



Cholesterol-Check®

Zelf meten
Eerder weten

Bijsluiter

Verhoogd Cholesterol?
Bepaal zelf uw totaalcholesterol, HDL en LDL

Gebruiksaanwijzing Cholesterol-Check®

Cholesterol-Check® is een semi-kwantitatieve sneltest ter bepaling van het totaal cholesterol en HDL (High-density Lipoproteïne) in bloed. Het LDL (Low-density Lipoproteïne) gehalte wordt bepaald met de unieke meegeleverde draaischijf. Voor het gebruik deze bijsluiter zorgvuldig en volledig doorlezen. Voer de test uit in een goed verlichte ruimte.

Cholesterolwaarden

Een te hoog totaal cholesterol (TC) in combinatie met een lage HDL ("goede cholesterol") waarde geldt als sterke risicofactor voor hart- en vaatziekten. Andere factoren welke een rol spelen zijn roken, een (te) hoge bloeddruk, te hoge inname verzadigd vet, onvoldoende beweging en Familiäre hypercholesterolemie. Een regelmatige controle op cholesterol waarden wordt aangeraden bij gezonden mannen vanaf 35 jaar en gezonde vrouwen vanaf 45 jaar. Bij risicofactoren zoals hierboven aangegeven wordt aangeraden vanaf 20 jaar iedere 3 jaar een controle uit te voeren.

Testprincipe

De test bevat 2 teststrips (behandeld met reagentia). Het TC en HDL wordt apart bepaald middels toevoegen van een bloeddruppel op de achterkant van de test. Door een enzymatische reactie verkleurt de gele indicator op de strips. Door middel van het op de test aangebrachte kleurenschema kunnen de waarden worden bepaald. Het LDL kan vervolgens eenvoudig worden afgelezen op de meegeleverde draaischijf.

De test wordt uitgevoerd middels een kleine bloeddruppel. Binnen 3 tot 5 minuten heeft u het resultaat.

Inhoud verpakking

- 1 Testcassette
- 2 Pipetten (bloedopname)
- 1 Automatische steriele lancet
- 1 Draaischijf
- 1 Desinfecterend alcohol doekje
- 1 Pleister
- 1 Bijsluiter (Nederlands)

Verder nodig en niet meegeleverd:

Stopwatch of horloge

Bewaren van de test

- Bewaar de test droog en bij kamertemperatuur
- Niet blootstellen aan direct zonlicht of hittebron
- De test uitvoeren direct na openen folie

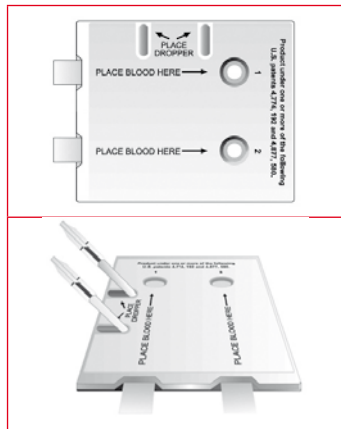
Cholesterol-Check®

Lees deze bijsluiter zorgvuldig en volledig door alvorens met testen te beginnen. Buiten bereik van kinderen bewaren. Alleen te gebruiken als In-vitrodiagnostiek

Uitvoering van de test

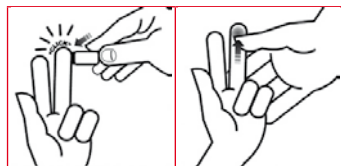
Vorbereiding

- Houd een stopwatch of horloge gereed.
- Was uw handen met warm water, bij koude handen wrijf enkele keren om uw handen te warmen.
- Open de folie en leg de test op een vlakke en droge ondergrond. De test moet met de bloedopname velden naar boven liggen.



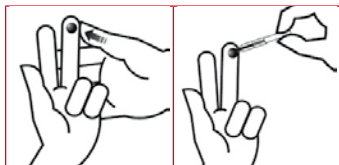
Bloed afnemen

- **WAARSCHUWING:** Gebruik nooit een lancet die al door een ander is gebruikt.
- Bent u rechtshandig, neem dan bloed af van uw middel- of ringvinger van uw linkerhand. Bent u linkshandig dan neemt u bloed af van een van uw vingers aan uw rechterhand. Voor afname vinger desinfecteren met meegeleverd alcohol doekje.
- Laat uw arm hangen om de bloedtoevoer te verbeteren. Leg dan uw arm op tafel en masseer licht uw vinger. Haal voorzichtig het doorzichtige kapje van de lancet en zet de lancet tegen uw vinger. Met een lichte druk wordt de lancet geactiveerd.

