



Amsterdam Infant Microbiome Study

Instructiewaaier

voor het hele gezin



Bekijk ook
de instructie-
filmpjes op de
website!

Monsters
afnemen:
hoe gaat dat?

www.aimsonderzoek.nl



GGD
Amsterdam



EERSTE LIJNS
VERLOSKUNDIGEN
AMSTERDAM AMSTELLAND



Belangrijk om te weten	3
-------------------------------	----------

Voor u begint	4
----------------------	----------

1. Leg de spullen klaar
2. Was altijd eerst uw handen

	 Ontlasting	5
	 voor moeder & partner	

	 Ontlasting	6
	 voor baby & broertje of zusje	

	 Tandplak	7
	 voor moeder & partner	

	 Tandplak	8
	 voor baby & broertje of zusje	

	 Tongslijm	9
	 voor moeder & partner	

	 Tongslijm	10
	 voor baby & broertje of zusje	

	 Huidschilfertjes	11
	 voor moeder	

	 Moedermelk	12
	 voor moeder	

Verpakken, formulier invullen en bewaren	13
---	-----------

Buisje moedermelk

Verpakken, formulier invullen en bewaren	14
---	-----------

Buisjes & tandenborstel

	Tijdslijn baby	15
---	-----------------------	-----------

	Tijdslijn moeder	16
---	-------------------------	-----------

	Tijdslijn partner	17
---	--------------------------	-----------

	Tijdslijn broertje of zusje	18
---	------------------------------------	-----------

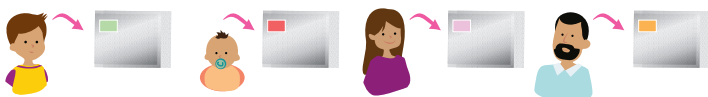
Contactgegevens AIMS onderzoeksteam:

020-5555495

aims@sarphati.amsterdam

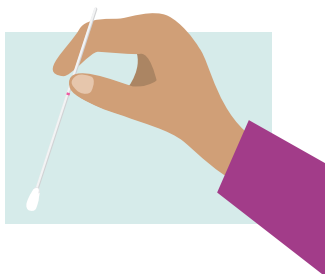
www.aimsonderzoek.nl

- Controleer welke monsters u voor dit meetmoment precies moet afnemen (zie bladzijde 15, 16, 17 en 18 van de waaier).
- Pak de juiste bubbeltjes envelop. Let hierbij goed op de kleur en het meetmoment. De roze envelop is voor de moeder, de rode voor het kind, de oranje voor de partner en de groene voor het broertje of zusje. Het nummer van het meetmoment vindt u op de buitenkant van de bubbeltjesenvelop.



- Maak de verpakking pas open als u start met het afnemen van het monster.

- Bij het verzamelen van het monster is het belangrijk dat alléén het deel van het wattenstaafje onder het streepje in contact komt met het monster.



- Neem het monster af op de datum op het formulier of binnen 7 dagen. Daarna kan het niet meer.

- Het is belangrijk dat u meteen na het afnemen van de monsters de vragenlijst invult. Lukt dit niet? Doe dit dan in ieder geval binnen 7 dagen. Daarna kan het niet meer.



- Het kan gebeuren dat u een aantal dagen nodig heeft om alle monsters voor een bepaald meetmoment te verzamelen. Tijdens het verzamelen, bewaart u de buisjes in het juiste doosje in de vriezer. Zodra u alles heeft verzameld, doet u het plastic doosje in de safety bag en plakt u de safety bag dicht met de plakrand. Eenmaal dichtgeplakt, kan de safety bag niet meer open.
- U kunt tijdens kantooruren contact met ons opnemen door te bellen naar: 020 555 5495 of een e-mail te sturen naar: aims@sarphati.amsterdam. U kunt natuurlijk ook altijd de website raadplegen: www.aimsonderzoek.nl.

Voor u begint

1 Leg de spullen klaar

Wanneer u **ontlasting**, **tongslim**, **tandplak** of **huidschilfertjes** gaat verzamelen, legt u de volgende spullen klaar:

- Buisje met juiste sticker
- Ingepakt wattenstaafje
- Reistandenborstel (alleen voor tandplak)
- Doorzichtig plastic doosje
- Safety bag met blauwe plakrand
- Bubbeltjesenvelop met juiste kleur
- Formulier



Wanneer u **moedermelk** gaat verzamelen, legt u de volgende spullen klaar:

- Buisje met juiste sticker
- Evt. eigen kolfapparaat met flesje
- Safety bag met blauwe plakrand
- Formulier



Mist u één van deze materialen of heeft u de vragenlijst per mail niet ontvangen? Neem dan direct contact met ons op.

