

Инструкция по сбору слюны на мелатонин

Информация о биоматериале и контейнере.	Для исследования необходима порция слюны. Контейнер для сбора биоматериала необходимо заранее приобрести в любом медицинском офисе ИНВИТРО.
Информация о предварительной подготовке к исследованию.	Общие требования За 24 часа и в течение всего периода сбора слюны исключить употребление острых, соленых, кислых продуктов, алкоголя, напитков, содержащих кофеин, физические нагрузки. Накануне вечером и в день сбора слюны не наносить на тело лосьоны или кремы, не использовать ополаскиватель для рта. За 1,5 часа до сбора слюны воздержаться от приема пищи, чистки зубов, использования зубной нити, ополаскивателя для полости рта и жевательной резинки. За 1 час до сбора слюны не курить. Специальные требования Время сбора определяет направляющий врач в зависимости от индивидуальных циркадных ритмов пациента. Сбор слюны рекомендуется начинать вечером (в среднем за 3 часа до обычного засыпания), при низком уровне освещения, избегая света синего спектра (телефоны, планшеты, ноутбуки, телевизоры, люминесцентные и светодиодные лампы). Для исследований, связанных с оценкой адекватности дозировки мелатонина, обычно применяют измерение мелатонина в слюне в ранние утренние часы.
Информация «куда собирать».	Пробы слюны собирают в пробирки с белой крышкой (см. рис. 1).  Рис. 1
Информация «как собирать».	1. Перед сбором слюны провести трехкратное полоскание полости рта физиологическим раствором или кипяченой водой комнатной температуры. 2. Тщательно вымыть руки с мылом. 3. Аккуратно открыть крышку пробирки. 4. Собрать слюну путем сплевывания в объеме 1/2 пробирки (не менее 1/3), избегая образования пузырьков воздуха. 5. При сильном пенообразовании выполнить постукивание дна пробирки о твердую поверхность. 6. Крышку пробирки плотно закрутить. 7. Указать Ф. И. О., дату и время сбора.
Информация о недопустимых условиях, если есть таковые.	1. Исключить попадание инородных веществ в образец слюны. 2. Исключить примеси крови в пробе (кровоточивость десен, травмы слизистой оболочки ротовой полости и др.). 3. Исключить применение косметических средств (помады, блеска, бальзама и др.) во время сбора слюны.
Информация о том, сколько времени и в каких условиях можно хранить и транспортировать пробу от момента сбора до момента доставки в МО.	Условия хранения Доставить в МО не позднее 12 часов после сбора. До отправки пробу хранить в холодильнике при температуре +2...+8° С. Условия транспортировки Доставить в охлажденном, но не замороженном виде при температуре +2...+8° С (например, в термосе с кубиком льда или в пакете с хладоэлементами).