

LetsGetChecked Blood and Urine
Home Sample Collection IFU 094

SPECS AND INSTRUCTIONS

Colour Reference:

- LGC Teal: Pantone 7710 CP (CMYK)
- LGC Navy: Pantone 654 CP (CMYK)
- LGC Red: Pantone 1925 CP (CMYK)
- CMYK

Size:

108.5mm wide by 152.5mm high **folded**

Paper:

115gsm silk

Fold type:

6 page accordion

Font:

Proxima Nova
(Regular, Semibold and Bold)

Part Number:

QR-IFU-094-R2 Dec-2024



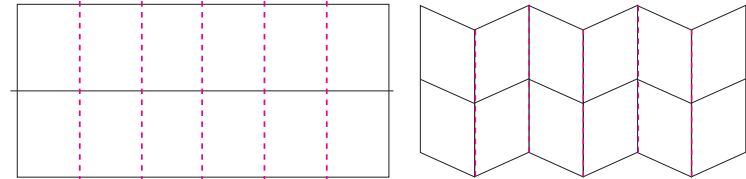
*Visual reference (showing the English side of the IFU) for how to fold down the sheet so the front page is the first one to see. Artwork and page count may vary.

FOLD GUIDE

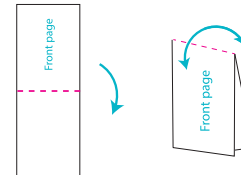
----- Fold



Accordion fold first



Then fold in a half with the text in English on the outside



Outside – English version

EN Front page	EN Section 1 Before you start pg	EN Section 1 Contents pg	EN Section 2 Prepare	EN Section 3 Collect pg 1	EN Section 3 Collect pg 2
EN Warnings	EN Blood sample collection tips	EN Section 4 Collect pg 1	EN Section 4 Collect pg 2	EN Section 4 Collect pg 3	EN Section 5 Package and return

Inside – Spanish version

ES Front page	ES Section 1 Before you start pg	ES Section 1 Contents pg	ES Section 2 Prepare	ES Section 3 Collect pg 1	ES Section 3 Collect pg 2
ES Warnings	ES Blood sample collection tips	ES Section 4 Collect pg 1	ES Section 4 Collect pg 2	ES Section 4 Collect pg 3	ES Section 5 Package and return

LETSGETCHECKED
Blood and Urine
Home Sample Collection Kit

LetsGet
Checked

How to collect your samples

EN Unfold and see reverse for Spanish

ES Despliega y mira el dorso para leer esta información en español

QR code

06-19-10-04-44-42 Dec-2024

1 Before you start



Consuming large amounts of protein before collecting your sample may impact your creatinine result by temporarily elevating it. This includes red meat, protein shakes, or supplements.

Do not collect a sample if you are on your period (menstruating).

Follow the instructions for filling the urine tube carefully. Tubes that are too full may be rejected.



Collect your sample in the morning and return on the same day.



Plan your sample return in advance. Check the return delivery card in your kit for details.



Scan the QR code below for an instructional video.



Check your kit contents*



*The look or color of items may vary from what you see in these images.

2 Prepare for sample collection



Fill in the label on the biohazard bag.



Wash and dry your hands.



Remove all the contents from your kit box. Open the packaging.

3 Collect your urine sample



Open the collection cup by squeezing opposite corners. Do not tear or puncture the plastic lining.



Pass a small amount of your urine into the toilet and then pass your urine into the collection cup until it is half full.



Open the urine sample tube.



Use the pipette to slowly transfer your urine from the collection cup into the urine sample tube.



Slowly add urine to the tube. Stop when the tube is about half full. Remember, overfilled tubes may be rejected.



Screw the lid tightly onto the urine sample tube to close it. Check that the lid is tightly secured and does not leak.



Wash and dry your hands.

Blood sample collection tips



Collect from warm hands
Run your hands under warm water.



Get the blood flowing
Light exercise such as walking can help.



Stay hydrated
Drink water before you start.



Check your nails
Collection may be easier with short nails.



Keep your arm angled downwards
Keep your elbow below your heart and your hand at waist level or lower.



Select your finger
We recommend using your 4th (ring) finger on your non-dominant hand. Avoid fingertips with hard skin or calluses. Do not pierce the baby/pinky finger.

