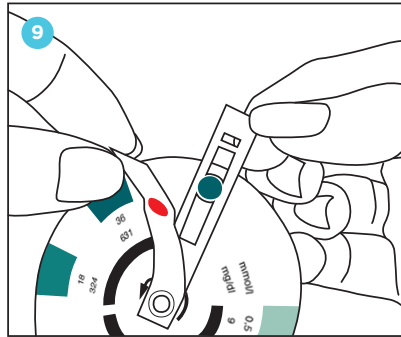


RESULTATUTVECKLING OCH TOLKNING:



Efter 3 minuter håller du med en hand fast den undre fläppen av den roterande visaren och dra med den andra handen bort det översta lagret.

- Resultatet kommer att bli mindre tillförlitligt om du behöver mer än 3 minuter för att matcha färgen på fokuspunkten med ett av färgfälten.
- Om du tycker att det är svårt att bestämma matchningen av färgfältet, använder du elimineringsprincipen när du bestämmer vilket färgfält som inte matchar, fram till dess att endast ett fält finns kvar.

Testet är **felaktigt** om resultatindikatorn inte har blivit grön. Möjliga orsaker för ett felaktigt testresultat kan vara en skadad folieförpackning, felaktig lagring eller misstag när testet utfördes. Behåll alla komponenter och kontakta tillverkaren.

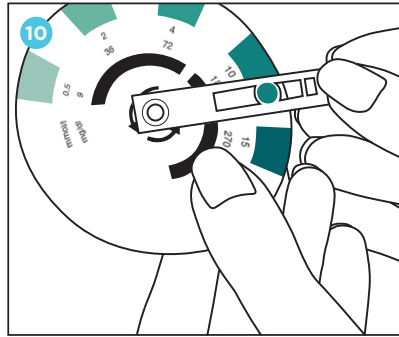
Normal avläsning för vuxna är upp till 200 mg/dl (5.2 mmol/l). Din kolesterolnivå ligger mest troligt inom detta område om din avläsning visar värde upp till 200 mg/dl.

Höga nivåer är värde över 200 mg/dl (5.2 mmol/l). Din kolesterolnivå är troligen hög om din avläsning visar värde över 200 mg/dl. (Detta är även fallet om du har haft svårt att bestämma fägen i färgområdet mellan 200 mg/dl och 225 mg/dl.) Kontakta din läkare om din nivå verkar vara hög för att få en mer noggrann utvärdering av din kolesterolnivå.

RESULTATINDIKATORN ÄR INTE JÄMT FÄRGAD. DET FINNS MÖRKARE OCH LJUSARE GRÖNA OMRÅDEN. HUR TOLKAR JAG TESTET?

Välj det färgområde som är störst till ytan.

OBS: Små rödbruna områden indikerar att anulocyter



Inom maximalt ytterligare 30 sekunder vrids pekaren till det färgfält som bäst matchar färg och intensitet i testfältet.

(röda blodceller) har kommit i kontakt med resultatindikatorn. Bortse från dessa område när du tolkar testresultatet.

TESTRESULTATET KAN BESTÄMMAS ANTINGEN I MG/DL (MILLIGRAMS PER DECILITER) ELLER I MMOL/L (MILLIMOLS PER LITER). VILKEN TYP AV AVLÄSNING ÄR BÄST FÖR MIG?

Den internationella standardenheten "mmol/l" rekommenderas. Ta endast hänsyn till mmol/l värdet när du läser resultatet.

MIN KOLESTEROLNIVÅ ÄR HÖGRE ÄN DET INDIKERADE NORMALA VÄRDET. VAD SKALL JAG GÖRA?

Om din kolesterolnivå verkar vara hög ska du kontakta en läkare som kommer att upprepa testet med en annan metod som kan visa en mer detaljerad bild av fördelningen av olika typer av de olika kolesteroltyperna HDL (high-density lipoprotein), LDL (low-density lipoprotein) samt triglyceridnivåerna i ditt blod. Detta för att bättre kunna utvärdera riskerna för åderförkalkning samt för att kunna ge vidare råd om eventuell behandling och förebyggande åtgärder. Ta gärna med dessa instruktioner till läkaren för att beskriva vilket test du själv har utfört.

Rev00 and 2013-11
ZANL0003-SWER-SV



SJÄLVTEST FÖR KOLESTEROL

ALLMÄN INFORMATION

Kolesterol produceras naturligt i kroppen. Medan majoriteten produceras i levern, tas en mindre del upp från maten. Kroppen använder i första hand kolesterol för att skapa cellmembran, producera galla och för att skydda huden. Den normala totala nivån av kolesterol i blodomloppet är <200 mg/dl. En ökad kolesterolnivå (>200 mg/dl) innebär en riskfaktor för åderförkalkning.

