Instructions

NL EN FR DE

Activate

Watch Video

Collect

Dry Blood Spot

Send Back

easly KnowYour BodyFacts®

Open here to start

Start

Scan de QR-code
om je test te activeren.

Activation code:

Let op: Zonder activatie krijg je geen resultaat!

EN Scan the QR-code to activate your test.
Attention: Without activation, you won't receive your test result!

FR Scannez le QR-code pour activer votre test.
Attention : sans activation, vous n'obtiendrez aucun résultat.

DE Scannen Sie den QR-Code, um Ihren Test zu aktivieren. **Achtung!** Ohne Aktivierung werden Sie Ihr Testergebnis nicht erhalten!

Belangrijk: Lees deze instructies zorgvuldig door voordat u begint. Een juiste afname is essentieel voor een betrouwbare testuitslag.

EN **Important:** Please read these instructions carefully before you begin. Proper sampling is essential for reliable test results.

FR **Important :** Veuillez lire ces instructions attentivement avant de commencer. Un bon prélèvement est essentiel pour des résultats de test fiables.

DE **Wichtig:** Bitte lesen Sie diese Anweisungen sorgfältig durch, bevor Sie beginnen. Eine korrekte Probenentnahme ist entscheidend für zuverlässige Testergebnisse.

Bekijk online instructies

Wacht online instructions
Regardez les instructions en ligne
Online-Anleitung ansehen

Voorzie 20 minuten om de test af te nemen.

EN Allow 20 minutes to take the full test.

FR Prévoyez 20 minutes pour passer le test complet.

DE Nehmen Sie sich 20 Minuten Zeit für den Test.

20 min

Algemene Instructies

General Instructions /
Instructions Générales / Allgemeine Anweisungen

1 **Neem de zelftest bij voorkeur af van maandag t/m donderdag.** In het weekend wordt de post namelijk niet verwerkt.

EN Preferably take the self-test during working days. Mail is not processed on weekends.

FR Effectuez de préférence l'autotest pendant les jours ouvrables. Le courrier n'est pas traité le week-end.

DE Machen Sie den Selbsttest vorzugsweise an Werktagen. An Wochenenden wird die Post nicht bearbeitet.

2

Open alle verpakkingen. Je bent klaar om te beginnen!

EN Open all packaging. You are ready to start!

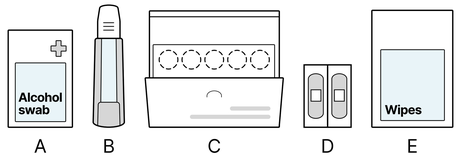
FR Ouvrez tous les emballages. Vous êtes prêt à commencer!

DE Öffnen Sie alle Verpackungen. Sie sind bereit zu starten!

Bloedafname

Blood Collection / Collecte de Sang / Blutabnahme

3



Leg de benodigdheden voor bloedafname voor je op tafel. Alcohol doekje (A), Prikpen (lancet) (B), Filterpapier (DBS-kaart) (C), Pleister (D), Desinfectiedoekje (E), Retourenvelop en verzenddoos

EN Place the supplies for blood sampling in front of you on the table: Alcohol wipe (A), Lancing device (B), Filter paper (DBS card) (C), Bandage (D), Disinfectant wipe (E).

FR Mettez les fournitures pour le prélèvement sanguin devant vous sur la table : Lingette alcoolisée (A), Dispositif de piqûre (B), Papier filtre (carte DBS) (C), Bandage (D), Lingette désinfectante (E).

DE Legen Sie die Materialien für die Blutentnahme vor sich auf den Tisch: Alkohol-Tuch (A), Lanzette (B), Filterpapier (DBS-Karte) (C), Pflaster (D), Desinfektionstuch (E).

4

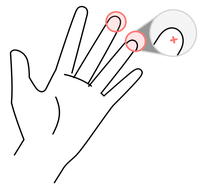
Was je handen grondig met warm water en zeep om de doorbloeding te stimuleren. Droog je handen goed af.

EN Wash your hands thoroughly with warm water and soap to stimulate blood circulation. Dry your hands well.

FR Lavez-vous les mains soigneusement avec de l'eau tiède et du savon pour stimuler la circulation sanguine. Essuyez-vous bien les mains.

DE Waschen Sie Ihre Hände gründlich mit warmem Wasser und Seife, um die Durchblutung zu fördern. Trocknen Sie Ihre Hände gut ab.

