

Meting melatoninedagspiegel in speeksel

Doel

Het doel van het bepalen van de melatoninespiegel overdag is om vast te stellen of je melatoninespiegel tijdens een behandeling met melatonine overdag nog normaal laag is of juist te hoog is geworden. Deze meting is alleen zinvol als je ten minste een week lang elke avond melatonine hebt ingenomen.

Werkwijze

Afnemen van een speekselmonster doe je tussen 14.00 en 15.00 uur. De melatonine die je 's nachts zelf hebt aangemaakt is dan afgebroken en verdwenen. Bovendien is op dat moment je eigen melatonineaanmaak nog niet begonnen. Dat betekent dat we ervan kunnen uitgaan dat eventueel aanwezige melatonine een restant is van de melatonine die je de vorige avond hebt ingenomen.

Een te hoge melatoninespiegel overdag kan betekenen dat de melatoninedosis die je gebruikt, te hoog is en/of dat je melatonine te traag afbreekt. In zeldzame gevallen maakt iemand overdag melatonine. Dat komt voor bij mensen met het Smith Magenis-syndroom (verstandelijke beperking en omgekeerd slaap-waakritme). Ook mensen die volledig blind zijn (dus zonder lichtperceptie) en mensen met een onregelmatige leefstijl kunnen overdag melatonine aanmaken.

Vanaf een uur voordat je speeksel afneemt mag je niets meer eten en drinken behalve kraanwater. De speekselafname hoeft niet bij schemerlicht te worden gedaan. Je verzamelt het speeksel door op de wattenplug te kauwen totdat hij helemaal nat is. Doe de natte wattenplug terug in het buisje, plaats de dop erop en doe het buisje in de houder. Daarop staat een codenummer ter identificatie, je hoeft je naam er niet op te zetten. Stop het speekselmonster in de bijgeleverde gefrankeerde envelop. Bewaar de envelop met het speekselmonster in de koelkast. Hier is het monster een week houdbaar.

Het beste kun je het speekselmonster op **maandag-, dinsdag-, woensdag- of donderdagmiddag** op de post doen. Dan komt het de volgende morgen op het laboratorium aan. Als je de envelop op een vrijdagavond of in het weekend op de bus doet, duurt de verzending onnodig veel langer.

De uitslag van de bepaling van de melatoninespiegel plus een advies ontvang je binnen twee weken op het e-mailadres dat je hebt opgegeven. Een melatoninebepaling is geen routinemeting die elke dag wordt uitgevoerd. Het reagens dat nodig is om de meting te verrichten is namelijk erg duur. In het laboratorium wordt daarom gewacht tot er voldoende speekselmonsters binnen zijn alvorens weer een meting wordt uitgevoerd.

<https://melatonine.nu/aanvraag-speekseltest-middag/>

29/01/2019