Åderförkalkning kan förbli upptäckt under flera år och upptäcks kanske först när den har nått en mycket avancerad nivå. Åderförkalkning är en av de vanligaste sjukdomarna i den industrialiserade världen. Förkalkning av blodkärlen som omgärdar hjärtat leder till ett minskat blodflöde till hjärtmuskeln, vilket resulterar i en blockering av blodkärllet och potentiellt till hjärtstillestånd/attack. Av denna orsak är det viktigt att upptäcka symptom tidigt för att påbörja förebyggande vård och behandling.

Det är idag allmänt känt att en avsevärt förhöjd kolesterolnivå i blodet är en av de mest signifikanta riskfaktorerna för att drabbas av kranskärlsproblem. Det här kolesteroltestet gör det möjligt för dig att snabbt och enkelt utvärdera om dina kolesterolnivåer ligger inom normala nivåer. Visar testet en förhöjd nivå av kolesterol ska du kontakta en läkare för rådgivning. En tidig upptäckt av förhöjda kolesterolnivåer gör det möjligt att vidta åtgärder för att sänka kolesterolnivån och därmed förebygga problem med åderförkalkning.

Kolesterolnivåerna kan påverkas av följande faktorer: medicinering, diet, stress, diabetes mellitus, allvarliga sjukdomar och graviditet. För att få ett meningsfullt resultat skall du vänta ungefär 3 månader med att testa dina kolesterolvärde efter graviditet eller allvarlig sjukdom och efter lättare sjukdom ungefär 3 veckor.

NÄR SKALL TESTET UTFÖRAS:

Idealiskt är att mäta din kolesterolnivå på fastande mage. Detta innebär att du inte skall ha ätit eller druckit någonting under en period på 12 timmar innan testet utförs. Testresultatet bör även tolkas i dagsljus eller under en bra ljuskälla för att bättre kunna utvärdera färgvariationerna.

VIKTIG INFORMATION:

Konsultera alltid din doktor innan du tar några viktiga medicinska beslut. Testkomponenterna kan kastas tillsammans med dina normala hushållsopor efter användning.

PRODUKTINFORMATION:

Det här testet använder enzymerna kolesterol esteras, kolesterol oxidas och peroxidas för att kunna aktivera ett färgämne som ändras proportionerligt i förhållande till kolesterolnivån i ditt blod. Testkomponenter av animaliskt ursprung är potentiellt infekterat material. Ingen av testkomponenterna utgör någon risk så länge de används enligt instruktionerna.

FÖLJANDE FAKTORER ÄR KÄNDA FÖR ATT PÅVERKA TESTRESULTATET:

Hemoglobin >200 mg/dl bilirubin >42 mg/dl. Överdrivna doser av vitamin C (askorbinsyra), alfa-metyldopa eller novalglin kommer att visa missledande låga nivåer. Hemoglobinnivåerna kommer att påverka testresultatet vad gäller inversförhållandet. Ökade bilirubinnivåer kan ge ett missledande lågt resultat. Steroider, såsom epiandrosteron, dehydroepiandrosterone, campesterol eller sitosterol kommer att förvansa testresultatet om de finns i höga koncentrationer.

FÖRBEREDELSE

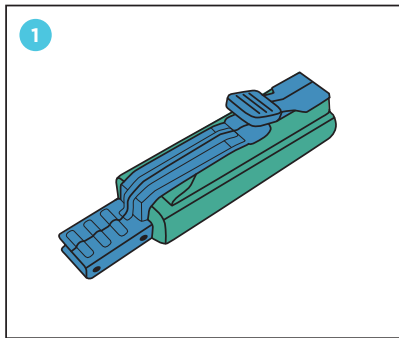
Testkomponenter: Folieförpackning med testskiva, fuktskydd, lansett, pläster och instruktioner för användning.
Behövs men ingår inte: En ren pappersservett och klocka med sekundvisare.

Viktigt! Öppna förpackningen först när du är färdig att utföra testet. Öppna den förseglade folieförpackningen försiktigt vid den plats som anvisas. Ta ut testskivan och lägg den på en plan yta. Kasta bort det oöppnade fuktskyddet tillsammans med dina vanliga hushålls-sopor. Läs instruktionerna nog innan användning.

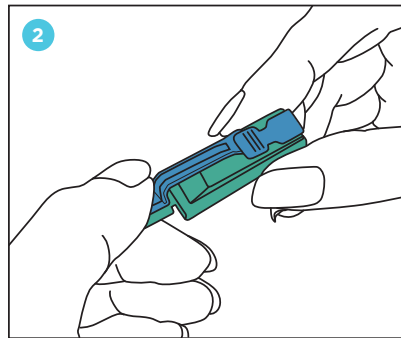
Håll utom räckhåll för barn. Använd inte testet efter utgångsdatum. Förvaras vid +4 till +30 C. Använd test och lansett endast en gång. Använd inte lansetten om den är skadad. Endast för utvärtes bruk. Plocka inte isär testskivan. In vitro diagnostest för personlig användning.

