

## Slaaponderzoek klinisch (polysomnografie)

Binnenkort wordt u opgeroepen voor een actigrafie en polysomnografie. Hier leest u meer over de gang van zaken rond deze onderzoeken.

### Actigrafie

#### *Doel van een actigrafie-onderzoek*

Met een actigrafie-onderzoek meten we uw slaap-/waakritme door middel van een soort horloge ('actiwatch'). Met behulp van een actiwatch om uw pols worden bewegingen en licht geregistreerd en opgeslagen. Zo wordt inzicht verkregen in de slaapduur, het moment van inslapen en ontwaken en van onderbrekingen in de slaap.

#### *Werkwijze*

Het eigenlijke onderzoek vindt thuis plaats. Dit horloge krijgt u mee van de poli-medewerkers en draagt u gedurende een week. Zorgt u ervoor dat het horloge niet onder de mouw gedragen wordt en dat het niet nat wordt (tijdens wassen/douchen mag het horloge af). Ook krijgt u een slaap-waakdagboekje mee, dat u zelf bijhoudt. Op het horloge bevindt zich een knop die u moet indrukken zodra u naar bed gaat en gaat slapen. Ook bij het wakker worden drukt u eenmaal op de knop. Na een week, op een afgesproken datum, komt u op de functieafdeling Klinische Neurofysiologie voor een polysomnografie. Na de polysomnografie mag de actiwatch weer af.

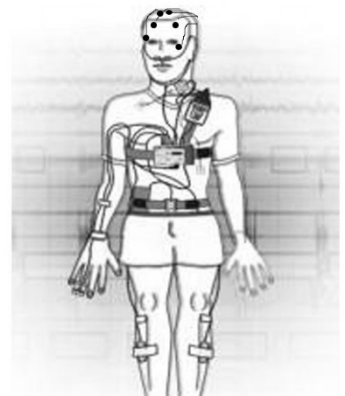
### Polysomnografie

#### *Doel van het polysomnografie-onderzoek*

Met een polysomnografie meten we uw slaap-/waakpatroon door middel van elektroden en sensoren (metertjes).

Tijdens de meting worden meerdere signalen gemeten, zoals:

- hersenactiviteit (via 9 á 10 elektroden op het hoofd)
- oogbewegingen (via 2 elektroden naast de ogen)
- spieractiviteit (via 3 elektroden onder de kin)
- hartslag (via 2 plakkers op de borst)
- ademhaling
  - een rekbare band om de borst meet de beweging van de borstkas
  - een rekbare band om de buik meet de beweging van de buik
  - een sensor voor de neus en mond meet de luchtstroom uit de neus en mond
- slaaphouding (via een recorder, deze draagt u in een tasje om uw middel)
- snurkgeluiden (via een microfoonje op de keel)
- zuurstofgehalte in het bloed (via een sensor om de vinger)
- bewegingen (via 2 sensoren op de benen)



Door de aangesloten sensoren en elektroden bent u beperkt in uw bewegingen. De elektroden op uw hoofd en de pleisters in uw gezicht zijn duidelijk zichtbaar.

### **Duur van het onderzoek**

De totale meting duurt maximaal 24 uur.

### **Vorbereiding**

Voor het onderzoek is het van belang dat u:

- voor de opname uw haren wast en daarna geen haarlak, crème, vet of gel gebruikt. Deze middelen kunnen de meting beïnvloeden;
- voor de opname eventuele gel- of kunstnagels verwijdert, zodat de sensor om de vinger kan worden aangebracht;
- onder uw bovenkleding een dun t-shirt of hemd draagt, zodat hierover banden kunnen worden aangesloten;
- wijde bovenkleding draagt of kleding met een voorsluiting, en een ruime broek;
- ruimvallende nachtkleding en toiletartikelen meeneemt;
- tijdens de meting niet doucht omdat de sensoren niet nat mogen worden;
- wanneer u vanwege nachtelijke ademstops een beademingsapparaat (CPAP) of een mondbitje (MRA) gebruikt, deze dan meeneemt naar het ziekenhuis.

U meldt zich 's middags op de afgesproken tijd op de functieafdeling Klinische Neurofysiologie (route 8). Een laborant brengt bij u de sensoren en elektroden aan. Het aanbrengen van de sensoren en elektroden neemt ongeveer 1 uur in beslag. Vervolgens wordt u begeleid naar afdeling BGB. Op deze afdeling is een aparte kamer waar u de nacht doorbrengt. Voor een goede observatie wordt u gedurende de gehele nacht met behulp van een videocamera bewaakt.

### **Storing mobiele telefoon en elektrisch bed**

Het gebruik van een mobiele telefoon of andere elektronica kan storing veroorzaken. Daarom adviseren wij u tijdens het slapen de mobiele telefoon en andere elektronische apparaten uit te zetten en op het nachtkastje te leggen. Ook een elektrisch bedienbaar bed, waterbed en elektrische deken kunnen storingen veroorzaken. Wij verzoeken u daarom om tijdens het slapen de stekker uit het stopcontact te halen. Voor het slapen kunt u wel gewoon werken met een laptop of tablet.

### **De volgende ochtend**

De volgende ochtend worden de elektroden verwijderd door een verpleegkundige en kunt u de actiwatch af doen. Dit duurt ongeveer 30 minuten. Hierna kunt u zich opfrissen. Als u wilt, kunt u vervolgens ontbijten op de afdeling. Daarna gaat u weer naar huis.

### **Uitslag**

De uitslag van het onderzoek wordt met u besproken in een controle afspraak op de polikliniek Neurologie.

## Vragen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, neem dan contact op met de polikliniek Neurologie, telefoonnummer 0513 – 685 370. U kunt uw vraag ook stellen via Mijntjongerschans.

## Grip op uw zorg via Mijntjongerschans

Mijntjongerschans.nl is het patiëntenportaal van ziekenhuis Tjongerschans. Dit portaal is bereikbaar voor alle patiënten die zijn ingeschreven bij Tjongerschans. Na het inloggen op [www.mijntjongerschans.nl](http://www.mijntjongerschans.nl) met DigiD met sms-verificatie of via de DigiD app heeft u toegang tot uw medische gegevens. U kunt hier ook afspraken maken, een vraag stellen, vragenlijsten invullen en uitslagen bekijken.

## Uw afspraak

### Ophalen actiwatch

U wordt verwacht op:

datum : .....

tijdstip : .....

locatie : polikliniek Neurologie

### Aansluiten polysomnografie

U wordt verwacht op:

datum : .....

tijdstip : .....

locatie : Functieafdeling Klinische neurofysiologie

### Inleveren en afsluiten actiwatch en polysomnografie

U wordt verwacht op:

datum : .....

tijdstip : .....

locatie: Functieafdeling Klinische neurofysiologie

## DISCLAIMER

*Wij adviseren u bij uw bezoek aan de polikliniek en bij opname zo min mogelijk geld, sieraden, dure kleding en andere zaken van (emotionele) waarde mee te nemen naar het ziekenhuis. Het ziekenhuis aanvaardt geen aansprakelijkheid voor schade aan of verlies van dergelijke zaken.*