5



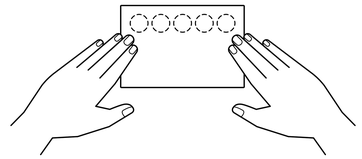
Kies een prikplek: Gebruik de zijkant van je ringvinger of middelvinger.

EN Choose a prick site: Use the side of your ring finger or middle finger.

FR Choisissez un site de piqûre : Utilisez le côté de votre annulaire ou de votre majeur.

DE Wählen Sie eine Einstichstelle: Verwenden Sie die Seite Ihres Ringfingers oder Mittelfingers.

6



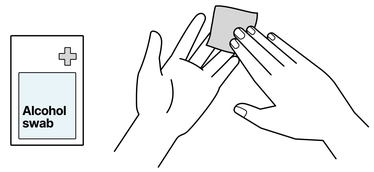
Zorg voor een stabiele ondergrond: Plaats het DBS-filterpapier op een schoon, vlak oppervlak.

EN Ensure a stable surface: Place the DBS filter paper on a clean, flat surface.

FR Assurez-vous d'une surface stable : Placez le papier filtre DBS sur une surface propre et plane.

DE Stellen Sie eine stabile Unterlage sicher: Legen Sie das DBS-Filterpapier auf eine saubere, ebene Fläche.

7



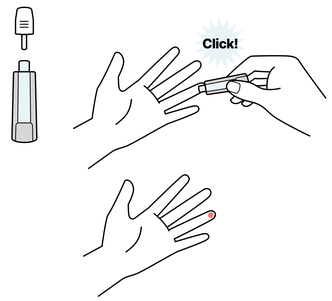
Kies een prikplek: Gebruik de zijkant van je ringvinger of middelvinger.

EN Disinfect your finger with the alcohol wipe and let it dry completely.

FR Désinfectez votre doigt avec la lingette alcoolisée et laissez-le sécher complètement.

DE Desinfizieren Sie Ihren Finger mit dem Alkohol-Tuch und lassen Sie ihn vollständig trocknen.

8



Prik in je vinger met de meegeleverde lancet:
Plaats de lancet stevig tegen de zijkant van je vingertop en druk op de knop. Je voelt een kleine prik en er verschijnt een druppel bloed.

EN Prick your finger with the provided lancet. Place the lancet firmly against the side of your fingertip and press the button. You will feel a small prick and a drop of blood will appear.

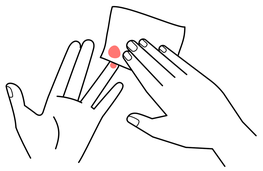
FR Piquez votre doigt avec la lancette fournie. Placez la lancette fermement sur le côté de votre doigt et appuyez sur le bouton. Vous ressentirez une petite piqûre et une goutte de sang apparaîtra.

DE Stechen Sie mit der mitgelieferten Lanzette in Ihren Finger. Platzieren Sie die Lanzette fest an der Seite Ihrer Fingerspitze und drücken Sie den Knopf. Sie werden einen kleinen Stich spüren, und es erscheint ein Blutstropfen.

Continued on the next page

Start on the previous page

9



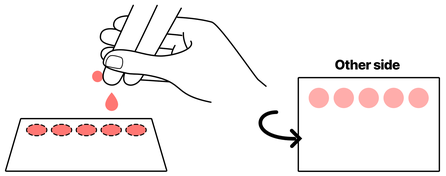
Laat de eerste bloeddruppel wegvegen met een schoon tissue (niet met alcohol).

EN Wipe away the first blood drop with a clean tissue (not with alcohol).

FR Essuyez la première goutte de sang avec un mouchoir propre (pas avec de l'alcool).

DE Wischen Sie den ersten Blutstropfen mit einem sauberen Taschentuch ab (nicht mit Alkohol).

10



Druppel het bloed op het filterpapier (DBS-kaart). Laat minimaal 4 grote druppels bloed op de daarvoor bestemde cirkels vallen. Zorg ervoor dat het bloed het papier doordrenkt en aan de andere kant zichtbaar is.

Let op: Niet met je vinger wrijven of het papier aanraken. Indien nodig, masseer je vinger zachtjes richting de vingertop om de doorbloeding te bevorderen.

EN Drop the blood onto the filter paper (DBS card). Let at least 4 large drops of blood fall on the designated circles. Make sure the blood saturates the paper and is visible on the other side. **Note:** Do not rub with your finger or touch the paper. If necessary, gently massage your finger toward the fingertip to promote blood flow.

