

COLLECTION KIT INSTRUCTIONS

INTENDED USE

This kit is intended for the collection and preservation of dried blood spot samples for the purpose of laboratory testing by Simple HealthKit laboratory.

For accurate results, please read all instructions carefully before using the kit.

IMPORTANT

Create Your Online Account

Before sample collection, you must first create an account in the patient portal.

You will then register each Sample Card to your account using both the Sample Card ID found on the Sample Card and your Provider's ID. If you do not have your Provider's ID, contact them directly.



The lab will not be able to process your sample if you skip this step.

LIMITATIONS

Do not use if you have a bleeding disorder or are taking medications that increase the risk of bleeding.

Do not use if you are at risk of fainting when providing blood samples.

Do not use provided lancets on broken, damaged, ulcerated, scarred, or infected skin.

There is a possibility that using these lancets may cause bruising, tenderness, soreness, pain, nerve damage, scarring on the skin, damage to the bone, or infection. Seek medical attention if you have any concerns.

Testing using Clara Spot™ is available with an order from your health care provider. This testing has been validated for use in individuals 18 or older.

Keep out of reach of children. This kit contains small parts that may pose a choking hazard.

Store your Sample Cards in a cool dry place between 59°F (15°C) and 77°F (25°C) away from sunlight and moisture. Do not freeze.

TO COLLECT EACH SAMPLE

Each kit includes:



ALCOHOL WIPES (2)



LANCETS (2)



SAMPLE CARD



BANDAGES (2)



SAMPLE BAG



RETURN ENVELOPE
TO RETURN ALL SAMPLES

DO NOT USE any components other than what is provided in the Collection Kit.

DO NOT USE this kit if any components are missing, damaged or expired—visit claraspot.com/support for support. The expiration date can be found on the kit package.

Note: You may be collecting multiple samples—do not discard the instructions.

01

REGISTER YOUR CARDS

Print your name, date of birth, and date of collection in the provided fields on your Sample Cards.

Your name and date of birth on the Sample Cards must match the information in the portal. Unlabeled Sample Cards may be rejected or delayed.



Scan the QR code or visit claraspot.com to log into the patient portal. If you do not have an account, click on “Create Account” and follow the steps to make your account.

Once logged in to your account, the portal will direct you to “Register Your Kit.” If it does not, click on “Register a Kit.” You must register each Sample Card using its unique Sample Card ID and your Provider ID. If you do not have your Provider ID, contact your provider directly for it.

For additional information and support, visit claraspot.com/support.

02

PREPARE AND COLLECT YOUR SAMPLE



Lay out collection materials: alcohol wipe, lancet, Sample Card, and bandage. Open and place your Sample Card on a flat surface.



Wash your hands with warm water and soap for at least 1 minute and dry completely.



Select and clean a finger for sample collection. We recommend using your ring finger (4th finger) or middle finger. Use the provided alcohol wipe to clean your fingertip. **Let your fingertip dry completely. DO NOT blow on it.**



Shake your hand vigorously for 30 seconds to stimulate blood flow.

TIPS FOR A SUCCESSFUL SAMPLE COLLECTION

To increase blood flow try the following:

Aim to drink 64 oz of water the day before, and **16 oz of water 30 to 60 minutes** prior to sample collection.

Avoid caffeine, nicotine or tobacco 2 hours before collecting sample(s).

Warm your hands prior to sample collection.

Keep your hands **below your heart** during sample collection.

COLLECT YOUR SAMPLE



Twist the top off of the lancet and discard. For the finger you will prick, place the white tip of the lancet against the right or left side of the clean fingertip. Firmly press the lancet against your finger to puncture the skin. You should see a blood drop when you remove the lancet.



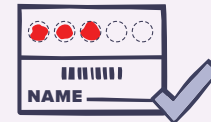
Gently massage from below the puncture site toward the tip to encourage blood flow. Allow several seconds for a large blood drop to form. Hold your finger pointing down over the first spot on the Sample Card.



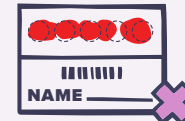
Let a large blood drop fall onto the center of the spot and spread to the dotted line. Add drops until the spot is filled and soaks to the back of the card. This may take 2-3 drops. Make sure you have fully filled the first spot before moving on to the next. Completely fill at least 3 spots.

DO NOT press or smear your fingertip onto the card. **DO NOT** rub or smear the blood sample.

