

Polysomnografie

Versie 2 gepubliceerd op 23-06-2020



Uw ziekenhuis

MCL Leeuwarden
Henri Dunantweg 2
8934 AD
Leeuwarden

Afdeling & route

Centrum voor Slaap- en Waakstoornissen
Route 8
Telefoon: 058 - 286 69 99

Openingstijden

Maandag	08.30 - 16.30 uur
Dinsdag	08.30 - 16.30 uur
Woensdag	08.30 - 16.30 uur
Donderdag	08.30 - 16.30 uur
Vrijdag	08.30 - 16.30 uur
Zaterdag	Gesloten
Zondag	Gesloten

Het onderzoek

Hoe uw onderzoek in zijn werk gaat.

Polysomnografie

Met het slaaponderzoek (de polysomnografie) proberen we de oorzaak van uw slaapproblemen te ontdekken. Tijdens het onderzoek wordt uw slaap- en waakpatroon door middel van elektroden en sensoren gemeten. Het onderzoek vindt thuis óf in het ziekenhuis plaats en duurt maximaal 24 uur.

Bij in- en doorslaapstoornissen duurt het onderzoek maximaal 48 uur.

Wat wordt er gemeten?

Tijdens het onderzoek worden er verschillende gegevens gemeten om een goed inzicht te krijgen in wat er gebeurt tijdens uw slaap. Gegevens die wij meten zijn:

- Uw hersenactiviteit met behulp van elektroden op het hoofd.
- Uw oogbewegingen.
- Uw ademhaling.
- Uw hartslag.
- De spieractiviteit in uw kin en benen.
- Uw zuurstofgehalte in uw bloed.
- Snurkgeluiden met een microfoontje op uw keel.
- Uw lichaamspositie.

#Polysomnografie U komt binnen in de onderzoeksruimte waar de laborant u zal vragen om uw broek uit te doen. Vervolgens krijgt u een kastje om uw borst, dat vast zit met een elastiek. Het kastje meet verschillende signalen. De laborant plakt daarna verschillende sensoren op uw lichaam die aan het kastje worden gekoppeld. Als alles bevestigd is, moet u de sensoren en het kastje 24 uur op uw lichaam houden. Tijdens deze 24 uur kunt u niet douchen of uw handen wassen en ook uw shirt moet u 24 uur aanhouden. De volgende dag komt u weer terug en worden de sensoren en het kastje weer van uw lichaam gehaald en geanalyseerd door de laborant. Dit bezoek duurt zo'n 15 minuten. Soms moet u in plaats van 24 uur, 48 uur worden geregistreerd. In dat geval komt u de volgende dag terug om alles te laten controleren. Dit duurt 30 minuten. De dag daarna wordt de apparatuur los gekoppeld.

Uw voorbereiding

Bereid u voor en houd u aan de onderstaande instructies.

Beperking in uw bewegingen

Doordat er veel elektroden en sensoren op uw lichaam zijn aangesloten bent u beperkt in uw bewegingen. Daarbij zijn de sensoren in uw gezicht goed zichtbaar en mag de apparatuur niet vies of nat worden.

Geen gel, haarlak, gezichtscrème of bodylotion

Door gel, haarlak, gezichtscrème en bodylotion plakken de elektroden en sensoren niet goed op uw hoofd en lichaam.

Gebruik deze verzorgende producten daarom niet voor en tijdens het onderzoek. Deodorant mag u wel gewoon gebruiken.

Wassen voor het onderzoek

Om de elektroden en sensoren goed vast te kunnen maken is het belangrijk om de avond voor het onderzoek uw haren te wassen en geen haarlak, gel of iets anders meer te gebruiken.

Eten en drinken

Bereid u voor door de onderstaande stappen goed door te lezen.

Geen kauwgom

Gebruik tijdens het onderzoek geen kauwgom.

Kleding en sieraden

Bereid u voor door de onderstaande stappen goed door te lezen.

Draag wijde bovenkleding

Draag tijdens het onderzoek wijde bovenkleding met een voorsluiting (rits, knopen).

Het dragen van een Beha

Vrouwelijke patiënten mogen kiezen of ze hun beha aan willen houden. Als u kiest om uw beha aan te houden, moet deze ook tijdens het slapen aanblijven. Kies in dit geval voor een fijn zittende beha.

Een strak zittend T-shirt

Doe onder uw bovenkleding een T-shirt aan, zodat wij hier een aantal banden overheen aan kunnen sluiten.

Houd er rekening mee dat het T-shirt tijdens het onderzoek niet meer uit kan.

Wat neemt u mee?

Bereid u voor door de onderstaande stappen goed door te lezen.

Neem voor uw ziekenhuisbezoek het volgende mee:

- Uw aanvraagformulier (als u dat heeft gekregen).
- De pas van uw ziektekostenverzekering.
- Een geldig legitimatiebewijs (identiteitskaart, rijbewijs, paspoort).
- Een lijstje met de medicijnen die u gebruikt. Dit wordt in sommige ziekenhuizen ook wel een AMO (Actueel Medicatie Overzicht) genoemd.

Waar u op moet letten

Probeer uw dagelijkse gewoonten en uw eet- en drinkpatroon aan te houden.

U kunt daarnaast bijna alle dagelijkse bezigheden gewoon blijven doen. Er zijn wel een aantal punten waar u op moet letten om storing in de meting te voorkomen:

- De draden mogen niet loslaten daarom kunt u niet sporten.
- De apparatuur mag niet nat of vies worden, gebruik daarom een paraplu als het regent.

- Let op de sensor aan uw vinger. Ook deze mag niet nat of vies worden.
- Eet geen kauwgom
- Het apparaat en de elektroden en sensoren heeft u in bruikleen. We gaan er vanuit dat u hier zorgvuldig mee om gaat.

Voordat u gaat slapen

Bekijk hier wat u moet doen voor het slapen gaan

Zet voordat u gaat slapen storingsapparaten uit!

- Haal de stekkers van uw (water)bed en/of uw elektrische deken uit het stopcontact.
- Zet uw elektrische wekker op minimaal een meter afstand van de apparatuur

Voordat u gaat slapen

- Controleer de sensoren en plak deze vast als ze zijn losgelaten.
- De ademhalingssensor moet u zelf onder uw neus plakken. Zorg er voor dat deze goed voor de luchtstroom van beide neusgaten zit.
- Ga slapen in de houding die u gewend bent.
- Druk op de rode pijl van de recorder.
- Doe de buikband op de juiste plaats en maak deze strak vast.

De volgende ochtend

Acties voor de volgende ochtend

De volgende ochtend

- De volgende ochtend mag u de ademhalingssensor weer verwijderen. De overige elektroden moeten blijven zitten. Deze worden in het ziekenhuis weer verwijderd.
- Vul het dagschema zo nauwkeurig mogelijk in. Dit schema heeft u op papier gekregen van de medewerker.

Na het onderzoek

U krijgt de uitslag binnen 2-6 weken

De uitslag van het onderzoek wordt met het team besproken.

Een specialist van het team of de specialist die het onderzoek heeft aangevraagd zal de uitslag en de behandelmogelijkheden met u bespreken.