FR Déposez le sang sur le papier filtre (carte DBS). Faites tomber au moins 4 grandes gouttes de sang sur les cercles désignés. Assurez-vous que le sang imbibe le papier et est visible de l'autre côté. **Attention :** Ne frottez pas avec votre doigt et ne touchez pas le papier. Si nécessaire, massez doucement votre doigt vers la pointe pour favoriser la circulation sanguine.

DE Lassen Sie das Blut auf das Filterpapier (DBS-Karte) tropfen:. Lassen Sie mindestens 4 große Blutstropfen auf die vorgesehenen Kreise fallen. Stellen Sie sicher, dass das Blut das Papier durchdringt und auf der anderen Seite sichtbar ist. **Hinweis:** Reiben Sie nicht mit Ihrem Finger oder berühren Sie das Papier. Falls nötig, massieren Sie Ihren Finger sanft in Richtung Fingerspitze, um die Durchblutung zu fördern.

11

2 – 4 hours

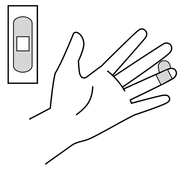
Laat de DBS-kaart 2-4 uur drogen op een schone en stofvrije plek.

EN Let the DBS card dry for 2-4 hours in a clean, dust-free area.

FR Laissez la carte DBS sécher pendant 2 à 4 heures dans un endroit propre et sans poussière.

DE Lassen Sie die DBS-Karte 2-4 Stunden an einem sauberen, staubfreien Ort trocknen.

12



Plak een pleister op je vinger om het bloeden te stoppen.

EN Place a bandage on your finger to stop the bleeding.

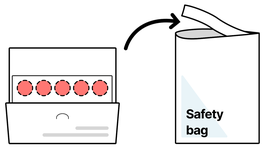
FR Mettez un bandage sur votre doigt pour arrêter le saignement.

DE Legen Sie ein Pflaster auf Ihren Finger, um die Blutung zu stoppen.

Verpakking en Verzending

Packaging and Shipping / Emballage et Expédition / Verpackung und Transport

13



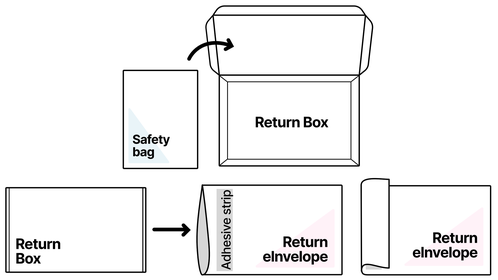
Plaats de droge DBS-kaart in het Retourzakje (niet in een afgesloten plastic zak, om condensvorming te voorkomen).

EN Put the dry DBS card in the return bag (not in a sealed plastic bag to prevent condensation).

FR Placez la carte DBS sèche dans le sachet de retour (pas dans un sac en plastique scellé pour éviter la condensation).

DE Verpacken Sie alles in die Rücksendebox und senden Sie es an die angegebene Rücksendeadresse.

14



Stop de safetybag in de retourbox. Stop de retourbox in de verzendenvelop. Sluit de envelop door de zilveren plakstrip los te trekken.

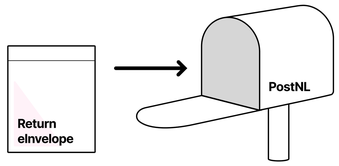
Let op: trek niet aan het ritsje. Daarmee wordt in het lab de envelop geopend.

EN Put the safety bag in the return box. Put the return box in the shipping envelope. Close the envelope by peeling off the silver adhesive strip.
Note: Don't pull the small zipper. The zipper will be used in the lab to open the envelope.

FR Mettez le sac de sécurité dans la boîte de retour. Mettez la boîte de retour dans l'enveloppe d'expédition. Fermez l'enveloppe en décollant la bande adhésive argentée.
Attention : ne tirez pas sur la fermeture éclair. Cela ouvre l'enveloppe dans le laboratoire.

DE Legen Sie den Sicherheitsbeutel in den Rücksendekarton. Stecken Sie den Rücksendekarton in den Versandumschlag. Verschließen Sie den Umschlag, indem Sie den silbernen Klebestreifen abziehen.
Hinweis: Ziehen Sie nicht an dem kleinen Reißverschluss. Der Reißverschluss wird im Labor verwendet, um den Umschlag zu öffnen.

15



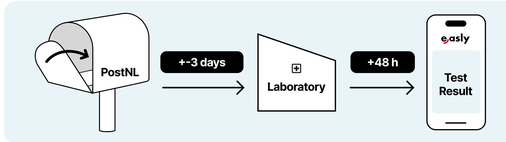
Breng de retourbox met zelftest direct na afname naar een postbus van PostNL of Bpost (BE).

