

Slaaponderzoek Polysomnografie

In de thuissituatie

Als u niet in staat bent om de dag na de afspraak voor 9 uur 's ochtends de PSG-apparatuur terug te brengen dan graag de poli bellen om de afspraak te verzetten.

U krijgt een Polysomnografie slaaponderzoek met aansluiting van meetapparatuur.

Inplannen onderzoek

- U bent door uw (huis)arts verwezen naar de polikliniek KNO (Keel-Neus-Oorarts)
- **of**
- U bent door uw (huis)arts verwezen naar de polikliniek Longgeneeskunde
 - Onze secretaresse plant voor u de afspraak van het slaaponderzoek en zet een digitale vragenlijst voor u klaar in MijnMMC.
 - Tijdens het onderzoek slaapt u thuis met de apparatuur om. Uw onderzoeksresultaten worden besproken in een gezamenlijk overleg met de KNO-arts, longarts, neuroloog, kaakchirurg en slaap verpleegkundige.
 - In het gezamenlijk overleg wordt bepaald of u door de KNO-arts of de longarts wordt behandeld. Uw behandelend arts bespreekt met u de uitslag en de behandelingsmogelijkheden. U kunt dus de uitslag ontvangen van een ander specialisme dan waar u in eerste instantie naar verwezen bent.

Het onderzoek is gepland op locatie Veldhoven

U gaat naar polikliniek Longgeneeskunde **route 207**.

Daar staat een informatiebord waarop aangegeven staat waar u kunt plaatsnemen.

U wordt daar opgehaald door een medewerker. We hanteren een strakke planning voor het slaaponderzoek. Wij vragen u dan ook **op tijd** op uw afspraak te komen.

Lees deze folder goed, zodat u goed voorbereid op uw afspraak komt.

Let op: na het aansluiten van de apparatuur mag absoluut niet meer gerookt worden.

Over uw slaaponderzoek

Bij een slaaponderzoek worden een aantal lichaamsfuncties gemeten en geregistreerd. Het aansluiten van de apparatuur voor uw polysomnografie-onderzoek gebeurt in het ziekenhuis. Hierna gaat u naar huis om thuis te slapen met de aangesloten meetapparatuur.

De onderzoeksapparatuur meet en registreert:

De informatie in deze folder is van algemene aard en is bedoeld om u een beeld te geven van de zorg en voorlichting die u kunt verwachten. In uw situatie kunnen andere adviezen of procedures van toepassing zijn. Deze folder is dan ook slechts een aanvulling op de specifieke (mondelinge) voorlichting van uw specialist of behandelaar.

- De ademhaling (via neusbrilletje en rekbands om uw borst).
- Het zuurstofgehalte (via een vingerclip).
- Wanneer en hoe lang u snurkt (via een microfoon).
- In welke houding u slaapt (rugligging of een andere houding).
- De hersenactiviteit.
- De beenbewegingen.
- De oogactiviteit.
- De activiteit van de kinspieren.
- Uw hartritme.

Vorbereiding thuis

- Heeft u voor het eerst een slaaponderzoek? Dan staat er een digitale vragenlijst voor u klaar op MijnMMC (inloggen doet u met uw DigiD). Deze vragenlijst gaat over uw slaapritme.
- U dient deze vragenlijst thuis in te vullen voorafgaand aan het onderzoek. Zonder een ingevulde vragenlijst kan het onderzoek niet doorgaan.
- U dient tijdens de nacht een T-shirt of pyjamajasje te dragen. Een nachthemd is niet handig. Verzoek dit aan te trekken voor uw afspraak. De apparatuur wordt op uw bovenkleding bevestigd. Na het aansluiten van de apparatuur kan kleding niet meer gewisseld worden. Voor het slaaponderzoek dient u zonder bh te slapen. Als u met bh aan naar het ziekenhuis wilt komen, mag u deze uittrekken voor uw afspraak.
- U dient een ruime, loszittende broek te dragen. Geen legging of strakke spijkerbroek.
- Wilt u:
 - Geen gel, versteviging of dergelijke gebruiken op uw haar.
 - Geen nagellak, kunst- of gelnagels gebruiken op de ringvinger.
 - Geen sieraden dragen.
 - Geen crème of bodylotion gebruiken.
- Na het aansluiten van de apparatuur is douchen niet meer mogelijk.
- **Voor de heren is het belangrijk dat een stoppelbaard rond de kin en wangen goed (af)geschoren is. Een volle baard hoeft niet afgeschoren worden.**

CPAP-apparaat

Als de arts met u afsprekt dat het slaaponderzoek plaats moet vinden in combinatie met uw CPAP-apparaat, breng dan uw masker en slang mee naar het ziekenhuis.

In het ziekenhuis

- Het aansluiten en de instructie duurt ongeveer 45 minuten.
- Daarna gaat u naar huis met de aangesloten apparatuur.

Thuis slapen

Voor het onderzoek geldt het volgende bij u thuis:

- U gaat slapen op de voor u normale tijd.
- Minimaal 6 uur slaap is nodig om goed onderzoek te kunnen doen. Het is niet noodzakelijk dat de 6 uur slaap een aaneengesloten periode betreft.

- Houd uw normale routine rondom het slapen gaan aan. Bijvoorbeeld het nemen van medicatie of alcohol.
- Vermijd omgevingsgeluiden en slaap in de nacht van het onderzoek alleen. In verband met de betrouwbaarheid van de resultaten is het noodzakelijk dat uw partner op een andere kamer slaapt.
- Na het aansluiten van de meetapparatuur in het ziekenhuis mag u absoluut **niet** meer roken. Roken/rooklucht beïnvloedt de meetresultaten.
- Graag mobiele telefoon en smartwatch in de slaapkamer uitschakelen; deze kan het onderzoek verstoren. Het is ook mogelijk om uw mobiele telefoon op de vliegtuigstand te zetten als u deze als wekker gebruikt.
- De apparatuur mag absoluut niet nat worden.
- U maakt in de ochtend zelf de apparatuur los. U krijgt van ons daar instructie over. U vult de vragenlijsten in die de medewerker u meegeeft.

Slaaponderzoek en Ramadan

Voor het slaaponderzoek is het van belang dat u voldoende uren aaneengesloten slaapt. Wanneer u de richtlijnen van de Ramadan volgt, is dit vaak niet mogelijk. Het is daarom verstandig om het slaaponderzoek buiten de periode van de Ramadan te laten plaatsvinden.

Apparatuur en vragenlijsten inleveren

U levert de apparatuur én de ingevulde vragenlijsten in op de eerstvolgende werkdag tussen **8.00 en uiterlijk 9.00 uur** op de functieafdeling Hart-Long (**route 204**), locatie Veldhoven. Wordt de apparatuur op vrijdag bij u aangesloten, dan levert u de apparatuur op maandagochtend in.

De uitslag

Het onderzoek wordt uitgelezen en geanalyseerd en vervolgens besproken door verschillende specialisten (in het multidisciplinaire team). U krijgt een afspraak bij één van deze specialisten of bij de OSAS-verpleegkundige.

Heeft u vragen?

Heeft u vóór het onderzoek nog vragen, neem dan contact op met de polikliniek longgeneeskunde, telefoonnummer (040) 888 61 20.

Bent u verhinderd?

Geef dit zo snel mogelijk door aan de polikliniek longgeneeskunde: (040) 888 61 20. Bij niet tijdige afmelding kunnen kosten in rekening gebracht worden.

Nuttige website voor verdere informatie:

www.mmc.nl/longgeneeskunde