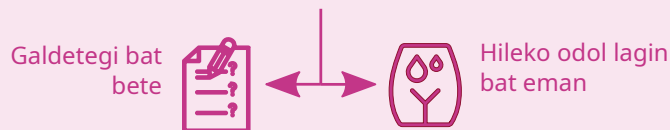


Parte hartu al dezaket? Zer egin behar dut?

Endometriosi diagnostikoa izan edo ez parte har dezakezu, eta gainera...

- ... **18 eta 45 urte** birateko emakumea bazara
- ... **hilekoa badaukazu** erregulariki (21-35 eguneko ziklo erregularra eta 4-7 eguneko odol-jarioa)
- ... **ez baduzu medikazio hormonalik (antisorgailuak...) hartu** azken 3 hilabeteetan

Parte hartu nahi baduzu ondorengoa egin behar duzu...



Galdetegia betetzeko jarraibideak

Zure osasun eta bizi-ohituren (datu soziodemografikoak, dieta, kutsadurarekiko esposizioa...) inguruko galdetegia diseinatu dugu emaitzak interpretatu ahal izateko. Galdetegia betetzeko, beheko QR kodea eskaneatu edo sartu ondorengo weborrira eta sartu **C4KHJ9LF3** kodea.

<https://redcap.ciberisciii.es/surveys/>



Ez ahaztu galdetegia lagina eman aurretik betetzeaz!
20-30 minutu beharko dituzu.



Galdetegian sartzean, zip poltsatxoan eta tutuetan aurkituko duzun pegatinako **EMAILE KODEA idatzi** (adibidez: **VENDOCONT145**).

Zer dakigu? Zer jakin nahi dugu?



Disruptore endokrinoak gure hormonon funtzionamentu egokian eragiten duten kutsatzaileak dira.

Badakigu kutsatzaile hauek hainbat gaixotasunen garapenean parte hartzen dutela, **endometriosis** adibidez.



Hala ere, **ez dakigu nola eragiten duten konposatu hauek gaixotasunean**: zein hantura eta hormona aldaketa eragiten dituzte? **(Epi)genetikak** paper garrantzitsua betetzen al du?



Zure **hileko odolak** galdera hauei erantzuten lagun diezaguke.



Zein erakundek kolaboratzen dute ikeketan?



Nola eragiten dute kutsatzaileek endometriosisian?



Erantzuna zure hileko odolean dago



Ikertzaileok...



Amaia Irizar Loibide



Iraia García Santisteban

...behar duzun guztia azalduko dizugu



Erakunde finantziatzaileak





Lagina emateko jarraibideak



Zure **hileko odola** oso matrize garrantzitsua da emakumeon osasunarekin erlazionaturiko gaixotasunak aztertzeko, horien artean *endometriosisa*.

Horregatik zure hileko odola ematea eskatzen **dizugu, bertan disruptore endokrinoen, hormonien eta hanturaren bitartekarien mailak** neur ditzagun, baita analisi **(epi)genetikoak** gauzatu ere.

Odol lagina egoera perfektuan hel dadin **jarraitu beharreko pausuak** azalduko dizkizugu.

1

Hilekoa jaisten zaizun egunean... bidalketa planifikatu



Hilekoa jaisten zaizun egunean, **garraio agentziara deitu** lagina jasotzeko eguna, lekua eta ordua zehazteko.

Ondorengo informazioa baliagarria izango zaizu:



Garraio agentziaren telefono zenbakia **94 453 15 41** da, eta deiak jasotzeko orduategia 9:00- 17:00.



Adierazi proiektuaren izena ("Sangres menstruales") eta emaila kodea (adib.: VENDOCONT145).



Adostu lagina jasotzeko eguna eta zuk nahi duzun lekua astearte eta ostiral bitartean 8:00-9:00 artean.



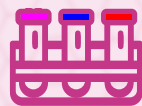
Kontuan izan lagina **odol-jario handiena duzun gauaren ondorengo goizean** bidali behar duzula. Zure hilekoaren arabera 1. edo 2. gaua izan daiteke lagina hartzeko egokiena. Hilekoa ostiral, larunbat edo igandean jaisten bazaizu, itxaron hurrengo ziklorarte lagina emateko.

2

Lagina hartu aurretik... ziurtatu material guztia daukazula



kopa menstrualak



3 tutu eta euskarria



Erabilera bakarreko pipeta



Pegatinadun poltsa

3

Odol-jario handieneko gauean... jaso zure lagina



Odol-jario handieneko gauean **jarri kopa ohera joan aurretik eta ez kendu** hurrengo goizerarte.

4

Goiz horretan... prestatu laginketa materiala



Atera pipeta bere bilgarritik eta **moztu puntaren zati estuena** guraize garbi batzuekin pipetaren diametroa handitzeko.



Jarri tutuak euskarrian ondorengo hurrenkeran: 1. lila, 2. urdina, 3. gorria; kendu tapak eta bakoitza dagokion tutuaren parean utzi.



Kontuz ibili tutu urdinarekin, lagina mantentzeko likido bat baitauka barnean: ez ukitu eta ez bota likidoa.

5

Materiala prestatuta duzunean... banatu lagina 3 tutuetan



Atera kopa kontu handiarekin, eta pipetaren laguntzaz **banatu odola 3 tutuetan** gezira iritsi arte, ondorengo hurrenkerara jarraituz:



1º Lila



2º Azul



3º Rojo



3 tutuak gezirarte bete ostean lagina soberan badaukazu, soberakina tutu gorrian sartu. **EZ** pasatu odola tutu batetik bestera.



Itxi tutuak eta **biratu** 10-15 aldiz edukia ondo nahasteko. **Sartu** pegatinadun zip poltsan eta itxi.



Idatzi zip poltsako pegatinan hilekoaren gaua (1. edo 2. gaua), odola tutuetan banatu duzuneko data/ordua eta zure Osakidetza IKK zenbakia.

6

Tutuak prest dauzkazunean... garraiolariari eman



Emaizkiozu garraiolariari **poltsa** tutuekin eta **baimen informatua sinatuta** Euskal Biobankura eraman ditzan.

Zalantzarik? Deitu edo idatzi:



94 601 2604



iraia.garcia@ehu.eus



94 601 2071



amaia.irizar@ehu.eus