2 Was altijd eerst uw handen

Doe hiervoor sieraden zoveel mogelijk af, was uw handen goed met zeep en droog ze goed af met een schone handdoek.



HOE HERKENT U HET JUISTE BUISJE?



Ontlasting



Tongslim



Tandplak



Huidschilfertjes



Moedermelk

WELKE KLEUR STICKER EN ENVELOP HEEFT U?



Baby



Moeder



Partner



Broertje
of zusje

BEREID U VOOR

1



Was uw handen.

2



Leg het juiste buisje en wattenstaafje klaar om uw eigen ontlasting te verzamelen.

3



Vang de ontlasting op door een flinke hoeveelheid toiletpapier in het toilet te leggen.

4



Het is belangrijk dat er zo min mogelijk water of urine bij de ontlasting komt.

VERZAMEL DE ONTLASTING

5



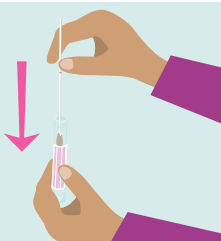
Maak de verpakking van het wattenstaafje open. Duw het wattenstaafje in de ontlasting. Zorg dat het watje helemaal bedekt is, meer dan dat

6



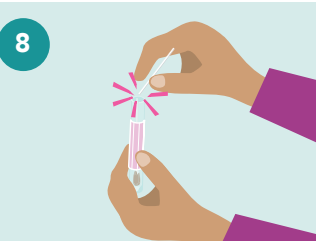
Blijf het wattenstaafje vasthouden en zorg dat het nergens tegenaan komt. Pak het buisje en draai de dop los.

7



Doe het wattenstaafje in het buisje. Het watje raakt nu de vloeistof in het buisje aan. Dat is goed.

8



Het wattenstaafje is langer dan het buisje. Breek het bovenste deel voorzichtig af bij het streepje. Gebruik hiervoor de wand van het buisje.

9



Draai de dop van het buisje goed dicht.

Verpak het buisje, vul het formulier in en doe de bubbeltjesenvelop achterin uw vriezer. Zie instructies bladzijde 14.



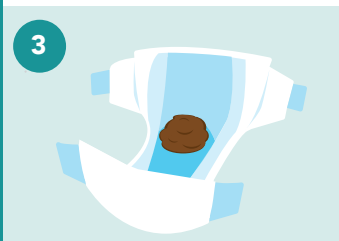
BEREID U VOOR



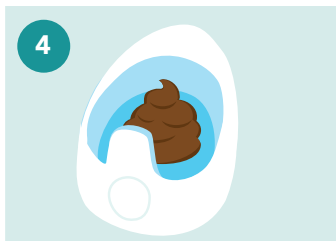
1 Was uw handen.



2 Leg het juiste buisje en wattenstaafje klaar om de ontlasting van uw kind te verzamelen. Maak het wattenstaafje open.



3 U verzamelt de ontlasting uit de luier. Zorg dat u zo snel mogelijk de ontlasting verzamelt (het liefst binnen 15 minuten nadat uw kind gepoept heeft).

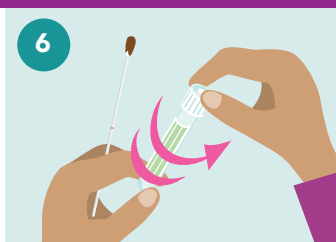


4 Kan uw kind al op een potje poepen? Gebruik dan de ontlasting uit het potje. Is uw kind te groot voor het potje? Gebruik dan de instructies voor volwassenen op blz. 5. Volg dan de instructies voor volwassenen (pag. 5).

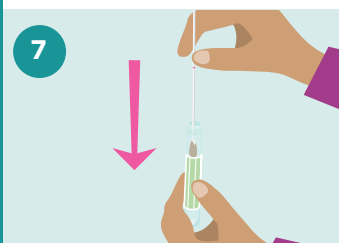
VERZAMEL DE ONTLASTING



5 Maak de verpakking van het wattenstaafje open. Duw het wattenstaafje in de ontlasting. Zorg dat het watje helemaal bedekt is, meer dan dat is niet nodig.