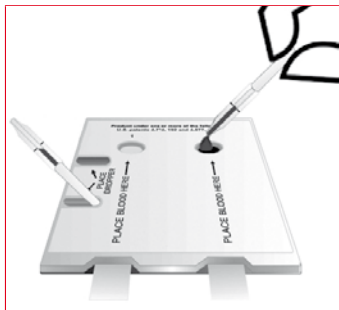


Uitvoeren van de test

- Nadat u de lancet heeft gebruikt masseer u licht uw vinger om een bloeddruppel te laten vormen.
- Vul vervolgens beide pipetten tot aan de zwarte lijn met bloed. Indien nodig masseer u uw vinger nogmaals om meer bloed te verkrijgen.



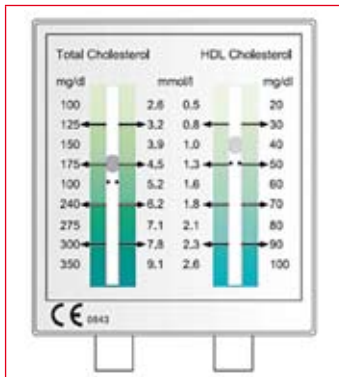
- De pipet vult zich eenvoudiger indien u uw vinger naar beneden laat hangen.
- Houd vervolgens iedere pipet boven de test rondjes (1 en 2) op de achterkant van de test en voeg het bloed toe.



- Start uw stopwatch (horloge) en wacht 1 minuut voordat u de test omdraait en het resultaat afleest.
- De cassette niet schudden.

Aflesen van het resultaat

- Draai de test na 1 minuut om.
- Lees eerst de HDL waarde (rechts) af. Niet eerder dan 1 minuut of later dan 3 minuten aflezen.
- Lees vervolgens de totaal cholesterol waarde af. Niet eerder dan 3 minuten of later dan 5 minuten aflezen.
- De gele test cirkel in de test zal respectievelijk geel-groen, groen of blauw-groen gaan verkleuren.
- Vergelijk de verkleuring met de op de test aangebrachte kleurschaal. Verschuif beide strips net zolang tot de kleuren overeenkomen. Lees de test af in een goed verlichte kamer maar niet in direct zonlicht.
- Zoek de kleur die het beste overeenkomt met de verkleuring op de test. De kleur kan tussen kleurblokken in liggen.
- Indien de verkleuring onregelmatig (marmerechtig) is, gebruik dan de donkerste kleur op de strip om het testresultaat vast te stellen.



Interpretatie van het resultaat

Totaal Cholesterol (TC):

Het resultaat kan worden geplaatst in één van drie medische risicogroepen:

Bij een waarde onder de 5.2 mmol/L (200 mg/dl) – geel/groen – geen risico

Uw TC is goed te noemen. Het risico op hart- en vaatziekten is niet verhoogd. Indien eerder genoemde risicofactoren betrekking hebben op u, dient u toch regelmatig uw cholesterol te bepalen.

Bij een waarde tussen 5.2 – 6.2 mmol/L (200 mg/dl – 240 mg/dl) – groen – grenswaarde

Uw TC waarde ligt op de grens. U loopt wellicht een verhoogd risico op hart- en vaatziekten. Neem contact op met uw arts.

Bij een waarde boven de 6.2 mmol/L (240 mg/dl) – blauw/groen – verhoogd risico

Uw cholesterol gehalte is te hoog. Hierdoor loopt u meer kans op hart- en vaatziekten ook indien de andere risicofactoren niet op u van toepassing zijn. Neem contact op met uw arts en bespreek de verdere stappen.

HDL/LDL waarde aflezen:

Met de unieke Cholesterol-Check® zelftest kunt u niet alleen uw Totaal Cholesterol bepalen, maar ook uw goede (HDL) en slechte (LDL) cholesterol. Een verhoogd risico op hart- en

vaatziekten wordt in verband gebracht met de hoogte van deze waarde.

Bij een persoonlijke HDL waarde van 1.0 mmol/l of lager bestaat er een verhoogde kans op hart- en vaatziekten, los van andere factoren. Bij een waarde boven de 1.0 mmol/l loopt u minder risico, tenzij de eerder genoemde risicofactoren op u van toepassing zijn.

