

1. SCHRITT

Unterschreibe die **Einwilligungserklärung**.

Wichtig: Nur wenn du die Einwilligungserklärung unterschrieben hast, dürfen wir die genetische Abklärung durchführen und deine Probe auswerten.



2. SCHRITT

Vorbereitung: **Spüle** dir den Mund mit klarem Wasser **gründlich** aus.



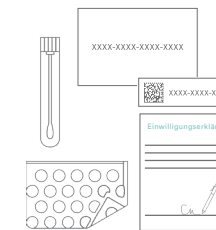
3. SCHRITT

Anschließend solltest du **15 Minuten vor der Probenentnahme** nichts essen, nichts trinken, nicht rauchen und dir nicht die Zähne putzen.



4. SCHRITT

Lege alle im Entnahme-Set enthaltenen Utensilien vor dich und packe das Probenröhrchen aus dem Blister aus. **Wichtig:** Schraube das Probenröhrchen mit dem Abstrichtupfer erst unmittelbar vor der Probenentnahme auf.



Das Probenröhrchen sollte erst unmittelbar vor der Probenentnahme aufgeschraubt werden!

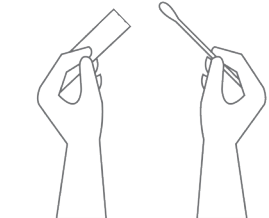
5. SCHRITT

Um Verunreinigungen der Probe zu vermeiden, wasche dir bitte gründlich die Hände und trockne sie ab.



6. SCHRITT

Ziehe nun den Abstrichtupfer aus dem Probenröhrchen.



Wichtig: Den Wattebausch nicht mit den Fingern berühren, um Verunreinigungen zu vermeiden.

7. SCHRITT

Führe den Wangenabstrich durch: Reibe und rotiere den Kopf des Abstrichtupfers an der **Innenseite jeder Wange** (links/rechts) mit kräftigem Druck **mindestens 3-5 mal**. Der Wattebausch sollte von allen Seiten gleichmäßig mit Speichel benetzt sein. Überführe den Abstrichtupfer danach **sofort in das Probenröhrchen** und verschließe dieses.



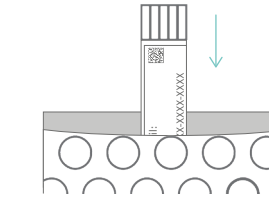
8. SCHRITT

Beschrifte nun **alle Felder** auf dem Code-Sticker. Bitte schreibe deine **E-Mail-Adresse besonders leserlich** auf, damit wir dir deinen Befundbericht zusenden können. Klebe den Sticker auf das Röhrchen mit dem Abstrichtupfer.



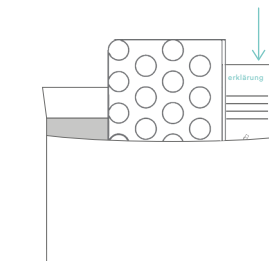
9. SCHRITT

Gib das Probenröhrchen mit dem Abstrichtupfer in den Luftpolsterbeutel und klebe diesen zu.



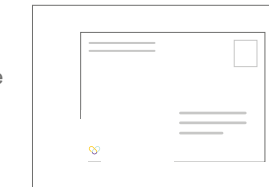
10. SCHRITT

Stecke den Luftpolsterbeutel mit dem Probenröhrchen und die **unterschiedene Einwilligungserklärung** in den vorfrankierten Rücksendeumschlag.



11. SCHRITT

Lege den Rücksendeumschlag auf eine ebene Fläche, ziehe den Klebestreifen ab & schließe ihn sorgfältig, ohne dass Falten entstehen. Beschrifte den Umschlag und bring ihn umgehend zur nächsten Poststelle oder wirf ihn in einen Briefkasten.



12. SCHRITT

Nach Eingang der Probe in unserem Labor erhältst du eine **Bestätigung per SMS**. Den Befundbericht mit deinem Ergebnis erhältst du nach 5-10 Werktagen per E-Mail.

Hinweis: Bewahre die Identifikationskarte gut auf - sie dient der anonymen Identifikation und Zuordnung deiner Laborprobe.



kiweno

Laktose
intoleranz

ANLEITUNG

Erkenne die Bedürfnisse deines Körpers, optimiere deine Ernährung und fühle dich besser.

