dutch

Dried Urine Test for Comprehensive Hormones

Umfassendste Bestimmung von Sexual- und Stresshormone mit 4 Proben von getrocknetem Urin.

ZU WELCHER ZEIT DES MONATS NEHME ICH DIE PROBEN?

Männer und postmenopausale Frauen

Können die Proben jederzeit nehmen.

Frauen mit normalem Zyklus

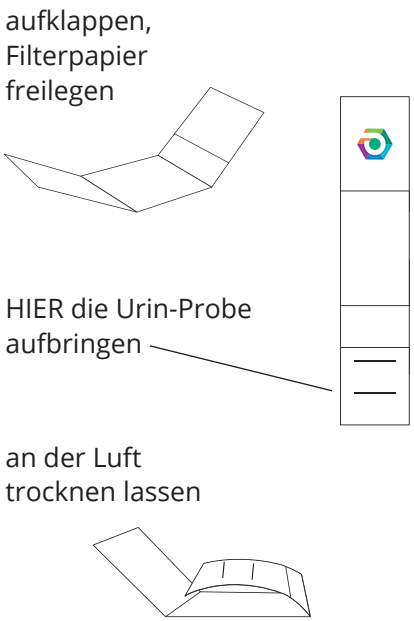
Beginnen Sie die Probennahme zwischen dem 19. und 22. Tag Ihres Zyklus, WENN SIE EINEN 28-TAGE-ZYKLUS haben.

Bei LÄNGEREM Zyklus, addieren Sie die Anzahl der Tage, die Ihr Zyklus länger als 28 Tage ist, bzw. ziehen Sie bei KÜRZEREM Zyklus die Zahl der Tage ab, um die Ihr Zyklus von 28 Tagen abweicht.

Bei unregelmäßigem oder nicht vorhandenem Zyklus fragen Sie bitte Ihren Arzt oder Therapeuten.

WIE NEHME ICH DIE PROBEN?

1. Füllen Sie das Formular bitte vollständig aus.
2. Benetzen Sie das Filterpapier so mit Urin, dass es durchnässt ist, entweder DIREKT oder nehmen Sie ein SAUBERES Gefäß zu Hilfe.
3. Lassen Sie die Probe mindestens 24 Stunden an der Luft trocknen (NICHT auf die Heizung legen, fönen, etc.).
4. Nach dem Trocknen zuklappen, und alle Proben in den beiliegenden Plastikbeutel packen.



Institute for Functional Medicine and Environmental Medicine
Buttlarstrasse 4a | DE-34466 Wolfhagen
0 56 92/99 77 9-0 | Fax 0 56 92/99 77 9-22
info@ifu-wolfhagen.de

Sie benötigen mehr Informationen?

Besuchen Sie **DutchTest.com** für eine Video-Anleitung!

Besuchen Sie
dutchtest.com
Labor-Telefon: (+1) 503-687-2050

PRECISION ANALYTICAL INC.
SIMPLY · BETTER · TESTING

dutch

Dried Urine Test for Comprehensive Hormones

Umfassendste Bestimmung von Sexual- und Stresshormone mit 4 Proben von getrocknetem Urin.

ZEITPLAN

Sammeln Sie die Proben an einem Tag mit Ihrem normalen, regelmäßigen Wach-/ Schlafrhythmus und so, wie unten beschrieben.

dutch Urin-Proben-Plan

Kein Koffein
Und WENIG TRINKEN nach dem Mittagessen

Abends (Probe 1)
ungefähr Abendessen-Zeit

Nichts Trinken 2 Stunden lang VOR den Proben 1 & 2

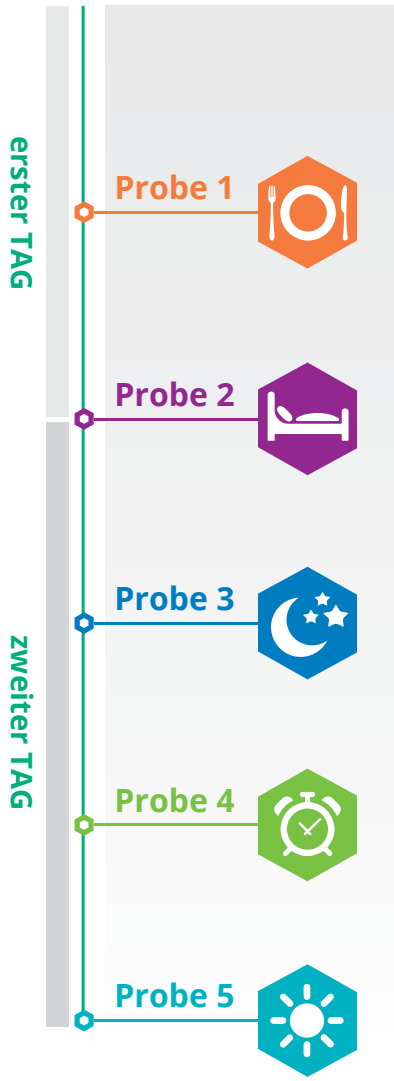
Beim Schlafen gehen (Probe 2)
bevor Sie SCHLAFEN wollen

Nachts (Probe 3)
wenn Sie das ERSTE MAL aufwachen. Wenn Sie mehr als 1 Mal aufwachen, diesen Urin NICHT verwenden. Wenn sie nachts gar nicht aufwachen, lassen Sie diese Probe aus.

