

VITAMIN D TEST

SAMOTEST PRO ANALÝZU MNOŽSTVÍ VITAMINU D V KRVI



NEJDŮLEŽITĚJŠÍ VLASTNOSTI PRODUKTU

Vitamin D Test je důvěrný, laboratorní test ze suché krevní kapky, který odhaluje aktuální množství vitamínu D v krvi a pomáhá přizpůsobit nutriční potřeby vitamínu D. Je rychlý, jednoduchý a jeho výsledek je shrnut v přehledné grafice.

Po absolvování testu získáte přehled o vaší hladině vitamínu D a obdržíte doporučení, jak hladinu spravovat nebo zlepšovat na míru právě vám. Doporučuje se, abyste test absolvoval/ a každých 120 dní, abyste mohl/a sledovat svůj stav a přizpůsobit svůj příjem a životní styl sezónním výkyvům.

HLAVNÍ PŘÍNOSY

- ▶ **Měří hladinu vitamínu D**
- ▶ **Rychlý a snadný**
- ▶ **Detailní poznatky**
- ▶ **Sledování pokroku**
- ▶ **Anonymní výsledky testů z nezávislé laboratoře**

POSVIŤTE SI NA SVÉ ZDRAVÍ

Vitamin D Test společnosti Zinzino je jednoduchým sebestestem, který po odebrání kapilární krve z prstu umožňuje analýzu hladiny vitamínu D prováděnou s využitím techniky suché krevní kapky (DBS). Bude-li naším cílem analýza hladiny vitamínu D, je vědecky dokázáno, že technika DBS je právě tak přesná, jako odebrání vzorku žilní krve. Zapotřebí je pouze 1 až 2 kapky krve ze špičky prstu umístěné na filtrační papír Whatman®, a provedení potrvá necelou minutu.

Analytické služby VITAS v Norsku budou analyzovat vaši současnou hladinu vitamínu D a výsledek je anonymní. Hladina se může v průběhu roku lišit v závislosti na pobytu na slunci, jídelníčku, kde žijete, a doplňcích stravy. Proto je doporučený interval mezi jednotlivými testy 120 dní.

Pomocí vašeho osobního ID testu získáte podrobní osobní doporučení založená na vaší hladině vitamínu D.

JAK TO FUNGUJE?

1. Udělejte si test

Jednoduše začněte tím, že se píchnete do prstu a 1–2 kapky krve zachytíte na papírový filtr.

2. Aktivujte si svůj test

Registrujte si test zadáním ID svého testu a vyplněním formuláře. Všechny údaje jsou anonymní.

3. Vydejte se na cestu

Využijte výhod jasného výchozího bodu pro vaši cestu k normálnímu fungování imunitního systému. Jemně upravujte a udržujte si optimální hladinu vitamínu D po celý rok.

4. Počkejte na analýzu

Analytické služby VITAS mají více než 25letou zkušenost se špičkovými vědomostmi a technologií, což zaručuje, že analýzy vašeho vzorku provedou nezávisle a ochrání vaše osobní údaje.

5. Získejte výsledky

Vaše výsledky jsou do 10-20 dnů dostupné a prezentované v našem názorném grafickém vyobrazení.

6. Znovu si otestujte svoje hladiny

Příjem vitamínu D ze slunečního záření v mnoha částech světa během roku kolísá a obnova Vašeho stavu obvykle trvá 3–4 měsíce spojené s užíváním doplňků stravy s vitamínem D, v závislosti na dávkování a Vašem osobním stavu. Doporučujeme, abyste si nový test dělali každé 4 měsíce, abyste tak sledovali svůj pokrok a ujistili se, že jste dosáhli optimálního stavu vitamínu D a udržujete si jej.

CO MĚŘÍME

Existují různé metody pro hodnocení stavu vitamínu D ve Vašem těle. My používáme osvědčený postup, abychom zajistili, že přesnost naší analýzy bude lepší. Test 25-hydroxivitamin D je ten nejlepší způsob, jak zjistit hladinu vitamínu D, protože měří 25(OH)D, také nazývaný kalcifediol, ve vaší krvi.

Test zohledňuje všechny tři zdroje vitamínu D - potraviny, potravinové doplňky i syntézu kůže. Pak určí, jestli je Vaše hladina vitamínu D optimální, příliš vysoká, nebo příliš nízká.