Make sure each spot on the Sample Card is completely filled, allowing enough blood to soak through to the back of the card before moving on to the next spot.



ACCEPTABLE
At least 3 completely filled spots



UNACCEPTABLE
Blood spots are overlapping



UNACCEPTABLE
Not enough blood on each spot

Note: If you cannot fill at least 3 spots with one finger, use the second lancet on a different finger. Be sure to follow the same cleaning procedure before collecting blood from the new finger.



When done collecting all blood spots, bandage your fingers if needed.

DRY YOUR SAMPLE CARDS

Allow the blood spots to air-dry completely.

Leave the Sample Card open and let the blood spots dry for **at least 20 minutes** before closing. Keep the card in a cool, dry place away from moisture and direct sunlight while it dries.

DO NOT close the Sample Card until the blood is fully dry.

Once the blood spots are completely dry, close the Sample Card by tucking the cover into the flap. Place each Sample Card into its own Sample Bag and seal the bag completely.

Note: If your health care provider asked you to collect a second sample, store the first Sample Card inside its individual Sample Bag in a cool, dry place away from moisture until you are ready to send BOTH Sample Cards to the lab.

RETURN SHIPPING CHECKLIST

- ☐ I registered my Sample Card with my Provider's ID, Sample Card ID, and the date of sample collection.
- ☐ My registered name, birth date, and the date of sample collection are on each Sample Card. This information matches the information in the portal.
- ☐ I collected the sample(s) according to the instructions.
- ☐ I filled at least 3 spots on each Sample Card.
- ☐ I placed each Sample Card in its own Sample Bag.
- ☐ I will drop off the package at a FedEx® location, or arrange for the package to be picked up by FedEx® within 24 hours of collection.
- ☐ My FedEx® tracking number is _____

03

SHIP YOUR KIT

Make sure each completed Sample Card is in its own sealed Sample Bag. Place the Sample Bag(s) into the return envelope and seal.

IMPORTANT

Drop your package off at a FedEx® location or schedule a pick up as soon as possible.

Do not use a FedEx® dropbox if outside temperatures are below 35°F (2°C) or above 90°F (32°C).

Find the nearest FedEx® drop-off location and collection hours at local.fedex.com. You can get free pick up Monday through Friday at most locations. Contact FedEx® at +1 (800) 463-3339 or on the web at fedex.com/en-us/shipping/schedule-manage-pickups.html at least one day in advance.

Keep your **tracking number** to help you track the package.

04

GET YOUR RESULTS

You'll receive an email and text notification when your results are ready. You can also log in to your account to view updates. Results are typically available 2 to 4 days after your samples are received by the lab.

Your health care provider will help you interpret results.

CLARA SPOT™ SUPPORT

Questions about your sample collection or Clara Spot™ Testing Service? Contact support at claraspot.com/support.

Clara Spot™ Kit manufactured and tested by Simple HealthKit, Inc.
446 S. Hillview Dr., Milpitas, CA 95035
Use by prescription only.
GBP-CLB-501 07/2026

INSTRUCCIONES DEL KIT DE RECOLECCIÓN

USO PREVISTO

Este kit está diseñado para la recolección y conservación de muestras de sangre seca con el propósito de realizar pruebas de laboratorio en el laboratorio de Simple HealthKit.

Para obtener resultados precisos, lea detenidamente todas las instrucciones antes de usar el kit.

IMPORTANTE

Cree su cuenta en línea

Antes de la recolección de muestras, primero debe crear una cuenta en el portal de pacientes.

A continuación, registrará cada tarjeta de muestra en su cuenta utilizando tanto la id. de la tarjeta de muestra que se encuentra en la tarjeta de muestra como la id. de su proveedor. Si no tiene la id. de su proveedor, póngase en contacto con él directamente.

El laboratorio no podrá procesar su muestra si se salta este paso.

LIMITACIONES

No lo use si tiene un trastorno de sangrado o está tomando medicamentos que aumentan el riesgo de sangrado.

No lo utilice si corre el riesgo de desvanecerse al proporcionar muestras de sangre.

No utilice las lancetas proporcionadas en la piel lastimada, dañada, ulcerada, cicatrizada o infectada.

Existe la posibilidad de que el uso de estas lancetas pueda causar hematomas, sensibilidad, molestia, dolor, daño nervioso, cicatrización de la piel, daño óseo o infección. Busque atención médica si tiene alguna preocupación.

