

Immunschwäche Test

Blutwerte wichtiger Immunzellen (Lymphozyten, Granulozyten)

Haben Sie ein schwaches Immunsystem?

Der cerascreen® Immunschwäche Test misst die Anzahl von Immunzellen in Ihrem Blut, den sogenannten Lymphozyten und Granulozyten. Dazu gehören verschiedene Arten von T- und B-Zellen und natürlichen Killerzellen sowie die neutrophilen Granulozyten.

All diese Zellen haben wichtige Aufgaben für die Immunabwehr - Ihre gemessene Anzahl kann Ihnen Aufschluss geben über den Zustand Ihres Immunsystems und auf möglicherweise vorliegende Infektionen. Werte deutlich außerhalb des Referenzbereichs können auf Autoimmunerkrankungen sowie eine eventuelle Immunschwäche hinweisen.

- Probenahme zuhause: Ein Pieks in den Finger genügt
- Professionelle Auswertung im medizinischen Fachlabor
- Empfehlungen, um Ihr Immunsystem im Alltag zu stärken
- Nach aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen
- Ergebnisse innerhalb von 48 Stunden nach Probeneingang im Labor

Hinweis: Der cerascreen® Immunschwäche Test ersetzt keine ärztliche Beratung oder Diagnose. Bitte sprechen Sie mit Ihren zuständigen Ärzt*innen, wenn Sie auffällige Ergebnisse erhalten und bevor Sie medizinische Maßnahmen treffen.



Rund um die Uhr



einfach & schmerzfrei zu Hause durchführen



Keine An- und Abreise zum Arzt



umfangreicher Ergebnisbericht



Telefon-Hotline mit Experten



Ergebnisse innerhalb weniger Tage

Konto: 318271400

IBAN: DE49 130 700 000 31827 14 00

Amts gericht Schwerin: HRB 11305 BIC: DEUT DE BRXXX Geschäftsführer: Olaf R. Schneider

cerascreen

Die Vorteile des Immunschwäche Tests

Auffällige Messwerte von Immunzellen können ein erster Hinweis auf Immunschwäche,

Autoimmunerkrankungen und weitere Probleme der Abwehrkräfte sein. Finden Sie mehr darüber

heraus, wie es um die Funktion Ihres Immunsystems bestellt ist.

Ihre Probe für den cerascreen® Immunschwäche Test nehmen Sie zuhause: ohne stundenlange

Arztbesuche und Wartezeiten! Der Test ist ein Bluttest: Ein kleiner Pieks in den Finger genügt - die

Auswertung erfolgt dann in einem medizinischen Fachlabor.

Profitieren Sie von unserer Expertise: cerascreen® ist Marktführer für medizinische Probenahme-

und Einsendekits in Europa, mit 9 Jahren Erfahrung in der Entwicklung und Auswertung von Tests.

Wir haben mehr als 50 zugelassene Einsende-Testkits (Medizinprodukte) entwickelt, werten jährlich

rund 250.000 Proben aus und beliefern 20 Länder.

Produktinformationen

Test durchführen

Blutprobe entnehmen:

Mit einer dem Immunschwäche Test beiliegenden Lanzette entnehmen Sie sich selbst wenige Tropfen

Blut und geben sie auf eine Trockenblutkarte.

Test online aktivieren:

Sie geben in Ihrem sicheren Benutzerkonto mein cerascreen® auf unserer Website oder in unserer

mein cerascreen® App die sechsstellige Test-ID ein, die Sie auf der Aktivierungskarte finden.

Anschließend beantworten Sie einen kurzen Fragebogen zu Ihren Vorerkrankungen und

Beschwerden.

Probe versenden:

Die Trockenblutkarte mit der Blutprobe senden Sie mit dem Rücksendeumschlag per Post kostenfrei an

unser medizinisches Partnerlabor.

Laborauswertung

Analyse im Labor:

Im Fachlabor wird Ihre Blutprobe auf die Konzentration von unterschiedlichen Lymphozyten sowie den

neutrophilen Granulozyten analysiert.

Ergebnisbericht:



Sie erhalten einen persönlichen Ergebnisbericht, der Ihnen verrät, welchen Anteil die jeweiligen Lymphozyten und Granulozyten an der Gesamtzahl der weißen Blutkörperchen ausmachen. Sie erfahren ob sich die Werte jeweils im Normbereich gesunder Erwachsener befinden.

Hohe Qualitätsstandards:

Die Selbsttests von cerascreen® werden in spezialisierten Diagnostik-Fachlaboren ausgewertet. Alle unsere Laborpartner erfüllen unsere hohen Qualitäts- und Sicherheitsstandards.

