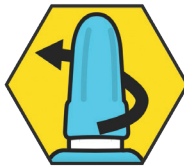


Vidéo disponible : bit.ly/prelevementvideo

Étape 1: Préparation pour le prélèvement

1. Lavez vos mains à l'eau tiède et au savon puis séchez-les.
2. Disposez le contenu de la trousse sur une surface propre.
3. Tenez la carte par les rebords, ouvrez le rabat de la carte et repliez-le sans toucher la surface où se trouvent les cercles.
4. Dans votre main non dominante, choisissez votre majeur ou votre annulaire pour prélever l'échantillon. Massez votre doigt ou placez votre main dans de l'eau tiède pendant quelques minutes pour favoriser la circulation sanguine.
5. Désinfectez le côté de votre majeur ou de votre annulaire à l'aide du tampon alcoolisé et laissez sécher pendant 15 à 20 secondes.
6. Dévissez le haut de la lancette.



Important :

- La lancette ne fonctionnera qu'une seule fois.
- N'utilisez pas la lancette si le capuchon de sécurité a été délogé.
- Si la lancette ne fonctionne pas, répétez les étapes 7 et 8 avec une nouvelle lancette.
- Vous pouvez jeter le matériel usagé, dont la lancette, avec vos ordures ménagères.

Étape 3: Retour de la carte de prélèvement

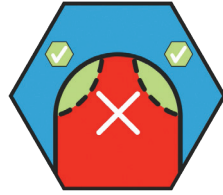
13. Remplir la carte

Enregistrez la date de prélèvement sur la carte et vérifiez que vous êtes la personne nommée dans la lettre. Laissez la carte ouverte pour qu'elle sèche à l'air pendant 3 heures. Gardez-la à l'écart de la lumière du soleil et de toute source de chaleur. Laissez-la ouverte sur une table où elle ne sera pas accessible aux enfants ou aux animaux de compagnie.



Étape 2: Prélèvement

7. Positionnez la lancette sur votre doigt, en haut, au niveau du point de ponction comme décrit sur l'image. Évitez le milieu du doigt, parce que vous ne tirerez pas assez de sang.
8. Pressez fermement la lancette sur votre doigt jusqu'à ce que vous entendiez un « clic ».
9. Essayez la première goutte de sang à l'aide de la gaze.
10. Placez votre doigt au-dessus de la carte de sorte que le point de piqûre soit vers le bas et laissez une goutte de sang se former. Une fois qu'une grosse goutte de sang s'est formée, laissez-la toucher délicatement le 1er cercle afin de le remplir complètement.



Essayez de :

- Ne pas serrer votre doigt.
 - Ne pas toucher le cercle avec votre doigt.
 - Ne pas étaler du sang sur la carte.
 - Ne pas mettre plusieurs gouttes de sang dans le même cercle.
11. Répétez l'étape 10 pour remplir les autres cercles. **Il est préférable d'utiliser une grosse goutte de sang par cercle et de remplir moins de cercles, que d'utiliser une petite goutte de sang et de remplir plus de cercles.**
 12. Après avoir rempli les cercles de la carte, appliquez la gaze sur votre doigt en exerçant une légère pression pour que le sang cesse de couler. Ensuite vous pouvez mettre le pansement sur votre doigt.



Félicitations! Vous venez de recueillir un micro-échantillon de sang. Bien joué.



14. Emballer

Après 3 heures, fermez le rabat et placez la carte dans le sac en plastique contenant le sachet déshydratant et la carte d'humidité. Fermez hermétiquement le sac.

15. Retour de la carte

Placez le sac en plastique contenant votre carte dans l'enveloppe de retour préaffranchie incluse. **Scellez l'enveloppe et postez sans affranchir avec Postes Canada dans les 48 heures.**

Merci! Votre contribution est sincèrement appréciée.

Des questions? Consultez la lettre d'accompagnement pour les coordonnées de votre cohorte régionale.