Met behulp van de unieke draaischijf kunt u eenvoudig uw LDL bepalen. Stel de schijf in op uw TC en HDL waarden en lees de LDL waarde af. Een LDL van 3.3 mmol/l wordt als goed gezien, een waarde boven de 3.3 mmol/l als kritisch. Pas uw eetgewoontes aan en bezoek uw arts of diëtist(e).

Opmerkingen en veiligheidsaanwijzingen

- In alle gevallen is aan te raden Cholesterol-Check® 2 tot 3 maal per jaar uit te voeren om de waarden met elkaar te kunnen vergelijken. Een enkele test kan een atypische uitslag geven.
- Uw cholesterolspiegel kan variëren als u zwanger bent, hormoon preparaten inneemt (de pijl kortgeleden ziek bent geweest of nu ziek bent).
- Een verhoogd cholesterol geldt als risicofactor voor hart- en vaatziekten. Andere factoren welke een rol spelen zijn roken, een (te) hoge bloeddruk, te hoge inname verzadigd vet, onvoldoende beweging en Familiäre hypercholesterolemie. Informeer bij uw arts hoe u het risico op hart- en vaatziekten zo klein mogelijk houdt.
- Indien geen van de risicofactoren op u van toepassing zijn dient u iedere 5 jaar uw cholesterol te meten. Bij een of meerdere risicofactoren dient u vaker te testen.
- Het niet inachtnemen van deze bijsluiter kan foute uitslagen opleveren.
- De componenten in de test slechts éénmaal gebruiken.
- Cholesterol-Check® is een semi kwantitatieve bepaling van cholesterol in bloed. De test vervangt niet de diagnose van een arts. Bij een verhoogd cholesterol dient u altijd contact op te nemen met uw arts.
- Aanpassing van uw eetgewoontes pas na overleg met uw arts of diëtist(e).
- De test niet meer gebruiken na uiterste houdbaarheidsdatum.
- De test niet gebruiken indien de verpakking of inhoud beschadigd is.

Vragen

Moet ik bepaalde voeding tot mij nemen of een dieet volgen voordat ik de test uitvoer?

• Nee, u kunt uw normale eetpatroon volgen.

Moet ik de test op een bepaald moment of tijdstip uitvoeren?

• Nee, de test kan op ieder moment van de dag worden uitgevoerd.

Bestaat de mogelijkheid dat de indicator verkleurt maar het testresultaat fout is?

- a. Ja, het testresultaat kan fout zijn indien u:
 - a. het resultaat voor 3 minuten of na 4 minuten heeft afgelezen.
 - b. de test aan direct zonlicht heeft blootgesteld.
 - c. U uw vinger niet met het alcohol doekje heeft gedesinfecteerd.
 - d. U de test niet bij kamertemperatuur heeft bewaard.

Kunnen alcohol, bepaalde voeding, vitamine preparaten of medicamenten van invloed zijn op de test?

• Nee. Voedingsmiddelen of dranken en de meeste medicamenten (aspirine en vitaminen) hebben geen invloed op het testresultaat. U dient de test echter niet uit te voeren indien u minder dan 4 uur geleden Paracetamol, Ibuprofen of Vitamine C (meer dan 500g) heeft ingenomen. Mannen dienen de test niet uit te voeren indien ze minder dan 6 uur geleden Viagra® of andere potentie verhogende medicamenten hebben ingenomen aangezien dit de waarneming van de kleur blauw en groen kort kan beïnvloeden.

Fabrikant	18°C – 27°C	Bewaartemperatuur
Voor gebruik bijsluiter lezen	Vervaldatum	
In Vitro diagnostische toepassing	LOT	Zie verpakking
Geschikt voor eenmalig gebruik	CE 0843	De Cholesterol-Check® teststrips voldoen aan de Europese richtlijn 98/79/EC
Aantal testen per verpakking		

Fabrikant:

Nano Repro AG
Im Rudert 2 + 2a
35043 Marburg

Distributie Benelux:

Dutch Diagnostics BV
Hekkehorst 3, 7207 BS Zutphen

Versie:

Oktober 2009
IFU CHOL105 – NR

Bij vragen neemt u contact op via:
info@cholesterol-check.nl
of **www.cholesterol-check.nl**



Cholesterol-Check®

Testez rapidement
Déterminez au bon moment

Dépliant

Un fort taux de cholestérol ?
Déterminez votre taux de cholestérol total, HDL et LDL

Mode d'emploi Cholesterol-Check®

Cholesterol-Check® est un test rapide déterminant semi-quantitativement le taux général de cholestérol et de HDL (lipoprotéines de haute densité) dans un échantillon de sang. Le niveau de LDL (lipoprotéines de basse densité) est calculé au moyen de la règle ci-jointe. La réalisation du test est réservée à l'usage in-vitro. Le mode d'emploi est à lire minutieusement dans une pièce bien éclairée.