Ihr Testergebnis

Sobald Ihre Probe ausgewertet ist, erhalten Sie über die mein cerascreen®-App oder Ihr Benutzerkonto auf unserer Website Ihren Ergebnisbericht. Sie können den Bericht ganz einfach an Smartphone, Tablet oder Computer einsehen und ihn bei Bedarf in ausgedruckter Form durchlesen.

Durch die Laboranalyse erfahren Sie die Anzahl der gemessenen Lymphozyten und Granulozyten in Ihrem Blut. Lernen Sie mithilfe unserer Handlungsempfehlungen, wann ein Arztbesuch sinnvoll ist. Umfangreiche Gesundheitsinformationen erklären Ihnen, welche Rolle die verschiedenen Abwehrzellen in Ihrem Körper spielen und wie Sie Ihr Immunsystem im Alltag stärken können.

Fragen zum Immunschwäche Test

Warum das Immunsystem testen?

Wenn die Funktion des Immunsystems eingeschränkt ist, macht das nicht nur Infektionen wahrscheinlicher, sondern kann das Risiko verschiedener Krankheiten erhöhen. An der Anzahl der Lymphozyten und neutrophilen Granulozyten, die in diesem Test bestimmt werden, können Sie Anzeichen für Infekte erkennen und den Zustand Ihres Immunsystems besser einschätzen.

Eine zu niedrige Zahl von Immunzellen kann außerdem auf eine sekundäre Immunschwäche wiederum hinweisen, die ein Anzeichen für Autoimmunerkrankungen, sein kann Stoffwechselstörungen oder chronische Infektionen.

Sprechen Sie über auffällige Ergebnisse mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt. Kontaktieren Sie die Arztpraxis dabei unbedingt zuerst telefonisch, wenn ein COVID-19-Verdacht vorliegt.

Wer sollte den Test machen?

Der cerascreen® Immunschwäche Test kann für jeden, der mehr über die eigene Gesundheit und die Funktion der Abwehrkräfte erfahren möchte, spannende Einblicke liefern.

Besonders interessant ist er für Menschen, die vermuten, Probleme mit Ihrem Immunsystem zu haben oder deren Immunsystem häufig durch Krankheitserreger gefordert ist.

Amtsgericht Schwerin: HRB 11305 BIC: DEUT DE BRXXX Geschäftsführer: Olaf R. Schneider

Your system for life.

cerascreen

Auch wenn Sie vermuten, an Immunschwäche zu leiden, kann sich der Test als erste Einordnung

lohnen, mit der Sie sich dann weiter ärztlich untersuchen lassen können.

Wie funktioniert der Test?

Für den Immunschwäche Test entnehmen Sie sich mit einer Lanzette eine kleine Blutprobe aus Ihrer

Fingerspitze. Dafür sind nur wenige Tropfen Blut nötig. Die Tropfen geben Sie auf eine

Trockenblutkarte - so müssen Sie wirklich nur sehr wenig Blut entnehmen und die Probe ist lange

haltbar.

Die Probe wird per Rücksendeumschlag kostenfrei an ein medizinisches Fachlabor geschickt. Das

Labor analysiert, wie hoch der Anteil der untersuchten Lymphozyten und Granulozyten an der

Gesamtzahl der weißen Blutkörperchen ist.

Nach der Auswertung bekommen Sie eine Benachrichtigung und können über den Online-

Kundenbereich oder die mein cerascreen® App auf den Ergebnisbericht zugreifen.

Wann sollte ich den Test durchführen?

Die Ergebnisse werden stark davon beeinflusst, ob Sie zum Zeitpunkt der Messung gesund sind oder

einen Infekt haben, zum Beispiel eine Grippe oder Erkältung. Während einer solchen Infektion sind die

Ergebnisse also möglicherweise nicht sehr aussagekräftig.

Waren Ihre Werte im gesunden Zustand normal, kann es sich lohnen, einen weiteren Test

auf zubewahren, den Sie im Fall von Krankheitssymptomen durchführen.

Was sagt mir das Ergebnis?

Der Ergebnisbericht des Immunschwäche Tests verrät Ihnen die Anzahl der Immunzellen, die das

Labor jeweils in Ihrem Blut festgestellt hat.

Die Ergebnisse werden als Prozentzahlen dargestellt. Sie stehen für den Anteil, den das jeweilige

Lymphozyt oder Granulozyt an der Gesamtzahl der weißen Blutkörperchen hat.

