

# VITAMIN D TEST

ÖNTESZT A VÉR BEN LÉVŐ D-VITAMIN ÁLLAPOT ELEMZÉSÉRE



## TERMÉKISMERTETŐ

A Vitamin D Test egy bizalmas, laboratóriumban elemzett, száraz vércsepp teszt, amely feltárja a jelenlegi állapotot, és segít a D-vitamin tápanyagigényének személyre szabásában. Gyors és egyszerű az elvégzése, és a D-vitamin státusz eredményét könnyen érthető ábrákkal összegezzük.

A teszt elvégzése betekintést nyújt a D-vitamin szintjébe, és személyre szabott ajánlásokat kap arról, hogy tudja megőrizni, illetve emelni a szinteket. Javasoljuk, hogy 120 naponta végezze el a tesztet, hogy figyelemmel kísérje állapotát, és a szezonális változásoknak megfelelően módosítsa bevitelét és életmódját.

## FŐBB ELŐNYÖK

- ▶ **Méri a D-vitamin státuszát**
- ▶ **Gyors és könnyű**
- ▶ **Alapos ismeretek**
- ▶ **Nyomon követi előrehaladását**
- ▶ **Független laboratóriumból származó névtelen teszteredmények**

## DERÜLJÖN FÉNY AZ EGÉSZSÉGÉRE!

A Zinzino Vitamin D Test egy önmagunkon egyszerűen, ujjbegyből nyert száraz vércseppek (DBS) segítségével elvégezhető teszt, amellyel elemezhetjük a kapillárisvérben lévő D-vitamin szintet. A DBS-ről tudományosan bizonyított, hogy ugyanolyan pontos, mint a vénás vér, ha a D-vitamin státuszt kell elemezni. Csak 1-2 csepp vérré van szükség az ujjbegyből egy Whatman® szűrőpapírra, és kevesebb mint egy percet vesz igénybe.

A norvég VITAS Analytical Services elemzi az Ön jelenlegi D-vitamin státuszát, és az eredmény névtelen. A státusz az egész év folyamán változhat a napsugárzástól, a lakóhelye szerinti étrendtől és az étrend-kiegészítők alkalmazásától függően. Ezért az ajánlott tesztintervallum 120 nap.

Személyi tesztazonosítójának felhasználásával részletes, személyre szabott ajánlásokat kap D-vitamin státusza alapján annak optimalizálása érdekében.

## HOGYAN MŰKÖDIK?

### 1. A teszt elvégzése

Kezdje azzal, hogy egy kicsi szúrás után az ujjából 1-2 csepp vért cseppent a szűrőpapírra!

### 2. A teszt regisztrálása

Regisztrálja a tesztjét! Ehhez írja be tesztazonosítóját, majd töltsse ki az űrlapot! Minden adatot névtelenül kezelünk.

### 3. A program elkezdése

Használja ki a normál működésű immunrendszer felé vezető út egyértelmű kiindulási pontját. Egész évben finoman igazítsa és tartsa fenn optimális D-vitamin állapotát.

### 4. Az elemzés elkészülése

A Vitas Analytical Services több mint 25 évnyi tapasztalattal rendelkezik a legmodernebb tudás és technológia területén, ami garantálja, hogy a minták elemzése független módon, továbbá a személyes adatok védelme mellett történjen.

### 5. Az eredmények megismerése

Az Ön teszt eredményei 10-20 napon belül elérhetővé válnak, méghozzá a grafikáink révén könnyen érthető formában.

### 6. Újabb teszt elvégzése

A napfény hatására keletkező, a szervezet által hasznosítható D-vitamin mennyisége a világ számos részén az év folyamán eltérő. A megfelelő státusz általában D-vitamin-tartalmú étrend-kiegészítők 3-4 hónapon át történő fogyasztásával állítható helyre, de ennek az időnek a hossza függ a napi adagtól és az egyéni sajátosságoktól is. Javasoljuk, hogy 4 havonta végezzen el egy újabb tesztet, hogy nyomon követhesse fejlődését, illetve biztosítsa az optimális D-vitamin státusz elérését és fenntartását.

### A MÉRÉSEK TÁRGYÁT KÉPEZŐ ÉRTÉKEK

Különböző módszerek léteznek a D-vitamin raktárak felmérésére a szervezetében, és a legjobb gyakorlatot alkalmazzuk annak biztosítására, hogy az elemzés pontossága jobb legyen. A 25-hidroxi-D-vitamin teszt a legjobb módja a D-vitamin szintjének monitorozásának, mivel a 25(OH)D-t, más néven kalcidiolt méri a vérben.

