

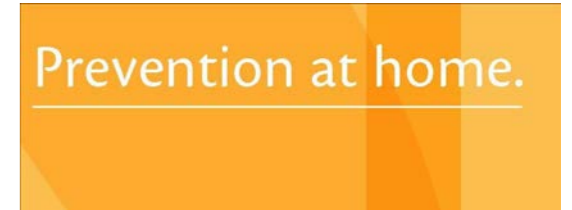


Takk for at du kjøper denne PRIMA®-hjemmetesten for kolesterol. Denne esken inneholder alt du trenger for å ta en screeningtest for kolesterol. Les alle instruksjonene før du gjennomfører testen.

## TILTENKT BRUK

PRIMA®-hjemmetesten for kolesterol er beregnet på personer som ikke har tatt kolesterolmåling før. Hensikten er å gi en pekepinn på om kolesterolnivået er høyt nok til at lege bør kontaktes, og/eller følge med på kolesterolnivået hjemme, hvis legen allerede har gitt beskjed om at nivået er forhøyet. Testen er en engangstest som kan gi semikvantitativt svar på den totale kolesterolmengden i blodet. Den diagnostiserer ikke en medisinsk tilstand.

Høyt kolesterolnivå er en av de største risikofaktorene for hjertesykdom. Andre risikofaktorer som kan øke sannsynligheten for hjertesykdom, er røyking, høyt blodtrykk, et fettrikt kosthold og for lite fysisk aktivitet. Canadian Cardiovascular Society anbefaler rutinemålinger av kolesterol hos menn over 40 år og kvinner over 45 år hvis det ikke foreligger andre risikofaktorer. Hvis andre risikofaktorer er til stede, er testing anbefalt for alle over 25 år.



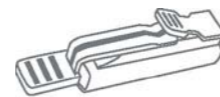
## SLIK FUNGERER TESTEN

PRIMA®-hjemmetesten for kolesterol inkluderer teststrimler som er kjemisk forhåndsbehandlet med enzymer. En dråpe blod fra et stikk i fingeren absorberes av en pute på baksiden av teststrimmelen. Blodprøven trekker gjennom til fremsiden av teststrimmelen, og reagerer med reagensene. Kolesterol i blodprøven gjør at den fargeløse indikatoren får farge. Fargen som oppstår på reaksjonsputen, kan sammenlignes med det medfølgende fargedagrammet.

## INNHold

ESKEN INNEHOLDER ALT SOM TRENGS FOR Å TA TO TESTER:

2 sterile lansetter til fingerstikk



1 pakningsvedlegg

2 teststrimler (i forseglede poser)

Side for påføring av blod

Side for fargesammenligning / bruk på plaststøtten

1 støttekort i plast

	P	
	O	
sees -	t	SAH
		0+
the strip only	//	mauvCesq

NØDVENDIG MATERIELL SOM IKKE MEDFØLGER: Tidsmåler (stoppeklokke, timer eller klokke)

## OPPBEVARING OG HANDTERING

Oppbevar testen ved romtemperatur (mellom 4 °C og 30 °C) på et tørt sted uten direkte sollys. Testen kan kun brukes frem til utløpsdatoen som er angitt på esken.

Skal ikke fryses.

Skal ikke utsettes for varme eller direkte sollys.

Ikke åpne folieposen på et dampfylt badrom.

Vent med å åpne folieposen til du skal ta testen. Bruk teststrimmelen med én gang du har tatt den ut av folieposen.

## ADVARSLER OG FORHOLDSREGLER

Ta testen på fastende hjerte.

Bare for *in vitro*-diagnostikk Kun for egenkontroll.

Kun for ekstern bruk. Oppbevares utilgjengelig for barn. Skal ikke svelges.

Anbefales ikke for personer som bruker blodfortynnende medikamenter (antikoagulanter), eller som har hemofili eller en lignende sykdom.

Fargeblinde bør be om hjelp til å lese testresultatene.

Akutt sykdom kan føre til feilaktig positive resultater. Hvis du har vært akutt syk, må du vente i minst én måned før du gjennomfører testen.

