



Wichtige Infos zu Speicheltestungen:

- Wenn Ihre Ärztin bzw. Therapeutin einen Speicheltest empfiehlt, sollten Sie am Tag der Speicheltestung keine Schilddrüsenhormone und Vitamin-D3-Präparate einnehmen.
- Auch sollten Sie 48 bis 72 Stunden vor dem Test auf die Anwendung von bioidenten Hormoncremes/gels verzichten.
- Frauen, die einen regelmäßigen Zyklus haben (27-29 Tage), sollten an einem der Zyklustage 19 bis 22 testen. Bei kürzeren sowie längeren Zyklen wird das Datum des voraussichtlichen Eintritts der Blutung errechnet und ca. fünf bis sechs Tage vor der errechneten Blutung getestet. Bei völlig unregelmäßigen Zyklen oder Dauerschmierblutungen testen Sie an einem beliebigen Tag und notieren einfach den nächsten Blutungseintritt.
- Beachten Sie, dass Kosmetika oftmals beträchtliche Mengen an Hormonen enthalten und verzichten Sie deshalb am Testtag und am Abend zuvor auf Kosmetika aller Art.
- Am Abend vor der Speicheltestung sollten Sie auf tierische Fette und Eiweiße verzichten, wie z.B. Ei, Milch, Käse, Schlagobers, Milkschokolade, Sahneis usw.
- Am Tag der Speicheltestung sollten Sie mitnotieren, wann Sie den Tag über was gemacht haben (Essen, Kaffee, Bewegung, Sport, Nickerchen, Stress, besondere Ereignisse und so weiter).
- Bei Einnahme von Hormonpräparaten (z. B. Pille) macht eine Testung von Sexualhormonen im Speichel keinen Sinn.