

## ANLEITUNG ZUM SAMMELN VON SPEICHELPROBEN

Sehr geehrte Patientin,

sehr geehrter Patient,

um einen aussagekräftigen und korrekten Befund zu erstellen, benötigen wir eine fehlerfrei entnommene **Speichelprobe** – und somit Ihre Hilfe.

- Um ein zuverlässiges Sammeln von Speichelproben zu gewährleisten, stellen wir 5 Sammelgefäße mit einem Fassungsvermögen von 2 ml sowie 5 kurze Trinkhalme zum Einbringen des Speichels in das Gefäß zur Verfügung. Mitgeliefert werden des Weiteren 5 Selbstklebe-Etiketten zum Beschriften und 2 Versandhüllen mit Vlieseinlage zum sicheren Transport.
- Wenn vom Arzt nicht anders angeordnet, suchen Sie sich am besten eine 2stündige Sammelperiode aus, die vor einer geplanten Mahlzeit liegt. (z.B. in der Zeit von 10-12 Uhr). Dann sollten Sie die Proben um 10.00 Uhr, 10.30 Uhr, 11.00 Uhr, 11.30 Uhr und 12.00 Uhr sammeln. Diese Zeiten müssen nicht streng eingehalten werden. Abweichungen von bis zu 10 Minuten sind unkritisch. Jedes Sammelgefäß sollte zu mindestens 25% - besser zu 50%- gefüllt sein.
- Bei Benutzung von Hormoncremes ist darauf zu achten, dass nach dem Eincremen die Hände sorgfältig gewaschen werden, um die Hormonreste von den Handflächen abzuwaschen. Wegen der extremen Sensitivität der Speicheltests sollten solche Patienten dann zur Speichelentnahme Einmalhandschuhe tragen, um eine Kontamination des Sammelbesteckes auszuschließen.
- Vor dem Speichelsammeln sollten möglichst wenig tierische Produkte konsumiert werden, da dadurch die Hormonbestimmung gestört werden könnte. Die letzte Nahrungsaufnahme sollte mindestens **3 Stunden** zurückliegen. Rein vegetarische Nahrungsmittel (ohne Milch- und Eiprodukte) können in kleineren Mengen bis zu 1 Stunde vor dem Sammeln konsumiert werden. In der letzten halben Stunden vor dem Sammeln sollte auch nicht mehr geraucht werden. Wasser trinken ist immer erlaubt. Vor dem Speichelsammeln ist **unbedingt** darauf zu achten, dass der Mund sauber ist und vor allem keine Spuren von Speiseresten oder Getränken enthält. Daher sollte der Mund vor Beginn des Speichelsammelns zumindest einmal gründlich gespült werden.
- Warten Sie nach dem Ausspülen des Mundes mindestens 5 Minuten, bevor Sie Speichel im Mundraum sammeln. Bringen Sie danach den Speichel mit Hilfe des kleinen Trinkhalmes in das Probengefäß ein. Anschließend beschriften Sie eines der beigefügten Etiketten mit Namen und Uhrzeit und kleben es auf das Gefäß, damit dieses eindeutig gekennzeichnet ist. Das Gefäß sollte nun zur Hälfte gefüllt sein (bei Speichelmangel ist auch eine ¼ Füllung ausreichend). Bei dem geforderten Volumen darf der Schaum nicht mitgerechnet werden. Wenn zu viel Schaum im Gefäß ist, so ist der Schaum mit dem Trinkhalm wieder abzusaugen und Speichelflüssigkeit nachzufüllen.

- bitte wenden -

- Bei ausbleibendem oder unzureichendem Speichelfluss trinken Sie reichlich Wasser. Danach warten Sie mindestens 5 Minuten, bevor Sie Speichel sammeln. Bitte auch nichts (z.B. Kaugummi) kauen. Jeder Druck auf die Zähne kann, besonders bei krankem Zahnfleisch, zu erhöhten Werten bei der Speichelanalyse führen. Manchmal hilft es für besseren Speichelfluss auch intensiv an leckere saure Speisen zu denken.
- In dem Speichel darf kein Blut beigemischt sein. Auch schon bei leichter rötlicher Verfärbung des Speichels ist die Flüssigkeit zu verwerfen. Spülen Sie in diesem Fall das Gefäß mit Leitungswasser aus und wiederholen Sie den Sammelvorgang nach 5 – 10 Minuten.
- Aufbewahren der Speichelproben: Während einer Sammelperiode ist eine Aufbewahrung der Speichelproben bei normaler Raumtemperatur auch im Hochsommer unbedenklich. Wenn Speichelproben länger als einen Tag aufbewahrt werden sollen, ist die Aufbewahrung im Kühlschrank oder besser im Tiefkühlfach angeraten.
- Versand der Proben: Ein Postversand ist ohne Kühlung auch bei sommerlichen Temperatur möglich. Hierbei ist darauf zu achten, dass die Sammelgefäße fest verschlossen sind. Geben Sie danach bis zu 3 dieser Gefäße in eines der mitgelieferten Versandhüllen und verschließen Sie auch diese. Danach stecken Sie die beiden Versandhüllen in die ebenfalls beiliegende Versandtasche an die InVitaLab und verschicken Sie diesen unfrei mit der Post.

Vielen Dank für Ihre Mithilfe

Ihr InVitaLab-Team