4 Collect your blood sample



Read the blood sample collection tips. Twist the cap to open the blood collection tube.



Twist off the white lancet cap. Do not pull it.



Clean your finger with the alcohol swab and allow to air-dry.



When you're ready, position the lancet to one side of the fingertip. Press down firmly until you hear a click.



Use the gauze to wipe away the first small drop of blood.



Massage your hand and finger. Do not touch or squeeze the fingertip — this prevents blood flow.



Fill the blood collection tube to the top line. An under-filled tube will not be accepted.



Apply a bandage to your finger.



Replace the cap on the blood collection tube. Press down firmly until you hear a click.



Lightly tap the blood collection tube with your finger. Turn the tube upside down ten times to mix the sample. This preserves your sample.



Place the blood and urine sample tubes in the biohazard bag and seal the bag.

5 Package and return



Place the biohazard bag into the kit box. Double check you have filled in the biohazard bag label.



Place the kit box in the return envelope provided.



Send the kit back on the same day. Check the return delivery card in your kit box for your return method.

WARNING:

- You must be over the age of 18 to use this home sample collection kit.
- The samples and information provided must be your own. Test results may not be released to a third party.
- Failure to follow these instructions may impact the accuracy of your test result or cause your samples to be rejected by the laboratory.
- Some medication and supplements may impact your test result. Do not make any changes to your medication without consulting your healthcare provider.
- If you are collecting a sample for a test that requires fasting please consult with your healthcare provider, particularly if you have any medical conditions.
- Do not pierce or collect blood from the smallest finger or any other body part not indicated in these instructions.
- Do not use lancets on damaged, scarred, or infected skin.
- Lancets may cause some bruising and tenderness at the puncture site. There is a small possibility of pain, nerve damage, scarring, bone damage, or infection. Consult your healthcare provider if you are concerned.
- There is a risk of fainting with any blood sample. If you are concerned, consult your healthcare provider before collecting your sample. If you proceed, ensure you are seated and have someone with you. If you feel faint or unwell during sample collection, stop and seek medical advice.
- Use only the contents included in this single-use kit for collecting your samples. Check the expiry date before you use the kit and do not use if expired.
- If the kit or any of the contents are damaged or missing, the kit should not be used. Do not tamper with the kit contents – risk of serious injury.

- Used kit contents can generally be safely disposed of in household waste. Refer to your local laws and guidelines.
- Choking hazard – this kit contains small parts which may present a choking hazard. Keep away from children.
- The samples must be returned in the kit box.
- If you have difficulty using this kit due to vision impairment or difficulties in handling the test components, or understanding test instructions or results, please contact a healthcare provider.
- This test system is not a substitute for visits to a healthcare provider. The information provided by this product should not be used to start, stop, or change any course of treatment unless advised by your healthcare provider.

Do not use this kit if:

- You have a history of fainting or a medical condition that increases your risk of fainting.
- You have a bleeding disorder or are taking medication that increases the risk of bleeding.
- You have impaired lymphatic drainage in both upper limbs.
- You have a condition associated with poor healing, increased risk of infection, or skin ulceration – including but not limited to Raynaud's phenomenon, scleroderma, peripheral vascular disease, or peripheral neuropathy.

Purpose/Intended use of device:

The LetsGetChecked Blood and Urine Home Sample Collection Kit is an in vitro diagnostic medical device specifically intended for the primary containment and preservation of blood and urine samples, for the purpose of in vitro diagnostic examination by our partner accredited laboratories.

Contact Customer Care:

1-855-554-1959 (TTY 711)

PrivaPath Diagnostics Ltd.,
Unit 1, Northern Cross Business Park,
North Road, Dublin 11,
D11 XT26, Ireland.

Storage temperature: 15°C — 25°C.

Transport temperature: 4°C — 25°C.

For explanation of symbols see
[LetsGetChecked.com/symbol-glossary](https://www.letsgetchecked.com/symbol-glossary)

LETSGETCHECKED

Kit casero de toma de muestras de sangre y orina

LES

Let's Get Checked

Cómo tomar tus muestras

GRUPO 44-42 Dic-2024

1 Antes de empezar



Consumir grandes cantidades de proteína antes de tomar tu muestra puede afectar el resultado de creatinina, elevándolo transitoriamente. Algunos ejemplos son carnes rojas, batidos de proteínas y suplementos. No tomes la muestra si estás en tu periodo (estás menstruando).