Das kiweno Team wünscht dir viel Erfolg bei der Durchführung!



Fuschelberger

Dr. med. Roland Fuschelberger,
medizinischer Leiter kiweno

Deine ersten Schritte

Um feststellen zu können, ob eine primäre Laktoseintoleranz vorliegt, benötigen wir einen Wangenabstrich, der anschließend mittels real-time PCR (Polymerase-Kettenreaktion) in unserem medizinischen Partnerlabor analysiert wird. **Wichtig:** Es wird ausschließlich die primäre (genetisch bedingte) Form der Laktoseintoleranz nachgewiesen bzw. ausgeschlossen.

Auf der Rückseite findest du eine bebilderte Schritt-für-Schritt Anleitung, mit deren Hilfe die Probenentnahme einfach und ohne medizinisches Vorwissen von zuhause aus erfolgen kann. Lies dir bitte die Anleitung vor der Durchführung aufmerksam durch. **Um eine valide Testauswertung garantieren zu können, achte bitte darauf, die einzelnen Schritte der Anleitung genau zu befolgen.**

Wichtige Informationen

- Führe die Probenentnahme optimalerweise zu Wochenbeginn durch und bringe die Probe nach der Durchführung umgehend zur Post bzw. zum nächsten Postkasten, um den Versandweg so kurz wie möglich zu halten. Bitte berücksichtige etwaige Feiertage.
- Die Probe sollte keiner direkten Sonneneinstrahlung bzw. Temperaturen über 35 °C ausgesetzt sein.
- Die Tageszeit zur Probenentnahme spielt keine Rolle.
- 15 Minuten vor der Probenentnahme solltest du nicht Zähne putzen, nicht rauchen sowie nichts essen oder trinken.
- Achte während der Durchführung auf eine saubere Umgebung.
- Achte darauf, dass der Kopf des Abstrichtupfers nur mit der Innenseite deiner Wangen in Berührung kommt. Berühre den Kopf des Abstrichtupfers nicht mit den Fingern!

- Führe die Probenentnahme, wie auf der Rückseite dieser Anleitung beschrieben, durch.
- Nachdem deine Probe bei uns eingetroffen ist, dauert es bis zu 10 Tage, bis du dein Testergebnis mit individuellem Befund und Handlungsempfehlungen via E-Mail erhältst.

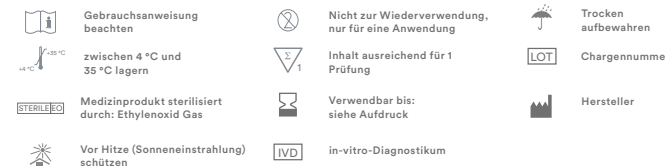
Sollten Fragen zur Durchführung oder deinem Ergebnis auftreten, wende dich bitte an das kiweno Team per E-Mail an service@kiweno.com. Auf www.kiweno.com/faq findest du außerdem Antworten auf häufig gestellte Fragen.

Hier findest du eine Videoanleitung:
www.kiweno.com/anleitungen



Sicherheitshinweise

- Bei Kindern und Jugendlichen unter 18 Jahren darf die Anwendung nur unter Aufsicht eines Erziehungsberechtigten erfolgen.
- Bei Kindern darf die Durchführung nur mit ärztlicher Nachbetreuung erfolgen. Mehr dazu auf www.kiweno.com/faq.
- Bewahre das Entnahme-Set außerhalb der Reichweite von Kindern auf.
- Unter kiweno.com/de/laktose-aufklaerung kannst du jederzeit die Aufklärungsinformationen lesen.



Packungsinhalt



Kontakt

✉ service@kiweno.com

Stand: 27-04-2022

ADRESSE

KIWENO GmbH
Weisstraße 9
6112 Wattens, Österreich

Du willst mehr zum Thema Laktoseintoleranz erfahren und freust dich über hilfreiche Tipps & Tricks? Dann besuch uns gerne auf:

W www.kiweno.com

f www.facebook.com/kiweno

📷 www.instagram.com/kiweno

Immundiagnostik AG
Stubenwald-Allee 8a
64625 Bensheim, Germany