A teszt mindhárom D-vitamin-forrást tükrözi; az étrend-kiegészítőkből és bőrszintézisből származókat, és meghatározza, hogy a D-vitamin szintje optimális, túl magas vagy túl alacsony-e.

A D-vitamin normál tartományát nanogramm/milliliter (ng/ml) vagy nanomól/liter (nmol/l) formában mérik. Az nmol/L a D-vitamin státusz bemutatásának leggyakoribb módja. Az Egyesült Államokban azonban, és néhány más országban, ugyanezeket a szinteket ng/ml-el mérik. Ezért a teszt eredmények megjelenésekor ki lehet választani, hogy melyik mértékegység jelenjen meg.

## FÜGGETLEN LABORATÓRIUM

A Vitas egy GMP-tanúsítvánnyal rendelkező laboratórium, amely megbízásos alapon végez kémiai analíziseket. A szárított vércsepp tesztek modern használatának egyik vezető szervezeteként ismerik el. 25 éves tapasztalattal rendelkezik a csúcstechnológián és kiváló szaktudáson alapuló, magas színvonalú személyre szabott kromatográfiás elemzési szolgáltatások terén. Az Oslói Egyetem Orvosi Alapkutatások Intézetének Táplálkozástudományi Tanszékén alakult, amely Európa legnagyobb táplálkozástudományi tanszéke.

## TANÚSÍTVÁNNYAL RENDELKEZŐ TESZTKÉSZLET

A Zinzino száraz vércsepp tesztje olyan tanúsítvánnyal rendelkezik, ami bizonyítja, hogy megfelel az in vitro diagnosztikai (IVD) orvostechikai eszközökről szóló 98/79/EB európai uniós rendelet előírásainak. Ez azt jelenti, hogy a teszt s annak minden tartozéka megfelel a vonatkozó törvényeknek és rendeleteknek, következésképpen a készlet CE-jelöléssel rendelkezik.

## A TESZT ELVÉGZÉSE

1. A Zinzino tesztje jóváhagyott in vitro diagnosztikai termék a saját vérminta otthoni begyűjtésére.

- **Először mossa meg a kezét szappannal, majd meleg vízzel öblítse le és szárítsa meg!**

2. Vegye ki a **mintavételi kártyát** a papírborítékból.

Őrizze meg a borítékot későbbi felhasználás céljából.

Tépje le a **SAVE** (őrizze meg) részt a mintakártyáról, és készítsen fényképet a Test ID (tesztazonosító) számról. Ön **kizárólag a saját** teszteredményét láthatja anonim tesztazonosítójával. Helyezze a kártyát az asztalra, a két körrel felfelé.

3. **Élénkítse fel a** vérkeringést karkörzessel vagy keze lefelé tartott 20 másodperces rázásával.

4. Vegye ki az egyszer használatos ujjbegyszűrőt. Távolítsa el az átlátszó biztonsági kupakot, és az ujjbegyszűrő már készen is áll a használatra.

Alkoholos törlőkendővel törölje meg az ujj hegyét (a középső ujját javasoljuk).

Helyezze az ujjbegyszűrőt ujjbegye **belső** részéhez, amely az asztalon lévő gyűjtőcsík felé néz. Nyomja az ujjbegyszűrő felső végét az ujj felé, amíg kattantást nem hall. Az ujjbegyszűrő automatikusan apró sebet ejt az ujjon.

5. A szűrőpapírt ne érintse meg ujjal!

6. Előbb az egyik körbe cseppentsen vért, majd ha azzal megvan, csak utána térjen át a másikra! Gyengéden nyomja meg az ujját, és várja ki, amíg egy vércsepp a körbe cseppen! Ha egy vércsepp nem tölti ki a kört, várja ki a következő cseppet az ujjából!

Hagyja a **mintavételi kártyát** vízszintes helyzetben, szobahőmérsékleten legalább 10 percig állni, hogy a minta teljesen megszáradjon.

7. Helyezze vissza a **mintavételi kártyát** a papírborítékba. Majd helyezze a papírborítékot a fémtasakba, és **zárja le**.

**FONTOS:** Ne távolítsa el a szárítótasakot a fémtasakból!

8. Helyezze a zárt fémtasakot a nagy borítékba, amelyen a laboratórium címe található. **FIGYELEM!** Lásza el a megfelelő mennyiségű postai bélyeggel a borítékot, mielőtt feladja azt.

Regisztrálja teszt kódját a **www.zinzinotest.com** weboldalon! Ezen a weboldalon találja meg később saját teszteredményeit is. Az eredmény 10-20 nap alatt készül el.

**FONTOS:** Őrizze meg a kártya **SAVE** (őrizze meg) részét. Ön **kizárólag a saját** teszteredményét láthatja anonim tesztazonosítójával.

