



Speichelproben

Die 18 goldenen Regeln zum kunstgerechten Gewinnen und Versenden von Speichelproben

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Sie haben Probengefäße und Versandmaterial für eine Speicheluntersuchung erhalten. Vielleicht keimt in Ihnen nun ein Gefühl der Unsicherheit auf, was Sie denn jetzt genau zu tun haben. Um Ihnen zu helfen, haben wir für Sie die Vorgehensweise in den folgenden Regeln zusammengefasst.

1. Die Speichelproben sind zu den auf dem Probenbegleitschein **angegebenen Zeitpunkten an einem Tag bzw. in der darauffolgenden Nacht** zu entnehmen. Die Speichelproben sind ausschließlich in den mitgelieferten Probengefäßen zu sammeln.
2. Die morgendlichen Speichelproben sollten **nüchtern** genommen werden (Wasser trinken ist erlaubt, jedoch kein Morgenkaffee - frühstücken bitte erst zwei Stunden nach dem Aufstehen). **Medikamente** können wie üblich eingenommen werden.
3. 12 Stunden vor und während dem Abgeben der Speichelproben sollten **keine tierischen Produkte** (z. B. Milch, Eier, Fleisch, ...) gegessen werden.
4. Etwa 30 Minuten vor dem Abgeben der Speichelprobe sollte **nicht mehr geraucht** werden.
5. Die **Zähne sollten erst geputzt** werden, wenn die ersten, in 30-minütigen Abständen gewonnenen fünf Speichelproben genommen wurden. An dem Tag der Speichelprobenabgabe sollten keine **Mundspülungen** (z. B. mit desinfizierenden Lösungen) vorgenommen werden und auch **keine Kaugummis** gekaut und **keine Bonbons** etc. gelutscht werden.
6. Zahnersatz/ Zahnprothesen erst nach der morgendlichen Speichelprobennahme einsetzen. Vor dem Einsetzen gründlichst unter fließendem Wasser abspülen, um das Reinigungsmittel vollständig zu entfernen.
7. Wenn sich Essensreste im Mund befinden, spülen Sie ihn vor dem Abgeben der Speichelprobe kräftig **mit Wasser aus**. Danach 5 Minuten warten.
8. Der Speichelfluss sollte nicht künstlich angeregt werden (z. B. Kaugummi, Zitronen, ...).
9. Den Speichel in das Probensammelgefäß hineinfließen lassen.
10. Die Sammelgefäße **etwa 2/3 mit Speichel füllen**.
11. Bei Erstellung eines Tagesprofils sollten **keine starken körperlichen Anstrengungen** (z. B. Sport, Sex, ...) erfolgen.
12. Beim Gebrauch von **hormonhaltigen Cremes** sollten während der Probenentnahme unbedingt Einmalhandschuhe getragen werden, um eine Kontamination der Speichelproben zu vermeiden.

Scannen Sie den QR-Code per Smartphone und schauen Sie sich gerne eine **Video-Anleitung** zur Speichelprobenentnahme auf YouTube an.



Bitte wenden

13. Speichelproben sollten nur dann entnommen werden, wenn keine Entzündungen, Verletzungen oder sonstigen **Erkrankungen in der Mundhöhle** vorliegen.
14. Bei einer **rötlichen Färbung** der Probe (Kontamination mit Blut) ist die Probe unbedingt zu verwerfen. Das Probengefäß sollte mit Wasser gründlich gespült werden. Nach 10 Minuten erneut eine Probe abgeben. Im Zweifelsfall das Probengefäß vor einen hellen Hintergrund halten und auf Verfärbung überprüfen.
15. Die Deckel der **Probengefäße gut verschließen**. Die **Zeit der Probenentnahme und den Patientennamen** bitte deutlich auf die mitgelieferten Aufkleber notieren und auf die entsprechenden Probensammelgefäße kleben.
16. Die Probengefäße in den mit dem Patientennamen versehenen **Druckverschlussbeutel** geben.
17. Bitte nicht vergessen: den **Probenbegleitschein und den Anamnesebogen** möglichst **leserlich ausfüllen**. Neben den von Ihrer/m Therapeutin/en markierten Untersuchungswünschen und der Praxisadresse darf Ihre eigene **Anschrift** nicht fehlen. Außerdem bitte das **Datum der Probenentnahme** eintragen und unterschreiben. Geben Sie die Probenbehältnisse zusammen mit dem Probenbegleitschein in den Enterosan®- Versandbeutel. Diesen können Sie auch **unfrei** an unser Labor senden (Portokosten werden dann auf der Rechnung ausgewiesen).
18. Sollte die Probengewinnung **kurz vor oder an Wochenenden bzw. Feiertagen** erfolgen, bitte die Proben erst **im Anschluss daran** versenden und diese bis dahin **kühl und dunkel**, idealerweise **im Kühlschrank** lagern.

Bitte grundsätzlich beachten!

In der Regel sollte eine Speichelprobe (bei Bestimmung der Geschlechtshormone) **bei Frauen** mit einem 28-Tage Zyklus **um den 20. Zyklustag** entnommen werden. Zur Information: Der erste Tag der Regelblutung entspricht dem 1. Zyklustag. Ist Ihr Zyklus länger oder kürzer, so ziehen Sie von der Länge Ihres Zyklus 7 Tage ab und Sie erhalten den benötigten Zyklustag (Bsp.: 32 Tage Zyklus: 32-7= 25. Die Entnahme sollte am 25. Tag erfolgen.). Schwankt Ihr Zyklus häufiger, so können Sie die Proben auch einfrieren und den Eintritt der Menstruationsblutung abwarten, um zu „kontrollieren“, ob Sie den richtigen Tag gewählt haben. In Einzelfällen kann es sinnvoll sein, einen anderen Zyklustag für die Speichelentnahme zu wählen. Dies muss Ihr/e Therapeut*in anhand Ihrer Symptomatik entscheiden.

Bei **Männern** und **postmenopausalen Frauen** ist in der Regel **kein spezieller Probennahmetag** zu beachten. Die Bestimmung des **Cortisol-Tagesprofils** sowie des **Melatonins** ist ebenfalls nicht an einen Zyklustag gebunden, sollte allerdings an einem gewöhnlichen Arbeitstag durchgeführt werden, um die alltäglichen „Stressfaktoren“ abzubilden.

Dauer der labordiagnostischen Untersuchung

Die Speicheluntersuchung dauert in der Regel 7-10 Werktage. Mit einem Ergebnis können Sie also, unter Berücksichtigung des Postweges, frühestens nach Ablauf von etwa zwei Wochen rechnen.

Abrechnung der Leistungen

Wir stellen unsere Leistungen privat in Rechnung. Eine Kostenübernahme durch gesetzliche oder private Krankenversicherungen kann nicht garantiert werden.

Vielen Dank für Ihre Mithilfe und Ihr Vertrauen.

Wir wünschen Ihnen eine baldige Genesung.