



COMO REALIZAR A COLHEITA

Sangue

FOR ENGLISH:



1 Quando realizar o teste



O teste deve ser realizado durante o período da manhã de Segunda a Quinta-feira e enviado no mesmo dia até às 13h.



Para confirmar a necessidade de estar em jejum e a quantidade de sangue a recolher, **consultar a página online do produto.**



Não realizar o teste a uma sexta-feira, fim de semana, feriado ou véspera de feriado, pois o mesmo poderá não ser aceite pelo laboratório para análise.

⚠ Se foi adquirido um kit com análise de cortisol, a colheita deve ser realizada até às 10h.

2 Ativar o teste

Antes de iniciar a colheita **o kit deve ser ativado** em: **www.labinthebox.pt**.

⚠ O laboratório não poderá processar a amostra sem este registo.



3

Como realizar a colheita

Ver o vídeo de como realizar uma colheita antes de dar início ao teste. No vídeo são dadas algumas dicas para uma colheita de amostra bem-sucedida.



Ver aqui o vídeo

4

Preparação do teste



Depois de abrir a caixa do kit, colocar todos os elementos na superfície onde vai ser realizada a colheita.



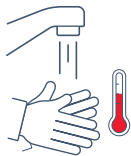
Retirar o tubo de dentro do suporte, fechar o mesmo, colocar o tubo no orifício do suporte e desenroscar a tampa.



Abriu a compressa e o toalhete com álcool.

5 Aquecimento das mãos

Exercitar as mãos ligeiramente e passar por água morna durante 2 minutos, isto ajuda num maior fluxo de sangue para realização do teste.



6 Preparação para realizar a colheita

Beber 2 a 3 copos de água antes de realizar o teste.

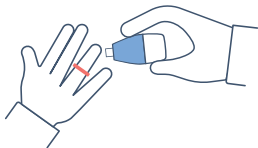


Para melhores resultados utilizar a **parte lateral da ponta do dedo anelar da mão esquerda** para a colheita. Evitar utilizar o dedo polegar ou dedo mindinho e dedos com ferimentos ou infeções.

Limpar a área escolhida a picar com o toalhete com álcool e deixar secar.

Pegar na lanceta, rodar a ponta para abrir e preparar-se para picar.

7 Picar o dedo com a lanceta



A lanceta apenas irá picar uma vez. Colocar o dedo contra uma superfície plana e pressionar a lanceta contra a parte lateral da ponta do dedo até ouvir um clique.



Não utilizar a primeira gota de sangue. Limpar com a compressa seca.

8 Recolher o sangue para dentro do tubo de recolha

A partir da segunda gota de sangue, colocar a mão para baixo, colocar o dedo junto ao tubo e massajar gentilmente para produzir gotas de sangue.



9

Garantir o correto preenchimento do tubo

Encher o tubo até à linha indicada na **página do produto**.

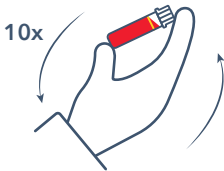
Se não for possível preencher sangue suficiente numa única picada, repetir o processo com outra lanceta e picar outro dedo. Limpar o dedo com a compressa seca e colocar o penso rápido nos dedos utilizados.



10

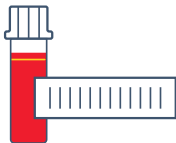
Fechar o tubo e agitar para misturar

Colocar a tampa do tubo e pressionar para baixo para fechar até ouvir um clique. Rodar gentilmente o tubo para cima e para baixo 10 vezes.

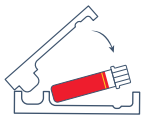


11 Identificar o tubo com o código de barras

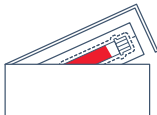
Colocar à volta do tubo, a etiqueta com código de barras fornecida no kit.



12 Enviar o teste



Voltar a colocar o tubo de colheita dentro do suporte.



Inserir o suporte dentro da caixa do kit.



Colocar a caixa de cartão dentro do envelope de envio fornecido que já contém uma etiqueta de envio pré-paga e selar o mesmo.

13 Envio do Kit para laboratório

O envelope pode ser entregue num ponto de recolha até às 13h ou recolhido em casa sob agendamento que deverá ser efectuado até às 13h.

O envio deve ser feito no mesmo dia em que a colheita da amostra foi realizada.

Os resultados são enviados por email num prazo máximo entre 2 e 3 dias úteis. Em caso de dúvida, enviar um email para:

help@labinthebox.pt

Para agendamento da recolha
(+351) 218 860 169
(Chamada para a rede fixa nacional)



Consultar os pontos de recolha



CONTEÚDO DO KIT

1x ou 2x



Tubo de colheita*



Lancetas



2x
Pensos rápidos

1x



Compressa de gaze sem álcool

1x



Toalhete com álcool

1x



Envelope [pré-pago]

1x ou 2x



Suporte para tubos*

2x ou 3x



Etiqueta*



1x

Guia Rápido

1x

Instrução de utilização

*De acordo com a referência do kit