Las pruebas con Clara Spot™ están disponibles con una orden de su proveedor de atención médica. Esta prueba se ha validado para su uso en personas de 18 años o más.

Mantenga fuera del alcance de los niños. Este kit contiene piezas pequeñas que pueden suponer un riesgo de asfixia.

Guarde sus tarjetas de muestra en un lugar fresco y seco, a entre 59 °F (15 °C) y 77 °F (25 °C), lejos de la luz solar y la humedad. No lo congele.

PARA RECOLECTAR CADA MUESTRA

Cada kit incluye:



TOALLITAS CON ALCOHOL (2)



LANCETAS (2)



TARJETA DE MUESTRA



APÓSITOS (2)



BOLSA PARA MUESTRAS



SOBRE DE ENVÍO PARA ENVIAR TODAS LAS MUESTRAS

NO UTILICE ningún componente que no sea el que se proporciona en el kit de recolección.

NO UTILICE este kit si algún componente falta, está dañado o está vencido; visite claraspot.com/support para obtener asistencia. La fecha de vencimiento se puede encontrar en el paquete del kit.

Nota: Es posible que recolecte varias muestras; no deseche las instrucciones.

01

REGISTRE SUS TARJETAS

Escriba en imprenta su nombre, fecha de nacimiento y fecha de recolección en los campos provistos en sus tarjetas de muestra. Su nombre y fecha de nacimiento en las tarjetas de muestra deben coincidir con la información del portal. Las tarjetas de muestra sin etiqueta pueden ser rechazadas o demoradas.



Escanee el código QR o visite claraspot.com para iniciar sesión en el portal de pacientes. Si no tiene una cuenta, haga clic en "Create Account" (Crear cuenta) y siga los pasos para crear su cuenta.

Una vez que haya iniciado sesión en su cuenta, el portal le indicará "Register Your Kit" (Registrar su kit). Si no lo hace, haga clic en "Register Your Kit" (Registrar su kit). Debe registrar cada tarjeta de muestra utilizando su id. único de la tarjeta de muestra y su id. de proveedor. Si no tiene su id. de proveedor, póngase en contacto directamente con su proveedor para obtenerlo.

Para obtener más información y ayuda, visite claraspot.com/support.

02

PREPARE Y RECOJA SU MUESTRA



Coloque los materiales de recolección: toallita con alcohol, lanceta, tarjeta de muestra y vendaje. Abra y coloque su tarjeta de muestra sobre una superficie plana.



Lávese las manos con agua tibia y jabón por, al menos, un minuto y séquelas por completo.



Seleccione y limpie un dedo para la recolección de la muestra. Le recomendamos que utilice el dedo anular (4.º dedo) o el dedo medio. Utilice la toallita con alcohol proporcionada para limpiar la yema del dedo. **Deje que la yema del dedo se seque completamente. NO sople sobre ella.**



Sacuda la mano enérgicamente durante 30 segundos para estimular el flujo sanguíneo.

CONSEJOS PARA UNA RECOLECCIÓN DE MUESTRAS EXITOSA

Para aumentar el flujo sanguíneo, pruebe lo siguiente:

Procure beber 64 oz de agua el día anterior y **16 oz de agua de 30 a 60 minutos** antes de la recolección de la muestra.

Evite la cafeína, la nicotina o el tabaco 2 horas antes de recolectar la(s) muestra(s).

Caliente sus manos antes de recolectar la(s) muestra(s).

Mantenga sus manos **por debajo del corazón** durante la recolección de la(s) muestra(s).

RECOLECTE SU MUESTRA



Retuerza la parte superior de la lanceta y deséchela. Apoye la punta blanca de la lanceta en el lado derecho o izquierdo de la yema del dedo limpio que pinchará. Presione firmemente con la lanceta sobre el dedo hasta que atraviese la piel. Debe ver una gota de sangre cuando retire la lanceta.



Masajee suavemente desde debajo del sitio de punción hacia la punta para estimular el flujo sanguíneo. Deje pasar varios segundos para que se forme una gota de sangre grande. Mantenga el dedo apuntando hacia abajo sobre el primer círculo de la tarjeta de muestra.



Deje que caiga una gota de sangre grande sobre el centro del círculo y se extienda hasta la línea de puntos. Añada gotas hasta que el círculo esté lleno y empape la parte posterior de la tarjeta. Esto puede tomar 2-3 gotas. Asegúrese de haber llenado por completo el primer círculo antes de pasar al siguiente. Rellene por completo al menos 3 círculos.