Zum Vergleich erhalten Sie Referenzbereiche, die für gesunde Menschen im Alter von 18 bis 71

Jahren festgestellt wurden. Dieser Normbereich liegt zum Beispiel für T-Zellen (CD3+) bei 11,30 bis

33.17 Prozent.

IBAN: DE49 130 700 000 31827 14 00

cerascreen

Welche Empfehlungen erhalte ich?

Sollten Sie Lymphozytenwerte haben, die sich deutlich außerhalb der Referenzbereiche bewegen,

empfehlen wir Ihnen, Ihre Ärztin oder Ihren Arzt zu kontaktieren.

Liegen Werte knapp außerhalb des Referenzbereichs, kann das auf eine Erkältung oder Grippe

hinweisen. Dann kann auch ein weiterer Test sinnvoll sein, um die Werte erneut zu überprüfen, wenn

die Infektion abgeklungen ist.

In Ihrem Ergebnisbericht erhalten Sie außerdem eine ganze Reihe von Tipps und Empfehlungen, mit

denen Sie Ihr Immunsystem im Alltag stärken können.

Was sind Lymphozyten?

Lymphozyten sind eine Unterart der weißen Blutkörperchen (Leukozyten). Sie gehören zu den

wichtigsten Bausteinen des menschlichen Immunsystems.

Zu den Lymphozyten gehören unter anderem verschiedene Arten von T-Zellen, B-Zellen und

Natürlichen Killerzellen.

Diese Immunzellen haben unterschiedliche Aufgaben in der Immunabwehr. Zum Beispiel sorgen sie

dafür, dass Antikörper hergestellt werden, verlangsamen das Wachstum von Tumorzellen und

können Krankheitserreger erkennen und bekämpfen.

Rolle spielen die regulatorischen T-Zellen. Sie wirken unter anderem Eine spezielle

Autoimmunerkrankungen entgegen, indem sie verhindern, dass sich andere Immunzellen gegen die

Zellen des eigenen Körpers richten.

Welche Lymphozyten werden getestet?

Das Labor analysiert insgesamt sechs verschiedene Arten von Lymphozyten, zu denen B-Zellen, T-

Zellen und Natürliche Killerzellen gehören. Sie alle und haben unterschiedliche Aufgaben in der

Immunabwehr:

T-Zellen (CD3+) wehren Krankheitserreger ab und hemmen das Wachstum von Krebszellen

T-Zellen (CD4+), die T-Helferzellen, erkennen Antigene (Proteine von Krankheitserregern) und

sorgen dafür, dass Botenstoffe ausgeschüttet werden, die Abwehrzellen auf den Plan rufen.

T-Zellen (CD8+), die zytotoxische T-Zellen, zerstören infizierte oder entartete Körperzellen,

nachdem Antigene in ihnen erkannt wurden.

B-Zellen (CD19+) sind an der Bildung von Antikörpern beteiligt.

IBAN: DE49 130 700 000 31827 14 00



- NK-Zellen (CD16+ CD56dim), die Natürlichen Killerzellen, beseitigen Krankheitserreger und Krebszellen und leiten den Zelltod schädlicher Körperzellen ein.
- Regulatorische T-Zellen haben die Aufgabe, das Immunsystem zurückzuhalten, wenn es droht, den Körper anzugreifen. So tragen sie zum Schutz vor Autoimmunerkrankungen bei.

Was sind neutrophile Granulozyten?

Neben den unterschiedlichen Lymphozyten misst der Immunschwäche Test auch die Anzahl der neutrophilen Granulozyten in Ihrer Blutprobe.

Die Granulozyten sind, wie die Lymphozyten auch, eine Unterart der weißen Blutkörperchen. Die neutrophilen Granulozyten werden auch als "kleine Fresszellen" bezeichnet. Zu ihren Aufgaben gehört es, Pilze und Bakterien zu bekämpfen, die in den Körper eindringen.

Eine zu niedrige Anzahl von neutrophilen Granulozyten kann auf bestimmte Infektionen hinweisen, zum Beispiel mit Bakterien, Viren oder der Malaria. Auch bei Autoimmunerkrankungen, Schäden am Knochenmark oder der Einnahme bestimmter Medikamente kann ihre Zahl erhöht sein.

lst die Konzentration der neutrophilen Granulozyten zu hoch, können ebenfalls Infektionen mit Bakterien, Viren, Pilzen oder Parasiten die Ursache sein. Andere mögliche Gründe sind Vergiftungen, Gichtanfälle, die Einnahme von Hormonen und Krebserkrankungen.

Wie stärke ich mein Immunsystem?