Normální množství vitamínu D se měří v nanogramech na mililitr (ng/ml) nebo nanomolech na litr (nmol/l). Nmol/l je nejběžnější způsob vykazování stavu vitamínu D. Nicméně v USA a některých dalších zemích jsou stejně úrovně měřeny pomocí ng/mL. Proto máte při prezentaci výsledků testu možnost vybrat, ve které měrné jednotce se má výsledek zobrazit.

NEZÁVISLÁ LABORATOŘ

Společnost Vitas je smluvní laboratoř provádějící chemické analýzy certifikované GMP, která se považuje za jednoho z hlavních hráčů v moderním používání testů suché kapky krve. Tato společnost má 25 let zkušeností v poskytování vysoce kvalitní zakázkové chromatografické analýzy založené na špičkových znalostech a technologiích. Zrodila se na Oddělení výživy na Institutu základních lékařských věd při Univerzitě v Oslu. Toto oddělení je v Evropě největší obdobná instituce věnující se výživě.

CERTIFIKOVANÁ TESTOVACÍ SADA

Zinzino test prováděný metodou suché krevní kapky má certifikaci, která potvrzuje, že splňuje nařízení EU 98/79/EB ohledně medicínských zařízení pro diagnostiku in vitro (IVD). Znamená to, že test a všechny jeho složky jsou v souladu s platnými zákony a předpisy, a proto je sada opatřena značkou CE.

PROVEDENÍ TESTU

1. Zinzino Test je schválený diagnostický produkt in vitro pro osobní domácí odběr vzorků krve.

- Nejprve si umyjte ruce mýdlem, důkladně je opláchněte teplou vodou a osušte.

2. Z papírové obálky vyjměte **vzorkovou kartu**.

Obálku uschovejte pro pozdější použití.

Ze vzorkové karty odtrhněte část označenou **USCHOVEJTE** a vyfotografujte identifikační číslo testu. Výsledky **svého testu** můžete **vidět** pouze tehdy, máte-li anonymní identifikační číslo testu. Kartu položte na stůl tak, aby strana se dvěma kruhy byla obrácena vzhůru.

3. **Stimulujte průtok krve** kroužením celé paže nebo třepáním rukou směrem dolů po dobu 20 sekund.

4. Vyjměte lancetu na jedno použití. Odstraňte průhledné bezpečnostní víčko a lanceta je připravena k použití.

Špičku prstu (doporučuje se prostředníček) si očistěte tampónem napuštěným alkoholem.

Lancetu umístěte proti **spodní** části bříška prstu obráceného směrem k odběrovému archu na stole. Tlačte na horní část lancety ve směru proti prstu, dokud neuslyšíte cvaknutí. Lanceta automaticky provede drobný vpich do prstu.

5. Nedotýkejte se prsty filtračního papíru.

6. Postupně nakapejte krev do každého kroužku, dokud je nezaplňte. Mírně si zmáčkněte prst a počkejte, až kapka krve ukápně dovnitř kroužku. Pokud jedna kapka krve kroužek nevyplní, ihned do něj kápněte z prstu další.

Vzorkovou kartu **ponechte nejméně 10 minut** ve vodorovné poloze při pokojové teplotě, aby vzorky dobře zaschly.

7. Vzorkovou kartu **vložte zpět** do papírové obálky. Papírovou obálku pak vložte do metalického sáčku a **vše uzavřete**.

DŮLEŽITÉ: Z metalického sáčku neodstraňujte sáček s vysoušedlem.

8. Uzavřený metalický sáček vložte do velké obálky s adresou laboratoře. **POZNÁMKA!** Před vložením do poštovní schránky obálku **musíte** opatřit správným počtem poštovních (známek).

Zaregistrujte svůj testovací kód na **www.zinzinotest.com**. Na této webové stránce si později budete moci prohlédnout také výsledky svých testů. Vaše výsledky budou k dispozici za 10–20 dnů.

DŮLEŽITÉ: Schovejte si část karty s označením **USCHOVEJTE**. Výsledky **svého testu** můžete **vidět** pouze tehdy, máte-li anonymní identifikační číslo testu.

