Actigrafie

Een actigrafie is een onderzoek bij slaapproblemen dat inzicht geeft in uw rust- en activiteitpatroon. Voor dit onderzoek draagt u 1 tot 2 weken een speciaal horloge met ingebouwde bewegingssensor (actiwatch).

De actiwatch registreert 24 uur per dag uw bewegingen. Omdat u meestal stil ligt wanneer u slaapt en meer beweegt wanneer u wakker bent, kunnen we zo een inschatting maken van het aantal uren dat u slaapt. Omdat het een inschatting blijft, is het belangrijk dat u ook het slaapdagboek invult dat u meekrijgt van de laborant.

Voorbereiding

Ophalen actiwatch

- Wanneer u de actiwatch komt ophalen legt de laborant u uit hoe de actiwatch werkt en bevestigt deze om uw arm.
- Voor het gebruik van de actiwatch tekent u een bruikleensovereenkomst.
- U maakt een afspraak met de laborant om de actiwatch weer in te leveren.

Onderzoek

- Vanaf het ophalen tot het inleveren draagt u de actiwatch dag en nacht om uw pols. De actiwatch mag nat worden en kan dus ook onder de douche gedragen worden. Wel verzoeken wij u om de actiwatch tijdens het zwemmen en sporten zoals volleybal en boksen af te doen. Noteer dit dan in het meegegeven slaapdagboek.
- Tijdens het onderzoek houdt u een slaapdagboek bij. Deze krijg u mee van de laborant. Hierin schrijft u op wanneer u naar bed gaat en opstaat, of u overdag dutjes heeft gedaan en eventuele andere bijzonderheden.
- U kunt tijdens het onderzoek gewoon uw normale bezigheden uitvoeren.

Nazorg

Inleveren actiwatch

U levert de actiwatch met het slaapdagboek in de meegegeven envelop in bij de afdeling Neurologie op route 27 in Utrecht.

Uitslag van het onderzoek

De uitslag van het onderzoek krijgt u van uw behandelend arts. De onderzoeker mag u hierover geen informatie geven. De uitslag van bepaalde onderzoeken kunt u na 2 weken ook inzien in uw eigen dossier via Mijn Antonius (https://www.antoniusziekenhuis.nl/patientenportaal-mijn-antonius/mijn-antonius-app).

Gerelateerde informatie

Specialismen

- Neurologie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/neurologie)

Contact Neurologie	T 088 320 39 00