Le taux de cholestérol

Un haut taux général de cholestérol et un bas niveau de HDL accroissent les risques de maladies cardiaques. D'autres risques favorisant les maladies du cœur sont les suivants : fumer, une forte pression artérielle, une forte absorption de graisse, un manque d'exercices physiques, ou/et des antécédents familiaux de maladies cardiaques. Un contrôle régulier du taux de cholestérol est conseillé chez les hommes en santé à partir de 35 ans, et chez les femmes en santé à partir de 45 ans. Si d'autres facteurs de risques se font connaître, il est recommandé d'effectuer un contrôle du taux de cholestérol à partir de 20 ans (3-4 fois par an).

Principe du test

Le test comprend deux bandelettes réactives traitées avec un réactif chimique. Un échantillon de sang est à chaque fois appliqué à l'endroit réservé correspondant, situé sur la face arrière de la cassette, pour déterminer la quantité de cholestérol et de HDL. Une réaction enzymatique se produit et laisse apparaître un indicateur jaune sur la bandelette. Le résultat du test peut être lu au moyen d'un schéma de couleurs sur la cassette. Utilisez la règle à calcul pour déterminer le taux de LDL.

Une goutte de sang issue du bout du doigt est suffisante pour la réalisation du test. Le test dure entre 3 et 5 minutes.

Contient

- 2 cassettes
- 2 pipettes (pour la réception du sang)
- 1 lancette automatique stérilisée
- 1 règle de calcul
- 1 compresse imprégnée d'alcool
- 1 pansement
- 1 mode d'emploi

Matériel requis :

Un chronomètre (montre (...) à se servir avec la main libre)

Conservation et manipulation

- Conservez le test dans un endroit sec à température ambiante (entre 18 et 27°C).
- N'exposez pas directement les composants du test aux rayons du soleil et à la chaleur.
- Utilisez le test aussitôt que le film de protection en aluminium a été enlevé.

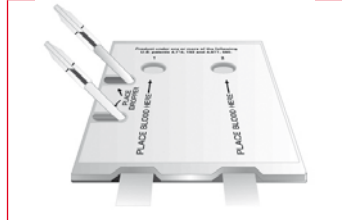
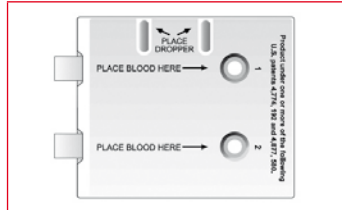
Cholesterol-Check®

Veillez lire le mode d'emploi entièrement et minutieusement avant de commencer le test. Garder le test hors de portée des enfants. Utilisation in-vitro seulement.

Réalisation du test

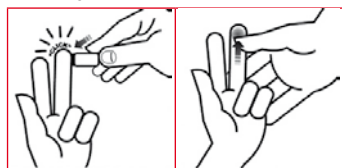
Préparation

- Préparez le chronomètre (ou autre instrument utilisable).
- Veillez laver vos mains au savon et à l'eau chaude. Si vous avez les mains froides, frottez les pour les réchauffer.
- Ouvrez l'emballage en aluminium de la cassette.



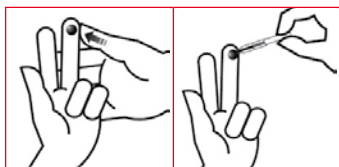
Prise de sang

- ATTENTION : n'utilisez jamais une lancette qui aurait pu être déjà utilisée par quelqu'un d'autre.
- Si vous êtes droitier, prélevez l'échantillon de sang du majeur ou de l'annulaire de votre main gauche. Si vous êtes gaucher, prélevez le sang du majeur ou de l'annulaire de votre main droite. Désinfectez le doigt avec la compresse ci-jointe.
- Laissez pendre votre bras le long du corps pour faciliter la circulation sanguine. Disposez votre bras sur une table (ou équivalent) et massez le doigt préalablement choisi. Portez la lancette jusqu'à votre doigt et pressez le bouton déclencheur.

