



Important !

- Suivez les directives attentivement.
- Effectuez un prélèvement d'échantillons de selles (crottes) pendant 3 jours consécutifs. Si vous n'allez pas à la selle tous les jours, prélevez les échantillons dans un délai de sept jours.
- Envoyez les échantillons par la poste dans les **7 jours** suivant le premier prélèvement.
- Appelez-nous pour obtenir un autre test si vous devez recommencer.

Ne prélevez pas d'échantillons :

- si vous voyez du sang dans vos selles – dans ce cas, consultez votre médecin ou votre infirmier/infirmière;
- trois jours avant ou après vos règles;
- si vous venez de passer une colonoscopie ou vous la passerez dans les prochains mois.

Régime et médicaments

ColonCheck **ne nécessite** pas que vous arrêtiez de manger de la viande rouge ou de prendre vos médicaments.

Continuez votre alimentation habituelle **sauf la** vitamine C car en forte dose elle peut cacher la présence de sang dans les selles.

Pendant trois jours avant et durant le test, évitez de consommer plus de 250 mg par jour de vitamine C provenant d'aliments, de boissons ou de comprimés.

Quelques exemples d'aliments à teneur élevée en vitamine C : poivrons, fraises, jus de fruits, oranges et brocoli. On retrouve de la vitamine C dans de nombreux aliments. Communiquez avec nous ou visitez GetCheckedManitoba.ca afin d'obtenir une liste plus complète. Certaines multivitamines et pilules de fer contiennent de la vitamine C. Veuillez consulter l'étiquette du produit.

A Préparez la carte d'échantillon

1. Inscrivez votre nom et la date dans la section 1 de la carte.



B Préparez la toilette

1. Activez la chasse d'eau pour vider la cuvette et laissez le temps à celle-ci de se remplir. (N'utilisez pas de nettoyant pour cuvette pendant la durée du test).
2. Levez le siège.
3. Dépliez une pellicule pour cuvette, placez-la au-dessus de la surface de l'eau et laissez-la se coller aux parois de la cuvette.
4. Baissez le siège et allez à la selle. Vos selles tomberont sur la pellicule. Ne vous inquiétez pas si un peu d'eau de la cuvette ou un peu d'urine (pipi) se trouve sur la pellicule.



Option : Utilisez un contenant de plastique ou une assiette en papier propre au lieu des pellicules.

C Prélevez vos échantillons

1. Ouvrez le volet de la section 1 de la carte d'échantillon.
2. Utilisez un des bâtonnets pour prélever un petit échantillon de vos selles.



Voyez l'autre côté ➔

C Prélevez vos échantillons

3. Étalez un frottis très mince sur la surface complète de la case A.
4. À l'aide du même bâtonnet, prélevez un deuxième échantillon à un **autre** endroit des selles.
5. Étalez un frottis très mince sur la surface complète de la case B.



D Après le prélèvement

1. Activez la chasse d'eau pour faire partir les selles et la pellicule pour cuvette.
2. Jetez le bâtonnet à la poubelle.
3. Lavez-vous les mains.
4. Fermez le volet de la section 1.
5. Conservez votre carte dans l'**enveloppe A** dans la salle de bains jusqu'au prochain prélèvement. Ne scellez pas tout de suite l'**enveloppe A**.



E Répéte

1. **Répétez toutes les étapes de A à D** pendant les deux prochains jours.

F Envoyez les prélèvements

1. Passez en revue l'aide-mémoire et envoyez le test par la poste.

ASSUREZ-VOUS D'AVOIR :

- rempli le formulaire de participation jaune ;
- inscrit votre nom et les dates de prélèvement sur les volets des trois sections de la carte d'échantillon.

ET MAINTENANT, VOUS POUVEZ :

- remplir l'étiquette de l'**enveloppe A** ;
- placer la carte d'échantillon dûment remplie dans l'**enveloppe A** et la sceller ;
- placer l'**enveloppe A** et le formulaire de participation jaune dans l'enveloppe brune affranchie ;
- mettre l'enveloppe brune à la poste dès aujourd'hui.

N'APPORTEZ L'ENVELOPPE NI À UN LABORATOIRE NI CHEZ UN MÉDECIN

