

Test Öncesi ve Test Esnasında Dikkat Edilecekler

Mikrobiyota (metagenom) testi için size sağlanan "Örnek Verme Kiti" kullanılarak dışkı örneği vermeniz gerekmektedir. Kit içinden çıkan örnek toplama kabındaki dışkı saklama solüsyonu sayesinde örneğin alındığı andaki bakteri kompozisyonunun sabitlenmesi sağlanmaktadır.

Örnek vermeden önce her zamanki diyetinizi sürdürmüş olmanız önem taşımaktadır. Sigara ve alkol kullanımı da örnek vermeden önce değiştirilmemelidir.

Probiyotik/Prebiyotik/Simbiyotik takviyesi düzenli olarak kullanıyorsanız örnek vermeden önce her zamanki gibi kullanmaya devam etmeniz bir sakınca yoktur. Mikrobiyotanızın bu takviyelerin etkisi olmadan bulunan durumunu öğrenmek istiyorsanız, minimum 24 saat süreyle bu takviyelerin alınmamış olması gerekmektedir.

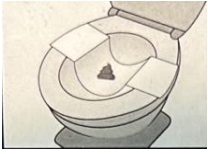
Vitaminler gibi herhangi gıda takviyelerini düzenli olarak kullanıyorsanız, Mikrobiyota (metagenom) Testi için örnek vermeden önce bunları kesmenize gerek yoktur.

Antibiyotik kullanımı sahip olduğunuz bağırsak mikrobiyotasını değiştirir ve antibiyotik kesildikten 2 ay sonra mikrobiyota normal haline döner. Mikrobiyota (metagenom) testi için örnek vermeden önce en az 2 ay boyunca antibiyotik kullanmamış olduğunuzdan emin olmalısınız.

Kronik rahatsızlık tedavi veya profilaksisi için her zaman kullandığınız ilaçlarınız varsa, örnek vermeden önce, bunların kullanımında herhangi bir değişikliğe gitmemelisiniz.

Aşağıda nasıl örnek vermeniz gerektiği özetlenmiştir:

Kit İçinden Çıkan Kağıt Örnek Tutucunun Tuvalete Yerleştirilişi



- Kit içinden dışkı örneğinin tuvalete düşmesini engelleyecek kağıt çıkacaktır. Bu kağıdı açtıktan sonra, yapışkan kenarlarını tuvalet kenarlarına tutturunuz.
- Tuvalete oturup dışkının tuvalete tutturmuş olduğunuz kağıda düşmesini bekleyiniz.

Örnek Toplama Kabının Kapağındaki Kaşıkla Dışkıdan Örnek Alınması



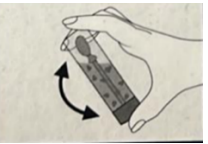
- Kit içinden solüsyon içeren örnek toplama kabı çıkacaktır. Bu kabı dik tutarak, kapağını çevirerek açınız.
- Kap kapağındaki kaşığı kullanarak, kağıda düşmüş olan dışkıdan örnek alınız.

Kaşıktaki Dışkı Örneğinin Solüsyonlu Kaba Yerleştirilip Kapatılması



- Kaşıқта toplanmış olan dışkıyı, kaptaki solüsyona sokup çevirerek kapatınız.

Kapağı Kapatılmış Örnek Toplama Kapınının Aşağı Yukarı Sallanarak, Dışkı Örneğinin Solüsyonda Dağılması



- Örnek kabını kapattıktan sonra, aşağı yukarı en az beş kere sallayarak dışkının solüsyonda dağılmasını sağlayınız.

Dışkının Toplama Kağıdıyla Birlikte Atılması



- Tuvalete tutturduğunuz kağıt suda çözünebilir, üzerine sifonu çekebilirsiniz.