

## Instructies voor slaapdiagnostiek

U heeft een afspraak in het ETZ, in verband met een mogelijk slaapprobleem. In deze folder vindt u informatie over de te volgen stappen. De afspraken vinden plaats op de polikliniek Longgeneeskunde, afdeling Klinische Neurofysiologie en de polikliniek KNO.

### Stap 1



U wordt volgens afspraak\* op de **afdeling (Long)functie** verwacht voor een longfunctieonderzoek.

- ETZ Elisabeth  ETZ TweeSteden

### Polygrafie

Aansluitend heeft u een afspraak\* op de **Afdeling (Long)functie** voor een polygrafie.

Voor het slaaponderzoek wordt bij u meetapparatuur aangebracht op uw kleding.

**Neem hiervoor een makkelijk zittend T-shirt mee.**

Er mag, vanwege het aansluiten van een zuurstofmeter, op ten minste 1 wijsvinger geen (gel)nagellak zitten. U slaapt gewoon thuis.

- ETZ Elisabeth  ETZ TweeSteden



### Slaapdiagnostiek Thuis

Aansluitend heeft u een afspraak\* op de **afdeling Klinische Neurofysiologie** voor de voorbereidingen van een slaaponderzoek. Voor het slaaponderzoek worden bij u diverse meters op u lichaam en gezicht/hoofd aangebracht. **Neem een makkelijk zittend T-shirt mee.** Op deze kleding wordt een deel van de meetapparatuur aangebracht.

Er mag, vanwege het aansluiten van een zuurstofmeter, op ten minste 1 wijsvinger geen (gel)nagellak zitten. U slaapt gewoon thuis.

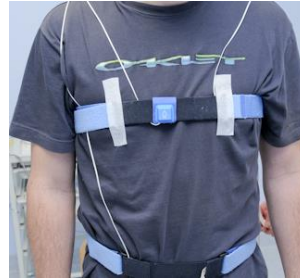
Er mag, vanwege het aansluiten van een zuurstofmeter, op ten minste 1 wijsvinger geen (gel)nagellak zitten. U slaapt gewoon thuis.

- ETZ Elisabeth  ETZ TweeSteden



**Slaapdiagnostiek Thuis**

Aansluitend heeft u een afspraak\* op de **afdeling Klinische Neurofysiologie** voor de voorbereidingen van een slaaponderzoek. Voor het slaaponderzoek worden bij u diverse meters op u lichaam en gezicht/hoofd aangebracht. **Neem een makkelijk zittend T-shirt mee.** Op deze kleding wordt een deel van de meetapparatuur aangebracht.



Er mag, vanwege het aansluiten van een zuurstofmeter, op ten minste 1 wijsvinger geen (gel)nagellak zitten. U slaapt gewoon thuis.

- ETZ Elisabeth  ETZ TweeSteden

## Stap 2 Volgende dag/ochtend

 **Polygrafie**

U wordt volgens afspraak\* weer verwacht bij de **afdeling (Long)functie** voor het inleveren van het apparaat.

Hierna kunt u bloed laten prikken. U gaat hiervoor naar de afdeling **Bloedafname**.

U moet NUCHTER zijn, u mag daarom niets eten of drinken.

Neem het bijgevoegde laboratoriumformulier mee. Als u op vrijdag uw afspraak heeft voor het aansluiten van de polygrafie, moet u op maandagochtend het apparaat inleveren en NUCHTER bloed laten prikken.

 **Slaapdiagnostiek thuis**

U wordt volgens afspraak\* weer verwacht bij de **afdeling Klinische Neurofysiologie** voor het inleveren van het apparaat.

Hierna kunt u bloed laten prikken. U gaat hiervoor naar de afdeling **Bloedafname**.

U moet NUCHTER zijn, u mag daarom niets eten of drinken.

Neem het bijgevoegde laboratoriumformulier mee.

 **Slaapdiagnostiek in ziekenhuis**

De volgende ochtend worden alle meters door de verpleging verwijderd. Hierna kunt u douchen en na het ontbijt kunt u naar huis.