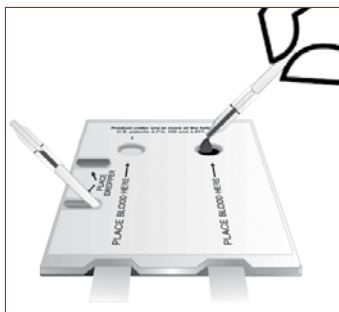


Réalisation du test

- Après l'utilisation de la lancette, massez votre doigt de nouveau pour faire sortir une goutte de sang.
- Remplissez les deux pipettes avec le sang jusqu'à la ligne noire. Si nécessaire, massez votre doigt encore une fois pour avoir la quantité de sang désirée.



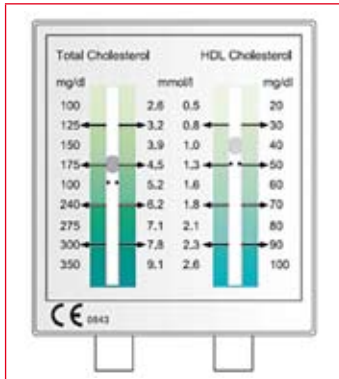
- La pipette se remplit facilement si vous laissez pendre votre doigt vers le bas.
- Disposez les pipettes dans leurs emplacements au dos de la cassette, et faites couler les gouttes de sang dans le champ d'application correspondant.



- Démarrez le décompte avec le chronomètre et attendez une minute avant de retourner la cassette et de lire le résultat.
- Ne pas secouer la cassette.

Lire le résultat

- Tournez la cassette après une minute d'attente.
- Lisez en premier le taux de HDL sur le côté droit de la cassette. Lisez le résultat après 1 minute au plus tôt, mais n'attendez jamais plus de 3 minutes.
- Lisez maintenant le taux de cholestérol. Lisez le résultat après 3 minutes au plus tôt, mais n'attendez jamais plus de 5 minutes.
- Le rond jaune du résultat apparu sur la bandelette va se rapprocher soit du jaune-vert, du vert, ou du bleu-vert.
- Comparez les couleurs de la bandelette du test avec le bloc de couleur sur la cassette, et faites glisser la bandelette jusqu'à ce que vous trouviez le bon ton de couleur. Lisez le résultat de la couleur dans un endroit éclairé, mais néanmoins pas directement à la lumière du soleil.
- Cherchez la couleur qui coïncide le mieux avec le résultat du test (ton jaune-vert, vert ou bleu-vert). La couleur du résultat du test peut se situer entre deux tons de couleur du bloc.
- Si le ton de couleur dans le résultat du champ est irrégulièrement coloré ou marbré, concentrez vous sur le ton le plus foncé pour déterminer le résultat du test.



Comprendre le résultat du test

Le cholestérol

Le résultat de votre test vous place dans un des trois groupes de risques médocinaux.

Résultat inférieur à 5,2 mmol/L (jaune-vert) :

Sans danger

Vous avez un bas taux de cholestérol. Le risque de souffrir d'une maladie cardiaque n'est pas élevé. Si les facteurs de risques décrits précédemment se font remarquer, vous devriez quand même consulter votre médecin et contrôler régulièrement votre taux de cholestérol.

Résultat entre 5,2 et 6,2 mmol/L (vert) :

Danger moyen

Le taux de cholestérol est moyennement élevé et le risque de souffrir d'une maladie cardiaque peut être bien présent. Veuillez consulter votre médecin.

Résultat à partir de 6,2 mmol/L ou plus (bleu-vert) :

Danger

Votre taux de cholestérol est trop élevé. Les risques de maladies cardiaques pourraient être élevés, même si aucun facteur de risques ne se sont fait connaître. Consultez votre médecin pour parler des différentes procédures à suivre.