Voll funktionsfähige Abwehrkräfte helfen Ihnen dabei, Infekten vorzubeugen und langfristig gesund zu bleiben. Es ist deswegen immer sinnvoll, das Immunsystem im Alltag zu unterstützen.

Der Lebensstil spielt dabei eine wichtige Rolle. Folgende Empfehlungen helfen Ihnen dabei, Ihr Immunsystem stark zu halten:

- Abwechslungsreiche Ernährung: Achten Sie darauf, keine Nährstoffmängel zu entwickeln. Essen Sie reichlich Obst und Gemüse und prüfen Sie regelmäßig Ihre Vitamin-D-Versorgung.
- Regelmäßige Bewegung: Treiben Sie mehrmals die Woche Sport und nutzen Sie Gelegenheiten, im Alltag zu Fuß zu gehen und mit dem Rad zu fahren.
- Ausreichend Schlaf: Im Schlaf werden Lymphozyten gebildet Schlafmangel führt zu einer erhöhten Infektanfälligkeit.
- Stress reduzieren: Versuchen Sie, Tempo aus Ihrem Alltag zu nehmen, wenn es zu viel wird. Helfen können zudem Entspannungstechniken wie Yoga und Meditation.
- Alkohol und Nikotin meiden oder den Konsum reduzieren: Die beiden Substanzen stören die Bildung von Immunzellen.



Ausführlichere Tipps dazu erhalten Sie unter anderem in Ihrem Ergebnisbericht des cerascreen® Immunschwäche Tests.

Für wen ist der Immunschwäche Test nicht geeignet?

Der Immunschwäche Test ist für bestimmte Personengruppen nicht oder nur eingeschränkt geeignet: Menschen mit ansteckenden Krankheiten wie Hepatitis und HIV dürfen den Immunschwäche Test nicht durchführen.

Menschen mit der Bluterkrankheit (Hämophilie) sollten den Bluttest nicht durchführen.

Schwangere und stillende Frauen sollten den Immunschwäche Test nur unter ärztlicher Begleitung durchführen. Für sie gelten auch die Referenzwerte und Empfehlungen nicht, sie sollten sich Empfehlungen zum Testergebnis also von Ihrem Arzt oder Therapeuten einholen.

Der Immunschwäche Test eignet sich nicht für Kinder unter 18 Jahren.

Der Test ist nicht dazu da, Erkrankungen wie zum Beispiel akute Infektionen zu diagnostizieren. Leiden Sie unter Grippesymptomen, melden Sie sich telefonisch bei Ihrem Arzt oder beim Gesundheitsamt.

Alle Vorteile im Überblick:

- individuelle Auswertung
- von Experten entwickelt
- sicher und vertraulich

- Analyse im Fachlabor
- eigener, sicherer Kundenbereich
- persönliche Beratung

Ihr Testkit beinhaltet







F 1 Rücksendeumschlag

199 1 Test-ID-Karte mit Aufkleber

Bitte beachten Sie, dass folgende Faktoren das

Informationen und Hinweise

Testergebnis verfälschen können:

Wenn Sie Fragen haben besuchen Sie unser Hilfe-Portal (www.cerascreen.de/fragen).

Allgemeine Information

- . Bevor Sie beginnen, lesen Sie diese Gebrauchsanweisung
- sorgfältig durch. Halten Sie sich an die aufgeführten Schritte. . Bitte entnehmen Sie keine Blutprobe direkt nach außergewijhnlichen Anstrengungen
- Wenn Sie Schwierigkeiten mit der Blutentnahme haben oder das Kit unvollständig ist, wenden Sie sich bitte vertrauensvoll
- Das Blutentnahmekit dient der einmaligen Eigenanwendung!
- Berühren Sie die Trockenblutkarte innerhalb der Markierungen

Übertragbare Krankheiten

Verwenden Sie dieses Kit nicht, wenn Sie an einer durch Blut

übertragbaren Erkrankung leiden, wie z.B. Hepatitis oder HIV!

Risiken und Nebenwirkungen Nach der Blutentnahme können für wenige Tage Druckschmerzen

Warnhinweise

- Bewahren Sie das Kit unzugänglich für Kinder auf. . Die Anwendung darf nur an und durch Erwachsenen ab
- . Wenn Sie schwanger sind oder stillen verwenden Sie
- . Wenn Sie an einer angehorenen bzw. erworbenen Blut-Medikamente einnehmen, verwenden Sie das Kit nur nach
- . Wenn Sie Probleme beim Anblick oder mit der Abnahme von Blut haben, führen Sie die Entnahme nur im Beisein einer wei teren Person durch oder wenden Sie sich an Ihren Therapeuten

oder Apotheker.