Hvis du tar Tylenol (acetaminophen) eller vitamin C-tabletter (500 mg eller mer), må du vente i fire timer før du gjennomfører testen.

Bruk kun friskt blod fra stikk i fingeren. Ikke bruk andre kroppsvæsker (plasma, serum, urin, spytt osv.).

Skal ikke brukes etter utløpsdatoen som er angitt på esken.

Vent med å åpne folieposen til du er klar til å ta testen. Ikke bruk testen hvis folieposen er skadet (åpnet eller revet).

Lansetten og teststrimmelen kan ikke brukes flere ganger.

Brukt testmateriale kan ikke brukes flere ganger.

Brukt testmateriale kan kastes sammen med vanlig husholdningsavfall.

Ikke juster hjertemedisinen din ut fra testresultatene.

Brukt testmateriale kan kastes sammen med vanlig husholdningsavfall.

Ikke juster hjertemedisinen din ut fra testresultatene.

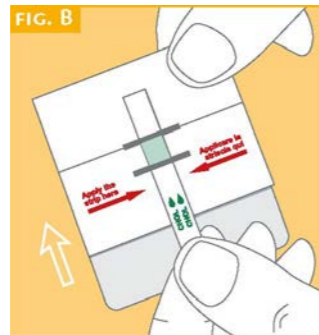
## TESTPROSEDYRE

1) Vask hendene godt i varmt vann, og tørk dem helt. Hvis du er kald på hendene, gnir du dem varme for å øke blodtilførselen til fingrene.

Åpne folieposen og ta ut teststrimmelen – **FIG. A**

Legg støttekortet på et tørt bord. Siden med påskriften "apply the strip here" (bruk strimmelen her) skal vende opp. Legg teststrimmelen på støttekortet slik det blir vist i – **FIG. B**

**FIG. A**



2) Ta ut en steril lansett fra testsettet. Ta av beskyttelseshetten på lansetten ved å vri den slik det blir vist i **FIG. C**, **D**, **E**. Pass på at du ikke trykker på utløseren og dermed aktiverer lansetten for tidlig.



3) Masser den valgte fingeren flere ganger med tommelen på motsatt hånd for å presse blod opp til tuppen.

4) Trykk den åpne enden av lansetten **godt mot** siden av den valgte fingeren. Trykk på sidespaken på lansetten til du hører et klikk – **FIG. F** Spissen trekker seg trygt og automatisk inn igjen etter bruk.

5) Bruk tommelen på motsatt hånd for å massere fingeren til det danner seg en stor dråpe blod – **FIG. G** Det er viktig å få en «fyldig» dråpe. Hvis du er usikker på hvordan du gjennomfører stikkingen riktig, kan du be noen om hjelp.

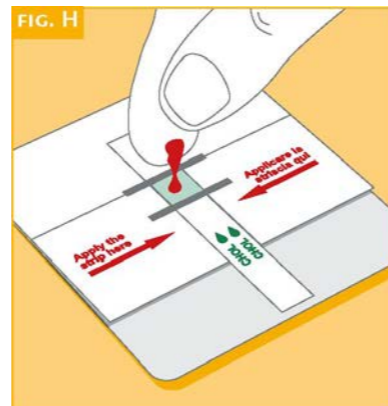


6) Plasser bloddråpen i det grønne feltet på strimmelen, slik pilen angir. Pass på at bloddråpen fyller hele det grønne feltet – **FIG. H** Vent i **40 sekunder**.

7) Etter 40 sekunder vender du raskt kortet og sammenligner fargenyansen og –intensiteten med fargene i diagrammet.

Dette skal gjøres innen 25 sekunder fra du snur kortet.

Tallet ved siden av den matchende fargen angir kolesterolnivået – **FIG. I**



## SLIK TOLKER DU RESULTATET

Slik leser du testresultatet: den visuelle avlesingen påvirkes av personlig evaluering, og kan derfor variere individuelt. Resultatet er en semikvantitativ vurdering basert på farge, nyanse og intensitet. Det er viktig å sammenligne fargen innen 40 sekunder. I motsatt fall vil fargen kunne forsvinne, slik at konsentrasjonen fremstår som lavere enn den faktisk er. Hver fargeblokk tilsvarer en kolesterolverdi. Hvis det er vanskelig å fastslå riktig farge, begynner du med å ta bort fargene som ikke passer, inntil du sitter igjen med bare én farge. – **FIG. I**

Når resultatet er klart, legger du alle komponentene tilbake i originalsettet, og kaster det.