Sigue cuidadosamente las instrucciones para llenar el tubo de orina. Los tubos que estén demasiado llenos pueden ser rechazados.



Toma la muestra por la mañana y envíala el mismo día.



Planifica el envío de tu muestra con anticipación. Consulta la tarjeta de entrega de tu kit para más detalles.



Escanea el código QR a continuación para ver un video instructivo.



Revisa el contenido de tu kit*



*El aspecto o el color de los artículos pueden ser diferentes de lo que se ve en estas imágenes.

2 Prepárate para tomar la muestra



Completa la etiqueta de la bolsa para residuos biológicos peligrosos.



Lávate las manos y sécalas.



Retira todo el contenido de la caja de tu kit y abre el empaque.

3 Toma tu muestra de orina



Abre el recipiente para tomar la muestra apretando las esquinas opuestas. No rasgues ni perfores el revestimiento de plástico.



Orina una pequeña cantidad en el inodoro y luego dentro del recipiente para tomar la muestra, hasta llenarlo a la mitad.



Abre el tubo de muestra de orina.



Con la pipeta, transfiere lentamente la orina del recipiente al tubo para la muestra de orina.



Vierte lentamente la orina en el tubo. Detente cuando el tubo esté lleno hasta la mitad. Recuerda que los tubos demasiado llenos pueden ser rechazados.



Enrosca con firmeza la tapa del tubo con la muestra de orina para cerrarlo. Comprueba que la tapa está bien ajustada y que no tenga fugas.



Lávate las manos y sécalas.

Consejos para la toma de muestras de sangre



Toma la muestra con las manos tibias
Coloca las manos debajo del agua tibia.



Toma la muestra cuando la sangre circule
Los ejercicios ligeros (como caminar) pueden ayudar.



Mantente hidratado
Bebe agua antes de comenzar.



Revisa tus uñas
La toma de la muestra puede ser más fácil con las uñas cortas.



Mantén el brazo inclinado hacia abajo
Mantén el codo por debajo del corazón y la mano a nivel de la cintura o más abajo.



Elige un dedo
Recomendamos usar el cuarto dedo (anular) de la mano no dominante. Evita las yemas de los dedos que tengan durezas o callos. No pinches el dedo meñique.

4 Toma tu muestra de sangre



Lee los consejos para la toma de muestras de sangre. Gira la tapa para abrir el tubo de toma de muestras de sangre.



Gira la tapa blanca de la lanceta para retirarla. No la jales.



Límpiate el dedo con el paño con alcohol y déjalo secar al aire.



Cuando estés listo, coloca la lanceta en un lado de la yema del dedo. Presiona firmemente hacia abajo hasta que escuches un clic.



Usa la gasa para limpiar la primera pequeña gota de sangre.



Masajea la mano y el dedo. No toques ni aprietes la yema del dedo; hacerlo obstruye el flujo sanguíneo.



Llena el tubo de toma de muestras de sangre hasta la línea superior. No se aceptará un tubo que no esté suficientemente lleno.



Colócate el apósito en el dedo.



Vuelve a colocar la tapa del tubo de toma de muestras de sangre. Presiona firmemente hacia abajo hasta que escuches un clic.

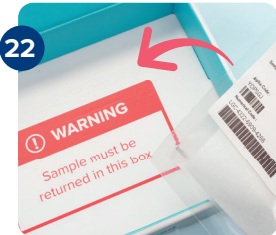


Golpea ligeramente el tubo de toma de muestras de sangre con tu dedo. Invierte el tubo diez veces para mezclar la muestra. Eso hará que la muestra se conserve.



Coloca los tubos con las muestras de sangre y orina en la bolsa para residuos biológicos peligrosos y sállala.

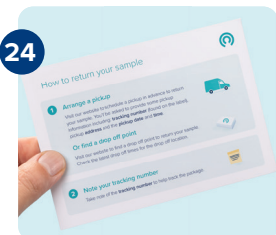
5 Empaca las muestras y envíalas



Coloca la bolsa para residuos biológicos peligrosos en la caja del kit. Verifica que hayas completado la etiqueta de la bolsa para residuos biológicos peligrosos.



