

ИНСТРУКЦИЯ ПО СБОРУ СЛЮНЫ

«Мелатонин: суточный ритм (утренняя, дневная, вечерняя, ночная порции) в слюне».
Исследование предназначено для пациентов **старше 18 лет**.



- Накануне исследования получите в медицинском офисе систему для сбора 4 порций слюны

Подготовка к исследованию

- ☞ За 3 дня до сбора слюны прекратить прием препаратов, содержащих мелатонин: Мелаксен, Меларена, Циркадин и другие.
- ☞ Исследование рекомендуется проводить на фоне естественного цикла «сон-бодрствование». Не следует проводить исследование, если вы собираетесь не спать всю ночь.
- ☞ За сутки и в течение всего периода сбора слюны исключить употребление кофеина, алкоголя, физические нагрузки.
- ☞ За один час до сбора слюны не курить.
- ☞ За 10 минут до сбора слюны прополощите рот водой.
- ☞ Перед сбором слюны удалить с губ средства декоративной и уходовой косметики: помады, блески, бальзамы и т.д. Исключить попадание инородных веществ в образец слюны.

Внимание! Исследование не проводится пациентам, в анамнезе которых имеется кровоточивость десен. При сборе избегать вспенивания слюны. Биоматериал со следами крови не принимается. Собранная слюна должна быть чистой: прозрачной или тускло-белой.

Сбор биоматериала

- Сбор слюны рекомендуется проводить при приглушенном освещении.
- Укажите ФИО, дату и время сбора слюны на этикетке и наклейте ее на пробирку.
- Соберите пробу слюны в транспортную пробирку. Минимальный объем слюны должен быть не менее 2 мл.
- **Пробирку заверните в фольгу и сразу поместите в холодильник (+2+8С).**

Время сбора слюны:

- 7:00–9:00 — утренняя порция, после пробуждения
- 15:00–17:00 — дневная порция
- 22:00–24:00 — вечерняя порция, перед сном
- 02:00–03:00 — ночная порция (проснуться по будильнику)



Хранение и транспортировка

- Доставьте биоматериал в лабораторию утром, после завершения сбора.
- Хранить и транспортировать при температуре +2+8С.

Соблюдение рекомендаций напрямую влияет на результат исследования.