

# Anleitung zur Probennahme

## 1. Morgenurin

### Ist Ihr Test-Paket vollständig?

Bitte überprüfen Sie zunächst, ob Ihr Test-Paket vollständig ist. Es sollte enthalten:

- 1 Anleitung zur Probennahme
- 1 Anleitung zur Befundabfrage
- 1 Probenbegleitschein
- 1 Garantieschein
- 1 Urinröhrchen (Monovette), inkl. Etikett und gelber Spitze
- 1 Urinbecher
- 1 Versandgefäß
- 1 Versandtasche

Diese Anleitung ist gültig für folgende Tests:

Estronex®  
 Glyphosat  
 Histamin-Metabolismus  
 Jod  
 Viscera®  
 Oxidativer Stress  
 Vitamin B12  
 Schwermetalle  
 Schwermetalle plus  
 Candida  
 Organix®-Neuro



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

Bitte werfen Sie die Probe bei extremer Hitze oder Frost nicht in den Briefkasten, sondern geben Sie die Probe am Postschalter ab.

Um die Messergebnisse beim Vitamin B12 Urintest nicht zu verfälschen, verzichten Sie bitte mindestens 48 Stunden vor und während der Probennahme auf Vitamin B12-Präparate.

### Test-Vorbereitung

Für eine genaue Analyse des Testes „Jod im Urin“ ist es wichtig, vor der Untersuchung ca. eine Woche keine Jodpräparate einzunehmen, um sicherzustellen, dass keine vorherige Jodexposition den Wert kurzzeitig beeinflusst. Auch sollte der Verzehr stark jodhaltige Lebensmittel wie Sushi, Algen, Seefisch und Meeresfrüchte kurz vor der Untersuchung vermieden werden.

1. Am Vorabend der Probennahme sowie in der Nacht ist die Aufnahme von größeren Flüssigkeitsmengen (mehr als 1 Liter) zu vermeiden.
2. Wichtiger Hinweis für Frauen: Bitte sammeln Sie keinen Urin während Ihrer Periode.

## Test-Durchführung

1. Benötigt wird als Probe Ihr erster Morgenurin. Bitte beachten Sie, dass mindestens 8 Stunden nach der letzten Mahlzeit vergangen sein sollten!
2. Verwenden Sie bitte für die Urinprobe den Mittelstrahlurin: Verwerfen Sie zuerst etwas Urin in die Toilette; den folgenden Urin füllen Sie in den Urinbecher. Dieser sollte etwa bis zur Hälfte gefüllt werden. Den restlichen Harn lassen Sie wieder in die Toilette.
3. Nehmen Sie nun die Spitze und das gelbe Urinröhrchen zur Hand, drehen den vorderen Teil des gelben Verschlusses ab und setzen Sie die Spitze auf.
4. Tauchen Sie die gelbe Spitze in den Urin und entnehmen Sie mit diesem Röhrchen nun einen Teil des Urins aus dem Urinbecher, indem Sie den Stempel hinten vollständig herausziehen. Das Urinröhrchen sollte vollständig gefüllt werden.
5. Nehmen Sie die gelbe Spitze ab und verschließen Sie das Urinröhrchen mit dem gelben Verschluss wieder sorgfältig.
6. Brechen Sie den herausgezogenen Stempel an der Sollbruchstelle ab, so dass der Rest des Stempels nicht mehr hervorsteht.
7. Füllen Sie das beiliegende Etikett (Proben-Datum, Name) aus und kleben dieses auf das Urinröhrchen. Stecken Sie das Urinröhrchen in das Versandgefäß und verschließen dieses sorgfältig.
8. Die Spitze, den abgebrochenen Stempel und den Urinbecher entsorgen Sie bitte mit Ihrem Hausmüll.
9. Legen Sie das Versandgefäß mit dem ausgefüllten Probenbegleitschein in die beiliegende blaue Versandtasche und senden Sie diese per Post an unser Labor zurück.

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

**Vielen Dank für Ihre Mithilfe!  
Ihr medivere-Team**



medivere GmbH  
Hans-Böckler-Str. 109  
55128 Mainz

Telefon: 06131 7205-216