

# Anleitung zur Probennahme

## Speicheltest 3 Saliva

### 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
- 3 Speichelgefäße (Saliva)
- 3 Strohhalme
- 3 Etiketten Probe 1-3 mit Aufdruck „Name, Datum, Uhrzeit“
- 1 Versandgefäß
- 1 blaue Versandtasche

*Diese Anleitung ist gültig für folgende Einzelbestimmungen und Kombitests:*

*Einzelbestimmungen:*

*Cortisol (Einzelbestimmung)*

*DHEA*

*Östradiol*

*Progesteron*

*Testosteron*

*Kombitests:*

*Hormone Basis*

*Hormone Frau/Mann*

*Hormone Frau/Mann plus*

*Wechseljahre*

### Test-Vorbereitung

1. Zur Bestimmung der Sexualhormone bei Frauen müssen die Proben möglichst in Abhängigkeit des weiblichen **Zyklus\*** genommen werden (s.u.):

- bei regelmäßigem Zyklus (ca. alle 27/28/29 Tage): zwischen dem 19. bis 22. Zyklustag
- bei kürzeren sowie längeren Zyklen: Datum des voraussichtlichen Eintritts der Blutung errechnen und ca. 5 bis 6 Tage nach anvisiertem Eintrittsdatum der Blutung zurückrechnen
- bei völlig unregelmäßigen Zyklen: Versuch, in der zweiten Zyklushälfte zu testen, nächsten Blutungseintritt notieren

\* Als **erster Zyklustag** gilt der Tag, an dem die Menstruation beginnt. Im Falle einer leichten Vorblutung gilt der Tag, an dem die Blutung voll einsetzt. Der **letzte Zyklustag** ist der Tag vor der nächsten Blutung. Die **1. Phase des Zyklus** dauert vom ersten Tag der Blutung bis zum Eisprung (Follikelphase). Die **2. Phase** dauert vom Eisprung bis zum Tag vor der nächsten Blutung.

Frauen in der **Postmenopause** sowie **Männer** können die Proben an jedem beliebigen Tag, vorzugsweise in einer Symptomphase, nehmen.

Bitte geben Sie die Einnahme von Hormonpräparaten auf dem Probenbegleitschein an.

2. **Probenentnahme bei Einnahme von Hormonpräparaten**

Bei **Tabletten- oder Kapselzufuhr** ist die Probenentnahme **12 Stunden** nach der letzten Hormoneinnahme empfehlenswert. Bei **Gel- oder Cremezufuhr** ist - aufgrund der individuellen Stoffwechsellitung und Dosierung des Hormonpräparates - ggf. ein längerer Zeitraum zwischen Hormonanwendung und Probenentnahme einzuhalten (z.B. **24 Stunden**).

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

## Am Tag der Probengewinnung sollten Sie folgendes beachten:

3. den Speichel **nicht mit Blut vermischen**, z. B. durch Zahnfleischbluten
4. **kein Mundwasser / keine Mundspülungen** verwenden
5. Speichelproben **vor dem Zähneputzen** oder frühestens 30 min danach nehmen
6. vor den Speichelproben den **Mund mit klarem Wasser spülen** und mit der Probengewinnung beginnen, wenn sich der Speichelfluss wieder normalisiert hat
7. vor der ersten Speichelprobe und während der Probengewinnung **weder essen noch trinken**. **Milch, Milchprodukte** und Essensreste enthalten bedeutende Mengen an Hormonen, **die erhöhte Hormonkonzentrationen** vortäuschen können.

## Test-Durchführung

Die Speichelproben sollten morgens im Abstand von 30 Minuten gewonnen werden:

- Probe 1: unmittelbar nach dem Aufwachen  
Probe 2: ½ Stunde nach dem Aufwachen  
Probe 3: 1 Stunde nach dem Aufwachen



1. Geben Sie den Speichel durch den Strohhalm in ein Speichelgefäß. Das Gefäß sollte mindestens **bis zur Hälfte** mit Speichel gefüllt sein (Schaum nicht mit messen).
2. Schließen Sie den Deckel des Speichelgefäßes sorgfältig.
3. Beschriften Sie das der Probe entsprechende **Etikett** mit Datum, Uhrzeit und Namen und kleben Sie es **hochkant** auf das Speichelgefäß (siehe Abb. 1).
4. Der **Probenbegleitschein** muss **komplett ausgefüllt** sein. Wichtig ist die Angabe von Geburtsdatum und Geschlecht, da die **Normwerte einiger Hormone alters- und geschlechtsspezifisch** sind! *Abb. 1*
5. Nehmen Sie von dem Probenbegleitschein eines der 7 Barcode-Etiketten (auf der rechten Seite) und kleben Sie es **hochkant** auf die andere Seite des Speichelgefäßes.
6. Stecken Sie das jeweilige Speichelgefäß in das beiliegende Versandgefäß. Bewahren Sie dieses bis zum Versand im Kühlschrank auf.
7. Bei den Speichelproben 2 und 3 wiederholen Sie bitte die Schritte 1. bis 5.
8. Entsorgen Sie bitte die Strohhalm in Ihrem Hausmüll.
9. Für den Versand nehmen Sie das mit den 3 Speichelgefäßen gefüllte Versandgefäß aus dem Kühlschrank und legen Sie es mit dem ausgefüllten Probenbegleitschein in die beiliegende blaue Versandtasche. Senden Sie diese per Post an unser Labor zurück.

Der Versand sollte vorzugsweise 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