

## How to Collect a Saliva Sample for a Cortisol Test

### General Information

Read all the instructions before collecting a saliva sample. It's important to follow the instructions so the sample is collected the right way. This will help your test results be correct.

### Before You Take a Sample

- Do not brush your teeth before collecting the sample.
- Do not eat or drink 15 minutes before collecting the sample.
- Use the SARSTEDT® Salivette® collection device only.
- Do not touch the swab with your fingers.
- Collect the sample between 11 p.m. and midnight.

**Important:** Your health care provider may have you collect the sample at a different time. Follow any instructions that your provider gives you.

## Как собрать образец слюны для анализа на кортизол

### Общая информация

Прежде чем собирать образец слюны, прочтите все инструкции. Очень важно соблюдать эти инструкции, чтобы образец был собран надлежащим образом. Это поможет избежать ошибок в результатах анализа.

### Перед тем как собирать образец

- Перед сбором образца нельзя чистить зубы.
- За 15 минут до сбора образца нельзя ни есть, ни пить.
- Для сбора образца используйте только устройство SARSTEDT® Salivette®.
- Не прикасайтесь к тампону пальцами.
- Соберите образец между 11 часами вечера и полночью.

**Важное замечание.** Лечащий медицинский специалист может назначить вам другое время для сбора образца. Выполняйте указания лечащего медицинского специалиста.

## How to Take a Sample

- Remove the top cap of the tube. You will see the swab.
- Place the swab directly into your mouth by tipping the tube so that the swab falls into your mouth.
- Do not touch the swab with your fingers.
- Keep the swab in your mouth for two minutes. Roll the swab around in your mouth. Do not chew the swab.
- Put the swab back into the container without touching the swab.
- Put the cap back on the tube. Make sure it is closed tightly.
- Write your name, date of birth and the time the sample was collected on the label.
- Bring the sample back to your clinic the next day.

## Как собрать образец

- Снимите верхнюю крышку с пробирки. Вы увидите тампон.
- Поместите тампон прямо в рот, наклонив пробирку так, чтобы тампон упал в рот.
- Не прикасайтесь к тампону пальцами.
- Тампон должен оставаться во рту в течение двух минут. Перемещайте тампон во рту. Тампон нельзя жевать.
- Поместите тампон снова в пробирку, не прикасаясь к нему.
- Закройте пробирку крышкой. Убедитесь, что пробирка закрыта плотно.
- На этикетке пробирки напишите свои имя и фамилию, дату рождения и время, когда был собран образец.
- Принесите образец в клинику на следующий день.