

## Przygotowanie do wysyłki

### Kiedy zaplanować wysyłkę

- Wyślij próbkę tak szybko, jak to możliwe. Możesz to zrobić w dowolny dzień tygodnia."

### Gdy jesteś gotowy do wysyłki

- Upewnij się, że podałeś następujące informacje:
  - Formularz danych osobowych: upewnij się, że formularz jest wypełniony.
  - Faktury proforma: wypełnij dołączone faktury (wymagane tylko w przypadku wysyłki z kraju spoza UE).
- Przygotuj swoją przesyłkę:
  - Umieść torbę ze znakiem zagrożenia biologicznego zawierającą pobraną próbkę razem z wypełnionym formularzem danych osobowych w dostarczonym pudełku.
  - Umieść pudełko w torebce DHL i wyślij (patrz instrukcja wysyłki).



**Nordic** | **DNAlysis**  
Laboratories | Biotechnology

info@dnalife.healthcare  
www.dnalife.healthcare

#### Head Office:

Nygade 6, 3.sal  
1164 Copenhagen K  
Denmark  
Tlf: +45 33 75 10 00

#### South Africa Office:

North Block, Thrupps Centre  
204 Oxford Rd, Illove 2196  
South Africa  
Tel: +27 (0) 11 268 0268

#### UK Office:

11 Old Factory Buildings, Stonegate  
East Sussex, TN5 7DU  
United Kingdom  
Tel: +44 (0)1580 201 687

© Copyright 2025 Nordic Laboratories. Reproduction may be made for personal use only. Systematic electronic or print reproduction and distribution including duplication of any material in this paper for a fee or for commercial purposes, or modification of the content of the paper are prohibited.



POL  
Version 001

Dziękujemy za zaufanie naszemu laboratorium.

Wybrałeś test laboratoryjny dnalife® od Nordic Laboratories, który dostarczy Ci informacji, pozwalających osiągnąć poprawę stanu zdrowia.

Przyszłość medycyny leży w personalizowanej strategii leczenia opartej na informacjach dotyczących indywidualnej biochemii i genotypie pacjenta. Ten test pomoże Ci uzyskać obiektywne dane o sobie, dzięki czemu możliwe stanie się opracowanie bardziej precyzyjnej strategii leczenia, a docelowo wdrożenie środków, które pomogą zapobiegać wystąpieniu chorób.

Ten zestaw zawiera wszystkie materiały potrzebne do pobrania próbki. Przeczytaj uważnie instrukcję i postępuj zgodnie z nią krok po kroku. Twoje wyniki zostaną udostępnione Twojemu opiekunowi medycznemu około trzech tygodni po otrzymaniu Twoich próbek.

Jeśli masz jakieś pytania, wątpliwości lub potrzebujesz wsparcia w zrozumieniu, co dokładnie musisz zrobić, aby wykonać test prawidłowo - pomoc jest pod ręką. Zadzwoń do nas pod numer (+48) 883-581-535. Możesz również wysłać e-mail na adres mp@nordicgroup.eu.

## Przygotowanie do wysyłki

### Kiedy zaplanować wysyłkę

- Wyślij próbkę tak szybko, jak to możliwe. Możesz to zrobić w dowolny dzień tygodnia."

### Gdy jesteś gotowy do wysyłki

- Upewnij się, że podałeś następujące informacje:
  - Formularz danych osobowych: upewnij się, że formularz jest wypełniony.
  - Faktury proforma: wypełnij dołączone faktury (wymagane tylko w przypadku wysyłki z kraju spoza UE).
- Przygotuj swoją przesyłkę:
  - Umieść torbę ze znakiem zagrożenia biologicznego zawierającą pobraną próbkę razem z wypełnionym formularzem danych osobowych w dostarczonym pudełku.
  - Umieść pudełko w torebce DHL i wyślij (patrz instrukcja wysyłki).