6 Blijf het wattenstaafje vasthouden en zorg dat het nergens tegenaan komt. Pak het buisje en draai de dop los.



7 Doe het wattenstaafje in het buisje. Het watje raakt nu de vloeistof in het buisje aan. Dat is goed.



8 Het wattenstaafje is langer dan het buisje. Breek het bovenste deel voorzichtig af bij het streepje. Gebruik hiervoor de wand van het buisje.



9 Draai de dop van het buisje goed dicht.



Verpak het buisje, vul het formulier in en doe de bubbeltjes-envelop achterin uw vriezer. Zie instructies bladzijde 14.

BEREID U VOOR

Let op: verzamel tandplak vóór het tandenpoetsen en vóór het ontbijten!

1



Neem dit monster af zodra u opstaat in de ochtend, vóór het tandenpoetsen en vóór het ontbijten.

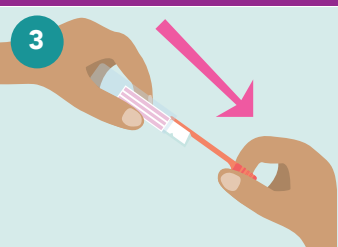
2



Was uw handen.

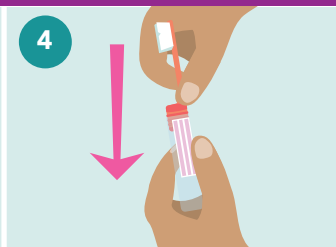
VERZAMEL DE TANDPLAK

3



Haal de tandenborstel uit het kokertje.

4



Plaats de borstel op het kokertje zodat het een tandenborstel vormt. Raak de haren van de tandenborstel hierbij niet aan.

5



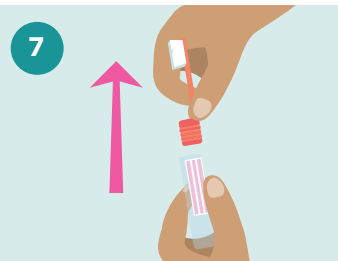
Poets met de tandenborstel zonder tandpasta 20 seconden uw tanden aan de bovenkant, buitenkant en binnenkant.

6



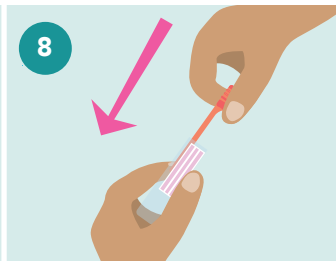
Neem de tandenborstel uit uw mond en blijf de borstel vasthouden.

7



Maak de borstel los van het kokertje.

8



Schuif de borstel terug in het kokertje. Raak ook nu de haren van de tandenborstel niet aan.



Verpak het busje, vul het formulier in en doe de bubbeljes-envelop achterin uw vriezer. Zie instructies bladzijde 14.

VERGEET NIET DE VRAGENLIJST IN TE VULLEN DIE U PER MAIL HEEFT ONTVANGEN



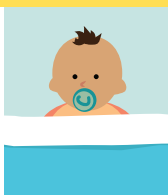
Tandplak | MOEDER & PARTNER

BEREID U VOOR

Let op: verzamel tandplak vóór het tandenpoetsen en vóór het ontbijten!



1



2

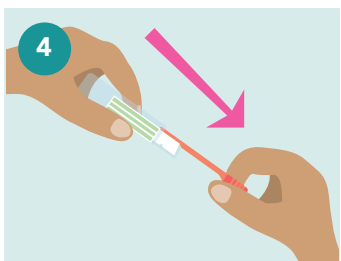
Was uw handen.

Neem dit monster bij uw kind af zodra uw kind opstaat in de ochtend, vóór het tandenpoetsen en vóór het ontbijten. Krijgt uw kind nog melkvoeding? Zorg dan dat uw kind 2 uur voor het afnemen van het monster niet heeft gedronken.



3

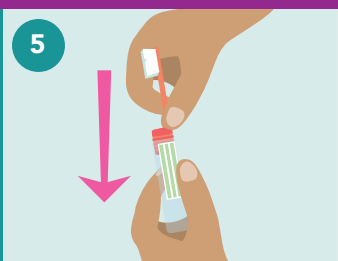
Houd uw kind op een gemakkelijke manier vast zodat u goed bij de mond kan (bijv. op schoot of liggend).



