

## **Cortisol im Speichel - Kurzanleitung für den Patienten**

Cortisol im Speichel wird zu verschiedenen Tageszeiten bestimmt.

Sammelzeiten, wenn von Ihrem Arzt nicht anders vorgegeben: 08:00 Uhr, 12:00 Uhr, 16:00 Uhr und einmal zwischen 23 und 24 Uhr.

### **Morgens:**

unmittelbar nach dem Aufstehen, vor dem Frühstück oder Zähneputzen!

### **Tagsüber und in der Nacht:**

frühestens 30 Minuten nach der Aufnahme von fester und flüssiger Nahrung durchführen.

### **Öffnen der Salivette:**

Halten Sie die Salivette am Rand des eingehängten Gefäßes fest und entfernen Sie den Stopfen. Das Öffnen wird erleichtert, wenn Sie den Stopfen des eingehängten Gefäßes ein wenig zur Seite abknicken.

### **Speichelsammlung:**

Kauen Sie die Watterolle ca. eine Minute. Behalten Sie die Watterolle so lange im Mund, bis Sie das Gefühl haben, dass Sie den gesammelten Speichel nicht mehr im Mund halten können.

Im Anschluss geben Sie die Watterolle zurück in die Salivette. Die Salivette fest verschließen und mit der aktuellen Uhrzeit beschriften. Die Angabe der Uhrzeit ist wichtig für die Beurteilung der Ergebnisse.

### **Lagerung der Proben:**

Die Proben bitte im Kühlschrank lagern und am nächsten Tag in die Praxis Ihres behandelnden Arztes bringen.