NO frote ni presione el dedo contra la tarjeta. **NO** frote ni esparza la muestra de sangre.

Asegúrese de que cada círculo de la tarjeta de muestra esté completamente lleno de manera tal que haya suficiente sangre para que traspase al reverso de la tarjeta antes de pasar al siguiente círculo.



ACEPTABLE

Al menos 3 círculos completamente llenos



INACEPTABLE

Los círculos con sangre se superponen



INACEPTABLE

No hay suficiente sangre en cada círculo

Nota: Si no puede llenar al menos 3 círculos con un dedo, use la segunda lanceta en un dedo diferente. Asegúrese de seguir el mismo procedimiento de limpieza antes de recolectar sangre del dedo nuevo.



Cuando termine de recolectar sangre en todos los círculos, véndese los dedos si es necesario.

SEQUE SUS TARJETAS DE MUESTRA

Deje que los círculos con sangre se sequen completamente al aire.

Deje la tarjeta de muestra abierta y deje secar los círculos con sangre durante **al menos 20 minutos** antes de cerrarla. Mantenga la tarjeta en un lugar fresco y seco, lejos de la humedad y la luz solar directa, mientras se seca.

NO cierre la tarjeta de muestra hasta que la sangre esté completamente seca.

Una vez que los círculos con sangre estén completamente secos, cierre la tarjeta de muestra metiendo la cubierta en el colgajo. Coloque cada tarjeta de muestra en su propia bolsa para muestras y selle la bolsa por completo.

Nota: Si su profesional de la salud le pidió que recoja una segunda muestra, guarde la primera tarjeta de muestra dentro de su bolsa para muestras individual en un lugar fresco y seco, lejos de la humedad, hasta que esté listo para enviar AMBAS tarjetas de muestra al laboratorio.

LISTA DE VERIFICACIÓN DEL ENVÍO DE DEVOLUCIÓN

- ☐ He registrado mi tarjeta de muestra con la id. de mi proveedor, la id. de la tarjeta de muestra y la fecha de recolección de la muestra.
- ☐ Mi nombre registrado, la fecha de nacimiento y la fecha de recolección de la muestra se encuentran en cada tarjeta de muestra. Esta información coincide con la información del portal.
- ☐ Recogí la(s) muestra(s) de acuerdo con las instrucciones.
- ☐ He llenado al menos 3 círculos en cada tarjeta de muestra.
- ☐ He colocado cada tarjeta de muestra en su propia bolsa para muestras.
- ☐ Dejaré el paquete en una sucursal de FedEx® u organizaré la recogida del paquete por parte de FedEx® en el plazo de 24 horas desde la recogida.
- ☐ Mi número de seguimiento de FedEx® es _____

03

ENVÍE SU KIT

Asegúrese de que cada tarjeta de muestra completada esté en su propia bolsa para muestras sellada. Coloque la(s) bolsa(s) para muestras en el sobre de devolución y séllelo.

IMPORTANTE

Deje su paquete en una sucursal de FedEx® o programe una recolección lo antes posible.

No utilice un buzón de FedEx® si las temperaturas exteriores están por debajo de 35 °F (2 °C) o por encima de 90 °F (32 °C).

Encuentre el centro de entrega de FedEx® más cercano y los horarios de recolección en local. fedex.com. Puede obtener una recolección gratuita de lunes a viernes en la mayoría de los centros. Póngase en contacto con FedEx® llamando al +1 (800) 463-3339 o en la web en fedex.com/en-us/shipping/schedule-manage-pickups.html al menos con un día de antelación.

Conserve su **número de seguimiento** para hacer un seguimiento del paquete.

04

OBTenga SUS RESULTADOS

Recibirá un correo electrónico y una notificación por mensaje de texto cuando los resultados estén listos. También puede iniciar sesión en su cuenta para ver actualizaciones. Los resultados suelen estar disponibles entre 2 y 4 días después de que el laboratorio reciba sus muestras.

Su proveedor de atención médica le ayudará a interpretar los resultados.

ASISTENCIA DE CLARA SPOT™

¿Tiene preguntas sobre la recolección de muestras o el servicio de pruebas de Clara Spot™? Comuníquese con la Asistencia a través de claraspot.com/support.

Kit de Clara Spot™ fabricado y probado por Simple HealthKit, Inc.
446 S. Hillview Dr., Milpitas, CA 95035
Debe usarse solo con receta.
GBP-CLB-501 07/2026