

# HANDLEIDING voor de Urine test (ochtendurine)

**Alvorens u aan de test begint, adviseren wij u om eerst aandachtig de gehele handleiding door te lezen. Indien u hierna nog vragen heeft, kunt u contact opnemen met uw behandelend arts of therapeut.**

*Bacteriële kolonisatie van de dunne darm (SIBO)  
NAG (N-Acetyl- $\beta$ -D-Glucosaminidase)  
Oestrogeen metabolieten*

Controleer eerst of alle benodigde materialen in de testkit aanwezig zijn. Uw testpakket hoort te bevatten:

- Instructie
- Urinebuisje (monovette) + etiket en gele spits
- Urinebeker
- RigidSafetyBag
- Laboratoriumaanvraagformulier RP Analytic (reeds ingevuld door u en uw behandelend arts of therapeut)
- Verzendenvelop (aan RP Analytic)

## Vorbereiding testafname

- Drink de avond voor de testafname geen grote hoeveelheden vloeistof (meer dan 1 liter).
- Neem de **laatste maaltijd uiterlijk 12 uur** voor de testafname.
- Belangrijk advies voor **vrouwen**: neem geen urine af tijdens uw menstruatie.

## Afname ochtendurine

1. Voor deze test is de **eerste ochtendurine** nodig. Gebruik voor de afname van de ochtendurine de **midden straal**: laat hiervoor de urine ongeveer 3 seconden in het toilet lopen en vang dan de urine op in de urinebeker **zonder** de straal te onderbreken. De urinebeker moet minstens tot de helft gevuld worden. Daarna de rest van de urinestraal gewoon in het toilet laten lopen.
2. Verwijder het dopje van de gele draaisluiting van het urinebuisje (monovette) en plaats de gele spits erop.
3. Dompel de gele spits in de urine en neem urine uit de urinebeker af door de stempel volledig omhoog te trekken. Het urinebuisje moet volledig gevuld worden.
4. Haal de gele spits van de monovette en hersluit de monovette met het dopje op de gele draaisluiting.
5. Breek de stempel op zijn breekpunt af zodat de rest van de stempel niet meer uitsteekt. De gele spits, de stempel en de urine beker kunt u bij de gewone afval gooien.
6. Plaats het urinebuisje in de RigidSafetyBag en sluit deze zorgvuldig.
7. Stuur de RigidSafetybag en het laboratoriumaanvraagformulier in de meegeleverde verzendenvelop op (van maandag t/m donderdag insturen, **niet voor het weekend of voor/tijdens feestdagen**).

# ANLEITUNG zur Probengewinnung des Morgenurins

**Wir empfehlen dringend erst die Gebrauchsanleitung aufmerksam zu lesen und erst danach den Test durchzuführen. Bei Fragen oder Unklarheiten fragen Sie bitte Ihren Arzt oder Therapeuten.**

*Bakterielle Fehbesiedlung des Dünndarms (SBOG)  
NAG (N-Acetyl- $\beta$ -D-Glucosaminidase)  
Östrogen Metaboliten*

Kontrollieren Sie bitte zuerst, ob alle benötigten Materialien vorhanden sind. Im Testpaket sollte enthalten sein:

- Gebrauchsanweisung
- Urin-Röhrchen (Monovette) + Etikett und gelber Spitze
- Urin-Becher
- Versandgefäß (RigidSafetyBag)
- Labor-Auftragsformular von RP Analytic (ausgefüllt durch Ihren Arzt oder Therapeuten)
- Versandumschlag (an RP Analytic)

## Test-Vorbereitung

- Am Vorabend der Probennahme sowie in der Nacht ist die Aufnahme **von größeren Flüssigkeitsmengen** (mehr als 1 Liter) zu vermeiden.
- **12 Stunden** vor der Gewinnung des ersten Morgenurins sollte die **letzte Mahlzeit** verzehrt werden.
- Wichtiger Hinweis für **Frauen**: Bitte sammeln Sie keinen Urin während Ihrer Periode.

## Gewinnung des Morgenurins

1. Benötigt wird als Probe Ihr **erster Morgenurin**. Verwenden Sie bitte für die Urin-Probe den **Mittelstrahlurin**: Lassen Sie den Urin ca. 3 Sekunden in die Toilette laufen. Fangen Sie anschließend ca. 10 ml Urin im Urin-Becher auf, **ohne** den Urinstrahl zu unterbrechen. Dieser sollte etwa bis zur Hälfte gefüllt werden. Den restlichen Harn lassen sie wieder in die Toilette.
2. Nehmen Sie nun die gelbe Spitze und das gelbe Urin-Röhrchen zur Hand, drehen den vorderen Teil des gelben Verschlusses ab und setzen Sie die Spitze auf.
3. Tauchen Sie die gelbe Spitze in den Urin und entnehmen Sie mit dieser Spitze nun einen Teil des Urins aus dem Urin-Becher, indem Sie den Stempel hinten vollständig herausziehen. Das Urin-Röhrchen sollte vollständig gefüllt werden.
4. Nehmen Sie die gelbe Spitze ab und verschließen Sie das Urin-Röhrchen mit dem gelben Verschluss wieder sorgfältig.
5. Brechen Sie den herausgezogenen Stempel an der Soll-Bruchstelle ab, so dass der Rest des Stempels nicht mehr hervorsteht. Die Spitze, den abgebrochenen Stempel und den Urin-Becher entsorgen Sie bitte mit Ihrem Hausmüll.
6. Stecken Sie das Urin-Röhrchen in das Versandgefäß und verschließen dieses sorgfältig.
7. Legen Sie das Probengefäß mit dem ausgefüllten und unterschriebenen Anforderungsbogen in die beiliegende Versandtasche und senden Sie diese per Post portofrei an unser Labor zurück. Der Versand sollte vorzugsweise von Montag bis Donnerstag, **nicht zum Wochenende oder vor Feiertagen** erfolgen.