

Cholesterol

Einleitung und Erläuterungen zum Test, Art.Nr.4-005.C175, PZN 1874184

Verwendungszweck des Tests: Der Test liefert einen vorläufigen Hinweis auf ein bestehendes Risiko für koronare Herzerkrankungen aufgrund erhöhter Cholesterinwerte. Der Test soll durch einfache Angabe der Risikostufe Menschen mit erhöhten Blutcholesterinwerten erkennen und ihnen die Möglichkeit geben, ihre Lebensweise zu ändern und/oder einen Arzt zu Rate zu ziehen. Der Test ist nicht dazu gedacht, klinische Labortests bzw. die Untersuchung und Diagnosestellung durch einen Arzt zu ersetzen.

Testort und Bedingungen: Den Test in einem gut beleuchteten Raum, jedoch nicht bei direkter Sonneneinstrahlung, auf einem sauberen, trockenen Tisch bei Raumtemperatur (unter 30°C/86°F) durchführen. Es ist nicht erforderlich, hierfür nüchtern zu sein.

Lagerung: Bei Raumtemperatur lagern. Kühlung ist nicht erforderlich.

Bedeutung der Testwerte - erwartete Ergebnisse: **Wünschenswert: Unter 200mg/dl (5,2mmol/L), GERINGES RISIKO: Sie sollten sich weiterhin gesund ernähren, regelmäßig für Bewegung sorgen und den Cholesterinwert in gleichmäßigen Abständen überwachen. Grenzwert: 200-250mg/dl (5,3-6,5mmol/L), MÄSSIGES RISIKO: Sie sollten nicht unnötig besorgt sein, da es noch andere Risikofaktoren gibt, die eine Rolle spielen, wie zum Beispiel Ihren allgemeinen Gesundheitszustand, Rauchgewohnheiten, Alter, Gewicht, usw. Wiederholen Sie den Test in 1-8 Wochen. Liegt das Ergebnis wieder im Grenzbereich, ziehen Sie Ihren Arzt zu Rate. Hoch: Über 250mg/dl (>6,5mmol/L), ERHÖHTES RISIKO: Sie sollten Ihren Arzt konsultieren, um eingehende Tests durchführen zu lassen und ein Beratungsgespräch in Anspruch zu nehmen.**

Wann kann man sicher sein, dass der Test funktioniert? Bei Abziehen des „TAB“ hat die Färbung zu einem hellgrünen bis dunkelgrünen Ton gewechselt.

Einschränkungen

1. Bestimmte seltene medizinische Zustände, wie z.B. ein abnorm erhöhter Blut-Bilirubinwert oder Hämatokritwert, können zu einem etwas ungenauen Ergebnis führen.
2. Nach schweren Erkrankungen sollte man den Cholesteroltest um 3 Monate und nach leichteren Erkrankungen um 3 Wochen verschieben. Der Test sollte erst nach einer Schwangerschaft durchgeführt werden.
3. Den Test nach Ablauf des auf der Folienverpackung angegebenen Verfallsdatums nicht mehr benutzen.

Fehlersuche: Sollten sich bei der Durchführung des Tests irgendwelche Probleme ergeben, könnten die folgenden Hinweise nützlich sein.

Folgende Punkte als erstes prüfen:

1. Das auf der Folienverpackung angegebene Verfallsdatum überprüfen.
2. Alkohol an der Fingerspitze beeinträchtigt das Testergebnis. Falls Sie einen alkoholgetränkten Tupfer zur Desinfektion des Fingers benutzt haben, Finger gründlich reinigen und den Test wiederholen.

Schwierigkeiten, einen großen Blutropfen herauszudrücken:

3. Vor dem Einstechen den Finger / die Hand 2-4 Minuten lang in warmes Wasser halten; dies fördert die Durchblutung.

Schwierigkeiten das Blut auf die Testzone zu bringen:

4. Haben Sie das Blut mit dem Finger auf der Testzone verschmiert? Oder haben Sie Ihren Finger auf die Testzone gedrückt? Den Test wiederholen und dabei einen großen, an der Fingerspitze hängenden Blutropfen vorsichtig auf die Testzone abtropfen lassen.

