

# Polysomnografie

## Poliklinisch slaaponderzoek met registratie slaapstadia

In overleg met uw behandelend arts is besproken dat u een slaaponderzoek krijgt. Dit is een slaaponderzoek waarbij ook uw slaapstadia worden gemeten (polysomnografie). U komt voor dit onderzoek naar locatie Den Helder van Noordwest Ziekenhuisgroep. In deze folder leest u hoe het onderzoek in zijn werk gaat en hoe u zich moet voorbereiden. Wij vragen u daarom deze folder goed door te lezen.

### Waarom een slaaponderzoek?

Een slaaponderzoek wordt gedaan bij mensen met slaapproblemen, lichamelijke klachten tijdens de slaap of overdreven slaperigheid overdag. Met een polysomnografie meten we niet alleen lichaamsfuncties, maar ook de 'slaapstadia'. Hiervoor krijgt u elektrodes op en rond uw hoofd. Dit is om onder andere de diepte van uw slaap en het verloop van de verschillende slaapstadia tijdens de nacht te registreren.

### Hoe bereidt u zich voor?

Om te zorgen dat het onderzoek goed verloopt, vragen wij u:

- uw haar de avond of ochtend voor het onderzoek te wassen en met droog haar te komen
- geen haarlak, gel of vet in uw haar te gebruiken
- een T-shirt of pyjamajasje mee te nemen dat u in het ziekenhuis – vóór het aanbrengen van de apparatuur – aantrekt en tijdens het slapen thuis aanhoudt. Dit is noodzakelijk voor het aanbrengen van de plakkers, draden en apparatuur
- nagellak, gel- of kunstnagels te verwijderen. Voor het meten van het zuurstofgehalte in uw bloed bevestigen wij meetapparatuur om uw vinger. Met nagellak, kunst- of gelnagels lukt het meten niet

### Waar vindt het onderzoek plaats?

U gaat naar de functieafdeling KNF/longfunctie, nummer 40 van locatie Den Helder. Daar wordt u voor het onderzoek voorbereid.

### Het onderzoek

De hersenen zorgen ervoor dat de afwisseling tussen waak en slaap in balans is. Om hier meer inzicht te krijgen, meten we de hersenactiviteit met een EEG (Electro Encephalo Gram). Om dit te registreren krijgt u op uw hoofd en gezicht elektroden geplakt. Deze elektroden zijn nodig om het volgende te meten:

- elektrische hersenactiviteit
- oogbewegingen en activiteit van de kinspier

Om te zorgen dat de elektroden goed contact maken met uw hoofdhuid, brengt de laborant een geleidende pasta tussen de hoofdhuid en de elektroden aan.

Daarnaast krijgt u op uw hoofd, borst, een vinger en een been sensoren geplakt. Met deze sensoren registreren we andere signalen:

- ademhalingspatroon
- snurkgeluiden
- zuurstofgehalte van het bloed
- hartritme
- lichaamspositie: rug, zij, buik
- lichaamsbewegingen

De sensoren zitten met snoeren vast aan een kastje. Het kastje bevestigen we op uw shirt of pyjamajas.

#### **Wees voorzichtig met de kostbare apparatuur**

De apparatuur die u meekrijgt is uiterst kostbaar. Het is belangrijk dat u er voorzichtig mee omgaat.

#### **Instructies voor thuis**

Houdt u zich thuis aan de volgende instructies:

- de meting start om 21:00 uur: u hoeft dan nog niet te gaan slapen, maar om voldoende slaap te kunnen registreren is het wel belangrijk dat u voor 23.30 uur gaat slapen
- de meting stopt automatisch de volgende ochtend om 07:00:
  - u mag dan de sensor onder uw neus en op het been verwijderen
  - laat u de andere plakkers zitten, deze verwijdert de laborant in het ziekenhuis
- om 08:00 uur komt u naar de afdeling waar de laborant de elektroden en sensoren verwijdert. Wilt u alles mee nemen naar het ziekenhuis?

#### **Mogelijke hinder**

Er zijn allerlei sensoren en elektroden op uw hoofd en lichaam bevestigd. Hierdoor kan uw bewegingsvrijheid beperkt zijn. Twijfelt u of u auto kunt rijden? Dan is het verstandig om iemand mee te nemen voor de terugweg.

#### **Uitslag**

De laborant en de arts maken van uw gegevens een uitgebreid rapport. Hiervoor gebruiken zij een analyseprogramma. In het rapport staan de uitslagen van het onderzoek, de diagnose van de slaapstoornis en een behandeladvies.

Bij de eerstvolgende afspraak krijgt u van de specialist de uitslag van het onderzoek. Het beoordelen van het onderzoek neemt enige tijd in beslag. Daarom zitten er minimaal 10 werkdagen tussen de datum van het onderzoek en de afspraak bij uw specialist.

#### **Uw vragen**

Heeft u vragen? Neem dan contact op met de polikliniek, die het onderzoek heeft aangevraagd.