Voor u gaat ontbijten wordt door de verpleging op de afdeling bloed bij u geprikt.

U moet NUCHTER zijn, u mag daarom niets eten of drinken.

Neem het bijgevoegde laboratoriumformulier mee.

- ETZ Elisabeth  ETZ TweeSteden

### Stap 3

Om te achterhalen of uw snurken te maken heeft met een verstopte neus moet u - gedurende 1 week aaneengesloten - een neusspray met xylometazoline gebruiken.

Iedere avond voor het slapen gaan 2 pufjes in ieder neusgat.

De neusspray is verkrijgbaar bij de drogist of apotheek. Helaas wordt die niet vergoed door de zorgverzekering.

#### **Gebruiksaanwijzing neusspray (lees voor gebruik altijd de bijsluiter):**

1. Verwijder de beschermdop.
2. Voor het eerste gebruik moet u eerst een paar keer op het doseerpompje drukken om deze met oplossing te vullen.
3. Snuit de neus voor gebruik.
4. Dien de spray toe, 2 pufjes in ieder neusgat.
5. Na gebruik het uiteinde schoonmaken en het dopje terugplaatsen.

Let u tijdens het gebruik van de neusspray op het volgende:


- Wordt tijdens het gebruik van de neusspray het snurken minder? Schakel eventueel uw partner in om dit te constateren.
- Wordt uw vermoeidheid minder door het gebruik van de neusspray?

Noteer uw bevindingen hieronder.

#### **Neem deze folder mee bij uw volgende afspraak.**

Bevindingen	
1	Wordt het snurken minder?

2	Wordt uw vermoeidheid minder?
---	-------------------------------

<b>Stap 4</b>	
	<p>U wordt volgens afspraak* bij de longarts verwacht. U krijgt de uitslagen van de onderzoeken bij uw (eerste) bezoek aan de longarts.</p> <p> <input type="checkbox"/> ETZ Elisabeth           <input type="checkbox"/> ETZ TweeSteden           <input type="checkbox"/> ETZ Waalwijk       </p>
<b>Stap 5</b>	
	<p>U wordt volgens afspraak* verwacht bij de Physician Assistant (PA) van de polikliniek Keel-. Neus-, Oorheelkunde (KNO), om de bouw en doorgankelijkheid van uw neus en keel te onderzoeken.</p> <p> <input type="checkbox"/> ETZ Elisabeth           <input type="checkbox"/> ETZ Waalwijk       </p>

### **Wat te doen in geval van ziekte of verhindering?**

Als u door ziekte of om andere redenen verhinderd bent uw afspraak na te komen, wordt u verzocht zo snel mogelijk contact op te nemen met de polikliniek Longgeneeskunde;

In uw plaats kan een andere patiënt geholpen worden. Als u wilt, kunt u meteen een nieuwe afspraak maken.

### **Tot slot**

Als u na het lezen van deze instructie of na het onderzoek nog vragen heeft, kunt u op werkdagen tussen 09.00 uur en 16.30 uur contact opnemen met de polikliniek Longgeneeskunde.

**\* De afspraken die u in het ziekenhuis heeft, vindt u op het bijgevoegde afsprakenformulier.**

## Belangrijke telefoonnummers

**ETZ (Elisabeth-TweeSteden Ziekenhuis):** (013) 221 00 00

### Locatie ETZ Elisabeth:

**Polikliniek Longgeneeskunde:** (013) 221 02 60  
*Route 22*

**Polikliniek Keel-, Neus en Oorheelkunde:** (013) 221 02 30  
*Route 4*

**Afd. Klinische Neurofysiologie:** (013) 221 01 40  
*Route 61*

### Locatie ETZ TweeSteden:

**Polikliniek Longgeneeskunde:** (013) 221 02 60  
*Polikliniekgebouw, Wachtruimte 4*

**Polikliniek Keel-, Neus en Oorheelkunde:** (013) 221 02 30  
*Polikliniekgebouw, Wachtruimte 3*

**Polikliniek Neurologie:** (013) 221 01 40  
*Polikliniekgebouw, Wachtruimte 5*

Longgeneeskunde, 41.718 11-19

