



Het slaaponderzoek



Polysomnografie: dit is een slaaponderzoek waarbij men uw slaappatroon en manier van ademen 's nachts bestudeert.

U wordt verwacht tussen 15.30 en 16.30 uur (het exacte uur staat op uw afspraakkaartje) aan het onthaal.

Daarna zal u verwezen worden naar de opnamedienst op de 2^{de} verdieping.

Hierna volgt een stappenplan waaraan u zich kunt verwachten.

De opname

- U moet zich aanmelden aan de opnamedienst, na inschrijving mag u zich begeven naar de afdeling **Inwendige ziekten 1 (Inw. 1) op de 4^{de} verdieping (blok D)**.
- U krijgt een eenpersoonskamer met eigen douche.
- U wordt gevraagd om uw slaapkledij aan te trekken; omwille van hygiënische reden vragen we om **minstens een T-shirt** te dragen.
- De meetapparatuur wordt aangebracht.
- U krijgt een medische vragenlijst om in te vullen, die de dokter nodig heeft om het onderzoek uit te lezen.
- U krijgt nog een broodmaaltijd. Als u een bepaald dieet moet volgen, laat het ons dan weten.

- In de loop van de avond komt de arts nog langs. Als u verzekeringsdocumenten heeft, leg die dan klaar.

De nacht

Wanneer de meetapparatuur aangebracht is, wordt deze bevestigd aan een kastje dat zich ter hoogte van de borstband bevindt. Dit zal automatisch in werking treden om 22 uur. Dan wordt er verwacht dat u zich klaar maakt om te gaan slapen. De meting is draadloos. Voor 22 uur kan u de kamer nog verlaten.

De studie loopt van 22 uur tot 7 uur de volgende ochtend. Tijdens de nacht sturen de elektroden signalen door. Deze worden op frequente tijdstippen gecontroleerd. Daarom is het belangrijk dat u de kamer tijdens de studie niet verlaat, anders wordt de verbinding verbroken.

Als u 's nachts wakker zou worden om naar het toilet te gaan, is dat geen probleem. Als er een elektrode los gekomen zou zijn, moet u bellen.

Na 8.00 uur mag u bellen als u wakker bent. Als u vroeger gewekt wenst te worden, dan is dit vooraf bespreekbaar.

Bij het afkoppelen zal de verpleging u helpen.

Er is 's ochtends een ontbijt voorzien, zo gauw u losgekoppeld bent.

U kunt gebruik maken van de douche.

Vergeet de ingevulde vragenlijst niet achter te laten.

Resultaten

Na het slaaponderzoek komt er geen behandelende arts langs op de kamer.

U zult een kaartje meekrijgen met een afspraak voor een raadpleging (dit is gemiddeld 2 weken na het onderzoek). Op deze raadpleging worden de resultaten van het slaaponderzoek besproken bij dr Dobbeleir.

Wat wordt er gemeten?

EKG (elektrocardiogram)

Er wordt één elektrode op uw borstkas en één elektrode op uw buik gekleefd. Hierdoor kan uw hartritme gemeten worden.

EMG (elektromyogram)

Er worden elektroden op uw kin en benen gekleefd. Hierdoor kan de spierspanning gemeten worden en kan men bepalen in welke slaapfase u zich bevindt.

EOG (elektro-oculogram)

Er worden elektroden naast de ogen gekleefd, op deze manier kan men uw remslaap berekenen.

EEG (elektro-encefalogram)

Deze elektroden worden op uw hoofd en tussen de haren gekleefd. Hierbij wordt de hersenactiviteit gemeten en kunnen de verschillende slaapcycli bepaald worden.

Luchtstroom

Er wordt een neusbrilletje in de neus geplaatst, hiermee kan uw ademhaling bepaald worden. Ook worden er banden rond de borstkas en buik bevestigd om uw adembeweging te volgen.

Saturatiemeter

Op één vinger wordt een rubberen hoesje geplaatst om het zuurstofgehalte in uw bloed te bepalen.

Microfoon

Ter hoogte van de adamsappel wordt een microfoon gekleefd, dit om het snurken te bepalen.

Wat moet u meebrengen voor het slaaponderzoek?

- identiteitskaart
 - klever mutualiteit
 - verwijsbrief van arts
 - eventueel verzekeringsdocumenten
 - nachtkledij (er is minstens een T-shirt vereist)
 - persoonlijk toiletgerief
 - shampoo
 - evt. eigen kussen
 - evt. thuismedicatie (nemen zoals gewoonlijk)
 - schrijfgierief (balpen) om vragenlijst in te vullen
 - evt. bril
 - evt. iets om u mee bezig te houden op vrije momenten (er is televisietoestel aanwezig op de kamer)
-
- best **geen make-up, haarlak of gel**, nagellak... gebruiken
 - vermijd koffie, thee, alcohol en cola voor het onderzoek (na 18 uur)
 - scheer liefst de baard, anders kleven de kinelektroden niet goed