**Nordic** | **DNAlysis**  
Laboratories | Biotechnology

info@dnalife.healthcare  
www.dnalife.healthcare

#### Head Office:

Nygade 6, 3.sal  
1164 Copenhagen K  
Denmark  
Tlf: +45 33 75 10 00

#### South Africa Office:

North Block, Thrupps Centre  
204 Oxford Rd, Illove 2196  
South Africa  
Tel: +27 (0) 11 268 0268

#### UK Office:

11 Old Factory Buildings, Stonegate  
East Sussex, TN5 7DU  
United Kingdom  
Tel: +44 (0)1580 201 687

© Copyright 2025 Nordic Laboratories. Reproduction may be made for personal use only. Systematic electronic or print reproduction and distribution including duplication of any material in this paper for a fee or for commercial purposes, or modification of the content of the paper are prohibited.



POL  
Version 001

Dziękujemy za zaufanie naszemu laboratorium.

Wybrałeś test laboratoryjny dnalife® od Nordic Laboratories, który dostarczy Ci informacji, pozwalających osiągnąć poprawę stanu zdrowia.

Przyszłość medycyny leży w personalizowanej strategii leczenia opartej na informacjach dotyczących indywidualnej biochemii i genotypie pacjenta. Ten test pomoże Ci uzyskać obiektywne dane o sobie, dzięki czemu możliwe stanie się opracowanie bardziej precyzyjnej strategii leczenia, a docelowo wdrożenie środków, które pomogą zapobiegać wystąpieniu chorób.

Ten zestaw zawiera wszystkie materiały potrzebne do pobrania próbki. Przeczytaj uważnie instrukcję i postępuj zgodnie z nią krok po kroku. Twoje wyniki zostaną udostępnione Twojemu opiekunowi medycznemu około trzech tygodni po otrzymaniu Twoich próbek.

Jeśli masz jakieś pytania, wątpliwości lub potrzebujesz wsparcia w zrozumieniu, co dokładnie musisz zrobić, aby wykonać test prawidłowo - pomoc jest pod ręką. Zadzwoń do nas pod numer (+48) 883-581-535. Możesz również wysłać e-mail na adres mp@nordicgroup.eu.

## Sprawdź swój zestaw

### Materiały wysyłkowe

- 1 x Pudełko zawierające zestaw do pobrania próbki (**Proszę zachować to pudełko do wysyłki gotowych próbek**)
- 1 x Formularz informacji o pacjencie
- 1 x torba DHL
- 1 x list przewozowy DHL
- 1 x instrukcja wysyłkowa
- 2 x faktura proforma (**tylko w przypadku wysyłki z kraju spoza UE**)

### Materiały do pobrania próbki:

- 1 x Opakowanie ze srebrnej folii, które zawiera plastikowe tuby, z których każda posiada sterylny wacik bawełniany
- 1 x Specjalna torba na materiały biologiczne

W przypadku braku któregoś z elementów lub przekroczenia terminu przydatności, skontaktuj się z Nordic Laboratories pod adresem: [testkits@nordicgroup.eu](mailto:testkits@nordicgroup.eu) lub +44 (0) 1580 201687

## Przygotowanie

### Podaj następujące informacje:

- Formularz danych osobowych: sprawdź, czy informacje w formularzu są poprawne i w razie potrzeby skoryguj.

### Kiedy należy pobrać próbkę:

- Najlepiej jest pobrać próbkę rano przed myciem zębów, jedzeniem i piciem.



#### WAŻNA UWAGA!

W trakcie całej procedury nie dotykaj końcówki wacika rękami.



