



Cortisol in speeksel thuis test

In overleg met uw arts is besloten de hoeveelheid cortisol in uw speeksel te laten bepalen. Hoe verzamelen we het speeksel en waar levert u het in? In deze folder leest u meer over dit onderzoek.

Wat is cortisol?

Cortisol is een hormoon dat uw lichaam nodig heeft en in de bijnier wordt gemaakt. Dit hormoon is verhoogd in stressvolle situaties en wordt daarom ook wel het stresshormoon genoemd. Daarnaast kan cortisol ook verhoogd in bloed voorkomen bij enkele ziektebeelden, waarbij de bijnierschors is betrokken.

Via het bloed komt het hormoon terecht in het speeksel. De concentratie in het speeksel is 's ochtends hoger dan 's avonds volgens een zogenaamd dagritme. Daarom is het belangrijk om de met uw arts afgesproken tijd voor de test op te volgen!

De thuis test in speeksel

Met uw arts spreekt u af op welk tijdstip u het speeksel opvangt. Dit zal in veel gevallen in de avond zijn, omdat op dat moment eventuele storingen het beste op te sporen zijn. Een goede voorbereiding zorgt er voor dat het cortisol zo betrouwbaar mogelijk gemeten kan worden. Als u zich vergist, haal dan een nieuwe test op bij het laboratorium.

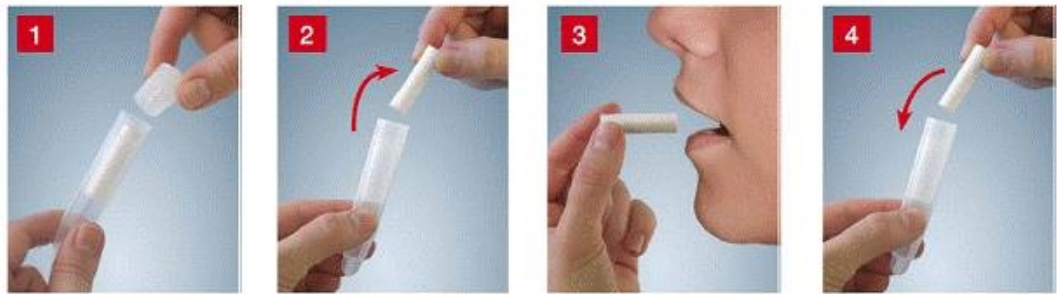
Vorbereiding voor een juist resultaat

Eén uur voor de test mag u:

1. Niet meer eten.
2. Niet meer drinken (alleen water is toegestaan).
3. Geen intensieve inspanningen meer doen.
4. Niet uw tanden poetsen en niet meer flossen. Als uw speeksel bloed bevat is de test niet meer te gebruiken.

Hoe vangt u het speeksel op?

Het verzamelen van het speeksel gaat met behulp van een zogenoemde *Salivette*. Deze *Salivette* bestaat uit 4 onderdelen: een blauwe of witte dop, een buitenbuis, een binnenbuis met daarin een wattenstaaf. Zorg voor schone handen als u start met het verzamelen van het speeksel.



Noteer de volgende onderdelen duidelijk op de *Salivette* met een balpen:

- Achternaam
- Geboortedatum
- Afnamedatum
- Afnametijdstip

1. Haal de dop van de *Salivette* en bewaar deze.
2. Pak de wattenstaaf voorzichtig uit de binnenbuis.
3. Stop de wattenstaaf in uw mond en kauw hier **minimaal** twee minuten op. Beweeg de wattenstaaf door de mond heen, zodat er steeds nieuw speeksel in opgenomen kan worden. De wattenstaaf raakt op deze manier vol met speeksel.
4. Plaats de wattenstaaf weer terug in de binnenbuis en sluit deze goed af met de dop. Bewaar het buisje in de koelkast voor maximaal drie dagen. Is de bewaartijd langer, bewaar de buis dan in de vriezer.

Inleveren van het materiaal

Wanneer u het verzamelen goed hebt uitgevoerd, kunt u de *Salivette* samen met het laboratorium aanvraagformulier inleveren bij de balie van het laboratorium of de bloedafname in Gelre Apeldoorn of Zutphen. Ook kunt u deze afgeven op een van de prikposten.

Vragen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Neem dan contact op met uw behandelend arts of met het laboratorium van Gelre ziekenhuizen.

Gelre ziekenhuizen Apeldoorn en Zutphen

- Bloedafname laboratorium Gelre Apeldoorn, route 3
- Bloedafname laboratorium Gelre Zutphen, route 125
- Telefoonnummer laboratorium: 055 - 581 18 16