**NORMAL VERDI: UNDER 200 MG/DL (5,1 MMOL/L)**

**Anbefalt verdi: Du har sannsynligvis lav risiko for hjertesykdom.** Fortsett å ha et godt kosthold, mosjonere jevnlig og kontrollere kolesterolet fra tid til annen.

**PÅ GRENSEN TIL HØYT: 200–240 MG/DL (5,1–6,1 MMOL/L)**

Du tilhører en gruppe med moderat risiko, og kan ha økt risiko for hjertesykdom. Ta en ny test. Hvis resultatet fortsatt er på grensen til høyt, kontakter du lege.

**HØY VERDI: OVER 240 MG/DL (6,1 MMOL/L)**

**Du kan ha økt risiko** for hjertesykdom, uavhengig av om det foreligger ytterligere risikofaktorer. Kontakt lege snarest for å få råd og hjelp.

**UGYLDIG RESULTAT**

Hvis resultatindikatoren ikke endrer farge til grønt, er testen ugyldig. Ugyldig resultat kan skyldes at testen ikke er gjennomført i samsvar med instruksjonene. Gjenta testen med det nye testsettet. Hvis det heller ikke nå skjer noen fargeendring, kan det skyldes fortsatte problemer med testprosedyren, eller at du har en kolesterolverdi på 150 mg/dL (3,9 mmol/L) eller mindre. Kontakt distributøren.

## VANLIGE SPØRSMÅL

**KAN TESTRESULTATENE ANGIS I ENTEN MG/DL ELLER MMOL/L?**

Vi anbefaler at du alltid bruker samme måleenhet når du noterer ned resultatene, slik at de blir enklere å sammenligne ved fremtidige målinger.

**HVA GJØR JEG HVIS KOLESTEROLNIVÅET ER HØYERE ENN NORMALT?**

Resultatet må tas på alvor, men et isolert høyt kolesterolnivå er ikke signifikant. Hvis kolesterolnivået virker høyt, bør du kontakte lege for å få tatt en ny test der man måler triglyseridnivået og skiller mellom det «gode» HDL-kolesterolet (High-Density Lipoprotein) og LDL-kolesterolet (Low-Density Lipoprotein). Dette gjør det enklere å gi en riktig vurdering av risikoen for arteriosklerose. Det kan være lurt å ta med disse instruksjonene når du snakker med legen, slik at vedkommende får mer detaljert informasjon om testen du tok.

**KAN RESULTATET VÆRE FEIL?**

**Hvis instruksjonene er fulgt nøye, er resultatet riktig.**

**KAN RESULTATENE VARIERE?**

Kolesterolmålingen kan variere også på kort sikt fra person til person.

**HVA ER FORSKJELLEN MELLOM «GODT» OG «FARLIG» KOLESTEROL?**

Kolesterolet sirkulerer i blodstrømmen i «pakker» med fett og proteiner som kalles lipoproteiner. De to hovedtypene er HDL og LDL. HDL (High Density Lipoprotein) omtales ofte som «det gode kolesterolet» fordi det ser ut til å fjerne overflødig kolesterol fra arteriene. LDL (Low Density Lipoprotein) kalles ofte «det farlige kolesterolet», fordi det forårsaker avleiringer i arterieveggene.

SYMBOLER

**[Tvp]** In vitro-diagnostisk enhet **as**

Les instruksjonene før bruk

Oppbevares ved temperaturer mellom +4° C og +30° C.

▲ Utløpsdato (siste dag i måneden)

Lansett STERIL R

Kun for

engangsbruk **I REF I**

Listenummer **iLPf**

Partnummer **m**

CE

CE

0344  
-CERTIFISERT-