Beim Aufwachen (Probe 4)
innerhalb von 10 MINUTEN NACH DEM AUFWACHEN die Probe nehmen! Falls Sie noch wach im Bett liegen, NICHT bis zum Aufstehen warten!

Kein Koffein
und NICHT MEHR ALS 150ml Flüssigkeit (eine Tasse) trinken zwischen Probe 4 und Probe 5

2 Stunden Nach Dem Aufwachen (Probe 5)
TIPP: sofort nach Probe 4, WECKER STELLEN



Hormon-Plan

24 Stunden vor dem Test **KEIN ORALES Östrogen, DHEA, Testosteron**

3 TAGE vor dem Test
KEIN ORALES Pregnenolon

Hormone, die **NACHTS** eingenommen werden (auch orales Progesteron, „Pille"), **NACH Probe 2 einnehmen.**

CREMES oder GELS
können normal angewendet werden

Alle Hormone, die **MORGENS** eingenommen werden, erst **NACH Probe 5** einnehmen

Bei Einnhame von Glucocorticoiden (Kortison, Prednisolon, Dexamethason, etc., und bei Hormon-Pflastern, Injektionen, etc. unbedingt Rücksprache mit dem Arzt oder Therapeuten nehmen!

Sie benötigen mehr Informationen?

Besuchen Sie **DutchTest.com** für eine Video-Anleitung!

Institute for Functional Medicine and Environmental Medicine
Buttlarstrasse 4a | DE-34466 Wolfhagen | 0 56 92/99 77 9-0 | info@ifu-wolfhagen.de

Besuchen Sie
dutchtest.com
Labor-Telefon: (+1) 503-687-2050

PRECISION ANALYTICAL INC.
SIMPLY · BETTER · TESTING

dutch

Dried Urine Test for Comprehensive Hormones

Umfassendste Bestimmung von Sexual- und Stresshormone mit 4 Proben von getrocknetem Urin.

FAQ: Häufig gestellte Fragen:

Frage: Was soll ich tun, wenn ich eine Probe verpasst habe?
Antwort: Einfach die Probe am folgenden Tag nach Anleitung entnehmen. Die Proben müssen nicht alle innerhalb einer 24-Stunden-Periode genommen werden.

Frage: Muss ich die Proben in der Reihenfolge von 1-5 entnehmen?
Antwort: Nein, der Anfang ist egal. Sie können z.B. mit 4 anfangen, dann 5, 1, 2, 3.

Frage: Wie lange kann ich warten, bevor ich die getrockneten Proben einsende?
Antwort: Nicht länger als nötig. Falls es zwingende Gründe einer Verzögerung gibt, sollten Sie die komplett getrockneten Proben einfrieren, dabei vor Feuchtigkeit schützen.

Frage: Muss ich für diesen Test eine Hormontherapie unterbrechen?
Antwort: Dieser Test soll den Zustand der Patienten im Normalfall abbilden, also während der alltäglichen Therapie. Ausnahmen sind bei der Probenentnahme beschrieben.

Frage: Wie gehe ich vor, wenn ich z. B. Nachtschicht habe?
Antwort: Probe 2 vor der längsten Ruhezeit (unabhängig von der Tageszeit), dann weiter, als ob Sie nachts ruhen/schlafen würden. Probe 1 sollte 7 Stunden vor dem Schlafen gehen genommen werden.

Frage: Was tue ich, wenn ich zu den angegebenen Zeiten der Probenentnahmen nicht urinieren „muss"?
Antwort: Trinken Sie etwas Wasser und probieren Sie es wieder.

Frage: Wann sollte die „Abend"-Probe genommen werden?
Antwort: Idealerweise gegen 17 Uhr, auf jeden Fall VOR dem Abendessen, auch wenn Sie abends NICHTS essen.

Frage: Eignet sich der Test für Kinder?
Antwort: Das Mindestalter ist 12 Jahre.

Im Zweifel fragen Sie bitte Ihren Arzt oder Therapeuten.

Sie benötigen mehr Informationen?

Besuchen Sie **DutchTest.com** für eine Video-Anleitung!

Besuchen Sie
dutchtest.com
Labor-Telefon: (+1) 503-687-2050

PRECISION ANALYTICAL INC.
SIMPLY · BETTER · TESTING