4

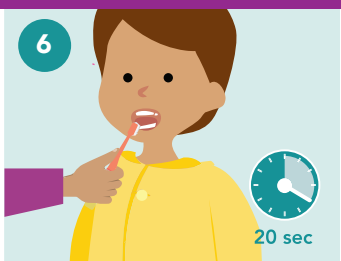
Haal de tandenborstel uit het kokertje.

VERZAMEL DE TANDPLAK



5

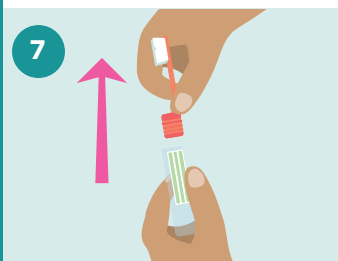
Plaats de borstel op het kokertje zodat het een tandenborstel vormt. Raak de haren van de tandenborstel hierbij niet aan.



6

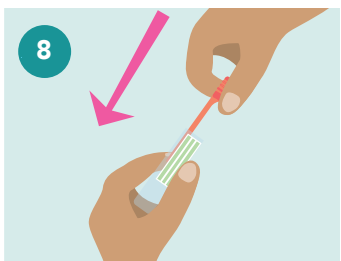
20 sec

Poets met de tandenborstel zonder tandpasta 20 seconden de tand of tanden van uw kind aan de bovenkant, buitenkant en binnenkant.



7

Maak de borstel los van het kokertje.



8

Schuif de borstel terug in het kokertje. Raak ook nu de haren van de tandenborstel niet aan.



Verpak het buisje, vul het formulier in en doe de bubbeltjes-envelop achterin uw vriezer. Zie instructies bladzijde 14.

VERGEET NIET DE VRAGENLIJST IN TE VULLEN DIE U PER MAIL HEEFT ONTVANGEN

BEREID U VOOR

Let op: verzamel tandplak vóór het tandenpoetsen en vóór het ontbijten!

1



Neem dit monster af zodra u opstaat in de ochtend, vóór het tandenpoetsen en vóór het ontbijten.

2



Was uw handen.

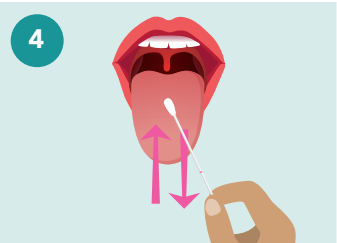
3



Leg het juiste buisje en wattenstaafje klaar om het tongslim van uzelf te verzamelen. Maak de verpakking van het wattenstaafje open.

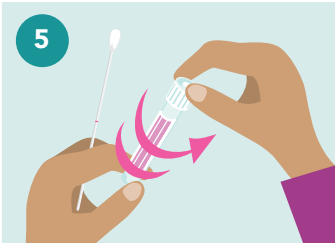
VERZAMEL HET TONGSLIJM

4



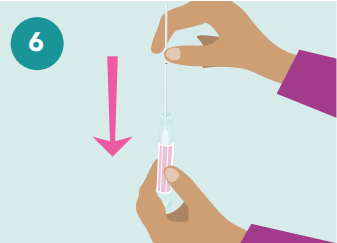
Strijk met het wattenstaafje 5 keer van voor naar achter over de bovenkant van de tong. Draai het wattenstaafje hierbij rond tussen uw vingers.

5



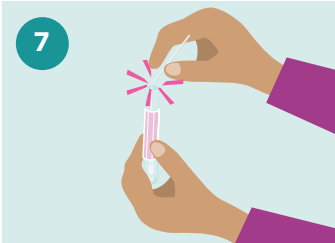
Haal het wattenstaafje uit de mond. Blijf het wattenstaafje vasthouden en zorg dat het nergens tegenaan komt. Pak het buisje en draai de dop los.

6



Doe het wattenstaafje in het buisje. Het watje raakt nu de vloeistof in het buisje aan. Dat is goed.

7



Het wattenstaafje is langer dan het buisje. Breek het bovenste deel voorzichtig af bij het streepje. Gebruik hiervoor de wand van het buisje.

8



Draai de dop van het buisje goed dicht.



Verpak het buisje, vul het formulier in en doe de bubbeljes-envelop achterin uw vriezer. Zie instructies bladzijde 14.