Let op: controleer of de postbus dezelfde dag wordt leeggemaakt.

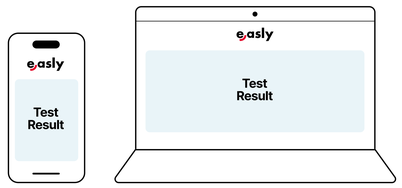
EN Take the return box with self-test to a PostNL or Bpost (BE) mailbox immediately after collection.
Note: Check if the mailbox will be emptied on the same day.

FR Apportez la boîte de retour avec autotest dans une boîte aux lettres PostNL ou Bpost (BE). immédiatement après la collecte.
Attention : Vérifiez si la boîte aux lettres est vidée le jour même.

DE Bringen Sie die Rückholbox mit Selbsttest sofort nach der Abholung in einen Briefkasten von Deutsch post (DE), PostNL (NL) oder Bpost (BE).
Hinweis: Prüfen Sie, ob der Briefkasten am selben Tag geleert wird.



16



Het resultaat verschijnt 48 uur na ontvangst door het lab in je persoonlijke dashboard. Log in op je account op **www.app.easly.nl/login** om het resultaat van je test te bekijken.

EN The test result will appear in your personal dashboard 48 hours after receipt by the lab. Log in to your account at www.app.easly.nl/login to view the result of your test.

FR Le résultat du test apparaîtra dans votre tableau de bord personnel 48 heures après réception par le laboratoire. Connectez-vous à votre compte sur www.app.easly.nl/login pour voir le résultat de votre test.

DE Das Testergebnis wird 48 Stunden nach Eingang im Labor in Ihrem persönlichen Dashboard angezeigt. Loggen Sie sich in Ihr Konto unter www.app.easly.nl/login, um das Ergebnis Ihres Tests einzusehen.

Veelgemaakte fouten om te vermijden

Common Mistakes to Avoid / Erreurs courantes à éviter / Häufige Fehler, die zu vermeiden sind

✗ Te weinig bloed op de kaart.

✓ Zorg ervoor dat de cirkels volledig gevuld zijn.

EN Too little blood on the card — Ensure that the circles are fully filled.

FR Trop peu de sang sur la carte — Assurez-vous que les cercles sont complètement remplis.

DE Zu wenig Blut auf der Karte — Stellen Sie sicher, dass die Kreise vollständig gefüllt sind.

✗ Met de vinger wrijven op de kaart.

✓ Laat het bloed natuurlijk druppelen.

EN Rubbing the finger on the card — Allow the blood to drop naturally.

FR Frotter le doigt sur la carte — Laissez le sang tomber naturellement.

DE Mit dem Finger auf der Karte reiben — Lassen Sie das Blut natürlich tropfen.

✗ De kaart niet goed laten drogen.

✓ Dit kan de testresultaten beïnvloeden.

EN Not letting the card dry properly — This can affect the test results.

FR Ne pas laisser la carte sécher correctement — Cela peut affecter les résultats du test.

DE Die Karte nicht richtig trocknen lassen — Dies kann die Testergebnisse beeinflussen.

✗ Niet genoeg druppels.

✓ Minimaal 4 druppels zijn vereist voor een goede analyse.

EN Not enough drops — A minimum of 4 drops is required for a good analysis.

FR Pas assez de gouttes — Un minimum de 4 gouttes est requis pour une bonne analyse.

DE Nicht genug Tropfen — Mindestens 4 Tropfen sind für eine gute Analyse erforderlich.

Vragen?

Heeft u vragen over de bloedafname of het terugsturen van uw sample? Neem contact op met Easly klantenservice via klantenservice@easly.nl

EN Do you have questions about the blood sampling or returning your sample? Contact Easly customer service at klantenservice@easly.nl

FR Questions ? Avez-vous des questions sur le prélèvement sanguin ou le retour de votre échantillon ? Contactez le service client Easly à l'adresse klantenservice@easly.nl

DE Fragen? Haben Sie Fragen zur Blutentnahme oder zur Rücksendung Ihrer Probe? Kontaktieren Sie den Kundenservice von Easly unter klantenservice@easly.nl.

Algemene voorwaarden en disclaimer beschikbaar op de website www.easly.nl

easly KnowYour BodyFacts®

© Easly.nl 2024. All rights reserved.