een santeon ziekenhuis

Multiple Sleep Latency Test (MSLT)

Een MSLT is een slaaponderzoek naar de oorzaak van (overmatige) slaperigheid overdag.

Tijdens het onderzoek wordt de elektrische activiteit van de hersenen gemeten met behulp van elektroden die op het hoofd worden bevestigd. Zo wordt vastgesteld hoe lang het duurt voordat u in slaap valt en welke slaapstadia u doorloopt.

Voorbereiding

Schone hoofdhuid

Om ervoor te zorgen dat de elektroden goed blijven zitten, mag u uw hoofdhuid niet insmeren met crème of lotion en geen gel, vet of haarlak gebruiken. Was uw haar een dag van te voren met shampoo.

Scheren

Als u een baard heeft, blijven de elektroden op uw kin niet goed plakken. Daarom vragen wij u om uw gezicht glad te scheren. Ook een stoppelbaard is niet toegestaan.

Eten en drinken

Vanaf het moment dat de elektroden voor de nachtregistratie zijn bevestigd tot en met het einde van het MSLT-onderzoek is het belangrijk dat u geen dranken met cafeïne drinkt, zoals koffie, thee, cola en energiedrankjes. Verder mag u gewoon alles eten en drinken.

Zorg er daarnaast voor dat u voldoende eten en drinken meeneemt voor de hele dag. Neem ook uw eigen beker mee. Het Sint Antonius biedt geen wegwerpbekertjes meer aan.

Afzeggen

Bent u verhinderd voor het onderzoek? Laat het ons dan zo snel mogelijk weten. Neem hiervoor telefonisch contact op met de afdeling of polikliniek waar het onderzoek plaatsvindt.

Onderzoek

Voorafgaand aan het MSLT-onderzoek ondergaat u 's nachts een PSG-onderzoek (Polysomnografie). Wanneer u thuis heeft geslapen, meldt u zich de volgende ochtend op het afgesproken tijdstip op de afdeling. Daarna worden een aantal sensoren die gebruikt zijn voor de nachtregistratie verwijderd.

Tijdens het onderzoek wordt de recorder aangesloten op het EEG-apparaat. We meten uw hersenactiviteit, uw oogbewegingen en de spieractiviteit van uw kin. Gedurende de dag registreren we vervolgens vier keer uw

hersenactiviteit. Elke meting duurt ongeveer 20 tot 30 minuten. Tijdens de meting ligt u met gesloten ogen op bed. Als u de neiging heeft om in slaap te vallen, is het de bedoeling dat u dit ook laat gebeuren. Tussen de registraties door verblijft u op de afdeling.

Om het onderzoek zo betrouwbaar mogelijk uit te voeren, is het belangrijk dat u zich aan de volgende regels houdt:

- Tussen de vier metingen door mag u **niet in bed gaan liggen**, ook niet om te lezen. U zou dan in slaap kunnen vallen, waardoor de resultaten van het onderzoek worden beïnvloed.
- U mag **geen koffie, thee, cola of energiedrankjes** nuttigen.
- Vanaf 30 minuten voor de vier registraties mag u **niet roken**.
- **Tien minuten voor elke meting** bent u op de kamer aanwezig, zodat u zich rustig kunt voorbereiden en ontspannen naar bed gaat.

Nazorg

Na afloop van de vierde en laatste meting verwijdert de laborant alle elektroden. Het onderzoek is rond 16.00 uur afgerond en u kunt daarna naar huis. Er zijn verder geen zaken waar u rekening mee dient te houden.

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).

Veilige zorg in het ziekenhuis

In het St. Antonius Ziekenhuis staat veiligheid voorop. Onze medewerkers doen er alles aan om uw bezoek aan het ziekenhuis zo goed mogelijk te laten verlopen. Help ons a.u.b. om goed voor u te zorgen door ons te vertellen:

- Welke medicijnen u gebruikt.
- Of u allergieën heeft.
- Of u (mogelijk) zwanger bent.
- Als u iets niet begrijpt.
- Wat u belangrijk vindt.
- Als u iets ziet wat niet schoon is.

Bereid uw gesprek met uw zorgverlener goed voor. Voor tips: Begin een goed gesprek (https://begineengoedgesprek.nl/)

Op de website van de Nederlandse Patiëntenfederatie (https://www.patientenfederatie.nl) leest u meer over hoe u zelf kunt bijdragen aan veilige zorg.

Gerelateerde informatie

Aandoeningen

- Narcolepsie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/aandoeningen/narcolepsie)

Behandelingen & onderzoeken

- Slaapregistratie-onderzoek (polysomnografie) - in het ziekenhuis (https://www.antoniusziekenhuis.nl/behandelingen-onderzoeken/slaapregistratie-onderzoek-polysomnografie-het-ziekenhuis)

Specialismen

- Slaapgeneeskunde (https://www.antoniusziekenhuis.nl/slaapgeneeskunde)

Contact Slaapgeneeskunde **T 088 320 43 00**