VERGEET NIET DE VRAGENLIJST IN TE VULLEN DIE U PER MAIL HEEFT ONTVANGEN



BEREID U VOOR

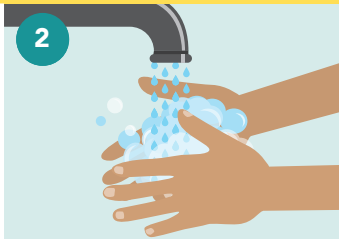
Let op: verzamel tandplak vóór het tandenpoetsen en vóór het ontbijten!

1



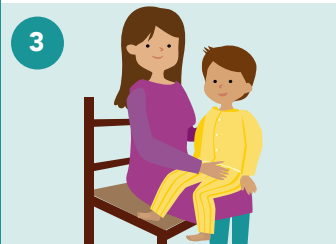
Neem dit monster bij uw kind af zodra uw kind opstaat in de ochtend, vóór het tandenpoetsen en vóór het ontbijten. Krijgt uw kind nog melkvoeding? Zorg dan dat uw kind 2 uur voor het afnemen van het monster niet heeft gedronken.

2



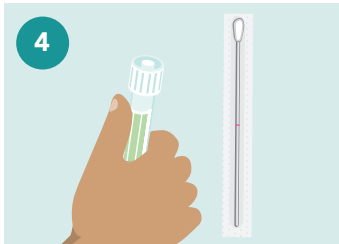
Was uw handen.

3



Houd uw kind op een gemakkelijke manier vast zodat u goed bij de mond kan (bijv. op schoot of liggend).

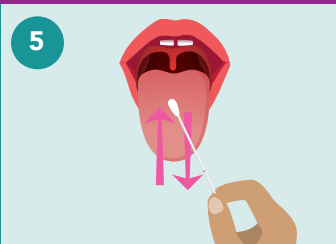
4



Leg het juiste buisje en wattenstaafje klaar om het tongslim van uw kind te verzamelen. Maak de verpakking van het wattenstaafje open.

VERZAMEL HET TONGSLIJM

5



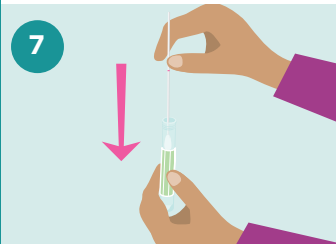
Strijk met het wattenstaafje 5 keer van voor naar achter over de bovenkant van de tong. Draai het wattenstaafje hierbij rond tussen uw vingers. Het kan zijn dat uw kind sabbelt aan het wattenstaafje. Dat is niet erg.

6



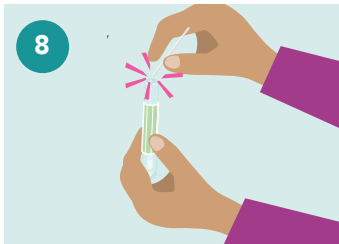
Haal het wattenstaafje uit de mond. Blijf het wattenstaafje vasthouden en zorg dat het nergens tegenaan komt. Pak het buisje en draai de dop los.

7



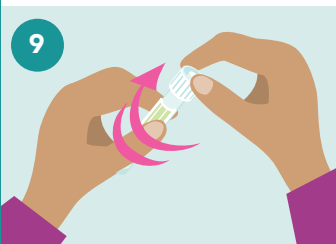
Doe het wattenstaafje in het buisje. Het watje raakt nu de vloeistof in het buisje aan. Dat is goed.

8



Het wattenstaafje is langer dan het buisje. Breek het bovenste deel voorzichtig af bij het streepje. Gebruik hiervoor de wand van het buisje.

9



Draai de dop van het buisje dicht.



Verpak het buisje, vul het formulier in en doe de bubbeltjes-envelop achterin uw vriezer. Zie instructies bladzijde 14.

BEREID U VOOR



1



Was uw handen.

2

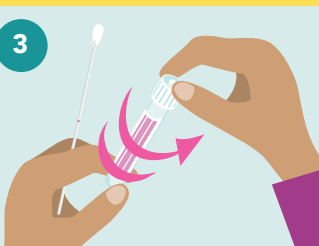


Leg het juiste buisje en wattenstaafje klaar om huidschildertjes te verzamelen.

VERZAMEL DE HUIDSCHILFERTJES

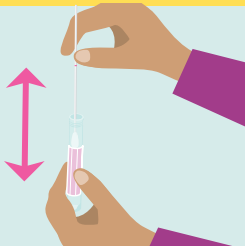
Let op: zorg dat het watje nat is gemaakt VOORDAT u over de huid strijkt.

