Morgenurin ist nicht zu sammeln.

Ihren anschließenden gewohnten Alltagsablauf wie Frühstück sollten Sie mit Ausnahme der Flüssigkeitsaufnahme beibehalten. **Hinsichtlich der Flüssigkeitsaufnahme sollten Sie bitte nicht mehr als 0,3 Liter (1 Glas Wasser) trinken. Kaffee ist NICHT erlaubt!**



2. Der darauffolgende 2. Morgenurin ist zu sammeln. Verwenden Sie bitte für die Urinprobe den Mittelstrahlurin: Lassen Sie den Urin ca. 3 Sekunden in die Toilette laufen. **Fangen Sie anschließend ca. 25 ml Urin im Urinbecher auf, ohne den Urinstrahl zu unterbrechen.** Dieser sollte etwa bis zur Hälfte gefüllt werden. Den restlichen Urin lassen Sie wieder in die Toilette.
3. Nehmen Sie aus dem Versandgefäß (mit dem Gefahrgut-Aufkleber) das Urinröhrchen mit dem Stabilisator.
4. Füllen Sie den Urin aus dem Urinbecher in das Urinröhrchen mit dem Stabilisator. Das Urinröhrchen sollte **bis zur 25 ml-Markierung** gefüllt sein.
5. Verschließen Sie das Urinröhrchen sorgfältig und schwenken Sie es 2- bis 3-mal über Kopf.
6. Für die Bestimmung des **pH-Wertes** entnehmen Sie das pH-Indikatorstäbchen aus dem Druckverschlussbeutel. Achten Sie darauf, dass der Indikator nicht mit Ihren Fingern oder Flüssigkeiten in Berührung kommt.
7. Öffnen Sie das Urinröhrchen. Halten Sie das pH-Indikatorstäbchen zwischen Daumen und Zeigefinger und tauchen Sie es in den Urin.
8. Entsprechend dem pH-Wert kommt es zu einer Verfärbung auf dem pH-Indikationsstäbchen.

9. Lesen Sie das Ergebnis sofort nach Herausziehen des pH-Indikatorstäbchens aus dem Urinröhrchen ab. Bitte halten Sie dafür das pH-Indikatorstäbchen **kopf-über** neben die Farbskala und vergleichen Sie die Farbe des Stäbchens mit der Skala.

Sollte der pH-Wert NICHT zwischen 0 – 3.0 liegen, halten Sie bitte Rücksprache mit Ihrem Therapeuten und senden Sie uns Ihre gewonnene Urinprobe NICHT ein. Ein neues Testset kann angefordert werden unter **Tel. +49 6131 7205-0 (Mo. - Fr. von 8 -19 Uhr)**

10. Verschließen Sie das Urinröhrchen wieder und füllen Sie auf dem Röhrchen das Etikett mit Patientennamen und Probennahme-Datum aus.
11. Stecken Sie das Urinröhrchen in das Versandgefäß und verschließen Sie dieses sorgfältig.
12. Den noch im Urinbecher verbliebenen Urin gießen Sie bitte in die Toilette. Den Urinbecher können Sie mit Ihrem Hausmüll entsorgen.
13. Legen Sie das Versandgefäß mit dem ausgefüllten **Anforderungsbogen** (inkl. anamnestischer Angaben und Unterschrift) in die beiliegende Versandtasche.

5. Probenversand

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.