## Sprawdź swój zestaw

### Materiały wysyłkowe

- 1 x Pudełko zawierające zestaw do pobrania próbki (**Proszę zachować to pudełko do wysyłki gotowych próbek**)
- 1 x Formularz informacji o pacjencie
- 1 x torba DHL
- 1 x list przewozowy DHL
- 1 x instrukcja wysyłkowa
- 2 x faktura proforma (**tylko w przypadku wysyłki z kraju spoza UE**)

### Materiały do pobrania próbki:

- 1 x Opakowanie ze srebrnej folii, które zawiera plastikowe tuby, z których każda posiada sterylny wacik bawełniany
- 1 x Specjalna torba na materiały biologiczne

W przypadku braku któregoś z elementów lub przekroczenia terminu przydatności, skontaktuj się z Nordic Laboratories pod adresem: [testkits@nordicgroup.eu](mailto:testkits@nordicgroup.eu) lub +44 (0) 1580 201687

## Przygotowanie

### Podaj następujące informacje:

- Formularz danych osobowych: sprawdź, czy informacje w formularzu są poprawne i w razie potrzeby skoryguj.

### Kiedy należy pobrać próbkę:

- Najlepiej jest pobrać próbkę rano przed myciem zębów, jedzeniem i piciem.



#### WAŻNA UWAGA!

W trakcie całej procedury nie dotykaj końcówki wacika rękami.



## Procedura pobrania próbki



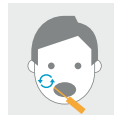
### Krok 1:

Wpisz swoje imię i nazwisko, datę urodzenia i datę pobrania próbki, wyraźnie z boku plastikowej rurki zawierającej wymaz. Zwróć też uwagę na datę pobrania próbki w formularzu danych osobowych.



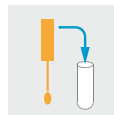
### Krok 2:

Odkręć górną część plastikowej rurki i wyjmij patyczek z wacikiem. Unikaj dotykania końcówki wacika.



### Krok 3:

Stanowczo pocieraj wewnętrzną stronę lewego policzka przez 30 sekund, jednocześnie obracając wacik i upewniając się, że cały koniec wacika zetknie się z policzkiem. Powinieneś nacisnąć wystarczająco mocno, tak aby było lekko niewygodnie. Upewnij się, że końcówka wacika nie dotyka Twoich zębów ani ust. Powtórz ten proces dla prawego policzka.



### Krok 4:

Natychmiast wyjmij patyczek z jamy ustnej, uważając, aby nie dotknąć końcówki wacika o zęby, usta lub jakąkolwiek inną powierzchnię, i włóż go z powrotem do plastikowej rurki, a następnie dokładnie zamknij pokrywkę.



### Krok 5:

Umieść plastikowe tuby w worku ze znakiem "zagrożenia biologicznego" (ang. Biohazard) i szczelnie zamknij. Wyrzuć srebrną folię.



## Procedura pobrania próbki



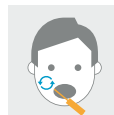
### Krok 1:

Wpisz swoje imię i nazwisko, datę urodzenia i datę pobrania próbki, wyraźnie z boku plastikowej rurki zawierającej wymaz. Zwróć też uwagę na datę pobrania próbki w formularzu danych osobowych.



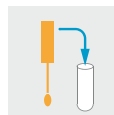
### Krok 2:

Odkręć górną część plastikowej rurki i wyjmij patyczek z wacikiem. Unikaj dotykania końcówki wacika.



### Krok 3:

Stanowczo pocieraj wewnętrzną stronę lewego policzka przez 30 sekund, jednocześnie obracając wacik i upewniając się, że cały koniec wacika zetknie się z policzkiem. Powinieneś nacisnąć wystarczająco mocno, tak aby było lekko niewygodnie. Upewnij się, że końcówka wacika nie dotyka Twoich zębów ani ust. Powtórz ten proces dla prawego policzka.



### Krok 4:

Natychmiast wyjmij patyczek z jamy ustnej, uważając, aby nie dotknąć końcówki wacika o zęby, usta lub jakąkolwiek inną powierzchnię, i włóż go z powrotem do plastikowej rurki, a następnie dokładnie zamknij pokrywkę.



### Krok 5:

Umieść plastikowe tuby w worku ze znakiem "zagrożenia biologicznego" (ang. Biohazard) i szczelnie zamknij. Wyrzuć srebrną folię.

