

## Slaaponderzoek (PSG) thuis

Binnenkort wordt u op de afdeling Klinische Neurofysiologie verwacht voor een slaaponderzoek, ook wel Polysomnografie genoemd. "Thuis" wil zeggen dat u in het ziekenhuis meetapparatuur krijgt aangebracht, waarmee u thuis een nacht gaat slapen.

### Het onderzoek

Polysomnografie is een onderzoek naar de slaapkwaliteit waarbij gekeken wordt naar het ademhalings- en snurkpatroon, het zuurstofgehalte van het bloed, de hartslag en eventuele beenbewegingen. Ook wordt de elektrische activiteit van de hersenen gemeten om de diepte van de slaap te bepalen.

### Vorbereiding op het onderzoek

Lees onderstaande punten door om goed voorbereid op de afdeling te komen:

- U moet een (pyjama)shirt of nachthemd mee nemen. Over dit shirt heen bevestigen we twee banden: één om de borst en één om de buik om de ademhaling te meten. Hier overheen wordt een tasje bevestigd met daarin de opname apparatuur. U kunt het shirt dus niet meer uitdoen.
- Op beide onderbenen worden elektroden geplakt, om de beenbewegingen in de nacht te meten. Hiervoor is het makkelijk dat u een loszittende broek aandoet.
- Op diverse plekken in het gezicht worden elektroden met tape bevestigd. Crème geeft storing, daarom het verzoek om op de dag van het onderzoek geen crème op uw gezicht (of benen) te doen.
- Op het hoofd worden elektroden met klei bevestigd. Haarproducten geven storing, gebruik op de dag van het onderzoek geen gel of andere haarproducten .
- De elektroden, sensoren en apparatuur kunnen niet tegen water. Mocht het een regenachtige dag zijn, neemt u dan een paraplu mee.

## Hoe verloopt het onderzoek?

Voor de start van het onderzoek wordt u gevraagd om een bruikleenverklaring te ondertekenen waarbij u een geldig legitimatiebewijs bij moet tonen.

De voorbereidingen duren ongeveer 45 minuten en worden verricht door één of twee KNF-laboranten.

Zij bevestigen verschillende meters en elektroden op uw lichaam en hoofd voor het meten van onder andere:

- ademhaling; 2 elastische banden om buik en borst
- snurkpatroon; sensor op de hals
- beenbewegingen; elektroden op de onderbenen
- hartslag; stickers op de borst onder het sleutelbeen
- zuurstofgehalte in bloed; metertje op nagel van 1 vinger
- hersenactiviteit; elektroden op het hoofd



Wanneer alle elektroden en sensoren zijn bevestigd, wordt er ter controle een testopname gemaakt. Vervolgens wordt de apparatuur opgestart en mag u naar huis. U krijgt een vragenlijst mee naar huis die u de volgende ochtend na het opstaan moet beantwoorden.

## De avond thuis

- Houdt u zich 's avonds aan uw vaste eet- en drinkgewoonten en ga op het gebruikelijk tijdstip naar bed.
- Een sensor voor het meten van de ademhaling moet door u zelf onder de neus en voor de mond worden aangebracht en op de wang worden vastgeplakt met tape.
- Als u gewend bent 's avonds slaapmedicatie of andere medicatie te gebruiken, doe dit dan ook op de avond van het onderzoek, tenzij anders besproken is met uw behandelend arts.
- Het slapen op een waterbed of een elektrisch bedienbaar bed veroorzaakt storing. Hiervan moet de stekker uit het stopcontact tijdens de meting.

## De volgende ochtend

Op de afgesproken tijd komt u terug naar de afdeling Klinische Neurofysiologie. Breng de ingevulde vragenlijst mee. De aangebrachte meters en elektroden worden door de laborant verwijderd. Dit duurt ongeveer 15 minuten. De elektroden die op het hoofd met klei zijn bevestigd, worden afgeknipt. De kleiresten zijn thuis met shampoo goed uit te wassen.

## De uitslag

De uitslag hoort u van de arts op de polikliniek.

## Tot slot

Heeft u nog vragen, dan kunt u op werkdagen telefonisch contact opnemen met de polikliniek Neurologie.

## Belangrijke telefoonnummers

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

**Locatie ETZ Elisabeth**

**Route 42**

**Neurocentrum**

**Polikliniek Neurologie**

**(afspraken en informatie):**

**(013) 221 01 40**

**Locatie ETZ TweeSteden**

**Polikliniekgebouw tweede etage wachtruimte 5**

**Polikliniek Neurologie en afdeling Klinische Neurofysiologie**

**(afspraken en informatie):**

**(013) 221 01 40**