ATT ANVÄNDA LANSETTEN

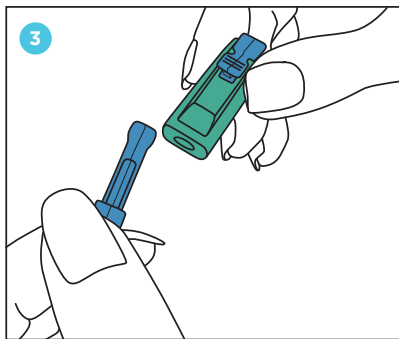
Använd inte lansetten om skyddsspinnen har tagits bort eller skadats. Tvätta händerna nogga med tvål och varmt vatten (för att öka blodflödet till dina fingrar) och torka nogga.



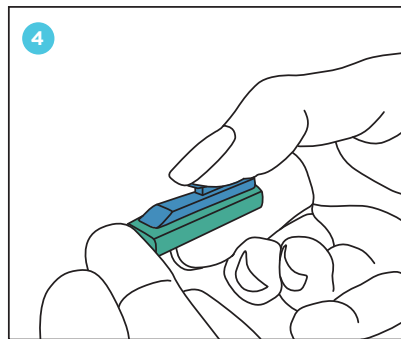
Lansetten består av ett hus som innehåller sticknålen, skyddsspinnen som skyddar sticknålen samt tryckknappen som aktiverar sticknålen.



Ta bort skyddsspinnen genom att vrida ett helt varv. Tryck inte på knappen under vridningen, om du gör det kommer sticket att aktiveras. Sticket kan endast aktiveras en gång.



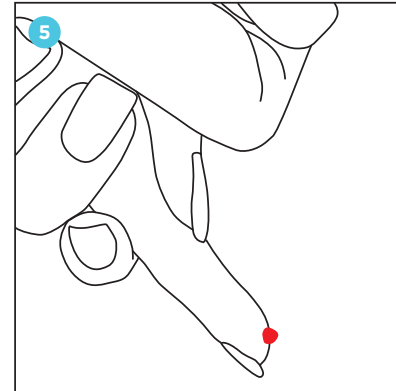
Dra nu bort den lösa skyddsspinnen från huset. Lansetten är nu klar för användning.



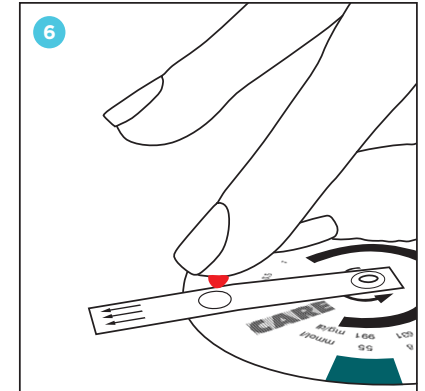
Tryck lansettens öppning mot långfingrets fingertopp och tryck in knappen tills dess att du hör ett klick.

ATT APPLICERA EN STOR DROPP BLOD I TESTFÄLTET

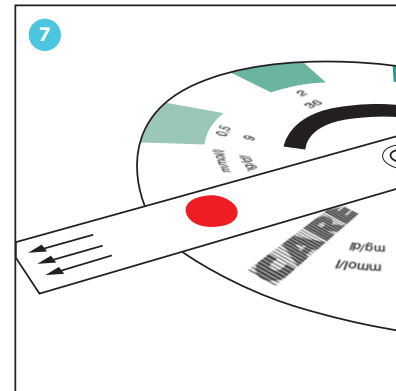
På bara 3 minuter och 30 sekunder kommer du att få information om din kolesterolnivå.
Var god följ instruktionerna och titta på tolkningen av resultatet på nästa sida.



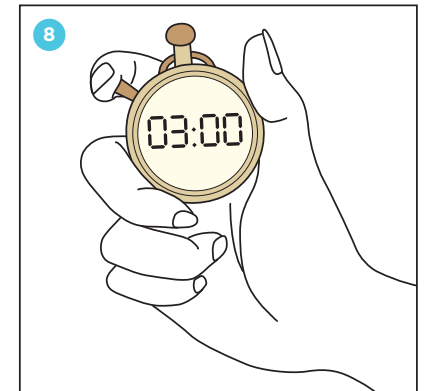
Låt handen med det stukna fingret hänga nedåt till dess en stor bloddroppe bildats. Du kan behöva trycka på sidorna av fingret så som bilden visar.



Utan att fingret vidrör testfältet låter du bloddroppen falla ner på testfältet. Det är viktigt att bloddroppen är tillräckligt stor och att testfältet inte vidrörs för att testet skall fungera.



Minst så stor bloddroppe som visas på bilden måste appliceras på testfältet.



Vänta nu 3 minuter. Testresultatet kan bli för högt om du väntar för länge eller för lågt om du inte väntar tillräckligt länge. Medan du väntar kan du sätta på det medlevererade plästret på det stukna fingret.

Fortsätt till nästa sida.