Coloca la caja del kit en el sobre de envío proporcionado.



Envía el kit el mismo día. Revisa la tarjeta de entrega en la caja de tu kit para ver el método de envío.

⚠ ADVERTENCIA:

- Debes ser mayor de 18 años para usar este kit casero de toma de muestras.
 - Las muestras y la información que proporcionas deben ser tuyas. Los resultados de las pruebas no se pueden divulgar a un tercero.
 - No seguir estas instrucciones puede afectar la precisión del resultado de tu prueba o hacer que el laboratorio rechace las muestras.
 - Algunos medicamentos y suplementos pueden afectar los resultados de la prueba. No modifiques tu medicación sin consultar con tu proveedor médico.
 - Si estás tomando una muestra para una prueba que necesita ayuno, consulta con tu proveedor médico, especialmente si tienes alguna afección.
 - No pinches ni tomes la muestra de sangre del dedo más pequeño (meñique) ni de ninguna otra parte del cuerpo que no se indique en estas instrucciones.
 - No uses lancetas en piel dañada, con cicatrices o infectada.
 - Las lancetas pueden causar hematomas y sensibilidad en el lugar de la punción. Existe una pequeña posibilidad de dolor, daño neural, cicatrización, daño óseo o infección. Consulta a tu proveedor de atención médica si te preocupa.
 - Existe el riesgo de desmayos en cualquier toma de muestras de sangre. Si te preocupa, consulta con tu proveedor médico antes de tomar la muestra. Si tomas la muestra, asegúrate de estar sentado y de que alguien te acompañe. Si te sientes débil o mal durante la toma de la muestra, detente y busca atención médica.
 - Usa solo el contenido que se incluye en este kit de un solo uso para tomar las muestras. Verifica la fecha de caducidad antes de usar el kit y no lo uses si ya expiró.
 - Si el kit o alguno de los contenidos están dañados o faltan, no se debe usar el kit. No alteres el contenido del kit – riesgo de lesiones graves.
 - En general, los contenidos del kit usados pueden desecharse de manera segura con los residuos domésticos. Consulta las leyes y directrices locales.
 - Riesgo de asfixia: este kit contiene partes pequeñas que pueden representar un riesgo de asfixia. Manténlo fuera del alcance de los niños.
 - Las muestras se deben enviar en la caja del kit.
 - Si tienes dificultades para usar este kit debido a problemas de visión o dificultades para manejar los componentes de la prueba, o para comprender las instrucciones o los resultados de la prueba, comunícate con un proveedor de atención médica.
 - Este sistema de prueba no sustituye las consultas con un proveedor de atención médica. La información proporcionada por este producto no debe usarse para iniciar, detener ni cambiar ningún curso de tratamiento, a menos que te lo indique tu proveedor de atención médica.
- No uses este kit si:**
- Tienes antecedentes de desmayos o una afección médica que aumente el riesgo de sufrir desmayos.
 - Tienes un trastorno hemorrágico o estás tomando medicamentos que aumentan el riesgo de hemorragia.
 - Tienes alteración del drenaje linfático en ambas extremidades superiores.
 - Tienes una enfermedad relacionada con una mala cicatrización, un mayor riesgo de infección o ulceración cutánea, como el fenómeno de Raynaud, esclerodermia, enfermedad vascular periférica o neuropatía periférica, entre otras.
- Finalidad/Usa previsto del dispositivo:**
El kit casero de toma de muestras de sangre y orina LetsGetChecked es un producto sanitario de diagnóstico in vitro específicamente diseñado para la contención primaria y la preservación de muestras de sangre y orina, con fines de exámenes de diagnóstico in vitro a cargo de los laboratorios acreditados asociados.
- Comunícate con el servicio de Atención al Cliente:**
1-855-554-1959 (TTY 711)

PrivaPath Diagnostics Ltd.,
Unit 1, Northern Cross Business Park,
North Road, Dublin 11, D11 XT26, Ireland.

Temperatura de almacenamiento:
15 °C – 25 °C.

Temperatura de transporte: 4 °C – 25 °C.

Para la explicación de los símbolos, consulta
[LetsGetChecked.com/symbol-glossary](https://letsgetchecked.com/symbol-glossary)