Schwierigkeiten bei der Zuordnung der Farben:

5. Halten Sie den Test nicht zu nahe an die Augen; den Test am besten in einer Entfernung von 30-45cm vor die Augen halten.
6. Versuchen Sie nicht, die einzelnen Farbschwankungen der Testzone mit der Farbskala zu vergleichen. Schauen Sie sich die gesamte Testzone an und ordnen Sie ihr eine Farbe zu, die spektrale Farbdichte der gesamten Testzone wiedergibt.
7. Wenn es Ihnen trotzdem nicht gelingt, genug Blut auf die Testzone aufzutragen, sind vielleicht nur kleine Farbflecken auf dem Testpad. Die richtige Farbe erscheint an der Stelle auf dem Pad, wo überhaupt Farbe sichtbar wird. Sie können trotzdem einen genauen Testwert erhalten, indem Sie die auf dem Pad sichtbar werdende Farbe vergleichen.
8. Die Testfarbentwicklung äußert sich in der Farbintensität (hell-dunkel) aber auch in verschiedenen Farben. Daher können auch Menschen mit Schwierigkeiten beim Farbsehen (Farbblindheit) den Test durchführen.

Können die Ergebnisse Schwankungen unterliegen? Cholesterinwerte können aufgrund verschiedener Faktoren täglichen Schwankungen unterliegen. Es ist nichts Außergewöhnliches, dass bei manchen Menschen die Ergebnisse aufgrund von Stress, kürzlicher Krankheit, Ernährung, Ruhe, Bewegung und anderer biologischer Faktoren über einen bestimmten Zeitraum um 5-20% schwanken. Wiederholen Sie den Test in 1-8 Wochen. Bleibt das Ergebnis weiterhin in einem Bereich erhöhten Risikos, sollten Sie Ihren Arzt zu Rate ziehen.

Die Rolle anderer Gesundheits-/Risikofaktoren: Ein hoher Cholesterinwert ist nur einer von mehreren Gesundheits-/Risikofaktoren, die im Laufe der Zeit und in der Regel ohne merkliche Symptome zur Entstehung von Herzerkrankungen führen, wie beispielsweise hoher Blutdruck, Rauchen, usw. Bei den sonstigen Gesundheits-/Risikofaktoren, die sich auf Ihren Gesundheitszustand und die Cholesterinwerte auswirken, handelt es sich um Diabetes, Übergewicht, Vorerkrankungen am Herzen und männliches Geschlecht. Weiter Informationen über Cholesterin und seinen Einfluss auf Ihre Gesundheit erhalten Sie von Ihrem Arzt. :

Inhalt: 1. Cholesteroltest (folienverpackt),
2. Allgemeine Hinweise und Anleitung zum Testablauf
Gebrauchsanleitung,



Vorbereitung

- A. Für die Durchführung des Tests Zeitgeber, Tupfer und beiliegende Blutlanzette verwenden.
- B. Vor Durchführung des Tests, Anweisungen durchlesen.
- C. Der Schlüssel zum Erfolg: Einen großen Blutropfen herausdrücken und mit der „Testzone“ in Berührung bringen. Bei Nichtbeachtung der Gebrauchsanweisung kann es zu ungenauen Ergebnissen kommen.

1. Öffnen der Folienverpackung: Testkarte herausnehmen. Mit der Vorderseite nach oben auf den Tisch legen.

2. Hände gründlich waschen und trocknen: Warmes Wasser fördert die Durchblutung + erleichtert die Blutentnahme.

3. Fingerspitze mit Blutlanzette einstechen: Finger flach auf den Tisch legen und mit der Blutlanzette aufstechen.

4. Zur Blutentnahme den Finger drücken: Einen großen Blutropfen entstehen lassen. Übermäßiges Drücken kann zu schlechten Ergebnissen führen.

5. Blut auf die Testzone auftragen: Den Tropfen vorsichtig an der Testzone abstreifen. Testzone nicht berühren und Blut nicht mit dem Finger verteilen. Die Testzone nicht berühren und Blut nicht mit dem Finger verteilen. Die Testzone sollte vollständig mit Blut bedeckt sein. Bei Unsicherheit noch einen Tropfen zugeben.

6. Zeitgeber einschalten (Stoppuhr): Das Blut muss 3 Minuten lang auf der Testzone verbleiben. Während der Wartezeit den Finger säubern.

7. Nach 3 Minuten „TAB“ abziehen: Vorsichtig die oberste Schicht abziehen.

8. Farben innerhalb von 30 Sekunden vergleichen: Die Gesamtfarbe der Testzone mit allen sechs Farbfeldern vergleichen. Entscheiden Sie sich für das ähnlichste Farbfeld. Eine Testzone, die heller erscheint als das Farbfeld für 150, ist als Cholesterinwert von weniger als 150mg/dl auszulegen. Entsprechend ist eine Testzone, die dunkler erscheint als das Farbfeld für 300+, als ein Cholesterinwert von über 300mg/dl auszulegen.

9. Zahl ablesen: Der Cholesterinwert ist in zwei Formaten angegeben: mg/dl und mmol/L. Notieren Sie sich die Zahl, um sie zukünftig zum Vergleich vorliegen zu haben.