3



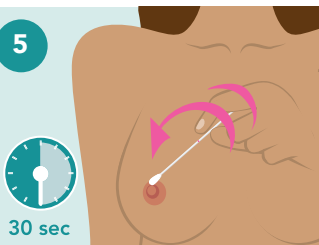
Pak het buisje en draai de dop los.

4



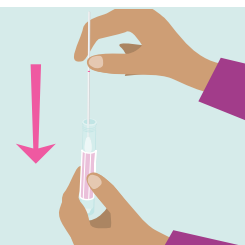
Doop het wattenstaafje kort in de vloeistof vóórádt u over de huid gaat strijken. Deze vloeistof is veilig en ongevaarlijk. Hierna zet u het opengedraaide buisje tijdelijk even aan de kant.

5



Strijk met het wattenstaafje gedurende 30 seconden over uw tepel en draai het wattenstaafje hierbij rond tussen uw vingers.

6



Doe het wattenstaafje in het buisje. Het watje raakt nu de vloeistof in het buisje aan. Dat is goed.

7



Het wattenstaafje is langer dan het buisje. Breek het bovenste deel voorzichtig af bij het streepje. Gebruik hiervoor de wand van het buisje.

8



Draai de dop van het buisje goed dicht.



Verpak het buisje, vul het formulier in en doe de bubbeltjes-envelop achterin uw vriezer. Zie instructies bladzijde 14.



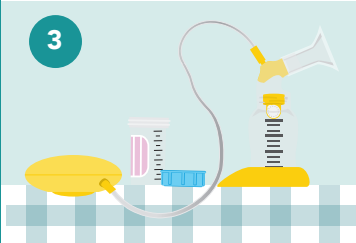
BEREID U VOOR



Het is voor het onderzoek belangrijk dat u moedermelk van een ochtend voeding verzamelt. Dit betekent van een voeding tussen 6:00 en 10:00 uur 's ochtends.



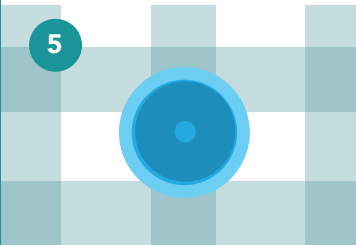
Was uw handen.



Zet alle spullen die u nodig heeft klaar. Als u een kolfapparaat gebruikt, steriliseert u eerst de verschillende kolfonderdelen.



Hiervoor laat u de kolfonderdelen (inclusief een flesje om de melk in op te vangen) 5 minuten doorkoken. U kunt de onderdelen vervolgens afdrogen met keukenpapier of wc papier.



Leg de dop van het buisje met de binnenkant naar boven, zodat u direct na het kolven de dop erop kunt draaien.



Raak nooit de binnenkant van het buisje aan.

VERZAMEL DE MOEDERMELK



Voor het verzamelen van de moedermelk kunt u met de hand kolven. Als u met de hand kolft, dan kunt u de melk direct opvangen in het gestickerde buisje.



Elektrisch kolven mag natuurlijk ook. Als u elektrisch kolft, gaat u kolven zoals u dat gewend bent.



Als u elektrisch heeft afgekolfd, giet u 10 milliliter melk over van het flesje in het buisje met de sticker.



Draai direct na het kolven de dop op het buisje.



Verpak het buisje, vul het formulier in en doe de bubbeltjes-envelop achterin uw vriezer. Zie instructies bladzijde 13.

VERPAKKEN VAN HET BUISJE MOEDERMELK

Verpakken, formulier invullen en bewaren

1



Doe het gevulde bestickerde buisje in de safety bag.

2



Vul nu het formulier volledig in. U vindt het formulier in de safety bag.

3



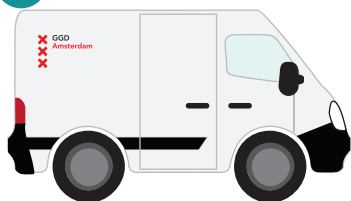
Doe het ingevulde formulier terug in de safety bag. Plak de safety bag dicht met de plakrand.

4



Doe de bubbeltjesenvelop zo snel mogelijk achterin uw vriezer. Maakt u zich geen zorgen. Als u alles volgens deze instructies heeft ingepakt, kan er niets uit de verpakking komen.

5



Wij nemen contact met u op om de envelop op te halen.

