

STRESS-TEST

PROFIL DU CORTISOL

MODALITES PRATIQUES

Comme pour tout test de laboratoire, un recueil correct des échantillons est indispensable pour la qualité des résultats. Il est important de bien comprendre et respecter les instructions suivantes.

VOTRE KIT

Le kit de recueil de salive contient :

- Le formulaire de demande d'analyse
- 4 tubes pour la salive avec des étiquettes de couleur
- 4 pailles
- 1 sac pour glisser les tubes
- 1 boîte pour l'envoi des échantillons

Chaque kit comporte un numéro unique qui est reporté sur votre formulaire et sur chaque tube.

CONSIGNES À RESPECTER AVANT LE TEST

- Ne pas boire d'alcool la veille du prélèvement.
- Ne pas se coucher au-delà de minuit et ne pas se lever après 8h00 le jour du test.
- N'avaler aucun aliment solide ni liquide dans l'heure qui précède le recueil de la salive ; les particules de nourriture peuvent contaminer l'échantillon.
- Ne pas fumer ni prendre de café durant la période des prélèvements.
- Ne pas avoir mâché de chewing-gum.
- Ne pas utiliser de bain de bouche.
- Ne pas se laver les dents dans les 45 minutes qui précèdent le prélèvement. Des saignements lors du brossage peuvent contaminer l'échantillon. Dans ce cas, bien se rincer la bouche à l'eau claire.
- Peu avant chaque recueil de salive, se rincer la bouche à l'eau claire.
- Mastiquer environ 45 secondes afin de stimuler la salivation

HEURES DE RECUEIL DE LA SALIVE

Les tubes pour le recueil de salive sont identifiés par une étiquette de couleur.

Pour le dosage du cortisol, respecter les heures suivantes :

Cortisol

	Directement au lever
	30 minutes après le lever
	2 heures après le lever
	Au coucher ou 14 heures après le lever

RECUEIL DE LA SALIVE

- Prendre le tube de la bonne couleur dans le sachet.
- Prendre une paille et la sortir de son étui protecteur.
- **Remplir le tube aux trois quarts (¾)** en expulsant la salive dans le tube au moyen de la paille. Il peut y avoir des bulles ou de la mousse.
- Fermer le tube hermétiquement et jeter la paille usagée à la poubelle.
- Remplir **tous les tubes**.
- Reporter sur le formulaire l'heure précise de recueil dans la case prévue, en regard de la couleur du tube.

CONSEILS POUR LES FEMMES

CHEZ LA FEMME AVEC CYCLES MENSTRUELS

Recueillir la salive au milieu de la phase lutéale, entre le 19^e et le 23^e jour du cycle de 28 jours.

CHEZ LA FEMME MÉNOPAUSÉE OU AYANT SUBI UNE HYSTÉRECTOMIE

Le recueil peut s'effectuer n'importe quel jour du mois.

PRÉPARATION POUR L'ENVOI

- Remplir soigneusement le formulaire fourni avec vos coordonnées et les indications demandées, notamment la date du test et les heures exactes de prélèvement.
- Placer les tubes bien fermés dans le sachet en plastique.
- Fermer hermétiquement le sachet.
- Placer le tout (tubes, formulaire de demande) dans la boîte de retour et fermer avec un adhésif.
- Expédier au laboratoire dès le lendemain.