



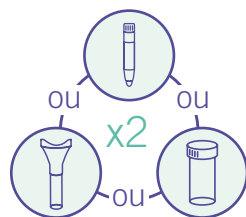
Recueil salivaire pour CAR

► Bilan SopioCheck

Ces **2 prélèvements salivaires** sont nécessaires pour le calcul du CAR = *cortisol awakening response*, qui traduit la rapidité d'élévation du cortisol au réveil.

Il nécessite donc un double recueil salivaire sur salivettes (type salivettes pour COVID) ou dans des flacons stériles ou crachoirs, sans additif dans tous les cas.

Le-la patient-e doit réaliser les prélèvements à son domicile de la façon suivante :



Chez le-la patient-e



Prévoir de préparer l'un des deux récipients à côté de son lit.



Au réveil

- **Sans se lever**, prélever une quantité de salive.



- Bien reboucher le récipient et le placer au réfrigérateur.



- Vaquer à ses occupations mais sans manger / boire / fumer / se brosser les dents / faire du sport, **pendant 30 minutes.**

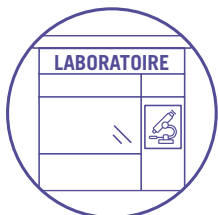


30 minutes plus tard

- En utilisant le 2nd récipient, prélever une nouvelle quantité de salive, de la même façon que la 1^{ère}.



- Placer le second récipient au réfrigérateur.



- Puis apporter rapidement les récipients contenant les deux recueils au laboratoire.

Au laboratoire



- Pour les flacons, transvaser dans un tube bouché hermétiquement. Les récipients sont étiquetés et identifiés (T0 et T30), puis congelés avant envoi chez Eurofins Biomnis.