

Onderzoek naar melatonine in speeksel

Uw arts heeft samen met u besloten om een onderzoek te doen naar melatonine in speeksel. Voor dit onderzoek is speeksel nodig dat u op het door de arts aangegeven tijdstippen verzamelt. Het is belangrijk dat u deze informatie eerst in zijn geheel goed doorleest.

Vorbereiding

Als u de afgelopen weken melatonine heeft geslikt dient u hier ten minste een week voor het speeksel verzamelen mee te stoppen, tenzij uw arts met u hierover andere afspraken heeft gemaakt.

Tijdens de periode van speeksel verzamelen gelden een aantal regels:

- omdat licht de productie van melatonine remt moet u in een ruimte met gedimd licht verblijven, bijvoorbeeld in de woonkamer met de gordijnen dicht en wat schemerlampen aan. Televisie kijken mag, maar niet teveel drukte en herrie om u heen. Inspanning graag vermijden
- 15 minuten voor ieder kauwmoment de mond goed spoelen met water. Dit is om er voor te zorgen dat de mond vrij is van voedselresten. Geen tanden poetsen, ook niet zonder tandpasta
- van begin tot eind geen bananen eten, geen alcoholische dranken, koffie, of dranken met kunstmatige kleurstoffen gebruiken. Eten mag tot 15 minuten voor het kauwen

Verzamelen

Om de melatonineproductie te bepalen verzoeken wij u om op een avond om het uur gedurende een minuut op een wat te kauwen (of tot de kauwvat (wattenrol) doornat is). De tijden waarop u moet kauwen staan op het laboratoriumformulier.

Doe de kauwvat na het kauwen terug in het ophangvaatje en sluit de buis af met de stop. Het is beter om de kauwvat niet met de handen aan te raken. Schrijf op het etiket duidelijk uw naam, geboortedatum, verzameldatum en tijdstip van kauwen. Bij het ontbreken van een van deze gegevens kan het laboratorium het speekselonderzoek niet uitvoeren. Gebruik de etiketten in volgorde van nummering. Plak het door u ingevulde etiket op de buis en leg de buis in de koelkast. Dit herhaalt u ieder uur.

Als alle kauwvatten gebruikt zijn en u bent niet in de gelegenheid om deze binnen twee dagen in te leveren of op te sturen dient u de buisjes in de vriezer te bewaren.

Noteer op het laboratoriumaanvraagformulier bij 'afnamedatum / tijd gewenst' de datum van speeksel verzamelen. Verpak de buizen (eventueel in

aluminiumfolie) **met** het laboratoriumformulier in de luchtkussenenvelop.

U kunt de buizen op de volgende dagen inleveren bij het afnamelaboratorium van Ziekenhuis Gelderse Vallei:

| Plaats | Locatie afnamelaboratorium | Adres | Inlevertijden |
|---------------|---------------------------------------|---------------------|------------------------------|
| Ede | Ziekenhuis Gelderse Vallei | Willy Brandtlaan 10 | ma t/m do 08.00-16.00 uur |
| Veenendaal | Spreekuurcentrum ZGV | Spoorlaan 5 | ma t/m do 08.00-16.00 uur |
| Barneveld | Spreekuurcentrum ZGV | Klaverweide 1a | ma-woe 08.30-12.30 uur |
| | | | di-do 08.00-16.00 uur |
| Wageningen | Polikliniek 'de Poort' ZGV | Plantsoen 57 | ma t/m do 08.00-12.00 uur |
| Lunteren | Gezondheidscentrum Lunteren | Barneveldseweg 11a | ma t/m do 08.00-09.30 uur |

Indien u de buizen wilt opsturen zorgt u voor voldoende frankering. Belangrijk is dat op de dag van versturen de envelop zo kort mogelijk in de brievenbus ligt. Het beste kunt u de envelop op het Postkantoor of Pakketpunt afgeven of vlak voor de buslichting in de brievenbus deponeren. Niet versturen op vrijdag, zaterdag, zondag of voor een feestdag. Het verzendadres staat op de luchtkussenenvelop.

De buisjes moeten drie weken voor uw afspraak bij de arts, bij het laboratorium zijn om er zeker van te zijn dat de uitslag dan bekend is.

Speeksel verzamelen bij mensen met een verstandelijke beperking

De gebruiksaanwijzing voor de melatonine test is bestemd voor mensen die op commando op het wattenstaafje kunnen kauwen. Vertel daarbij vooraf dat ze een tijdje hun speeksel niet moeten inslikken, zodat het droge wattenstaafje meteen al een beetje nat wordt en niet zo erg droog aanvoelt.

Als kauwen op commando niet lukt, kan iemand anders het wattenstaafje (met schone handen!) tussen duim en wijsvinger houden en daarmee in beide wangzakken speeksel gaan opvegen. Het wattenstaafje moet zichtbaar goed nat zijn. Je mag het wattenstaafje tussentijds even in het plastic buisje terugdoen en een minuut later opnieuw gaan vege. Soms lukt het om het wattenstaafje in de wangzak naast de kiezen neer te leggen en het daar twee minuten te laten liggen, zodat het zich met speeksel kan volzuigen. Pas als het staafje zichtbaar nat is, kan het definitief terug in het plastic buisje.