In-sitro-Dagnostkum

II Vor Durchführung Gebraud Nur zum erenaligen Gebrauch
Lagerung zwischen 2 °C und 30 °C



1. Schritt

Prüfen Sie, ob alle Voraussetzungen für die Probenentnahme gegeben sind. Lesen Sie sich hierzu die Rubrik Informationen und Hinweise" aufmerksan



3. Schritt

Damit wir Ihren Ergebnisbericht erstellen können, loppen Sie sich in der mein cerascreen® App (Android, iOS) oder auf my.cerascreen.de ein. Geben Sie unter "Test aktivieren" die 6-stellige ID-Nummer gemäß Ihrer Test-ID-Karte ein und folgen Sie den Anweisungen



5. Schritt

Waschen Sie Ihre Hände mit Seife und warmem Wasser. Halten Sie die bevorzugte Hand dann 15 Sekunden unter warmes Wasser, um die Blutgefäße zu erweitern. Trocknen Sie Ihre Hand sorofältig mit einem sauberen Tuch ab.



Entnehmen Sie den Alkoholtunfer aus der Folie und desinfizieren Sie damit die Spitze des bevorzugten Fingers. Warten Sie, bis der Finger wieder trocken ist [15 Sek.).



2. Schritt

dann erstellen Sie sich my.cerascreen.de oder in der mein cerascreen®-App. Fragen" auf www.cerascreen. de/fragen finden Sie eine Anleitung für die Erstellung.



4. Schritt

Legen Sie alle im Testkit enthaltenen Utensilien auf überprüfen Sie, ob alle sind, Wählen Sie vorab Ihre Einstichstelle. Tipp: Am besten eignen sich Mittelfinger und Ringfinger der linken Hand,



6. Schritt

mal mit Schwung, möglichst voll durchaestreckt, in großen Bewegungen, um die Blutzirkulation anzuregen.



8. Schritt

drehen Sie die Schutzkappe einmal um die eigene Achse (1.) und ziehen Sie sie dann vorsichtig ab (2.). Achtung: ohne bzw. mit loser Schutz-

Anleitung



Unterlage. Setzen Sie die Lanzette, wie in der Abbildung gezeigt, schräg auf die Spitze des Fingers auf. Ver-Lanzette fest gegen den Finger, bis sie auslöst. Achtung: Die Lanzette



11. Schritt

Unterstützen Sie die Aufstehen und halten Sie Ihre Hand unterhalb des Herzens Massieren Sie Ihren Finger von der Handinnenfläche hin zur Fingerspitze, bis sich ein Tropfen Blut bildet.



13. Schritt

Lassen Sie den großen Blutstropfen von allein auf den markierten Kreis der Trockenblutkarte fallen. Sollte sich der Tropfen nicht von alleine von Ihrem Finger lösen. halten Sie die Karte vorsichtig ge-Finger das Papier zu berühren.



15. Schritt

Wiederholen Sie dies, bis Sie 2 große Blutstropfen gesammelt haben. Tropfen kontinuierlich auftragen. Wenn der Blutfluss nachlässt, massieren Sie den Finger sanft von der Handfläche bis zur Fingerspitze.



Setzen Sie den Daumen der anderen Hand unterhalb der Einstichstelle an und ziehen Sie die Haut leicht zurück.



12. Schritt

beginnen, nehmen Sie den Tupfer (NICHT den Allesheltunfer) und wischen den ersten Blutstropfen ab. Warten Sie, bis sich erneut ein großer Tropfen gebildet hat.



Zur besten Auswertbarkeit der Probe ist ein möglichst großer Der Tropfen sollte den Kreis ständig mit Blut ausfüllen.



verwenden Sie den Tupfer und das Pflaster zur Wundversorgung.



17. Schritt

18. Schritt

Ziehen Sie den quadratischen Code-Aufkleber von der Testauf der Trockenblutkarte auf die dafür vorgesehene Stelle.



19. Schritt

Geben Sie die getrocknete Trockenblutkarte in den Rücksendeumschlag mit Adresse. Verschließen Sie den Umschlag sorgfältig und versenden Sie ihn umgehend kostenfrei per Post.



20. Schritt

Überprüfen Sie, ob Sie den Test aktiviert haben und entsorgen Sie die benutzten Bestandteile im durchsichtigem Kunststoffbeutel im Hausmüll.

(+) cerascreen







Immunschwäche Test



.

wo sie vor direktem Sonnenlicht

2 bis 3 Stunden bei Raumtem-