6

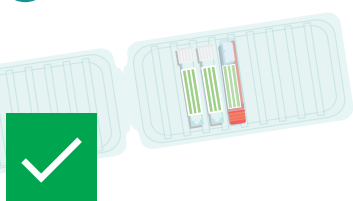


Vergeet niet de online vragenlijst in te vullen.

BUISJES & TANDENBORSTEL

Verpakken, formulier invullen en bewaren

1



Na het afnemen van het monster, doet u het buisje/tandenborstel in het doorzichtige plastic doosje. Doe alle buisjes van dezelfde persoon in één plastic doosje.

2



Let op dat de buisjes/tandenborstels van verschillende gezinsleden niet samen in één plastic doosje komen.

3



Doe het plastic doosje in de safety bag. Plak de safety bag dicht met de plakrand.

4



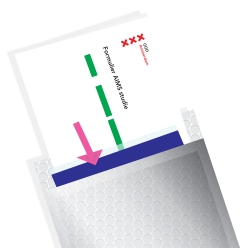
Pak de bijbehorende bubbeltjesenvelop. Haal het formulier eruit en leg dit klaar om in te vullen. Doe de safety bag in deze bubbeltjesenvelop.

5



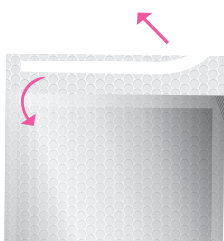
Vul nu het formulier volledig in. Deze informatie is nodig om de monsters op de juiste manier te analyseren.

6



Doe het ingevulde formulier terug in de **juiste bubbeltjesenvelop, bij de safety bag.**

7



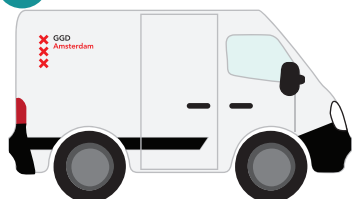
Plak de bubbeltjesenvelop dicht met de plakrand.

8



Doe de bubbeltjesenvelop zo snel mogelijk achterin uw vriezer. Maakt u zich geen zorgen. Als u alles volgens deze instructies heeft ingepakt, kan er niets uit de verpakking komen.

9



Wij nemen contact met u op om de envelop op te halen.

10



Vergeet niet de online vragenlijst in te vullen.