Lire le taux de HDL/LDL

Avec le Test Cholesterol-Check®, vous pouvez non seulement calculer votre taux global de cholestérol, mais aussi le taux de HDL/LDL dans le sang (« bon » et « mauvais » cholestérol). Le risque de souffrir d'une maladie cardiaque est lié au niveau de concentration de HDL/LDL. Si votre taux de HDL est égal ou inférieur à 1,0 mmol/L, il y a un fort risque de maladies cardiaques, et cela indépendamment des facteurs de risques connus. Si le résultat est supérieur à 1,0 mmol/L, vous pouvez quand même porter un risque dans la mesure où vous constatez un facteur de risque cité précédemment. Vous pouvez calculer la concentration de LDL au moyen de la règle de calcul ci-jointe. Ajuster la valeur de HDL calculée avec le taux global de cholestérol sur la règle, et vous obtenez votre taux de LDL. Un taux de LDL inférieur ou égal à 3,3 mmol/L est considéré comme acceptable. Un taux supérieur à 3,3 mmol/L est considéré comme critique. Vous devez adapter votre alimentation et consulter un médecin.

Remarques et instructions de sécurité

- Dans tous les cas, nous vous conseillons d'effectuer Cholesterol-Check® 2 ou 3 fois par an pour comparer l'évolution des taux. Un unique test de cholestérol peut donner un résultat atypique.
- Votre taux de cholestérol peut varier si vous êtes enceintes, si vous prenez des préparations hormonales (ex : la pilule), si vous sortez de maladie ou si vous êtes momentanément malade.
- Un haut taux de cholestérol n'est seulement qu'un des facteurs déclencheurs des maladies cardiaques. Les autres facteurs sont : fumer, une forte pression sanguine, un manque d'exercices physiques, une alimentation grasse (...). Demandez à votre médecin comment il est possible de réduire les risques de maladies cardiaques.
- Si vous ne décelez aucun facteur de risques cités précédemment, vous devriez vérifier votre taux de cholestérol tous les 5 ans. Si un ou plusieurs facteurs de risques se font connaître, vérifiez votre taux de cholestérol régulièrement.
- La non reconnaissance du mode d'emploi peut mener à un résultat erroné.
- Les composants du test ne doivent pas être réutilisés.
- Cholesterol-Check® est un test rapide détectant semi-quantitativement le cholestérol dans un échantillon de sang. Si vous remarquez un haut taux de cholestérol, veuillez toujours consulter votre médecin traitant.
- Avant de débiter une adaptation alimentaire veuillez en discuter avec votre médecin.
- Ne pas utiliser le test après la date de péremption.
- Ne pas utiliser le test si l'emballage est endommagé.

Questions

Dois-je avoir une alimentation spécialisée ou faire un régime avant d'effectuer le test ?

- Non, vous pouvez manger comme à votre habitude.

Dois-je effectuer le test à un moment précis de la journée ?

- Non, le test peut être effectué à tous les moments de la journée.

Est-il possible que l'indicateur se colore mais que le résultat du test soit faussé ?

- Oui, le résultat du test peut être faussé si :
 - le résultat du test est lu avant 3 minutes ou après 4 minutes d'attente.
 - le test a été appliqué directement aux rayons du soleil ou à la fumée.
 - vous avez désinfecté votre doigt avec autre chose que la compresse ci-jointe.
 - vous n'avez pas conservé le test à température ambiante (de 18 à 27°C).

Est-ce que l'alcool, la nourriture, les préparations vitaminées ou les médicaments peuvent avoir une influence sur le résultat du test ?

- Non. Les aliments et les boissons comme la plupart des médicaments n'ont pas d'influence sur le résultat du test. Vous ne devez cependant pas effectuer le test si vous avez pris il y a moins de 4 heures du paracétamol ou de la vitamine C (plus de 500 g). Les hommes ne doivent pas effectuer le test s'ils ont utilisé du Viagra® ou d'autres médicaments similaires moins de 6 heures auparavant, car cela peut influencer à court terme la perception du bleu et du vert.

	Fabricant	18°C - 27°C	Température de conserver
	Lire attentivement les instructions		Date d'expiration
	Pour diagnostic in-vitro seulement (utilisation hors du corps)		Voir imprimé sur emballage
	Ne pas utiliser plusieurs fois		Cholesterol-Check® bandelettes satisfait la directive européenne 98/79/CE
	Tests par produit		

Fabricant :

NanoRepro AG
Im Rudert 2+2A
35043 Marburg

Distribution Bénélux :

Dutch Diagnostics BV
Heekelhorst 3, 7207 BS Zutphen

État des informations :

Octobre 2009
IFU CHOL105 - NR

Pour des questions contactez nous au :
info@cholesterol-check.nl
of www.cholesterol-check.nl