Tandplak



Ontlasting

Tongslijm

Tandplak

Huidschilfertjes

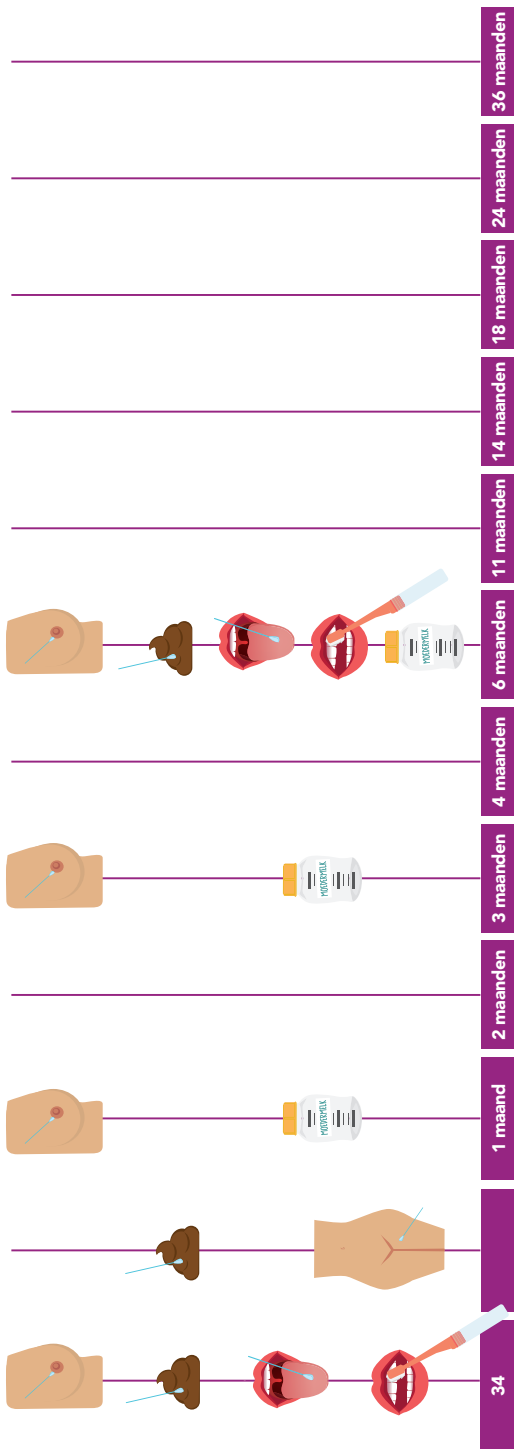
Moedermelk

Vaginaal uitstrijkje



Tijdlĳn

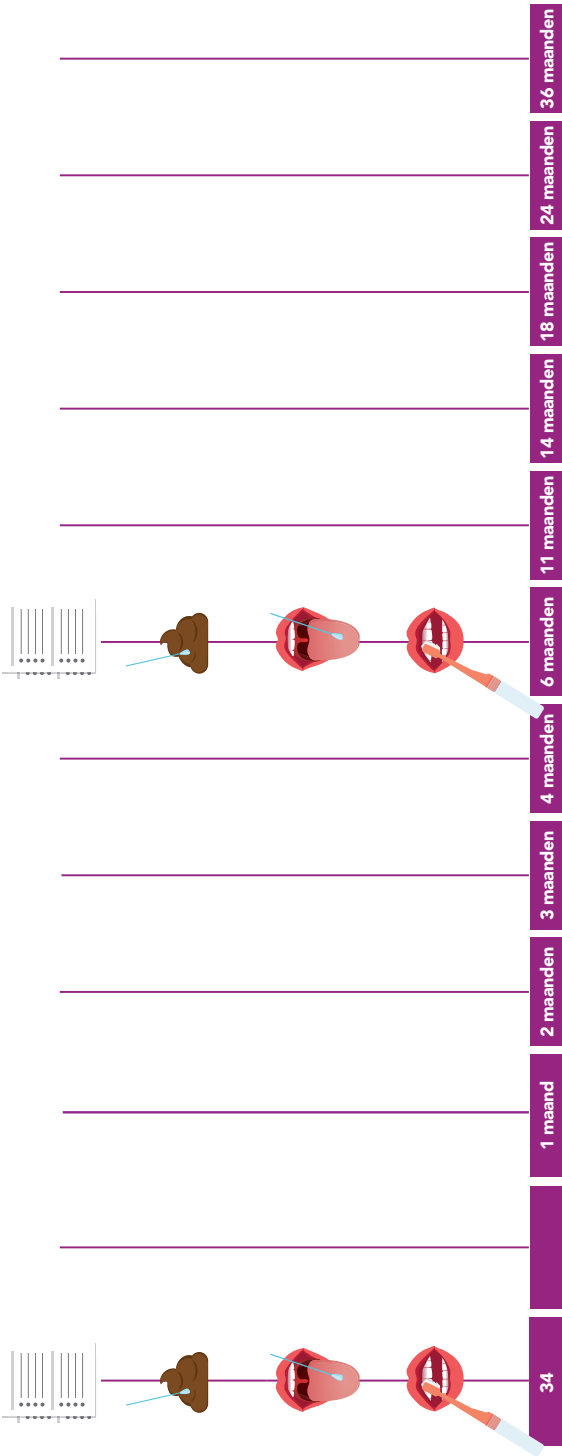
MOEDER



Eerste drie levensjaren van het kind

Geboorte

Weken in de zwangerschap



Eerste drie levensjaren van het kind

Geboorte

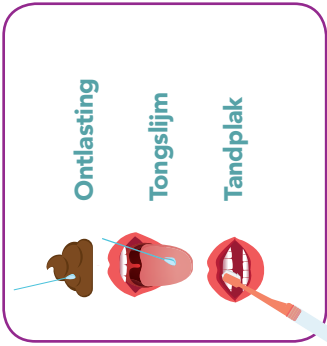
Weken in de zwangerschap

Vragenlijst

Ontlasting

Tongslim

Tandplak



BROERTJE OF ZUSJE

Weken in de zwangerschap	Geboorte	Eerste drie levensjaren van het kind
--------------------------	----------	--------------------------------------

**Dank voor uw
deelname aan**



Contactgegevens AIMS onderzoeksteam:
020-5555495
aims@sarphati.amsterdam
www.aimsonderzoek.nl



Amsterdam Infant Microbiome Study

www.aimsonderzoek.nl



**GGD
Amsterdam**



**EERSTELIJNS
VERLOSKUNDIGEN
AMSTERDAM AMSTELLAND**

